


LAMPIRAN

 **LEMBAR BIMBINGAN LAPORAN TUGAS AKHIR**
POLITEKNIK AISYIYAH PONTIANAK
T.A. 20.... / 20....















Nama Mahasiswa : TARISA WILSA ATHALA

NIM : 19011173

JUDUL LTA : Pengatahuan Ibu Hamid Pramester III Tentang Senam Hamid

PEMBIMBING : Dwi Khalisa Putri, S.1 ST, M. Keb.

Kegiatan Bimbingan LTA

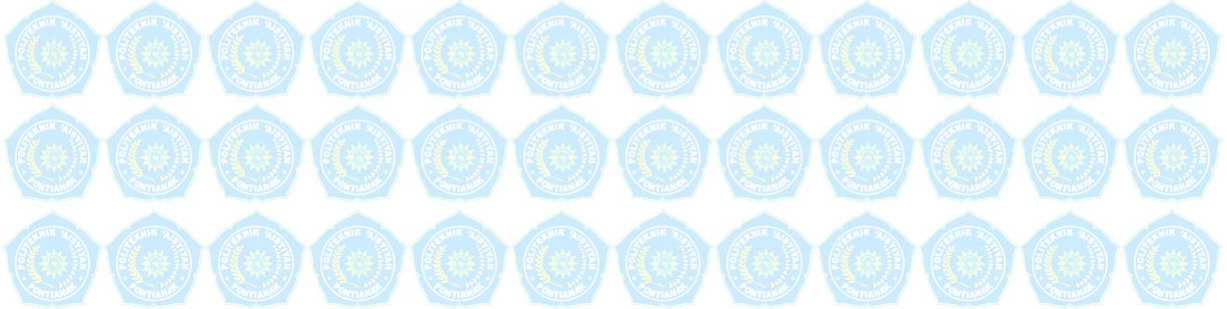
No.	Hari/Tanggal	Waktu	Catatan Bimbingan	Tanda tangan	
				Dosen	Mhs wa
1.	Rabu/16-02-22	13.00	Revisi Bab 1 - 3		
2.	Senin/14-03-22	14.00	Revisi Bab 1 - 4		
3.	Kumal/18-03-22	13.00	Revisi Bab 1 - 4		
4.	Senin/21-03-22	11.00	Revisi 4		
5.	Kamis/24-03-22	14.00	Revisi Bab 4		
6.	Senin/28-03-22	13.00	Revisi Bab 4		
7.	Selasa/29-03-22	09.00	acc.		

Pontianak,20.....

Pembimbing



Dwi Khalisa Putri, S.1 ST, M. Keb.



POLITEKNIK 'AISYIYAH PONTIANAK

KUESIONER
GAMBARAN PENGETAHUAN IBU HAMIL TENTANG SENAM HAMIL
DI PUSKESMAS SUNGAI KAKAP KABUPATEN PONTIANAK

II. PENGETAHUAN IBU TENTANG SENAM HAMIL

Petunjuk pengisian kuesioner pengetahuan:

Pilihan jawaban adalah: B = Benar , S = Salah

- Pilihlah salah satu jawaban yang anda anggap paling sesuai dengan pendapat anda seperti yang telah di gambarkan oleh pertanyaan yang tersedia.
- Berilah tanda centang pada salah satu pilihan yang tertara dibelakang pertanyaan untuk menunjukkan jawaban yang anda pilih.

NO.	PERTANYAAN	BENAR	SALAH
1.	Senam hamil adalah suatu latihan gerak untuk mempersiapkan seorang ibu hamil baik fisik maupun mental pada persalinan yang cepat, aman dan spontan.		
2.	Senam hamil memberikan banyak manfaat bagi ibu hamil		
3.	Senam hamil dilakukan untuk mempermudah ibu selama proses persalinan		
4.	Senam hamil dilakukan untuk menguasai teknik pernafasan dengan baik		
5.	Gerakan kaki senam hamil dapat mengurangi kram		
6.	Senam hamil tidak dapat mengurangi kecemasan ibu saat proses melahirkan		
7.	Senam hamil dapat dilakukan pada saat usia kehamilan di atas 6 bulan		
8.	Senam hamil boleh dilakukan oleh wanita hamil yang menderita anemia		
9.	Senam hamil umumnya dapat dilakukan minimal 3-4 kali seminggu		
10.	Sebaiknya Konsumsi makanan bergizi, setidaknya satu jam sebelum mulai senam hamil.		



PC



AK



**PEMERINTAH KABUPATEN KUBU RAYA
DINAS KESEHATAN**

Jalan Adi Sucipto KM.15,2 Desa Limbung Telp. (0561) 7265011
SUNGAI RAYA

Kode Pos 78391

Sungai Raya, 27 Januari 2022

Nomor : 440/ 384 /Dinkes-B
Sifat : Penting
Lampiran : -
Hal : Izin Penelitian

Kepada
Yth. Direktur Poltekkes 'Aisyiyah
Pontianak
di-
Pontianak

Menindaklanjuti surat dari Direktur Poltekkes 'Aisyiyah Pontianak tertanggal 22 Desember 2021 Nomor : 648/II.3.AU/XII/E/2021 Perihal: Permohonan Izin penelitian di wilayah kerja Puskesmas Sungai Kakap atas nama:

Nama : Eka Riana, S. ST, M. Keb
NIDN : 11-0808-8804
Judul : Pemanfaatan Aplikasi Senam Hamil Terhadap Pengurangan Nyeri Punggung dan Kualitas Tidur Ibu Hamil Trimester III

Pada prinsipnya kami dari Dinas Kesehatan tidak memperlakukan untuk melaksanakan kegiatan penelitian dengan tetap berkoordinasi pada Puskesmas setempat.

Demikianlah surat pemberitahuan ini kami sampaikan, atas perhatian dan kerjasamanya kami ucapkan terima kasih.

KEPALA DINAS KESEHATAN



H. MARIJAN, S. Pd. M. Kes
Pembina Tk. I / IV B
NIP. 19660507 198912 1 002

PC

AK