

Plagiarism Checker X Originality Report



Plagiarism Quantity: 4% Duplicate

Date	Monday, October 14, 2019
Words	41 Plagiarized Words / Total 1044 Words
Sources	More than 2 Sources Identified.
Remarks	Low Plagiarism Detected - Your Document needs Optional Improvement.

Sources found:

Click on the highlighted sentence to see sources.

Internet Pages

4% <https://kti-akbid.blogspot.com/2011/05/k>

Media Fisteknik Volumeer 2 0 1 8 46 FOR - FOR Y MPENGGI PELSAAAN SEN NIF Analim ; r Juruspi lteknkassar ABSAK Masa ni f as e ri u m) adalah m asa pulih ke m bali, m dari selesai sa m p ai alat - al a t kandungan ke m bali seperti pra - ha m il, m asa nifas ini yaitu 6 - 8 m i nggu (Rust a m , 1998). Dalam m asa nifas alat - alat interna m aupun erna k an berangsur - angsur pulih kemseperti keadaan sebelumha m il. Perubah a n - perubahan alat genetalia ini dalam keseluruhannya involusi 2002) .

Berdasarkan pernah terhadap 78 orang nifas adadi ah Khadjiah Pinrang ar msenamnifas, terdapat 4 ibu mmsedangkan lainnya mmsenam dikarenakan pengetahuan kesibukan pekerjaan asing - m(Abd. S). Metode digunakan studi akaan yang bil beberapa i diketahui beberapa yang empelaksanaan : faktor , lebih ibu yang mtentang anfaat senam pendidikan , pendidikan yang mpengaruhi s enam dibandingkan pendidikan (3) ibu akan cepat pulih msenamhamil yang m(4) motivasi yang mseorang untuk msenam il; Faktor m ngaruhi anaan nifas manggapan keliru terhadap ibu melahirkan; dan Fakttenaga sangat dalampelakssenamnifas, di esmRumSakit di ah.

Berdasarkan tersebut kesimpulan senam sangat bermuntut kondisi setelah elahirkan dipengaruhi faktpengetahuan, kesehatan mbudaya dan peran dari tesehatan. Kata kunci: s nifas, senam nifas, PENAHLU M asa n f as e ri u m) ada m asa pul k m bali, m d persn si sa m p ai a - al a t kgan k m bali seperti pra - h m il, m asa nif ini ya 6 - 8 m i nggu (R a m , 1998). Dalam m asa nif alat - alat etalia erna m aupun sterna k an berangsur - angsur p kballi k sebelumha m il. Perubah a n - pn alat genet ini dal kya butinvol (Swono, 2002) .

lamkilaan, nsg waniakmamberubahan - phan f, perbesar, t mat, dara embesar, bul erut perut, a, adara ian ubuh ent laiya. watan tkilan erseb ut mharus an pascp Diantarandense a alinan atau ut gan as ng tentusajdbangi engn engksi yag . as lahjn erbaik yag iberikk n untuk mpercepat ulihankbali esehatan bagiyang is elahirk Manf senam nif untuk m engencan gk otot p lg m a, otot - ot sek vagina m aupun otot - ot dasar panggu selain m e msirkd Deng m elakan nifk m um ibu j lebih baik rehabil a t au pemn j b l ce m enuman/ m m perbaikn a fsu m akan, ingasupan m akya isa m encuk kn. Paling tidak de ngan m elakan senamnif ibutakterli esu taupu e m osional.

nifsebaikya ukdal t u 24 j setela m elahirk lalu a teratur setiap h ari eh, 6) . Mut ah u m n waniyang m elahirkk m engeluhk a n bentuknya yang m elar, belum lag k tubuya ya k primlant let d tegang. Se m entara aran arah dan p ern s an b e e m bali m al, untuk m e m m enge m baliktubuk bent k se m ula h a rus m elakan senam nif ya t eratur (Dh, 6) . Td iani adamatkgamftor - ftor yag emhi nterhadssenam nif MODE Jenis enen enggunak mstudi epustak mbil data an tedarbebpa u ya relevandan eneianPenul mpulkberbagarefyang berhugandengapmRefer tersebut iperoldrbaga iteratdan bahan - bahanpusta nnyasertjinter dan an a cu HANBAS 1.

Pengetahuan Berdasarkstukaan didan asil wa asih an yang Media Fisteknik Volumeer 2 0 1 8 47 bel engetahutemaat nifnal erseb ut ukolepeneian ng teladukseben itu enen Abdul L, 6 ng enunjukkbaht 78 ifas ng engetahutng anf senamnifhanseb (emorang atau dareseluruhan. Dari a asi di RSUD no ruang n terdapat 1 ibu post partumdengan pan nor m al dan 2 pasiepSC d ya m e ngetahute senamn i f han 5 (lim o r ang, bahk ada 1 (s ibu p SC ya tidak turun dart m pat tidur + 5 arena ut untuk. 2.

Pendidik Hasil ng idapatkantara bahibu denpidian akcepat mi an elakan as sesuai ukdari pisndibandian dengan yampuni endan rendaHastsesuai ganted Notoatmo, bsemin opendia n akmseseorang mahaminfasi maat ng didan. 3. Kesehat Hasil dpatkdari i kaan wa prses ulihaak bisa ih patapabila orangi msanaksenamnifHal ut ai dengan t i anu, 9 ahwa enam nifadalah esegaran asmsetelah persn ng ertujua engecilk dan egencaan perutserta mbalikuliaseamSesua jdenti i y, 002 wa senamni fadalah lahraga empad mnifyang erfsi enguatk otot vis jdatp em mi.

Selain sen as sen yag ilakan - ibusetelah elahirk setelaktunpulkbali . nifbertujuan nt emepat penbuhan,mtim omasi, mulihkdan enguatkotot - ot pungguntot ang otout. 4.

Masi Hasil didapatkdari erapa kaan h otivasi em k auan d elaksanaksenamnif Hal ut i gan dMoek 2002, itum erupakdoron asar yag enggerakan bgklak sehinidengamyang ggi ak ibu an berusahuntuk mukapa yag ia ukdania nginksehga ibuaksemin tifoldmmuksenam nifDan likya ia niftidak bermtinggmia an alas muksenam as. an ikbila seorang m idalamdirin ma bangan engetahtent senamnifaklamdanbahkdap mbuat ibu untukalas mukya 5. Buda Fakbuda emruhi orang ibu alamman nifdalam hal ni erti ibuberangg pasc man erekdi uskuntukbedrest, selaiitu erekjmakgurita, atau orset a yang i an mperkperuatmperindah ut, padahaatlebh

arena a, padahalebih arena an darmHa itu i n i oso, ya budaman dtatan peralakmbaikyang myang tidak 6.

Peran T Besar hndftor tenakan erhadapelak aan am nifkpendidan pengetahu ibu as apatksalah ya penluhotga esehatan. ugas ksebagai endidikharus am malankperannnd eningkan pengetan iseaksering g kmerikpenluhtentan senamnifkparibu ifas ak kungkbesar erekmukya walan ddamseorap kBerbedahalnabila ugas ksebagai endidiktidakmpu malankpe rannya akpengetahuan akterbatas man l ibu an beran yutent senamnifSehia a k tidakberpak akakmpengaruhi kamibudala bangan pengetan terua senamas. KESIMAN Fakpengetahuan,pendidan, ki otivasi, a an n tenakan emi ifas dal msanak nif Ucapan T Kasih 1.

Studi deman epada penlenpel Dosen ekk Angklyatemf penulisastudi ntanftor mpengaruhi sen nif Media Fisteknik Volumeer 2 0 1 8 48 2. Penulman ia asih epada dr. omatas ateri ng enun jiah nik 3. Penulman a k klbUcu i, telamadi pelatihan agi dosen ltekes Angk DARSTA Abdul ief200 Stud PenhualNifas adaMaSeNifdi ST.KhadKabup Piahu 2006 . n Hasielitian Poes Mak Manuab999. Sear Kesehateprod . u KedokC. Jak Mochtar, 8. Sibstetri . nerbu Kedoteran. EGC. Jak Moek Dasar - dasai . CPionir jya. bandung Notoatmo, 2007. Peikan atan aka . Rineka. Yogarta Sarno, 2. l Keanan . Bina Pa.

Jak Varne200 Manmen ana