

## KATA PENGANTAR

Segala puji bagi Allah SWT yang telah memberikan petunjuk dan hidayah-Nya sehingga penulis dapat menyelesaikan tugas akhir dengan judul “Hubungan Senam Hamil dengan Kualitas Tidur Ibu Hamil Trimester III di Desa Talangagung Kecamatan Kepanjen Kabupaten Malang”.

Ketertarikan penulis akan topik ini dikarenakan pada ibu hamil III mengalami keluhan-keluhan dan ketidaknyamanan fisik karena uterus semakin membesar. Tujuan dari senam hamil adalah mempersiapkan dan melatih otot-otot sehingga dapat berfungsi secara optimal dalam persalinan normal, melatih dan mempertahankan otot punggung, melatih pernapasan, relaksasi, menurunkan nyeri punggung dan untuk meningkatkan kualitas tidur.

Dengan selesainya tugas akhir ini, penulis mengucapkan terima kasih yang tak terhingga kepada:

1. Dr. dr. Sri Andarini, Mkes, dekan Fakultas Kedokteran Universitas Brawijaya yang telah memberikan kesempatan kepada saya untuk belajar di FKUB
2. Prof.Dr.dr. Kusworini, M.Kes.Sp.PK selaku Ketua Jurusan Program Studi Ilmu Keperawatan Fakultas Kedokteran Universitas Brawijaya.
3. Ns. Dewi Kartikawatiningsih, S. Kep., MPH selaku penguji yang telah memberikan saran-saran untuk tugas akhir saya.
4. Dr. dr. Endang Sriwahyuni, MS sebagai pembimbing pertama yang telah membimbing untuk menulis dengan baik sehingga dapat menyelesaikan tugas akhir ini.

5. Ns. Laily Yuliatun, S. Kep., M. Kep yang telah memberikan semangat dan membimbing saya dengan sabar.
6. Ny. Ulyn Nuhaella, amd. Keb yang telah membantu saya dalam melakukan penelitian.
7. Segenap anggota Tim Pengelola Tugas Akhir FKUB, yang telah membantu dalam kelancaran proses tugas akhir ini.
8. Ibu, Ayah dan Adik saya Annajib Hafinuddin Ahmad yang telah mendoakan, memberikan kasih sayang yang sangat tak terhingga, memberikan apapun yang saya butuhkan, menjadi kekuatan saya ketika mulai goyah dan selalu menjadi semangat untuk terus berjuang selama ini.
9. Teman-temanku dan sahabat-sahabatku, Nia Affiana, Anisah Puspita Sari, Adelia Rochmah, Dwi Wahyu Rozanti, Carina Rega Utomo, Icca Presilia, Sri Nur Aini, Aprilia Dwi Puspitasari yang telah memberikan semangat, membantu penelitian saya dan menemani saya selama kuliah di sini.
10. Seseorang yang spesial, yang selalu memberi nasihat, perhatian, kasih sayang, semangat, dan doa. Terima kasih untuk semuanya.
11. Teman-teman K3LN yang menjadi keluarga selama 4 tahun ini.

Penulis menyadari bahwa penulisan tugas akhir ini masih jauh dari sempurna, oleh karena itu penulis membuka diri untuk segala saran dan kritik yang membangun. Akhirnya, semoga tugas akhir ini dapat bermanfaat bagi yang membutuhkan.

Malang, 20 Mei 2015

Penulis