

REPUBLIC INDONESIA  
KEMENTERIAN HUKUM DAN HAK ASASI MANUSIA

# SURAT PENCATATAN CIPTAAN

Dalam rangka perlindungan ciptaan di bidang ilmu pengetahuan, seni dan sastra berdasarkan Undang-Undang Nomor 28 Tahun 2014 tentang Hak Cipta, dengan ini menerangkan:

Nomor dan tanggal permohonan : EC00202175711, 8 Desember 2021

## Pencipta

Nama : **Arum Meiranny, S.SiT., M.Keb., Alfiah Rahmawati, S.SiT., M.Keb.  
dkk**

Alamat : Jl. Candi Tembaga Selatan 4 No 968A Rt 12 / Rw 5 Kalipancur Ngaliyan  
Semarang 50183, Semarang, JAWA TENGAH, 50183

Kewarganegaraan : Indonesia

## Pemegang Hak Cipta

Nama : **Lembaga Penelitian dan Pengabdian Masyarakat (LPPM) Unissula**

Alamat : Jl. Raya Kaligawe Km. 4 Semarang, Kota Semarang, JAWA TENGAH,  
50112

Kewarganegaraan : Indonesia

Jenis Ciptaan : **Karya Tulis**

Judul Ciptaan : **SOP Senam Hamil Gerakan Salat**

Tanggal dan tempat diumumkan untuk pertama kali : 3 Desember 2019, di UNISSULA, Kota Semarang  
di wilayah Indonesia atau di luar wilayah Indonesia

Jangka waktu perlindungan : Berlaku selama 50 (lima puluh) tahun sejak Ciptaan tersebut pertama kali  
dilakukan Pengumuman.

Nomor pencatatan : 000302891

adalah benar berdasarkan keterangan yang diberikan oleh Pemohon.

Surat Pencatatan Hak Cipta atau produk Hak terkait ini sesuai dengan Pasal 72 Undang-Undang Nomor 28 Tahun 2014 tentang Hak Cipta.



a.n Menteri Hukum dan Hak Asasi Manusia  
Direktur Jenderal Kekayaan Intelektual  
u.b.  
Direktur Hak Cipta dan Desain Industri

Dr. Syarifuddin, S.T., M.H.  
NIP.197112182002121001

Disclaimer:

Dalam hal pemohon memberikan keterangan tidak sesuai dengan surat pernyataan, Menteri berwenang untuk mencabut surat pencatatan permohonan.

**LAMPIRAN PENCIPTA**

No	Nama	Alamat
1	Arum Meiranny, S.SiT., M.Keb.	Jl. Candi Tembaga Selatan 4 No 968A Rt 12 / Rw 5 Kalipancur Ngaliyan Semarang 50183
2	Alfiah Rahmawati, S.SiT., M.Keb.	Jl Candi Tembaga Tengah 2 No 891 Rt 7 / Rw 5 Kalipancur Ngaliyan Semarang 50183
3	Atika Zahria Arisanti, S.ST., M.Keb.	Mangkang Kulon RT 2/ RW 1 Kec Tugu Semarang



**Uraian Ciptaan:**

SOP Senam Hamil Gerakan Salat adalah panduan senam bagi ibu hamil yang mengadopsi gerakan-gerakan dalam salat, yang dimaksudkan agar memudahkan ibu hamil dalam mengingat gerakan-gerakan tersebut, sehingga dapat mengurangi ketidaknyamanan selama kehamilan dan menghasilkan luaran persalinan yang baik.

## SENAM HAMIL GERAKAN SALAT

### A. PENDAHULUAN/DASAR TEORI

#### 1. Pengertian

Senam hamil gerakan salat merupakan terapi latihan berupa aktivitas atau gerakan menyerupai gerakan salat, yang diberikan pada ibu hamil untuk mempersiapkan diri, baik persiapan fisik maupun psikologis untuk menjaga keadaan ibu dan bayi tetap sehat

#### 2. Manfaat

- a. Menurunkan kecemasan
- b. Menstabilkan tekanan darah
- c. Mengurangi ketidaknyamanan
- d. Memperlancar aliran darah dan nutrisi ke janin
- e. Memperkuat otot perut
- f. Memperkuat otot perineum dan otot panggul guna persiapan saat persalinan

#### 3. Tata cara pelaksanaan senam hamil gerakan salat

##### a. Takbiratul Ihram

Mengangkat kedua tangan sampai sejajar dengan telinga, sambil menarik nafas panjang serta menghembuskannya, sebanyak 3 kali



**Gambar 1. Takbiratul ihram**

##### b. Bersedekap

Mendekapkan kedua tangan sampai sejajar dengan telinga, sambil menarik nafas panjang serta menghembuskannya



**Gambar 2. Bersedekap**

c. Ruku'

Menundukkan badan sampai mencapai derajat tertentu, sambil menarik nafas panjang serta menghembuskannya



**Gambar 3. Ruku'**

d. Sujud

Meletakkan kedua kaki, lutut, tangan dan kepala ke lantai. Dahi, hidung, dan mulut menempel pada lantai, sambil menarik nafas panjang serta menghembuskannya



**Gambar 4. Sujud**

- e. Duduk di antara dua sujud  
Kaki luar kiri dan jari-jemari kaki kanan diletakkan di lantai, badan diluruskan dan kedua tangan di atas lutut, sambil menarik nafas panjang serta menghembuskannya



**Gambar 5. Duduk diantara dua sujud**

- f. Tahiyat awal dan akhir  
Kaki luar kiri dan jari-jemari kaki kanan diletakkan di lantai, badan diluruskan pada tahiyat awal dan agak dicondongkan ke kanan pada tahiyat akhir, kedua tangan di atas lutut, sambil menarik nafas panjang serta menghembuskannya



**Gambar 5. Tahiyyat Awal dan Akhir**

**g. Salam**

Memalingkan muka ke kanan dan ke kiri semaksimal mungkin, sampai melihat samping bagian belakang



**Gambar 6. Salam**

**B. ALAT DAN BAHAN**

1. ATK (Kertas, ballpoint)
2. Matras

**C. PROSEDUR KERJA/PROSEDUR TINDAKAN**

1. Persiapan Petugas  
Mempersiapkan peralatan yang akan digunakan
2. Persiapan Pasien

Menyiapkan diri

3. Prosedur Tindakan

a. Membaca basmalah, mengucapkan salam, menyambut pasien dengan sopan dan ramah, memastikan posisi kenyamanan pasien, menjaga privasi pasien dan memperkenalkan diri.

b. Menjelaskan maksud, tujuan, dan prosedur tindakan serta melakukan informed consent secara lisan.

Maksud: akan melakukan pendidikan kesehatan tentang senam hamil gerakan salad

Tujuan: agar ibu dan keluarga mengetahui tentang senam hamil gerakan salad

Prosedur: akan memberikan beberapa penyuluhan terkait senam hamil gerakan salad selama sekitar 10 menit

Informed consent: apakah Ibu bersedia?

c. Memberikan perhatian penuh kepada klien dengan **SOLER**:

1) Face your client squarely and **smile** (menghadap ke klient dan senyum)

2) **Open** and non judgemental facial expression (Ekspresi muka menunjukkan sikap terbuka dan tidak menilai)

3) **Lean** towards client (Tubuh condong ke klien)

4) **Eye contact** in a culturally-acceptable manner (kontak mata atau tatap muka sesuai dengan cara dan budaya setempat)

5) **Relaxed** and friendly (Rileks dan bersahabat)

d. Menanyakan keluhan pasien

e. Melakukan apersepsi tentang senam hamil gerakan salad

f. Menjelaskan tentang senam hamil gerakan salad

1) Pengertian

Senam hamil gerakan salad merupakan terapi latihan berupa aktivitas atau gerakan menyerupai gerakan salad, yang diberikan pada ibu hamil untuk mempersiapkan diri, baik persiapan fisik maupun psikologis untuk menjaga keadaan ibu dan bayi tetap sehat

2) Manfaat

a) Menurunkan kecemasan

b) Menstabilkan tekanan darah

c) Mengurangi ketidaknyamanan

d) Memperlancar aliran darah dan nutrisi ke janin

e) Memperkuat otot perut

f) Memperkuat otot perineum dan otot panggul guna persiapan saat persalinan

3) Tata cara pelaksanaan senam hamil gerakan salad

a) Takbiratul Ihram

Mengangkat kedua tangan sampai sejajar dengan telinga, sambil menarik nafas panjang serta menghembuskannya

b) Bersedekap

Mendekapkan kedua tangan sampai sejajar dengan telinga, sambil menarik nafas panjang serta menghembuskannya

c) Ruku'

Menundukkan badan sampai mencapai derajat tertentu, sambil menarik nafas panjang serta menghembuskannya

d) Sujud

Meletakkan kedua kaki, lutut, tangan dan kepala ke lantai. Dahi, hidung, dan mulut menempel pada lantai, sambil menarik nafas panjang serta menghembuskannya

e) Duduk di antara dua sujud



Kaki luar kiri dan jari-jemari kaki kanan diletakkan di lantai, badan diluruskan dan kedua tangan di atas lutut, sambil menarik nafas panjang serta menghembuskannya

f) Tahiyat awal dan akhir

Kaki luar kiri dan jari-jemari kaki kanan diletakkan di lantai, badan diluruskan pada tahiyat awal dan agak dicondongkan ke kanan pada tahiyat akhir, kedua tangan di atas lutut, sambil menarik nafas panjang serta menghembuskannya

g) Salam

Memalingkan muka ke kanan dan ke kiri semaksimal mungkin, sampai melihat samping bagian belakang

g. Memberikan kesempatan pada klien untuk bertanya dan memberikan umpan balik

h. Melakukan evaluasi kepada klien dengan cara:

1) Menanyakan paham atau tidak kepada klien

2) Meminta klien untuk mengulangi penjelasan dengan memberikan pertanyaan

3) Memberikan umpan balik atas penjelasan klien

i. Mengucapkan hamdallah dan memberitahu bahwa penyuluhan telah selesai dilakukan

j. Mendokumentasikan hasil tindakan

#### D. Standar Operational Procedure

##### CHECKLIST PENKES SENAM HAMIL GERAKAN SALAT

No	Butir yang di nilai	Penilaian ke-		
		1	2	3
1.	Membaca basmalah, mengucap salam, menyambut pasien dengan sopan dan ramah, memastikan posisi kenyamanan pasien, menjaga privasi pasien dan memperkenalkan diri.			
2.	Menjelaskan maksud, tujuan, dan prosedur tindakan serta melakukan informed consent secara lisan. Maksud: akan melakukan pendidikan kesehatan tentang senam hamil gerakan salad Tujuan: agar ibu dan keluarga mengetahui tentang senam hamil gerakan salad Prosedur: akan memberikan beberapa penyuluhan terkait senam hamil gerakan salad selama sekitar 10 menit Informed consent: apakah Ibu bersedia?			
3.	Memberikan perhatian penuh kepada klien dengan <b>SOLER</b> : a. Face your client squarely and <b>smile</b> (menghadap ke klient dan senyum) b. <b>Open</b> and non judgemental facial expression (Ekspresi muka menunjukkan sikap terbuka dan tidak menilai) c. <b>Lean</b> towards client (Tubuh condong ke klien) d. <b>Eye contact</b> in a culturally-acceptable manner (kontak mata atau tatap muka sesuai dengan cara dan budaya setempat) e. <b>Relaxed</b> and friendly (Rileks dan bersahabat)			
4.	Menanyakan keluhan pasien			
5.	Melakukan apersepsi tentang senam hamil gerakan salad dengan cara menanyakan bagaimana pengetahuan pasien tentang senam hamil gerakan salad			
6.	Menjelaskan pengertian senam hamil gerakan salad Senam hamil gerakan salad merupakan terapi latihan berupa aktivitas atau gerakan menyerupai gerakan salad, yang diberikan pada ibu hamil untuk mempersiapkan diri, baik persiapan fisik maupun psikologis untuk menjaga			

	keadaan ibu dan bayi tetap sehat			
7.	Menjelaskan manfaat senam hamil gerakan salat a. Menurunkan kecemasan b. Menstabilkan tekanan darah c. Mengurangi ketidaknyamanan d. Memperlancar aliran darah dan nutrisi ke janin e. Memperkuat otot perut f. Memperkuat otot perineum dan otot panggul guna persiapan saat persalinan			
8.	Menjelaskan tata cara pelaksanaan senam hamil gerakan salat			
9.	a. Takbiratul Ihram Mengangkat kedua tangan sampai sejajar dengan telinga, sambil menarik nafas panjang serta menghembuskannya sebanyak 3 kali			
10.	b. Bersedekap Mendekapkan kedua tangan sampai sejajar dengan telinga, sambil menarik nafas panjang serta menghembuskannya sebanyak 3 kali			
11.	c. Ruku' Menundukkan badan sampai mencapai derajat tertentu, sambil menarik nafas panjang serta menghembuskannya sebanyak 3 kali			
12.	d. Sujud Meletakkan kedua kaki, lutut, tangan dan kepala ke lantai. Dahi, hidung, dan mulut menempel pada lantai, sambil menarik nafas panjang serta menghembuskannya sebanyak 3 kali			
13.	e. Duduk di antara dua sujud Kaki luar kiri dan jari-jemari kaki kanan diletakkan di lantai, badan diluruskan dan kedua tangan di atas lutut, sambil menarik nafas panjang serta menghembuskannya sebanyak 3 kali			
14.	f. Tahiyat awal dan akhir Kaki luar kiri dan jari-jemari kaki kanan diletakkan di lantai, badan diluruskan pada tahiyat awal dan agak dicondongkan ke kanan pada tahiyat akhir, kedua tangan di atas lutut, sambil menarik nafas panjang serta menghembuskannya sebanyak 3 kali			
15.	g. Salam Memalingkan muka ke kanan dan ke kiri semaksimal mungkin, sampai melihat samping bagian belakang sebanyak 3 kali			
16.	Memberikan kesempatan pada klien untuk bertanya dan memberikan umpan balik			
17.	Melakukan evaluasi kepada klien dengan cara: a. Menanyakan paham atau tidak kepada klien b. Meminta klien untuk mengulangi penjelasan dengan memberikan pertanyaan c. Memberikan umpan balik atas penjelasan klien			
18.	Mengucapkan hamdallah dan memberitahu bahwa penyuluhan telah selesai dilakukan			
19.	Mendokumentasikan hasil tindakan dengan metode SOAP			

TOTAL SCORE = 19

Nilai akhir =  $\frac{\sum \text{score}}{38} \times 100$

## E. DAFTAR PUSTAKA

1. Akbarzade, M. et al. (2015) 'The Effect of Maternal Relaxation Training on Reactivity of Non-stress test, Basal Fetal Heart Rate, and Number of Fetal Heart Accelerations: a Randomized Controlled Trial.', *International journal of community based nursing and midwifery*, 3(1), pp. 51–9.
2. American College Obstetricians and Gynecologists (ACOG) (2013) 'Clasification Hypertensive Disorders' in : *Hypertension in Pregnancy*.
3. Astuti, I. P. and Hadisaputro, S. (2019) 'Effectiveness of Prenatal Yoga on Pregnancy Anxiety and Depression: a Systematic Review', *Icash*, (4), pp. 509–517.
4. Barakat, R. et al. (2011) 'Exercise during Pregnancy Improves Maternal Health Perception: A Randomized Controlled Trial', *AJOG*, 204(5), pp. 402.e1–402.e7. doi: 10.1016/j.ajog.2011.01.043.
5. Berghella, V. and Saccone, G. (2017) 'Exercise in pregnancy!', *American Journal of Obstetrics and Gynecology*. Elsevier Inc., 216(4), pp. 335–337. doi: 10.1016/j.ajog.2017.01.023.
6. Conversano, C. et al. (2010) 'Optimism and Its Impact on Mental and Physical Well-Being', *Clinical Practice & Epidemiology in Mental Health*, 6(1), pp. 25–29. doi: 10.2174/1745017901006010025.
7. Curtis, K., Weinrib, A. and Katz, J. (2012) 'Systematic Review of Yoga for Pregnant Women: Current Status and Future Directions', *Evidence-based Complementary and Alternative Medicine*, 2012. doi: 10.1155/2012/715942.
8. Desmawati, Kongsuwan, W. and Chatchawet, W. (2019) 'Effect of Nursing Intervention Integrating an Islamic Praying Program on Labor Pain and Pain Behaviors in Primiparous Muslim Women', *Iranian Journal of Nursing and Midwifery Research*, 24(3), pp. 220–226. doi: 10.4103/ijnmr.IJNMR\_36\_18.
9. Doufesh, H. et al. (2014) 'Effect of Muslim Prayer (Salat) on  $\alpha$  Electroencephalography and Its Relationship with Autonomic Nervous System Activity', *Journal of Alternative and Complementary Medicine*, 20(7), pp. 558–562. doi: 10.1089/acm.2013.0426.
10. Feng, J., Li, S. and Chen, H. (2015) 'Impacts of Stress, Self-Efficacy, and Optimism on Suicide Ideation among Rehabilitation Patients with Acute Pesticide Poisoning', *PLoS ONE*, 10(2), pp. 1–11. doi: 10.1371/journal.pone.0118011.
11. Ghiasi, A. and Keramat, A. (2018) 'The Effect of Listening to Holy Quran Recitation on Anxiety: A Systematic Review', *Iranian Journal of Nursing and Midwifery Research*, 23(6), pp. 411–420. doi: 10.4103/ijnmr.IJNMR\_173\_17.
12. Gladys Ibanez et al. (2015) 'Effects of Antenatal Maternal Depression and Anxiety on Children's Early Cognitive Development: A Prospective Cohort Study', *PLoS ONE*, 10(8).
13. Habibi, A. A. and Hasbi, A. (2015) 'Kesehatan spiritual dan ibadah shalat dalam perspektif ilmu dan teknologi kedokteran', *Medika Islamica*, 12(1), pp. 61–83.
14. Hinman, S. K. et al. (2015) 'Exercise in Pregnancy: A Clinical Review', *Sports Health*, 7(6), pp. 527–531. doi: 10.1177/1941738115599358.
15. Kheirkhah, M. et al. (2014) 'Comparing the Effects of Aromatherapy With Rose Oils and Warm Foot Bath on Anxiety in the First Stage of Labor in Nulliparous Women', *Iranian Red Crescent Medical Journal*, 16(9). doi: 10.5812/ircmj.14455.
16. Kusuma, D. W. Y. and Bin, W. (2017) 'Effect of Yoga Program on Mental Health: Competitive Anxiety in Semarang Badminton Athletes', *Jurnal Kesehatan Masyarakat*, 13(1), pp. 121–130.
17. Lalji, L. et al. (2014) 'Birth Centre Management and Business Skill Training for Community Midwives of Pakistan', *J Asian Midwife*, 1(1), pp. 41–50.

18. Loomba, R. S. et al. (2012) 'Effects of Music on Systolic Blood Pressure, Diastolic Blood Pressure, and Heart Rate: A Meta-Analysis', *Indian Heart Journal. Cardiological Society of India*, 64(3), pp. 309–313. doi: 10.1016/S0019-4832(12)60094-7.
19. Rahayu, N. I., Amalia, T. P. and Damayanti, I. (2020) 'Effect of Yoga Physical Activity on Increasing Self-Control and Quality of Life', *Jurnal Kesehatan Masyarakat*, 15(3), pp. 399–405.
20. Rajeswari, S. and Sanjeevareddy, N. (2020) 'Efficacy of Progressive Muscle Relaxation on Pregnancy Outcome among Anxious Indian Primi Mothers', *Iranian Journal of Nursing and Midwifery Research*, 25(1), pp. 23–30. doi: 10.4103/ijnmr.IJNMR\_207\_18.
21. Schetter, C. D. and Tanner, L. (2015) 'Anxiety, Depression and Stress in Pregnancy: Implications for Mothers, Children, Research, and Practice', *HHS Public Access*, 25(2), pp. 141–148. doi: 10.1097/YCO.0b013e3283503680.
22. Shohani, M. et al. (2018) 'The Effect of Yoga on Stress, Anxiety, and Depression in Women', *International Journal of Preventive Medicine*, 9, pp. 100–104. doi: 10.4103/ijpvm.IJPVM\_242\_16.
23. Smith, K. M. and Campbell, C. G. (2013) 'Physical Activity during Pregnancy: Impact of Applying Different Physical Activity Guidelines', *Journal of Pregnancy*, 2013. doi: 10.1155/2013/165617.
24. Soltani, F. et al. (2019) 'The Effect of Relaxation Exercises on Emotions of Primigravida Women in Famenin', *Journal of Nursing and Midwifery Sciences*, 5(9), pp. 134–139.
25. Thoma, M. V. et al. (2013) 'The Effect of Music on the Human Stress Response', *PLoS ONE*, 8(8), pp. 1–12. doi: 10.1371/journal.pone.0070156.
26. Triastuti, N. J. and Dewi, I. K. (2018) 'The relationship between listening to religious music and reading al-Qur'an to anxiety levels of medical students', *International Journal of Research in Medical Sciences*, 7(1), p. 125. doi: 10.18203/2320-6012.ijrms20185366.
27. Zaini, A. (2015) 'Shalat sebagai Terapi bagi Pengidap Gangguan Kecemasan dalam Perspektif Psikoterapi Islam', *Konseling Religi: Jurnal Bimbingan Konseling Islam*, 6(2), pp. 319–334.

**Lampiran I**  
**Peraturan Menteri Kehakiman R.I.**  
**Nomor : M.01-HC.03.01 Tahun 1987**

Kepada Yth. :  
 Direktur Jenderal HKI  
 melalui Direktur Hak Cipta,  
 Desain Industri, Desain Tata Letak,  
 Sirkuit Terpadu dan Rahasia Dagang  
 di  
 Jakarta

**PERMOHONAN PENDAFTARAN CIPTAAN**

I. Pencipta :

- |                    |   |  |
|--------------------|---|--|
| 1. Nama            | : | <u>Arum Meiranny, S.SiT., M.Keb.</u>   |
| 2. Kewarganegaraan | : | <u>Indonesia</u>   |
| 3. Alamat          | : | <u>Jl. Candi Tembaga Selatan 4 No 968A Rt 12 / Rw 5 Kalipancur<br/>Ngaliyen Semarang 50183</u> |
| 4. Telepon         | : | <u>-</u>   |
| 5. No. HP & E-mail | : | <u>085640378635 / arummeiranny@unissula.ac.id</u>  |
| 1. Nama            | : | <u>Alfiah Rahmawati, S.SiT., M.Keb.</u>  |
| 2. Kewarganegaraan | : | <u>Indonesia</u>   |
| 3. Alamat          | : | <u>Jl Candi Tembaga Tengah 2 no 891 Rt 7 / Rw 5 Kalipancur Ngaliyen<br/>Semarang 50183</u>     |
| 4. Telepon         | : | <u>.....</u>   |
| 5. No. HP & E-mail | : | <u>08112725155 / alfiahrahmawati@unissula.ac.id</u>  |
| 1. Nama            | : | <u>Atika Zahria Arisanti, S.ST., M.Keb.</u>  |
| 2. Kewarganegaraan | : | <u>Indonesia</u>   |
| 3. Alamat          | : | <u>Mangkang Kulon RT 2/ RW 1 Kec Tugu Semarang</u>   |
| 4. Telepon         | : | <u>.....</u>   |
| 5. No. HP & E-mail | : | <u>08812643358 / atika.zahria@unissula.ac.id</u>   |

II. Pemegang Hak Cipta :

- |                    |   |   |
|--------------------|---|---|
| 1. Nama            | : | <u>Lembaga Penelitian dan Pengabdian Masyarakat (LPPM) Unissula</u> |
| 2. Kewarganegaraan | : | <u>Indonesia</u>  |
| 3. Alamat          | : | <u>Jl. Raya Kaligawe KM.4 Semarang.</u>                             |
| 4. Telepon         | : | <u>085700010180</u>   |
| 5. No. HP & E-mail | : | <u>bidanginovasilppm@unissula.ac.id</u>                             |

- III. Kuasa :
1. Nama : - .....
  2. Kewarganegaraan : - .....
  3. Alamat : - .....
  4. Telepon : - .....
  5. No. HP & E-mail : - .....

IV. Jenis dari judul ciptaan yang dimohonkan : SOP Senam Hamil Gerakan Salat

V. Tanggal dan tempat di-umumkan untuk pertama kali di wilayah Indonesia atau di luar wilayah Indonesia : UNISSULA Semarang, 3 Desember 2019

VI Uraian ciptaan : SOP Senam Hamil Gerakan Salat adalah panduan senam bagi ibu hamil yang mengadap gerakan-gerakan dalam salat, yang dimaksudkan agar memudahkan ibu hamil dalam mengingat gerakan-gerakan tersebut, sehingga dapat mengurangi ketidaknyamanan selama kehamilan dan menghasilkan luaran persalinan yang baik.



Semarang, 1 Desember 2021

1. Arum Meiranny, S.SiT., M.Keb.

A blue ink signature in a cursive style, likely belonging to Alfiah Rahmawati.

2. Alfiah Rahmawati, S.SiT., M.Keb.

A blue ink signature in a cursive style, likely belonging to Atika Zahria Arisanti.

3. Atika Zahria Arisanti, S.ST., M.Keb.

**Lampiran I**  
**Peraturan Menteri Kehakiman R.I.**  
**Nomor : M.01-HC.03.01 Tahun 1987**

Kepada Yth. :  
 Direktur Jenderal HKI  
 melalui Direktur Hak Cipta,  
 Desain Industri, Desain Tata Letak,  
 Sirkuit Terpadu dan Rahasia Dagang  
 di  
 Jakarta

**PERMOHONAN PENDAFTARAN CIPTAAN**

I. Pencipta :

- |                    |   |  |
|--------------------|---|--|
| 1. Nama            | : | Arum Meiranny, S.SiT., M.Keb.  |
| 2. Kewarganegaraan | : | Indonesia  |
| 3. Alamat          | : | Jl. Candi Tembaga Selatan 4 No 968A Rt 12 / Rw 5 Kalipancur<br>Ngaliyen Semarang 50183 |
| 4. Telepon         | : | -  |
| 5. No. HP & E-mail | : | 085640378635 / arummeiranny@unissula.ac.id   |
|                    |   |  |
| 1. Nama            | : | Alfiah Rahmawati, S.SiT., M.Keb.   |
| 2. Kewarganegaraan | : | Indonesia  |
| 3. Alamat          | : | Jl Candi Tembaga Tengah 2 no 891 Rt 7 / Rw 5 Kalipancur Ngaliyen<br>Semarang 50183     |
| 4. Telepon         | : |  |
| 5. No. HP & E-mail | : | 08112725155 / alfiahrahmawati@unissula.ac.id   |
|                    |   |  |
| 1. Nama            | : | Atika Zahria Arisanti, S.ST., M.Keb.   |
| 2. Kewarganegaraan | : | Indonesia  |
| 3. Alamat          | : | Mangkang Kulon RT 2/ RW 1 Kec Tugu Semarang  |
| 4. Telepon         | : |  |
| 5. No. HP & E-mail | : | 08812643358 / atika.zahria@unissula.ac.id  |

II. Pemegang Hak Cipta :

- |                    |   |  |
|--------------------|---|--|
| 1. Nama            | : | Lembaga Penelitian dan Pengabdian Masyarakat (LPPM) Unissula |
| 2. Kewarganegaraan | : | Indonesia  |
| 3. Alamat          | : | Jl. Raya Kaligawe KM.4 Semarang.                             |
| 4. Telepon         | : | 085700010180   |
| 5. No. HP & E-mail | : | bidanginovasilppm@unissula.ac.id                             |

- III. Kuasa :
1. Nama : - .....
  2. Kewarganegaraan : - .....
  3. Alamat : - .....
  4. Telepon : - .....
  5. No. HP & E-mail : - .....
- IV. Jenis dari judul ciptaan yang dimohonkan : SOP Senam Hamil Gerakan Salat
- V. Tanggal dan tempat di-umumkan untuk pertama kali di wilayah Indonesia atau di luar wilayah Indonesia : UNISSULA Semarang, 3 Desember 2019
- VI Uraian ciptaan : SOP Senam Hamil Gerakan Salat adalah panduan senam bagi ibu hamil yang mengadap gerakan-gerakan dalam salat, yang dimaksudkan agar memudahkan ibu hamil dalam mengingat gerakan-gerakan tersebut, sehingga dapat mengurangi ketidaknyamanan selama kehamilan dan menghasilkan luaran persalinan yang baik.

Semarang, 1 Desember 2021



1. Arum Meiranny, S.SiT., M.Keb.



2. Alfiah Rahmawati, S.SiT., M.Keb.



3. Atika Zahria Arisanti, S.ST., M.Keb.



**Lampiran I**  
**Peraturan Menteri Kehakiman R.I.**  
**Nomor : M.01-HC.03.01 Tahun 1987**

Kepada Yth. :  
 Direktur Jenderal HKI  
 melalui Direktur Hak Cipta,  
 Desain Industri, Desain Tata Letak,  
 Sirkuit Terpadu dan Rahasia Dagang  
 di  
 Jakarta

**PERMOHONAN PENDAFTARAN CIPTAAN**

I. Pencipta :

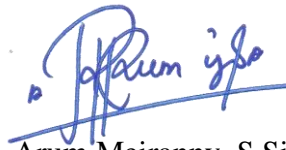
- |                    |   |  |
|--------------------|---|--|
| 1. Nama            | : | Arum Meiranny, S.SiT., M.Keb.  |
| 2. Kewarganegaraan | : | Indonesia  |
| 3. Alamat          | : | Jl. Candi Tembaga Selatan 4 No 968A Rt 12 / Rw 5 Kalipancur<br>Ngaliyen Semarang 50183 |
| 4. Telepon         | : | -  |
| 5. No. HP & E-mail | : | 085640378635 / arummeiranny@unissula.ac.id   |
|                    |   |  |
| 1. Nama            | : | Alfiah Rahmawati, S.SiT., M.Keb.   |
| 2. Kewarganegaraan | : | Indonesia  |
| 3. Alamat          | : | Jl Candi Tembaga Tengah 2 no 891 Rt 7 / Rw 5 Kalipancur Ngaliyen<br>Semarang 50183     |
| 4. Telepon         | : |  |
| 5. No. HP & E-mail | : | 08112725155 / alfiahrahmawati@unissula.ac.id   |
|                    |   |  |
| 1. Nama            | : | Atika Zahria Arisanti, S.ST., M.Keb.   |
| 2. Kewarganegaraan | : | Indonesia  |
| 3. Alamat          | : | Mangkang Kulon RT 2/ RW 1 Kec Tugu Semarang  |
| 4. Telepon         | : |  |
| 5. No. HP & E-mail | : | 08812643358 / atika.zahria@unissula.ac.id  |

II. Pemegang Hak Cipta :

- |                    |   |  |
|--------------------|---|--|
| 1. Nama            | : | Lembaga Penelitian dan Pengabdian Masyarakat (LPPM) Unissula |
| 2. Kewarganegaraan | : | Indonesia  |
| 3. Alamat          | : | Jl. Raya Kaligawe KM.4 Semarang                              |
| 4. Telepon         | : | 085700010180   |
| 5. No. HP & E-mail | : | bidanginovasilppm@unissula.ac.id                             |

- III. Kuasa :
1. Nama : - .....
  2. Kewarganegaraan : - .....
  3. Alamat : - .....
  4. Telepon : - .....
  5. No. HP & E-mail : - .....
- IV. Jenis dari judul ciptaan yang dimohonkan : SOP Senam Hamil Gerakan Salat
- V. Tanggal dan tempat di-umumkan untuk pertama kali di wilayah Indonesia atau di luar wilayah Indonesia : UNISSULA Semarang, 3 Desember 2019
- VI Uraian ciptaan : SOP Senam Hamil Gerakan Salat adalah panduan senam bagi ibu hamil yang mengadap gerakan-gerakan dalam salat, yang dimaksudkan agar memudahkan ibu hamil dalam mengingat gerakan-gerakan tersebut, sehingga dapat mengurangi ketidaknyamanan selama kehamilan dan menghasilkan luaran persalinan yang baik.

Semarang, 1 Desember 2021



1. Arum Meiranny, S.SiT., M.Keb.



2. Alfiah Rahmawati, S.SiT., M.Keb.



3. Atika Zahria Arisanti, S.ST., M.Keb.

## SURAT PENGALIHAN HAK CIPTA

Yang bertanda tangan dibawah ini :

N a m a : Arum Meiranny, S.SiT., M.Keb.

Alamat : Jl. Candi Tembaga Selatan 4 No 968A Rt 12 / Rw 5 Kalipancur Ngaliyan Semarang 50183

N a m a : Alfiah Rahmawati, S.SiT., M.Keb.

Alamat : Jl Candi Tembaga Tengah 2 no 891 Rt 7 / Rw 5 Kalipancur Ngaliyan Semarang 50183

N a m a : Atika Zahria Arisanti, S.ST., M.Keb.

Alamat : Mangkang Kulon RT 2/ RW 1 Kec Tugu Semarang

Adalah **Pihak I** selaku pencipta, dengan ini menyerahkan karya ciptaan saya kepada :

N a m a : Lembaga Penelitian dan Pengabdian Masyarakat (LPPM) Unissula.

Alamat : Jl. Raya Kaligawe Km. 4 Semarang.

Adalah **Pihak II** selaku Pemegang Hak Cipta berupa “SOP Senam Hamil Gerakan Salat” untuk didaftarkan di Direktorat Hak Cipta, Desain Industri, Desain Tata Letak dan Sirkuit Terpadu dan Rahasia Dagang, Direktorat Jenderal Hak Kekayaan Intelektual, Kementerian Hukum dan Hak Azasi Manusia R.I.

Demikianlah surat pengalihan hak ini kami buat, agar dapat dipergunakan sebagaimana mestinya.

Pemegang Hak Cipta

(Dr. Asyhari. S.E., M.M)



1. Arum Meiranny, S.SiT., M.Keb.

2. Alfiah Rahmawati, S.SiT., M.Keb.

3. Atika Zahria Arisanti, S.ST., M.Keb.

## SURAT PERNYATAAN

Yang bertanda tangan dibawah ini :

N a m a : Lembaga Penelitian dan Pengabdian Masyarakat (LPPM) Unissula

Kewarganegaraan : Indonesia

Alamat : Jl. Raya Kaligawe KM.4 Semarang

Dengan ini menyatakan bahwa :

1. Karya Cipta yang saya mohonkan :

Berupa : Standar Operasional Prosedur

Berjudul : SOP Senam Hamil Gerakan Salat

- Tidak meniru dan tidak sama secara esensial dengan Karya Cipta milik pihak lain atau obyek kekayaan intelektual lainnya sebagaimana dimaksud dalam Pasal 68 ayat (2);
- Bukan merupakan Ekspresi Budaya Tradisional sebagaimana dimaksud dalam Pasal 38;
- Bukan merupakan Ciptaan yang tidak diketahui penciptanya sebagaimana dimaksud dalam Pasal 39;
- Bukan merupakan hasil karya yang tidak dilindungi Hak Cipta sebagaimana dimaksud dalam Pasal 41 dan 42;
- Bukan merupakan Ciptaan seni lukis yang berupa logo atau tanda pembeda yang digunakan sebagai merek dalam perdagangan barang/jasa atau digunakan sebagai lambang organisasi, badan usaha, atau badan hukum sebagaimana dimaksud dalam Pasal 65 dan;
- Bukan merupakan Ciptaan yang melanggar norma agama, norma susila, ketertiban umum, pertahanan dan keamanan negara atau melanggar peraturan perundang-undangan sebagaimana dimaksud dalam Pasal 74 ayat (1) huruf d Undang-Undang Nomor 28 Tahun 2014 tentang Hak Cipta.

2. Sebagai pemohon mempunyai kewajiban untuk menyimpan asli contoh ciptaan yang dimohonkan dan harus memberikan apabila dibutuhkan untuk kepentingan penyelesaian sengketa perdata maupun pidana sesuai dengan ketentuan perundang-undangan.

3. Karya Cipta yang saya mohonkan pada Angka 1 tersebut di atas tidak pernah dan tidak sedang dalam sengketa pidana dan/atau perdata di Pengadilan.

4. Dalam hal ketentuan sebagaimana dimaksud dalam Angka 1 dan Angka 3 tersebut di atas saya / kami langgar, maka saya / kami bersedia secara sukarela bahwa :

a. Permohonan karya cipta yang saya ajukan dianggap ditarik kembali;

Karya Cipta yang telah terdaftar dalam Daftar Umum Ciptaan Direktorat Hak Cipta, Direktorat Jenderal Hak Kekayaan Intelektual, Kementerian Hukum Dan Hak Asasi Manusia R.I dihapuskan sesuai dengan ketentuan perundang-undangan yang berlaku.

- b. Dalam hal kepemilikan Hak Cipta yang dimohonkan secara elektronik sedang dalam perkara dan/atau sedang dalam gugatan di Pengadilan maka status kepemilikan surat pencatatan elektronik tersebut ditangguhkan menunggu putusan Pengadilan yang berkekuatan hukum tetap.

Demikian Surat pernyataan ini saya / kami buat dengan sebenarnya dan untuk dipergunakan sebagaimana mestinya.

Semarang, 1 Desember 2021

Yang menyatakan,

(Dr. Asyhari. S.E., M.M)

**FORMULIR PERMOHONAN  
PENCATATAN PERJANJIAN LISENSI KEKAYAAN INTELEKTUAL**

Kepada Yth.

Direktur Jenderal Kekayaan Intelektual  
u.p. Direktur Hak Cipta dan Desain Industri,  
Desain Tata Letak, Sirkuit Terpadu dan  
Rahasia Dagang.

di -

Jakarta.

Yang bertanda tangan di bawah ini :

Nama : \_\_\_\_\_  
Perusahaan/Badan : \_\_\_\_\_  
Hukum\* : \_\_\_\_\_  
Alamat : \_\_\_\_\_  
Kuasa dan Alamat : \_\_\_\_\_  
Kuasa\*\* : \_\_\_\_\_  
Nomor Telepon/HP : \_\_\_\_\_  
Email : \_\_\_\_\_

Dengan ini mengajukan permohonan pencatatan perjanjian lisensi:

Antara (Pemilik Hak) : \_\_\_\_\_  
Dengan (Penerima Hak) : \_\_\_\_\_  
Yang berlaku sejak : \_\_\_\_\_  
tanggal : \_\_\_\_\_  
Sampai dengan tanggal : \_\_\_\_\_

Pada saat permohonan pencatatan diajukan, perjanjian lisensi dimaksud masih berlaku (terlampir).

Semarang, .....

Yang menyatakan,

Materai

\* Jika diajukan a.n Perusahaan/Badan Hukum

\*\* Jika dikuasakan

.....