

## **BAB IV**

### **TEHNIK PENCARIAN JURNAL DAN ANALISIS JURNAL**

#### **A. Strategi Pencarian Jurnal**

##### 1. Kata kunci yang digunakan

Pencarian jurnal dilakukan pada bulan April 2024 dengan menggunakan sumber artikel yang dipublikasikan di *Google Scholar*. Kata kunci awal yang digunakan adalah “intervensi kualitas tidur ibu hamil” dengan batas tahun sejak 2020.

##### 2. Pemilihan jurnal

Dari hasil pencarian tersebut, didapatkan hasil 9.450 artikel. Kemudian kata kunci ditambah menjadi “intervensi kualitas tidur ibu hamil trimester 3” dan didapatkan hasil 3.140 artikel. Kemudian kata kunci diubah menjadi “pengaruh pijat terhadap kualitas tidur ibu hamil trimester 3” dan didapatkan hasil 1.740 artikel. Selanjutnya penulis memilih jurnal yang memenuhi kriteria inklusi dan eksklusi sebagai berikut :

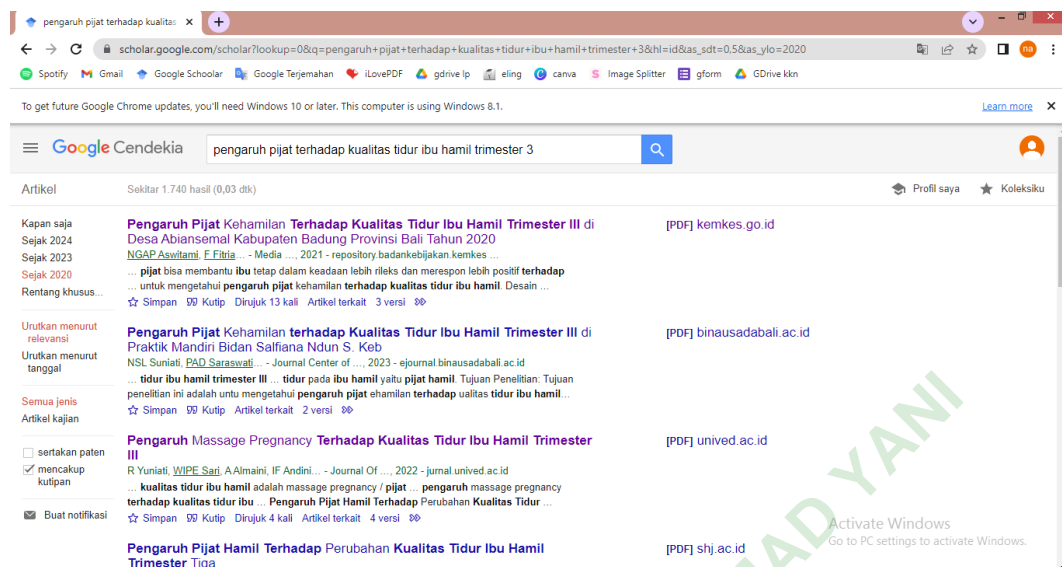
###### a. Inklusi

- 1) Artikel penelitian yang terbit sejak 2020
- 2) Penelitian menggunakan kuesioner PSQI
- 3) Besar sampel lebih dari 30 responden

###### b. Eksklusi

- 1) Artikel penelitian case study

Kemudian penulis memilih artikel yang sesuai dengan kriteria inklusi dan IMRAD. Penulis memilih artikel utama dengan judul “Pengaruh pijat kehamilan terhadap kualitas tidur ibu hamil trimester III di Desa Abiansemal Kabupaten Badung Provinsi Bali Tahun 2020”.



Gambar 4. 1 Strategi Pencarian Jurnal

## B. Resume Jurnal

### 1. Judul artikel

Pengaruh pijat kehamilan terhadap kualitas tidur ibu hamil trimester III di Desa Abiansemal Kabupaten Badung Provinsi Bali Tahun 2020.

### 2. Nama penulis

Ni Gusti Ayu Pramita Aswitami, Fitriana, Apri Sulistianingsih dan Ni Putu Mirah Yunita Udayani.

### 3. Waktu dan tempat penelitian

Maret 2019 sampai dengan Februari 2020 di Desa Abiansemal Kabupaten Badung.

### 4. Populasi dan sampel penelitian

Populasi ibu hamil sebanyak 196 orang dan jumlah sampel diambil sebanyak 98 orang masing-masing per-kelompok menggunakan metode pengambilan *pusposive sampling*.

## C. Resume IMRAD

### 1. Introduction

Gangguan tidur adalah keluhan yang sering terjadi pada ibu hamil trimester tiga. Penurunan kualitas tidur yaitu berkurangnya durasi tidur

pada ibu hamil merupakan salah satu bentuk gangguan tidur. Efek yang terjadi pada ibu hamil yang mengalami gangguan tidur adalah berkurangnya kualitas hidup ibu hamil dan memengaruhi tumbuh kembang pada janin yang dikandungnya. Salah satu terapi nonfarmakologi yang dapat meningkatkan kualitas tidur ibu hamil adalah pregnancy massage / pijat kehamilan. Wanita hamil perlu melakukan segala daya untuk mendukung kehamilan yang bahagia dan sehat. Terapi pijat bisa membantu ibu tetap dalam keadaan lebih rileks dan merespon lebih positif terhadap ketidaknyamanan yang berhubungan dengan rasa sakit.

## 2. Method

Desain penelitian ini menggunakan Quasy Experiment dengan Pre-Posttest Design With Nonequivalent Control Group. Pengambilan sampel secara purposive untuk 196 ibu hamil yang terbagi menjadi kelompok kontrol diberikan layanan antenatal care (ANC) sesuai prosedur layanan ANC dan kelompok perlakuan adalah pijat kehamilan sesuai SOP. Kemudian setelah di masing-masing kelompok di berisi 98 orang. Pengukuran kualitas tidur menggunakan kuesioner PSQI. Penelitian dilaksanakan pada bulan Maret 2019 sampai dengan bulan Februari 2020 di Desa Abiansemal Kabupaten Badung. Analisis data untuk pada kelompok kontrol dan kelompok perlakuan menggunakan uji Mann Whitney Test.

## 3. Result

Hasil penelitian menunjukkan bahwa terdapat pengaruh yang signifikan pijat kehamilan terhadap peningkatan kualitas tidur pada ibu hamil dibandingkan dengan pelayanan ANC dengan rata-rata skor PSQI baik pada selisih maupun persentase dengan  $p < 0,001$ . Disimpulkan pijat kehamilan secara signifikan meningkatkan kualitas tidur pada ibu hamil.

## 4. Discussion

Berdasarkan hasil pengukuran menunjukkan selisih rata-rata skor PSQI kualitas tidur pada kelompok perlakuan -7,03 (1,92) dibandingkan pada

kelompok kontrol yang penurunannya lebih sedikit -2,06 (1,26). Terdapat pengaruh signifikan rata-rata skor PSQI kualitas tidur pada kedua kelompok baik pada selisih maupun persentase ( $p < 0,001$ ). Semakin rendah skor PSQI menunjukkan peningkatan kualitas tidur yang lebih baik, dengan demikian terdapat pengaruh yang signifikan pijat kehamilan terhadap peningkatan kualitas tidur pada ibu hamil. Responden pada kelompok perlakuan menyatakan setelah dilakukan pijat kehamilan, tubuh terasa lebih rileks dan keluhan nyeri serta rasa tidak nyaman pada tubuh berkurang. Secara fisiologis, efek relaksasi pada pijat kehamilan melibatkan saraf parasimpatis dalam sistem saraf pusat yang berfungsi menurunkan produksi hormon adrenalin atau epinefrin (hormon stress) dan meningkatkan sekresi hormon noradrenalin atau norepinefrin (hormon relaks) sehingga terjadi penurunan ketegangan pada saraf-saraf ibu hamil. Pada kelompok perlakuan menyatakan setelah diberikan pijat kehamilan secara rutin, keluhan nyeri punggung dan rasa ingin berkemih yang menyebabkan ibu-ibu sering terbangun di malam hari menjadi berkurang. Berdasarkan uraian hasil penelitian maka dapat dijelaskan bahwa terapi pijat kehamilan secara signifikan meningkatkan kualitas tidur ibu hamil.

#### **D. Rencana Aplikasi Jurnal Pada Kasus**

1. Tahap persiapan
  - a. Peneliti melakukan studi pendahuluan untuk mendapatkan gambaran tentang fenomena masalah yang terjadi.
  - b. Peneliti mengajukan judul kepada dosen pembimbing.
  - c. Peneliti mengkonsultasikan setiap BAB kepada dosen pembimbing
2. Tahap pelaksanaan

Penelitian dimulai dengan melakukan pengumpulan data pada bulan Juli-Agustus 2023 yang meliputi:

  - a. Peneliti melakukan kunjungan ke rumah yang menjadi kasus kelolaan dan melakukan pengkajian menggunakan kuesioner PSQI

- b. Setelah dilakukan skrining awal, peneliti meminta persetujuan dari pasien untuk implementasikan jurnal yang sudah di analisa.
  - c. Pasien dan keluarga di berikan dan diajarkan terapi pijat kehamilan selama 2x dalam seminggu.
  - d. Peneliti melakukan evaluasi di hari ke 7 setelah intervensi.
3. Tahap akhir
- Peneliti menyusun hasil dari implementasi selama 7 hari tersebut dalam bentuk askep:
- a. Menyusun hasil implementasi dalam bentuk askep
  - b. Menyusun BAB III,V dan BAB VI.
  - c. Melakukan bimbingan untuk melaporkan hasilyang didapatkan.
  - d. Melakukan ujian akhir karya ilmiah ners
  - e. Revisi penelitian sesuai arahan
  - f. Penjilidan karya ilmiah ners.