

**PENGARUH TEKNIK RELAKSASI TERHADAP PENURUNAN
TINGKAT KECEMASAN IBU HAMIL *PRIMIGRAVIDA*
TRIMESTER III DI BPS ENDANG PURWANINGSIH
PLERET BANTUL YOGYAKARTA**

KARYA TULIS ILMIAH

**Diajukan Sebagai Salah Satu Syarat Mencapai Gelar Ahli Madya Kebidanan
STIKES A. Yani Yogyakarta**



Disusun oleh :

YOSI HANA PRATIWI
1309040

**PROGRAM STUDI DIII KEBIDANAN
SEKOLAH TINGGI ILMU KESEHATAN
JENDERAL ACHMAD YANI
YOGYAKARTA
2012**

HALAMAN PENGESAHAN

PENGARUH TEKNIK RELAKSASI TERHADAP PENURUNAN TINGKAT KECEMASAN IBU HAMIL *PRIMIGRAVIDA* TRIMESTER III DI BPS ENDANG PURWANINGSIH PLERET BANTUL YOGYAKARTA

KARYA TULIS ILMIAH

Diajukan oleh :

YOSI HANA PRATIWI

NIM: 1309040

Telah Dipertahankan di Depan Dewan Penguji dan Diterima sebagai Salah Satu Syarat Untuk Mendapatkan Gelar Ahli Madya Kebidanan di Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan Jenderal Acmad Yani Yogyakarta

Tanggal : 13 Agustus 2012

Menyetujui :

Penguji,

Pembimbing I,

Pembimbing II,

Supiyati, S.Si.T, M.Kes
NIDN. 05-1410-5901

Ekawati, S.Si.T, M.Kes
NIDN. 05-1412-8501

Tri Pitara M., S.Si, M.Kes
NIDN. 05-0606-6801

Mengesahkan,
Ketua Program Studi DIII Kebidanan
STIKES A. Yani Yogyakarta

Tyasning Yuni Astuti Anggraini, S.ST., M.Kes
NIDN. 05-1006-8501

HALAMAN PERNYATAAN

Yang bertanda tangan di bawah ini :

Nama : Yosi Hana Pratiwi
NIM : 1309040
Tempat Tanggal Lahir : Bantul, 03 Juni 1992
Program Studi : DIII Kebidanan

Menyatakan bahwa Karya Tulis Ilmiah yang berjudul “Pengaruh Teknik Relaksasi terhadap Penurunan Tingkat Kecemasan Ibu Hamil *Primigravida* Trimester III di BPS Endang Purwaningsih Pleret Bantul”, bukan merupakan hasil karya tulis orang lain, baik sebagian maupun keseluruhan kecuali dalam bentuk kutipan yang telah disebutkan.

Demikian surat pernyataan ini dibuat sebenar-benarnya dan apabila pernyataan ini tidak benar, saya bersedia mendapat sanksi.

Yogyakarta, Agustus 2012

Yosi Hana Pratiwi
1309040

KATA PENGANTAR

Puji dan syukur kehadiran Tuhan Yang Maha Esa atas berkat dan rahmat serta anugerah-Nya, sehingga penyusunan Karya Tulis Ilmiah yang berjudul “Pengaruh Teknik Relaksasi terhadap Penurunan Tingkat Kecemasan Ibu Hamil *Primigravida* Trimester III di BPS Endang Purwaningsih Pleret Bantul Yogyakarta” dapat diselesaikan dengan baik.

Diucapkan terimakasih kepada semua pihak atas bimbingan, bantuan dan dukungan dalam penyusunan Karya Tulis Ilmiah ini antara lain :

1. dr. I. Edy Purwoko, Sp.B, selaku Ketua STIKES Achmad Yani Yogyakarta.
2. Tyasning Yuni Astuti Anggraini, S.Si.T, M.Kes, selaku Ketua Prodi DIII Kebidanan STIKES Achmad Yani Yogyakarta.
3. Supiyati, S.Si.T, M.Kes, selaku penguji yang telah memberikan arahan dalam menyusun Karya Tulis Ilmiah ini.
4. Ekawati, S.Si.T, M.Kes, selaku Pembimbing I yang telah memberikan bimbingan dan arahan dalam menyusun Karya Tulis Ilmiah ini.
5. Tri Pitara Mahanggoro, S.Si., M.Kes, selaku pembimbing II yang telah memberikan bimbingan dan arahan dalam menyusun Karya Tulis Ilmiah ini.
6. Seluruh dosen dan staf STIKES A.Yani Yogyakarta
7. Bidan Praktik Swasta Endang Purwaningsih Pleret, Bantul, Yogyakarta yang telah memberikan informasi dan data dalam pembuatan Karya Tulis Ilmiah ini.
8. Ibu hamil di BPS Endang Purwaningsih yang telah bersedia menjadi responden dalam penelitian ini.
9. Keluargaku yang selalu memberikan doa, semangat, dan dukungan dalam penyelesaian Karya Tulis Ilmiah ini.
10. Teman-teman angkatan tahun 2009 STIKES Achmad Yani Yogyakarta yang telah berjasa mendampingi dan membantu dalam penyelesaian Karya Tulis Ilmiah ini.
11. Semua pihak yang telah membantu dalam penyelesaian Karya Tulis Ilmiah ini yang tidak dapat disebutkan satu per satu.

Agar dapat menyempurnakan Karya Tulis Ilmiah ini dimohonkan kritik dan saran. Karya Tulis Ilmiah ini diharapkan dapat bermanfaat khususnya bagi tenaga kesehatan dan masyarakat pada umumnya.

Yogyakarta, Agustus 2012

Penulis

DAFTAR ISI

	Halaman
HALAMAN JUDUL.....	i
HALAMAN PERSETUJUAN.....	ii
HALAMAN PENGESAHAN.....	iii
INTISARI.....	iv
ABSTRACT.....	v
HALAMAN PERNYATAAN	vi
HALAMAN PERSEMBAHAN	vii
KATA PENGANTAR	viii
DAFTAR ISI.....	ix
DAFTAR TABEL	x
DAFTAR GAMBAR	xi
DAFTAR LAMPIRAN.....	xii
ARTI LAMBANG DAN SINGKATAN	xiii
 BAB I PENDAHULUAN	 1
A. Latar Belakang Masalah	1
B. Rumusan Masalah	6
C. Tujuan Penelitian.....	7
D. Manfaat Penelitian.....	7
E. Keaslian Penelitian	9
 BAB II. TINJAUAN PUSTAKA	 11
A. Landasan Teori.....	39
B. Kerangka Teori.....	40
C. Kerangka Konsep	40
D. Hipotesis.....	40
 BAB III. METODE PENELITIAN	 41
A. Desain Penelitian.....	42
B. Lokasi dan Waktu Penelitian.....	42
C. Populasi dan Sampel Penelitian	44
D. Variabel Penelitian	45
E. Definisi Operasional	46
F. Alat dan Metode Pengumpulan Data	46
G. Metode Pengolahan dan Analisis Data	50
H. Etika Penelitian	51
I. Pelaksanaan Penelitian.....	53
 BAB IV. HASIL DAN PEMBAHASAN	 57
A. Hasil Penelitian	57
B. Pembahasan	57

BAB V. KESIMPULAN DAN SARANAN	
A. Kesimpulan	62
B. Saran	62
DAFTAR PUSTAKA	65
LAMPIRAN	67

PERPUSTAKAAN
STIKES JENDERAL ACHMAD YANI
YOGYAKARTA

DAFTAR TABEL

	Halaman
Tabel 1.1 Keaslian Peneelitan.....	9
Tabel 3.1 Definisi Operasional	34
Tabel 4.1 Distribusi Frekuensi Karakteristik Ibu Hamil <i>Primigravida</i> Trimester III Berdasarkan Umur di BPS Endang Purwaningsih Pleret Bantul.....	54
Tabel 4.2 Distribusi Frekuensi Karakteristik Ibu Hamil <i>Primigravida</i> Trimester III Berdasarkan Pendidikan di BPS Endang Purwaningsih Pleret Bantul	54
Tabel 4.3 Distribusi Frekuensi Karakteristik Ibu Hamil <i>Primigravida</i> Trimester III Berdasarkan Pekerjaan di BPS Endang Purwaningsih Pleret Bantul	54
Tabel 4.4 Distribusi Frekuensi Karakteristik Ibu Hamil <i>Primigravida</i> Trimester III Sebelum dilakukan Teknik Relaksasi di BPS Endang Purwaningsih Pleret Bantul	55
Tabel 4.5 Distribusi Frekuensi Karakteristik Ibu Hamil <i>Primigravida</i> Trimester III Setelah dilakukan Teknik Relaksasi di BPS Endang Purwaningsih Pleret Bantul.....	55
Tabel 4.6 Tingkat Kecemasan Ibu Hamil <i>Primigravida</i> Trimester III Sebelum Dilakukan Teknik Relaksasi dan Sesudah Dilakukan Teknik Relaksasi di BPS Endang Purwaningsih Pleret Bantul	56
Tabel 4.7 Uji Statistik Pengaruh Teknik Relaksasi terhadap Penurunan Tingkat Kecemasan Ibu Hamil <i>Primigravida</i> Trimester III di BPS Endang Purwaningsih Pleret Bantul	57

DAFTAR GAMBAR

	Halaman
Gambar 2.1 Rentang Respons <i>Ansietas</i>	16
Gambar 2.2 Kerangka Teori.....	29
Gambar 2.3 Kerangka Konsep.....	30

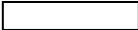
PERPUSTAKAAN
JENDERAL ACHMAD YANI
YOGYAKARTA

DAFTAR LAMPIRAN

- Lampiran 1. Surat Studi Pendahuluan
- Lampiran 2. Surat Ijin Penelitian
- Lampiran 3. Surat Permohonan Menjadi Responden
- Lampiran 4. *Informed Consent*
- Lampiran 5. Kuesioner Penelitian
- Lampiran 6. *Frequency Table*
- Lampiran 7. Uji *Paired T-test*
- Lampiran 8. Jadwal Penelitian
- Lampiran 9. Jadwal Konsultasi Proposal
- Lampiran 10. Jadwal Konsultasi KTI

PERPUSTAKAAN
STIKES JENDERAL ACHMAD YANI
YOGYAKARTA

ARTI LAMBANG DAN SINGKATAN

AKI	: Angka Kematian Ibu
BPS	: Bidan Praktek Swasta
FSH	: <i>Follicel Stimulating Hormone</i>
HPL	: Hari Perkiraan Lahir
LH	: <i>Lutenizing Hormone</i>
PEB	: Preeklamsi berat
WHO	: <i>World Organization Health</i>
	: Variabel diteliti
	: Variabel yang tidak diteliti

PERPUSTAKAAN
STIKES JENDERAL ACHMAD YANI
YOGYAKARTA