

KARYA TULIS ILMIAH



**TERAPI MUROTTAL DAN TEKNIK RELAKSASI PERNAFASAN UNTUK
MENGURANGI TINGKAT KECEMASAN IBU BERSALIN KALA 1 FASE
AKTIF DI PMB BRIDA KITY DINARUM S.ST SEMPOR KEBUMEN**

**Disusun oleh :
INTANNIA RIZKI ANNISA ANDRITYA
B1801443**

**UNIVERSITAS MUHAMMADIYAH GOMBONG
PROGRAM STUDI KEBIDANAN PROGRAM DIPLOMA TIGA
TAHUN 2020/2021**

KARYA TULIS ILMIAH



**TERAPI MUROTTAL DAN TEKNIK RELAKSASI PERNAFASAN UNTUK
MENGURANGI TINGKAT KECEMASAN IBU BERSALIN KALA 1 FASE
AKTIF DI PMB BRIDA KITY DINARUM S.ST SEMPOR KEBUMEN**

**Diajukan Untuk Memenuhi Jenjang Pendidikan
Diploma III Kebidanan**

**Disusun oleh :
INTANNIA RIZKI ANNISA ANDRITYA
B1801443**

**UNIVERSITAS MUHAMMADIYAH GOMBONG
PROGRAM STUDI KEBIDANAN PROGRAM DIPLOMA TIGA
TAHUN 2020/2021**

I LAMAN PER8L'TUJUAN

KARYA TULtS ILMtAH

TERAPI MUROTTAL DAN TEKN I K REt.AKSASI PERNAFASAN UNTUX
MENGURANG1 TINGKAT KECEMASAN IBU BERSALIN KALA 1 FASE
A KTIF DI PMB BRIDA CITY DINARUM 5.ST SEMPOR KEBUM fin

Disusun Oleh :

\ntarmia R\zki Annisa Aadzitya
@I801443)

Telah Memenuhi Persyaratan dan Disetujui Untuk Mengikuti Ujian fi oposal KTI

Oleh :

Pembimbing : Dyali Puji ASfuli, S. T, M.P.H

Tanggal 21 Agustus 2021

Tanda Tangaa



Mengetahui

KemaRan Studi Kebidanan Program Diploma Tiga



(Eka No ana, S.ST, M,P.H)

HALAMAN PENGESAHAN

KARYA TULIS ILMIAH

TERAPI MUROTTAL DAN TEKNIK RELAKSASI PERNAFASAN UNTUK MENGURANGI TINGKAT KECEMASAN IBU BERSALIN KALA 1 FASE AKTIF DI PMB BRIDA KITY DINARUM S.ST SEMPOR KEBUMEN

Disusun Oleh:
Intannia Rizki Annisa Andritya
(B1801443)

Telah dipertahankan di depan Dewan Penguji
Pada tanggal 21 Agustus 2021

Penguji :

1. Lutfia Uli Na'mah, S.ST.,M.Kes (.....)
2. Dyah Puji Astuti,S.SiT.,MPH (.....)

Mengetahui,
Ketua Program Studi Kebidanan Program Diploma Tiga



(Eka Novyriana, S.S.T., M.P.H)

LEMBAR PERNYATAAN

Dengan ini saya menyatakan bahwa penulisan laporan Karya Tulis Ilmiah ini tidak terdapat karya lain yang pernah diajukan untuk penelitian atau untuk memperoleh gelar diploma pada perguruan tinggi lain dan sepanjang pengetahuan penulis juga tidak terdapat karya orang lain atau pendapat yang pernah ditulis atau diterbitkan oleh orang lain, kecuali yang secara tertulis diacu dalam naskah ini dan disebutkan dalam daftar pustaka.

Gombong, 30 Juli 2021



Intannia Rizki Annisa Andriyana



**HALAMAN PERNYATAAN PERSETUJUAN PUBLIKASI
TUGAS AKHIR UNTUK KEPENTINGAN AKADEMIS**

Sebagai Civitas Akademika Universitas Muhammadiyah Gombong, saya yang bertanda tangan di bawah ini :

Nama : Intannia Rizki Annisa Andritya

NIM : B1801443

Program Studi : DIII Kebidanan

Jenis Karya : KTI

Demi pengembangan ilmu pengetahuan, menyetujui untuk memberikan kepada Universitas Muhammadiyah Gombong **Hak Bebas Royalti Noneksklusif** atas karya ilmiah saya yang berjudul :

“TERAPI MUROTTAL DAN TEKNIK RELAKSASI PERNAFASAN UNTUK MENGURANGI TINGKAT KECEMASAN IBU BERSALIN KALA 1 FASE AKTIF DI PMB BRIDA KITY DINARUM S.ST SEMPOR KEBUMEN”

Beserta perangkat yang ada (jika diperlukan), dengan Hak Bebas Royalti Noneksklusif ini. Universitas Muhammadiyah Gombong berhak menyimpan, mengalih media/formatkan, mengelola dalam bentuk pangkalan data (database), merawat dan mempublikasikan tugas akhir saya selama tetap mencantumkan nama saya sebagai penulis/pencipta dan sebagai pemilik hak cipta.

Demikian pernyataan ini saya buat dengan sebenarnya.

Dibuat di : Gombong

Pada tanggal : 30 Juli 2021

Yang menyatakan



(Intannia Rizki Annisa Andritya)

KARYA TULIS ILMIAH
TERAPI MUROTTAL DAN TEKNIK RELAKSASI PERNAFASAN UNTUK
MENGURANGI TINGKAT KECEMASAN IBU BERSALIN KALA 1 FASE AKTIF
DI PMB BRIDA KITY DINARUM S.ST SEMPOR KEBUMEN¹
Intannia Rizki Annisa Andriyana², Dyah Puji Astuti,S.SiT.,MPH³

INTISARI

Latar Belakang : Nyeri pada saat proses persalinan dapat mengakibatkan komplikasi persalinan yang berakibat fatal bagi ibu. Ini disebabkan karena nyeri yang terjadi saat persalinan mengakibatkan uterus semakin menegang sehingga aliran darah dan oksigen yang masuk kedalam otot uterus berkurang. Ini akan mengakibatkan berkurangnya pasokan oksigen ke janin. Hal tersebut dapat diatasi dengan metode nonfarmakologis terapi murottal dan teknik relaksasi pernafasan.

Tujuan : Untuk mengetahui keefektifan terapi murottal dan teknik relaksasi pernafasan dalam mengurangi tingkat kecemasan ibu bersalin kala 1 fase aktif .

Metode Penelitian : Penelitian ini merupakan deskripsi kualitatif dengan pendekatan studi kasus. Responden dalam penelitian ini adalah 3 ibu bersalin menggunakan instrumen speaker lantunan murottal, lembar observasi, lembar penilaian menggunakan skala HARS.

Hasil : Sesudah diberikan penerapan terapi murottal dan relaksasi pernafasan terjadi penurunan skor pada semua responden: dari skor 12 ke 6 (responden 1), skor 9 ke 4 (responden 2), skor 16 ke 10 (responden 3).

Kesimpulan : Terapi murottal dan relaksasi pernafasan bisa menurunkan derajat tingkat kecemasan pada ibu bersalin kala 1 fase aktif dengan kecemasan.

Kata Kunci : Murottal, Relaksasi Pernafasan, Kecemasan, Persalinan

Kepustakaan : Buku dan jurnal (tahun 2018-2021)

Jumlah halaman :

¹Judul

²Mahasiswa prodi DIII Kebidanan

³Dosen STIKES Muhammdiyah Gombang

SCIENTIFIC PAPER
MUROTAL THERAPY AND BREATHING RELAXATION TECHNIQUE TO
REDUCE ANXIETY LEVEL OF MOTHERS IN GIVING BIRTH AT THE FIRST
ACTIVE PHASE IN INDEPENDENT MIDWIFERY CLINIC OF MIDWIFE BRIDA
KITY DINARUM S.ST SEMPOR, KEBUMEN¹
Intannia Rizki Annisa Andritya², Dyah Puji Astuti, S. SiT., MPH³

ABSTRACT

Background: Labor pain can lead to complications which can be fatal for the mother. This is because the pain causes the uterus to tighten so that the blood flow and oxygen entering the uterine muscle are decreasing. It will result in the decreasing oxygen supply to the fetus. To overcome this, non-pharmacological method can be applied by conducting murottal therapy and breathing relaxation technique.

Objective: To know the application of murottal therapy and breathing relaxation technique for reducing anxiety level of giving birth mothers in the first active phase.

Method: This study is a qualitative descriptive qualitative with a case-study approach. The respondents were 3 giving birth mothers. Data were obtained from interview and observation. The instruments were observation sheet, HARS scale.

Result: After having the application of murottal therapy and breathing relaxation technique, there was a decrease in the anxiety level of all respondents: from score 12 to score 6 (respondent 1), from score 9 to score 4 (respondent 2), and from score 16 to score 10 (respondent 3).

Conclusion: Murottal therapy and breathing relaxation technique can reduce the anxiety level of giving birth mothers at the first active phase.

Keywords: Murottal, breathing relaxation, anxiety, giving birth

Literature: (2018-2021) books and journals

Number of pages: appendices

¹Title

²Student of D III Program of Midwifery Department

³Lecturer of Muhammadiyah University of Gombong

KATA PENGANTAR

Assalamu'alaikum Warahmatullahi Wabarakatuh

Segala puja dan puji syukur senantiasa saya panjatkan kepada Allah Subhanallah Wa Taala (SWT) yang telah memberikan Rahmat serta Hidayah-Nya sehingga dalam penulisan karya ilmiah ini saya tidak mengalami kendala yang berarti hingga terselesaikannya karya tulis ilmiah yang saya beri judul **"TERAPI MUROTAL DAN TEKNIK RELAKSASI PERNAFASAN UNTUK MENGURANGI TINGKAT KECEMASAN IBU BERSALIN KALA 1 FASE AKTIF DI PMB BRIDA KITY DINARUM S.ST SEMPOR KEBUMEN"**

Pada kesempatan ini, dalam penulisan karya tulis ilmiah ini saya mendapatkan banyak bantuan dari berbagai pihak, oleh karenanya dari hati yang terdalam saya juga ingin mengungkapkan rasa terimakasih kepada :

1. Hj. Herniatun, M.Kes selaku Ketua Universitas Muhammadiyah Gombong,
2. Eka Novyriana, S.S.T, MPH, selaku Ketua Program Studi DIII Kebidanan Universitas Muhammadiyah Gombong.
3. Dyah Puji Astuti, S.SiT, MPH, selaku pembimbing asuhan kebidanan komprehensif yang membimbing penulis dalam menyelesaikan laporan ini.
4. Ibu Brida Kity Dinarum S.St selaku pemilik Klinik Bersalin Restu Bunda yang sudah mengizinkan saya melakukan penelitian.
5. Ny.M, Ny.P dan Ny.A selaku ibu bersalin yang telah bersedia menjadi responden.
6. Bapak Pendi Andriyana dan Ibu Indah Supriyani selaku orang tua yang sudah memberikan dukungan materi dan moral
7. Ahmad Hafizh Alfirdaus yang setia mendampingi dan membantu penulis dalam proses penyusunan Tugas Akhir ini.
8. Teman-teman seperjuangan yang juga selalu memberikan motivasi baik berupa sharing pendapat, motivasi dalam hal-hal lainnya dalam rangka pembuatan karya tulis ilmiah ini.
9. Pihak-pihak terkait lainnya yang juga turut serta membantu saya dalam pembuatan karya tulis ilmiah ini.

Menyadari adanya berbagai keterbatasan yang dimiliki oleh penulis, baik pengetahuan maupun pengalaman tentunya laporan *komprehensif* ini masih terdapat banyak kekurangan. Untuk itu kritik dan saran yang bersifat membangun sangat diharapkan. Semoga Allah SWT senantiasa memberikan rahmat dan hidayah bagi kita semua (Amin).

Wassalamu'alaikum Warahmatullahi Wabarakatuh

Gombong, Juli 2021

Penulis



Intannia Rizki Annisa Andriyana

DAFTAR ISI

HALAMAN JUDUL	i
HALAMAN PERSETUJUAN.....	ii
HALAMAN PENGESAHAN.....	iii
LEMBAR PERNYATAAN	iv
HALAMAN PERNYATAAN PERSETUJUAN PUBLIKASI.....	v
INTISARI.....	vi
ABSTRACT	vii
KATA PENGANTAR	viii
DAFTAR ISI.....	ix
DAFTAR TABEL	xi
DAFTAR GAMBAR	xii
DAFTAR LAMPIRAN.....	xiii
BAB I	
PENDAHULUAN	1
A. Latar Belakang	1
B. Tujuan	5
C. Manfaat	5
BAB II	
TINJAUAN PUSTAKA.....	7
A. Asuhan Kebidanan Persalinan Normal	7
B. Konsep Persalinan.....	12
C. Konsep Dasar Kecemasan (Ansietas)	22
D. Relaksasi Pernafasan.....	29
E. Murottal Al. Qur'an	31
F. Kerangka Teori.....	36
BAB III	
METODE PENELITIAN.....	37
A. Jenis Penelitian.....	37
B. Subjek.....	37
C. Fokus Studi.....	38
D. Definisi Operasional.....	39
E. Instrumen	39
F. Metode Pengumpulan Data	40
G. Tempat dan Waktu	42
H. Analisa Data dan Penyajian Data.....	42
I. Etika Studi Kasus	43
BAB IV	
MANAJEMEN KASUS, HASIL DAN PEMBAHASAAN.....	46
A. Manajemen Kasus	46
B. Hasil	55

C. Pembahasan.....	59
D. Keterbatasan Penerapan	64
BAB	V
PENUTUP.....	65
A. Kesimpulan	65
B. Saran.....	67



DAFTAR TABEL

Tabel 3. 1 Definisi Operasional	39
Tabel 4. 1 Karakteristik Responden Pemberian Terapi Murottal dan Relaksasi Pernafasan.	55
Tabel 4. 2 Skala Kecemasan responden sebelum penerapan terapi murottal dan relaksasi pernafasan.....	56
Tabel 4. 3 Skala kecemasan responden sebelum ikan terapi murottal	57
Tabel 4. 4 Tingkat pengaruh pemberian terapi	58



DAFTAR GAMBAR

Kerangka teori	36
----------------------	----



DAFTAR LAMPIRAN

1. Turnitin
2. Keterangan Layak Etik
3. Informed Consent
4. Kuisioner Penelitian PRETEST
5. Kuisioner Penelitian POSTTEST
6. Lembar Observasi
7. SOP Terapi Murottal Al Quran
8. SOP Teknik Relaksasi Pernafasan
9. Dokumentasi Penelitian
10. Lembar Konsultasi Bimbingan



BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Tingkat keberhasilan dalam upaya meningkatkan kesehatan ibu, di antaranya dapat mengacu dari indikator Angka Kematian Ibu (AKI). AKI mencerminkan resiko yang dihadapi oleh kebanyakan ibu selama kehamilan sampai dengan paska persalinan sangat dipengaruhi oleh status gizi ibu, kondisi kesehatan ibu menjelang kehamilan dan persalinan, keadaan sosial ekonomi, terjadinya berbagai komplikasi pada masa kehamilan dan saat kelahiran, ketersediaan dan penggunaan fasilitas pelayanan kesehatan termasuk pelayanan prenatal dan obstetri. Tingginya angka kematian ibu di Indonesia juga menunjukkan keadaan sosial ekonomi yang rendah dan mengakibatkan fasilitas pelayanan kesehatan seperti pelayanan prenatal dan obstetri yang diterima ibu menjadi kurang memadai.

Salah satu upaya yang sudah dilakukan untuk meningkatkan pelayanan kebidanan yang berkualitas seorang bidan diwajibkan memiliki kompetensi yang baik dalam sisi pengetahuan umum, keterampilan, serta perilaku yang berhubungan dengan ilmu-ilmu sosial, kesehatan masyarakat, juga kesehatan secara profesional. Memberikan pelayanan kebidanan komprehensif diartikan sebagai memberikan pelayanan yang harus dicapai ketika terjalin hubungan yang terus menerus antara klien dan bidan. Asuhan kebidanan yang

berkelanjutan berhubungan dengan kualitas pelayanan dari waktu ke waktu yang membutuhkan adanya hubungan kesehatan terus menerus antara klien dengan tenaga kesehatan yang profesional, tentunya oleh tenaga kesehatan bidan yang sudah memiliki sertifikat APN (Asuhan Persalinan Normal), untuk mencapai target SDG,s hingga tahun 2030 dalam mengurangi AKI yang terjadi hingga dibawah 70 per 100.000 kelahiran hidup. Pada tahun 2030 diharapkan bisa tercapai pencegahan untuk mengakhiri kematian bayi dan balita yang. Oleh karna itu peranan bidan sebagai tenaga kesehatan yang memberikan continuity of care dan sudah terstandarisasi APN diharapkan mampu menurunkan AKI dan AKB (Siti dan Herni, 2018).

Kelancaran proses persalinan tidak hanya tergantung pada tenaga medis, tetapi juga dari ibu yang akan bersalin beserta anggota keluarganya. Persiapan persalinan yang direncanakan bersama bidan, diharapkan dapat menurunkan kebingungan dan kekacauan pada saat persalinan dan meningkatkan kemungkinan dimana ibu akan menerima asuhan yang sesuai serta tepat waktu (Hayat, 2017)

Kebingungan merupakan bentuk dari kecemasan yang dirasakan oleh ibu. Kecemasan merupakan salah satu faktor utama yang berpengaruh terhadap kelancaran atau tidaknya suatu tindakan persalinan. Ibu yang tidak tahu akan perubahan dirinya akan merasa cemas untuk menghadapi persalinan, sering kurang kooperatif untuk dilaksanakan tindakan medis selanjutnya. Penanganan tindakan medis yang tidak segera akan

mengakibatkan pemberi pelayanan persalinan (bidan) mengambil keputusan untuk melaksanakan rujukan (Nugraheni & Kuswati, 2017)

Kecemasan menghadapi persalinan dirasakan seluruh ibu hamil khususnya primigravida, dari penelitian yang dilakukan mengenai faktor-faktor yang berhubungan dengan tingkat kecemasan menjelang persalinan, dari 64 responden diperoleh 10,9% mengalami kecemasan ringan, 70,3% kecemasan sedang, dan 18,8% kecemasan berat (Siallagan & Lestari, 2018)

Persalinan diartikan sebagai suatu rangkaian proses secara fisiologis yang berakhir dengan pengeluaran hasil konsepsi pada ibu. Persalinan merupakan suatu proses yang fisiologis yang dikaitkan dengan penderitaan akibat rasa nyeri yang ditimbulkan saat berlangsungnya proses tersebut. Nyeri yang terjadi saat persalinan juga menjadi salah satu penyebab timbulnya perasaan cemas, khawatir, serta ketakutan dan stres pada ibu bersalin. Stres yang terjadi bisa menimbulkan rangsangan hormon seperti katekolamin dan hormon adrenalin menjadi keluar secara berlebihan yang mengakibatkan uterus semakin menegang sehingga aliran darah dan oksigen yang masuk kedalam otot uterus berkurang dikarenakan arteri mengecil dan menyempit yang mengakibatkan terjadinya rasa nyeri yang luar biasa dan mengakibatkan berkurangnya pasokan oksigen ke janin. Relaksasi merupakan salah satu cara non farmakologi yang dapat dimanfaatkan untuk menurunkan tingkat kecemasan dan nyeri pada ibu bersalin. Hasil studi pendahuluan yang dilakukan beberapa peneliti melalui wawancara, didapatkan hasil dari 10 ibu

bersalin, hampir semua pasien inpartu kala I terlihat mengalami nyeri berat, dan 8 ibu bersalin tersebut tidak mengetahui pentingnya teknik relaksasi karena kurangnya paparan pengetahuan atau informasi tentang cara menerapkan teknik relaksasi pada persalinan (Dyah dan Pramesti,2018).

Apabila cara tersebut dikombinasikan dengan terapi lain seperti mendengarkan murottal alquran maka akan dihasilkan hasil yang lebih signifikan. Hasil tersebut didukung oleh hasil penelitian (Qonitun dan Betalia,2018) untuk mencegah terjadinya kecemasan pada ibu menghadapi persalinan maka dapat diberikan dukungan spiritual yaitu dengan memberikan terapi murottal serta ketrampilan dari tenaga medis sangat mempengaruhi kondisi psikologi sibu untuk menjalani proses persalinan.

Praktek Mandi Bidan atau PMB Brida Kity Dinarum S.ST Sempor Kabupaten Kebumen. Pelayanan pemeriksaan yang diberikan di BPM yaitu pelayanan kehamilan, persalinan, imunisasi bayi, Manajemen terpadu balitasakit (MTBS) dan KB.

Berdasarkan latar belakang tersebut maka penulis tertarik untuk melakukan asuhan kebidanan pada partisipan dengan menerapkan pemberian terapi murotal dan teknik relaksasi pernafasan untuk mengurangi tingkat kecemasan ibu bersalin kala 1 fase aktif.

B. Tujuan

1. Tujuan Umum

Mampu mengaplikasikan asuhan kebidanan persalinan dengan menerapkan pemberian terapi murotal dan relaksasi pernafasan terhadap tingkat kecemasan ibu bersalin kala 1 fase aktif di PMB Brida Kity Dinarum S.ST Sempor Kebumen.

2. Tujuan Khusus

- a. Mengetahui karakteristik responden yang akan diberikan asuhan kebidanan pemberian terapi murotal dan teknik relaksasi pernafasan terhadap tingkat kecemasan ibu bersalin kala 1 fase aktif.
- b. Mengetahui tingkat kecemasan ibu sebelum diberi terapi murotal dan teknik relaksasi pernafasan terhadap tingkat kecemasan ibu bersalin kala 1 fase aktif.
- c. Mengetahui tingkat kecemasan ibu sesudah diberi terapi murotal dan teknik relaksasi pernafasan terhadap tingkat kecemasan ibu bersalin kala 1 fase aktif.
- d. Mengetahui pengaruh pemberian terapi murotal dan relaksasi pernafasan terhadap tingkat kecemasan ibu bersalin kala 1 fase aktif di PMB Brida Kity Dinarum S.ST Sempor Kebumen.

C. Manfaat

1. Manfaat Teoritis

- a. Bagi Bidan

Hasil laporan ini dapat dijadikan sebagai masukan dan informasi tambahan bagi bidan dalam meningkatkan mutu pelayanan khususnya pada saat membantu ibu melahirkan.

b. Bagi Institusi

Hasil laporan ini dapat dijadikan sebagai literatur tambahan untuk proses belajar studi DIII Kebidanan khususnya tentang inovasi pada persalinan dikarenakan nantinya karya akan di terbitkan di jurnal STIKes Muhammadiyah Gombong.

2. Manfaat Praktis

a. Bagi Partisipan.

Diharapkan hasil dari laporan ini dapat memberikan informasi dan ilmu pengetahuan tambahan bagi partisipan tentang pemberian terapi murotal dan relaksasi pernafasan terhadap tingkat kecemasan ibu bersalin kala 1 fase aktif.

b. Bagi Penulis

Hasil dari laporan ini dapat dijadikan sebagai ilmu pengetahuan tambahan dalam mengaplikasikan teori dan ketrampilan yang diperoleh dari bangku kuliah secara langsung dengan memberikan asuhan kebidanan pada ibu bersalin khususnya tentang pemberian terapi murotal dan relaksasi pernafasan terhadap tingkat kecemasan ibu bersalin kala 1 fase aktif.

DAFTAR PUSTAKA

- Akhmad, K. A. (2015). Pemanfaatan Media Sosial bagi Pengembangan Pemasaran UMKM (Studi Deskriptif Kualitatif pada Distro di Kota Surakarta). *Duta.Com*, 9(September), 43,54.
- Asnita, N., & Setiowati, W. (2020). *Pengaruh Terapi Murottal Alquran Surah Maryam Terhadap Tingkat Kecemasan Ibu Hamil Trimester 3*. 9(1), 77,83.
- Astuti, T., & Bangsawan, M. (2019). Aplikasi Relaksasi Nafas dalam terhadap Nyeri dan Lamanya Persalinan Kala I Ibu Bersalin di Rumah Bersalin Kota Bandar Lampung. *Jurnal Ilmiah Keperawatan Sai Betik*, 15(1), 59.
- Damayanti, I. P. (2017). *Buku Ajar Asuhan Kebidanan Komprehensif Pada Ibu Bersalin dan Bayi Baru Lahir* (ke 1). Budi Utama.
- Eridani, D., Aditya, M., Rifki, M., & Rizal, R. (2018). Sistem Pakar Pendiagnosis Gangguan Kecemasan Menggunakan Metode Forward Chaining Berbasis Android. *Edu Komputika Journal*, 5(1), 62, 68.
- Fuady Idham, A., & Ahmad Ridha, A. (2017). Apakah Mendengarkan Murrotal Al-Quran Dapat Menurunkan Kecemasan Akademik Pada Mahasiswa? *Jurnal Intervensi Psikologi (JIP)*, 9(2), 141, 154.
- Gadade, M., & Podder, L. (2015). Effectiveness of selected paced breathing on anxiety level and pain perception during first stage of labor among parturient in Pune. *International Journal of Nursing Research and Practice*, 2(1), 28, 32.
- Hakim, A. (2017). *Metodologi Penelitian, Penelitian Kualitatif, Tindakan Kelas dan*

Studi Kasus. Tim Jejak.

Handayani, R., Fajarsari, D., Asih, D. R. T., & Rohmah, D. N. (2014). Pengaruh Terapi Murottal Al Quran Untuk Penurunan Nyeri Persalinan dan Kecemasan Pada Ibu Bersalin Kala I Fase Aktif. *Jurnal Ilmiah Kebidanan*, 5(2), 1, 15.

Rohmi Handayani, Dyah, Retno, D. (2014), Pengaruh Terapi Murottal Al-Qur'an Untuk Penurunan Nyeri Persalinan Dan Kecemasan Pada Ibu Bersalin Kala I Fase Aktif Rohmi, *Jurnal Ilmiah Kebidanan*.

Hayat, A. (2017). Kecemasan dan Metode Pengendaliannya. *Khazanah: Jurnal Studi Islam Dan Humaniora*, 12(1), 52, 63.

Hayati, E. N. (2019). *Patologi dan Fisiologi Persalinan*. Pustaka Baru Press.

Indrawati, & Putriadi, D. (2019). Efektifitas Terapi Murottal Terhadap Nyeri Dismenore Pada Remaja Putridi Sma Negeri 2 Bangkinang Kota Tahun 2019. *Jurnal Ners*, 3(2), 32, 38.

Novieastari, E., & Ibrahim, K. (2017). *Dasar-Dasar Keperawatan* (ke 9).

Novita, K., Rompas, S., & Bataha, Y. (2017). Pengaruh Teknik Relaksasi Nafas Dalam Trhadap Respon Nyeri Pada Ibu Inpartu Kala I Fase Aktif Di Puskesmas Bahu Kota Manado. *Jurnal Keperawatan UNSRAT*, 5(1), 113347.

Nugraha, E. (2018). Al- Qur ' an Bagi Para Pem Bacanya. *Ilmu Ushuludin*, 5, 122–124.

Nugraheni, I., & Kuswati, K. (2017). Perbedaan Tingkat Kecemasan Ibu Bersalin Pada Kelas Ibu Hamil Di Wilayah Kerja Puskesmas Tulung. *Jurnal Kebidanan Dan Kesehatan Tradisional*, 2(2), 85, 90. <https://doi.org/10.37341/jkkt.v2i2.49>

- Oktarina, M. (n.d.). *Buku Ajar Asuhan Kebidanan Persalinan dan Bayi Baru Lahir* (ke 1). Deepublish.
- Oktarina, M. (2016). *Buku Ajar Asuhan Kebidanan Persalinan dan Bayi Baru Lahir* (ke 3).
- Prihatsanti, U., Suryanto, S., & Hendriani, W. (2018). Menggunakan Studi Kasus sebagai Metode Ilmiah dalam Psikologi. *Buletin Psikologi*, 26(2), 126.
- Purwandari, A. (2013). *Konsep Kebidanan Sejarah dan Profesionalisme* (ke 3). Penerbit Buku Kedokteran ECG.
- Qonitun, U., & Betalia, B. (2018). Pengaruh Terapi Murottal Terhadap Tingkat Kecemasan Pada Ibu Bersalin Normal di Polindes Permata Bunda Kelurahan Perbon Kecamatan Tuban Kabupaten Tuban. *Jurnal Midpro*, 10(2), 20.
- Rahmayani, M. P., Rohmatin, E., & Wulandara, Q. (2018). the Influence of Murottal Al-Qur ' an Therapy on Stress Level of Abortus Patients At Dr . Soekardjo Public Hospital Tasikmalaya in 2018. *Jurnal Bidan "Midwife Journal,"* 4(02), 36–41.
- Siallagan, D., & Lestari, D. (2018). Tingkat Kecemasan Menghadapi Persalinan Berdasarkan Status Kesehatan, Graviditas Dan Usia Di Wilayah Kerja Puskesmas Jombang. *Indonesian Journal of Midwifery (IJM)*, 1(2), 104–110.
- Smith, C. A., Levett, K. M., Collins, C. T., Armour, M., Dahlen, H. G., & Suganuma, M. (2018). Relaxation techniques for pain management in labour. *Cochrane Database of Systematic Reviews*, 2018(3).
- Sodik, S. S. & A. (2015). *Dasar Metodologi Penelitian*. Literasi Media Publishing.

- YAZIZ, N. A. (2017). Hubungan Antara Tingkat Kecemasan Komunikasi Dengan Kemampuan Beradaptasi Mahasiswa Asing Universitas Negeri Medan Tahun Ajaran 2013/2014. *Psikologi Konseling*, 6(1), 55–65.
- Yuliani, D. R., Widyawati, M. N., Rahayu, D. L., Widiastuti, A., & Rusmini, R. (2018). Terapi Murottal Dalam Menurunkan Kecemasan Ibu Hamil dengan Preeklamsia. *Jurnal Kebidanan*, 8(2), 79.
- Yulianto, A. B. (2017). *Metodologi Penelitian Bisnis*. POLINEMA Press.
- Yuniwati, C. (2019). Efektifitas Teknik Relaksasi Pernapasan Dan Teknik Foot and Hand Massage Pada Pasien Pasca Persalinan Sectio Caesarea (Sc) Di Rsud Langsa, Aceh. *Indonesian Journal for Health Sciences*, 3(1), 32.



TURNITIN KTI cover.doc

Apr 6, 2021

6295 words / 39410 characters

INTANNIA RIZKI ANNISA ANDRITYA

PROPOSAL KARYA TULIS ILMIAH PENERAPAN PEMBERIAN TE...

Sources Overview

14%

OVERALL SIMILARITY

1	1	repositori.uin-alauddin.ac.id	5%
		INTERNET	
2	2	eprints.poltekkesjogja.ac.id	2%
		INTERNET	
3	3	simtakp.uul.ac.id	2%
		INTERNET	
4	4	LL DIKTI IX Turnitin Consortium Part II on 2020-04-20	1%
		SUBMITTED WORKS	

1 of 92

4/6/2021, 2:15 PM

PROPOSAL KARYA TULIS ILMIAH PENERAPAN PEMBERIAN TERAPI MUROTAL D...

<https://fpptijateang.turnitin.com/viewer/submissions/oid:27488:6228672/print?locale=en>

5	5	media.neliti.com	1%
		INTERNET	
6	6	syehacen.wordpress.com	<1%
		INTERNET	
7	7	repo.stikesicmejbog.ac.id	<1%
		INTERNET	
8	8	www.scribd.com	<1%
		INTERNET	
9	9	doku.pub	<1%
		INTERNET	
10	10	LL DIKTI IX Turnitin Consortium Part II on 2020-04-23	<1%
		SUBMITTED WORKS	
11	11	pt.scribd.com	<1%
		INTERNET	

Excluded search repositories:

- None

Excluded from Similarity Report:

- Bibliography
- Quotes
- Citations
- Small Matches (less than 20 words).

Excluded sources:

- None

2 of 92

4/6/2021, 2:15 PM



KOMITE ETIK PENELITIAN KESEHATAN
HEALTH RESEARCH ETHICS COMMITTEE
STIKES MUHAMMADIYAH GOMBONG
STIKES MUHAMMADIYAH GOMBONG

KETERANGAN LAYAK ETIK
DESCRIPTION OF ETHICAL EXEMPTION
"ETHICAL EXEMPTION"

No.388.6/II.3.AU/F/KEPK/VI/2021

Protokol penelitian yang diusulkan oleh :

The research protocol proposed by

Peneliti utama

Intannia Rizki Annisa Andriyana

Principal Investigator

Nama Institusi

STIKES Muhammadiyah Gombong

Name of the Institution

" PENERAPAN PEMBERIAN TERAPI MUROTTAL DAN
TEKNIK RELAKSASI PERNAFASAN UNTUK
MENGURANGI TINGKAT KECEMASAN PADA
IBU BERSALIN KALA I FASE AKTIF "

'APPLICATION OF MUROTTAL THERAPY AND
RESPIRATORY RELAXATION TECHNIQUES
TO REDUCE THE LEVEL OF ANXIETY IN
MATERIALS WHEN I PHASE ACTIVE '

Dinyatakan layak etik sesuai 7 (tujuh) Standar WHO 2011, yaitu 1) Nilai Sosial, 2) Nilai Ilmiah, 3) Pemerataan Beban dan Manfaat, 4) Risiko, 5) Bujukan/Eksploitasi, 6) Kerahasiaan dan Privacy, dan 7) Persetujuan Setelah Penjelasan, yang merujuk pada Pedoman CIOMS 2016. Hal ini seperti yang ditunjukkan oleh terpenuhinya indikator setiap standar.

Declared to be ethically appropriate in accordance to 7 (seven) WHO 2011 Standards, 1) Social Values, 2) Scientific Values, 3) Equitable Assessment and Benefits, 4) Risks, 5) Persuasion/Exploitation, 6) Confidentiality and Privacy, and 7) Informed Consent, referring to the 2016 CIOMS Guidelines. This is as indicated by the fulfillment of the indicators of each standard.

Pernyataan Laik Etik ini berlaku selama kurun waktu tanggal 17 Juni 2021 sampai dengan tanggal 17 September 2021.

This declaration of ethics applies during the period June 17, 2021 until September 17, 2021.

June 17, 2021
Professor and Chairperson,



DYAH PUJI ASTUTI, S.SiT.MP.H

Lampiran 5

SOP TERAPI MUROTTAL AL.QURAN

1. Pengertian	Terapi murottal al.quran adalah salah satu lantunan musik yang memiliki dampak positif bagi pendengar.
2. Tujuan	1. Pasien mampu menikmati Murottal dan terjemahnya yang didengar. 2. Pasien mampu mengerti terjemah ayat yang didengarnya. 3. Pasien mampu menceritakan perasaan setelah mendengarkan Murottal dan terjemahnya
3. Indikasi	Pasien cemas.
4. Kontraindikasi	Pasien dengan gangguan pendengaran.
5. Persiapan pasien	1. Pastikan identitas pasien yang akan diberikan intervensi. 2. Kaji keadaan umum pasien. 3. Jelaskan kepada pasien dan keluarga pasien mengenai tindakan yang akan dilakukan.
6. Persiapan alat	Speaker lantunan ayat suci al.quran
7. Tahap kerja	1. Mengucapkan salam terapeutik. 2. Menanyakan perasaan pasien saat ini. 3. Menjelaskan tujuan kegiatan. 4. Beri kesempatan pasien untuk bertanya sebelum kegiatan dilakukan. 5. Pertahankan privasi selama tindakan dilakukan. 6. Bawa peralatan ke dekat pasien. 7. Berikan posisi nyaman kepada pasien. 8. Gunakan speaker untuk memperdengarkan lantunan ayat suci al.quran. 9. Anjurkan pasien melakukan relaksasi pernafasan dalam. 10. Anjurkan pasien untuk menutup mata dan menikmati murottal al.quran. 11. Murottal al.quran didengarkan selama 15-25 menit
8. Tahap akhir	1. Evaluasi respon pasien. 2. Berikan reinforcement positif. 3. Mengakhiri kegiatan dengan cara yang baik.

Lampiran 6

SOP TEKNIK RELAKSASI PERNAFASAN

1. Pengertian	Relaksasi pernafasan dilakukan dengan cara menyadari proses keluar masuknya udara melalui hidung, tenggorokan paru-paru dan diafragma dengan cara melakukan pernafasan yang lebih dalam hingga diafragma atau yang biasa disebut pernafasan perut.
2. Tujuan	Tujuan teknik relaksasi nafas adalah cara nonfarmakologis untuk mengurangi kecemasan pada ibu bersalin. Dengan menggunakan pernafasan dada melalui hidung akan mengalirkan oksigen ke darah yang kemudian dialirkan ke seluruh tubuh akan mengeluarkan hormon endorphin yang merupakan penghilang rasa cemas dan sakit yang alami didalam tubuh.
3. Indikasi	Pasien cemas.
4. Persiapan pasien	1. Pastikan identitas pasien yang akan diberikan intervensi. 2. Kaji keadaan umum pasien. 3. Jelaskan kepada pasien dan keluarga pasien mengenai tindakan yang akan dilakukan.
6. Persiapan alat	Lembar Observasi
7. Tahap kerja	1. Mengucapkan salam 2. Menanyakan perasaan pasien saat ini. 3. Menjelaskan tujuan kegiatan. 4. Beri kesempatan pasien untuk bertanya sebelum kegiatan dilakukan. 5. Pertahankan privasi selama tindakan dilakukan. 6. Ciptakan lingkungan yang tenang dan usahakan pasien tetap rileks 7. Menarik nafas dalam dari hidung dan mengisi paru-paru dengan udara melalui hidung 8. Perlahan udara dihembuskan melalui mulut sambil merasakan ekstremitas atas dan bawah rileks 9. Anjurkan bernafas normal 3 kali 10. Usahakan agar tetap konsentrasi sambil memejamkan mata 11. Ulangi sampai ibu merasa rileks dan diselingi istirahat setiap 5 kali 12. Evaluasi respon pasien.



PROGRAM STUDI KEBIDANAN
PROGRAM DIPLOMA III

LEMBAR KONSULTASI
BIMBINGAN KARYA TULIS ILMIAH

NAMA : INTANNIA RIZKI ANNISA ANDRITYA
NIM : B1801443
NAMA PEMBIMBING : DYAH PUJI ASTUTI, S.SiT.,M.P.H

NO	TANGGAL	REKOMENDASI PEMBIMBING	PARAF PEMBIMBING
1	2 februari 2021	Konsul judul literatur	
2	5 februari 2021	ACC judul Konsul BAB I	
3	7 februari 2021	Revisi BAB I	
4	11 februari 2021	ACC BAB I Konsul BAB II & III	
5	25 februari 2021	Revisi BAB II & III	

6	5 Maret 2021	ACC BAB II	
7	7 Maret 2021	Konkul BAB III	
8	10 Maret 2021	ACC BAB III	
9	23 April 2021	Ujian Seminar Proposal	
10	5 Mei 2021	Konkul BAB 4 & 5	
11	20 Mei 2021	Konkul BAB 4 & 5	
12	15 Juni 2021	ACC BAB 4 & 5	
13.	30 Juli 2021	Ujian Hasil	