

KARYA TULIS ILMIAH



**PENERAPAN KOMPRES HANGAT DAN AROMATERAPI MAWAR
UNTUK MENGURANGI KECEMASAN PERSALINAN
KALA 1 FASE AKTIF
DI PMB SRI JUMIYATI, AMD. KEB**

**Disusun oleh:
ALFIL TESYA AROKHIM
B1601329**

**PROGRAM STUDI KEBIDANAN PROGRAM DIPLOMA III
SEKOLAH TINGGI ILMU KESEHATAN
MUHAMMADIYAH GOMBONG
2019**

KARYA TULIS ILMIAH



**PENERAPAN KOMPRES HANGAT DAN AROMATERAPI MAWAR
UNTUK MENGURANGI KECEMASAN PERSALINAN
KALA 1 FASE AKTIF
DI PMB SRI JUMIYATI, AMD. KEB**

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

**Disusun oleh:
Alfil Tesya Arokhim
B1601329**

**STIKES MUHAMMADIYAH GOMBONG
PROGRAM STUDI DIPLOMA III KEBIDANAN
2019**

HALAMAN PERSETUJUAN

KARYA TULIS ILMIAH

PENERAPAN KOMPRES HANGAT DAN AROMATERAPI MAWAR UNTUK MENGURANGI KECEMASAN PERSALINAN KALA 1 FASE AKTIF DI PMB SRI JUMIYATI, AMD.KEB

Disusun Oleh :

Alfil Tesya Arokhim

B1601329

Telah memenuhi Peryaratan dan Disetujui Untuk Mengikuti
Ujian KTI

Oleh :

Pembimbing : Siti Mutoharoh, S.ST, M.P.H

Tanggal

: 5-07-2021

Tanda Tangan

:

Mengetahui,

Ketua Program Studi DIII Kebidanan


Eka Novyriana, S.ST, M.P.H

HALAMAN PENGESAHAN

KARYA TULIS ILMIAH

PENERAPAN KOMPRES HANGAT DAN AROMATERAPI MAWAR UNTUK MENGURANGI KECEMASAN PERSALINAN KALA 1 FASE AKTIF DI PMB SRI JUMIYATI, AMD.KEB

Yang dipersiapkan dan disusun oleh :

Alfil Tesya Arokhim
B1601329

telah dipertahankan di depan Dewan Penguji

pada tanggal 5 Juli 2019

Penguji :

1. Eni Indrayani, S.SiT, M. P. H (.....)
2. Siti Mutoharoh, S.ST, M.P.H (.....)

Mengetahui,

Ketua Program Studi DIII Kebidanan



Eka Novyriana, S.ST, M.P.H

HALAMAN PERNYATAAN PERSETUJUAN PUBLIKASI TUGAS AKHIR UNTUK KEPENTINGAN AKADEMIS

Sebagai civitas akademik STIKes Muhammadiyah Gombong, saya yang bertanda tangan di bawah ini:

Nama : Alfil Tesya Arokhim
Nim : B1601329
Prodi Studi : DIII Kebidanan
Jenis Karya : KTI

Dengan pengembangan ilmu pengetahuan, menyetujui untuk memberikan kepada STIKes Muhammadiyah Gombong Hak Bebas Royalti Non-eksklusif (*Non-exclusive Royalty-Free Right*) atas karya ilmiah saya yang berjudul: "Penerapan Kompres Hangat Dan Aromaterapi Mawar Untuk Mengurangi Kecemasan Persalinan Kala I Fase Aktif Di PMB Sri Jumiati, Amd. Keb" Beserta perangkat yang ada (jika diperlukan). Dengan Hak Bebas Royalti Non-eksklusif ini STIKes Muhammadiyah Gombong berhak menyimpan, mengalihmedia/formatkan, mengolah dalam bentuk pangkalan data, merawat dan mempublikasikan tugas akhir saya selama tetap mencantumkan nama saya sebagai penulis/pencipta dan sebagai hak cipta. Demikian pernyataan ini saya buat dengan sebenarnya.

Gombong, 4 Juli 2019



Alfil Tesya Arokhim

LEMBAR PERNYATAAN

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

Gombong, 4 Juli 2019



Alfil Tesya Arokhim



KARYA TULIS ILMIAH
PENERAPAN KOMPRES HANGAT DAN AROMATERAPI MAWAR UNTUK
MENGURANGI KECEMASAN PERSALINAN KALA I FASE AKTIF

DI PMB SRI JUMIYATI, Amd. Keb¹
Alfil Tesya Arokhim², Siti Mutoharoh, S.ST., M.P.H³
INTISARI

Latar Belakang: Kecemasan merupakan salah satu faktor utama yang berpengaruh terhadap jalannya persalinan dan berakibat pembukaan kurang lancar. Dampak dari kecemasan dapat menimbulkan rasa sakit pada persalinan, kontraksi uterus dan dilatasi serviks yang tidak baik. Kecemasan tersebut terjadi selama persalinan kala I yang merupakan gangguan psikologis. Lebih dari 50% ibu dalam masa persalinan mengalami gangguan kecemasan dengan hasil penelitian yaitu pada ibu primigravida mengalami kecemasan sedang sebesar 65,6% dan pada ibu multigravida dengan kecemasan ringan 81,3%. Upaya untuk mengurangi kecemasan bisa dengan cara kompres hangat dan aromaterapi mawar.

Tujuan: Mengetahui pemberian kompres hangat dan aromaterapi mawar untuk mengurangi kecemasan ibu bersalin kala I fase aktif.

Metode: Karya ilmiah ini adalah deskriptif analitik dengan menggunakan pendekatan studi kasus (*case study approach*) mengambil 5 responden yang memiliki kriteria ibu bersalin primigravida kala I fase aktif dengan kecemasan. Instrumen penelitian yang digunakan untuk menilai kecemasan berupa skala HARS. Data diperoleh dari wawancara, observasi, dokumentasi dan studi pustaka.

Hasil: Setelah dilakukan penerapan kompres hangat dan aromaterapi mawar tingkat kecemasan ibu menurun. Partisipan 1 dari skor 16 menjadi 15, partisipan 2 dari 16 menjadi 10, partisipan 3 18 menjadi 15, partisipan 4 dari 18 menjadi 16, partisipan 5 dari 6 menjadi 11.

Kesimpulan: Penerapan yang dilakukan yakni kompres hangat dan aromaterapi mawar dapat mengurangi kecemasan pada ibu bersalin primigravida kala I fase aktif dengan terbuktinya pengurangan skor kecemasan.

Kata kunci: Persalinan, kecemasan, primigravida, kompres hangat dan aromaterapi mawar.

Kepustakaan: 27 liniatur (2009-2016)

Jumlah Halaman: x + 88 + 10 lampiran

¹Judul

²Mahasiswa Prodi Program DIII Kebidanan

³Dosen STIKES Muhammadiyah Gombong

SCIENTIFIC PAPER

APPLICATION OF WARM COMPRESS AND ROSE AROMATHERAPY TO REDUCE ANXIETY OF STAGE 1 ACTIVE PHASE LABOR IN INDEPENDENT MIDWIFERY

CLINIC OF MIDWIFE SRI JUMIYATI, Amd. Keb¹
Alfil Tesya Arokhim², Siti Mutoharoh, S.ST., M.P.H³

ABSTRACT

Background: Anxiety is one of the main factors that influences the course of labor and results in less smooth opening. The impact of anxiety can cause labor pain, uterine contractions and poor cervical dilatation. This happens during the first stage of labor and it is a kind of psychological disorder. More than 50% of mothers get anxiety disorders during labor process, i.e. primigravida mothers experience moderate anxiety (65.6%) and multigravida mothers having mild anxiety (81.3 %). The effort to reduce this anxiety is by applying warm compress and rose aromatherapy.

Objective: To find out the application of warm compress and rose aromatherapy for reducing maternal anxiety during stage 1 of active phase.

Method: This study is an analytical descriptive using a case study approach with 5 respondents of primigravida maternity mothers during the active phase with anxiety. The instrument was HARS scale. Data was obtained from interview, observation, documentation and literary study.

Result: After having the application of warm compress and rose aromatherapy, the level of anxiety was decreasing. It is indicated by the scores, participant 1: from 16 became 15, participant 2: 16 became 10, participant 3: 18 became 15, participant 4: 18 became 16, and participant 5: from 16 became 11.

Conclusion: The application of warm compress and rose aromatherapy can reduce maternal anxiety of primigravida during stage 1 in active phase.

Keywords: Labor, anxiety, primigravida, warm compress, rose aromatherapy.

Bibliography: 27 literatures (2009-2016)

Number of Pages: x + 88 + 10 appendices

¹ Title

² Student of DIII Program of Midwifery Department

³ Lecturer of Muhammadiyah Health Science Institute of Gombong

KATA PENGANTAR

Puji dan syukur penulis panjatkan kehadirat Allah *Subhanahuwata'ala* atas limpahan rahmat dan hidayah-Nya sehingga penulis dapat menyelesaikan proposal karya tulis ilmiah (KTI) "**PENERAPAN KOMPRES HANGAT DAN AROMATERAPI MAWAR UNTUK MENGURANGI KECEMASAN PERSALINAN KALA 1 FASE AKTIF**". Penulisan proposal KTI ini bertujuan untuk memenuhi tugas Uji Proposal Penelitian mahasiswa Diploma III Kebidanan di Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan Muhammadiyah Gombong. Selama proses penyusunan karya tulis ilmiah ini, penyusun banyak mendapatkan bantuan, bimbingan dan dukungan dari berbagai pihak. Oleh karena itu, pada kesempatan ini, perkenankan penyusun menyampaikan terimakasih kepada

1. Ibu Hj. Herniyatun, M.Kep, Sp.Mat selaku Ketua Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan (STIKes) Muhammadiyah Gombong.
2. Ibu Eka Novyriana, S.ST., M.P.H selaku Ketua Program Studi Diploma III Kebidanan Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan (STIKes) Muhammadiyah Gombong.
3. Ibu Siti Mutoharoh, S.ST., M.P.H selaku pembimbing KTI akademik yang telah membimbing penulis dalam penyusunan KTI ini.
4. Ibu Eni Indrayani, S.SiT, MPH selaku penguji KTI akademik yang telah memberikan bantuan dan masukan dalam penyusunan KTI ini.
5. Orang tua dan keluarga yang telah memberikan dukungan baik materil maupun moril, dorongan semangat dan doa yang tiada henti.
6. Semua teman-teman DIII Kebidanan angkatan 2016, yang telah membantu penulis dalam penyusunan KTI ini.
7. Semua pihak yang tidak dapat penulis sebutkan satu persatu yang telah membantu dalam penyusunan KTI ini.

Menyadari akan berbagai keterbatasan yang dimiliki oleh penulis, baik pengetahuan maupun pengalaman tentunya proposal ini masih terdapat banyak kekurangan. Untuk kritik dan saran yang bersifat membangun sangat diharapkan. Semoga Allah SWT, senantiasa memberikan rahmat dan hidayah yang tidak berkesudahan dan semoga dapat bermanfaat bagi kita semua. Amin.

Gombong, Maret 2019

Penulis

DAFTAR ISI

HALAMAN JUDUL	i
HALAMAN PERSETUJUAN	ii
HALAMAN PENGESAHAN.....	iii
LEMBAR PERNYATAAN	iv
PERNYATAAN PERSETUJUAN PUBLIKASI	v
INTISARI	vi
<i>ABSTRACT</i>	vii
KATA PENGANTAR.....	viii
DAFTAR ISI.....	ix
DAFTAR GAMBAR.....	x
DAFTAR TABEL	xi
DAFTAR LAMPIRAN.....	xii
BAB I PENDAHULUAN	
A. Latar Belakang.....	1
B. Tujuan	6
C. Manfaat	7
BAB II TINJAUAN PUSTAKA	
A. Persalinan.....	8
B. Kecemasan.....	13
C. Kompres Hangat.....	25
D. Aromaterapi	30
BAB III METODE PENELITIAN	
A. Jenis Penelitian	39
B. Partisipan	40
C. Tempat dan Waktu Penelitian.....	40
D. Pengambilan Data.....	41
E. Instrumen	42
F. Metode Penerapan Inovasi.....	44
G. Etika Penelitian.....	44
BAB IV MANAJEMEN KASUS, HASIL DAN PEMBAHASAN	
A. Manajemen kasus	47
B. Hasil	97
C. Pembahasan.....	102
BAB V PENUTUP	
A. Kesimpulan	109
B. Saran	110
DAFTAR PUSTAKA	

DAFTAR GAMBAR

Gambar 1. Kerangka Teori	38
--------------------------------	----



DAFTAR TABEL

Tabel 1. Pemantauan persalinan kala I	54
Tabel 2. Pemantauan persalinan kala I	64
Table 3. Pemantauan persalinan kala I	73
Table 4. Pemantauan persalinan kala I	83
Table 5. Pemantauan persalinan kala I	93
Table 6. Penerapan Kompres Hangat	97
Tabel 7. Penerapan Aromaterapi Mawar	97
Table 8. Karakteristik paritas responden	99
Tabel 9. Karakteristik umur responden.....	99
Table 10. Karakteristik pekerjaan responden.....	99
Table 11. Karakteristik responden berdasarkan kecemasan	100
Table 12. Score sebelum dilakukan inovasi.....	100
Table 13. Score sesudah dilakukan inovasi	101



DAFTAR LAMPIRAN

- Lampiran 1. Lembar Konsultasi Bimbingan Proposal KTI
- Lampiran 2. *Informed Consent*
- Lampiran 3. Lembar Observasi untuk Mengukur Kecemasan
- Lampiran 4 Biodata Responden
- Lampiran 5 SOP Kompres Hangat dan Aromaterapi Mawar



BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Pengalaman melahirkan memberikan perasaan yang bercampur baur antara bahagia dan penuh harapan dengan kekhawatiran tentang apa yang akan dialami semasa persalinan. Kecemasan tersebut muncul karena bayangan tentang hal-hal yang menakutkan saat proses persalinan, walaupun apa yang dibayangkan belum tentu terjadi. Situasi ini menimbulkan perubahan drastis, bukan hanya fisik dan psikologis (Amalia, 2009).

Kecemasan merupakan salah satu faktor utama yang berpengaruh terhadap jalannya persalinan dan berakibat pembukaan kurang lancar. Dampak dari kecemasan dapat menimbulkan rasa sakit pada persalinan dan berakibat timbulnya kontraksi uterus dan dilatasi serviks yang tidak baik (Mochtar, 2002).

Cemas (ansietas) adalah sebuah emosi dan pengalaman subjektif dari seseorang. Pengertian lain cemas adalah suatu keadaan yang membuat seseorang tidak nyaman dan terbagi dalam beberapa tingkatan. Jadi, cemas berkaitan dengan perasaan yang tidak pasti dan tidak berdaya (Kusuma & Hartono, 2011). Kecemasan adalah situasi yang dirasa tidak menyenangkan dan ditakuti oleh fisik yang memperingatkan seseorang akan bahaya yang mengancam (Feist, 2010).

Keberhasilan upaya kesehatan ibu, di antaranya dapat dilihat dari indikator Angka Kematian Ibu (AKI). AKI adalah jumlah kematian ibu selama masa kehamilan, persalinan dan nifas yang disebabkan oleh kehamilan, persalinan, dan nifas atau pengelolaannya tetapi bukan karena sebab-sebab lain seperti kecelakaan atau terjatuh di setiap 100.000 kelahiran hidup (Fiest,2010).

Kematian ibu di Indonesia tahun 2013 masih didominasi oleh tiga penyebab utama kematian yaitu perdarahan sebesar 30,13%, hipertensi dalam kehamilan sebesar 27,1%, dan infeksi sebesar 7,3%. Partus lama juga merupakan salah satu penyebab kematian ibu di Indonesia yang angka kejadianya terus meningkat yaitu 1% pada tahun 2010, 1,1 % pada tahun 2011, dan 1,8% pada tahun 2012, salah satu terjadinya partus lama yaitu kecemasan (Kemenkes RI (Kementrian Kesehatan Republik Indonesia), 2016).

Selama persalinan kala I, seorang wanita akan mengalami gangguan psikologi yaitu kecemasan (Nolan, 2003). Kecemasan merupakan reaksi fisik, mental, kimiawi dari tubuh terhadap situasi yang menakutkan, mengejutkan, membingungkan, membahayakan dan merisaukan seseorang (Yosep, 2007). Berdasarkan penelitian Simamora (2008) di Medan dari beberapa rumah bersalin, lebih dari 50% ibu dalam masa persalinan mengalami gangguan kecemasan dengan hasil penelitian yaitu pada ibu primigravida mengalami kecemasan sedang sebesar 65,6% dan pada ibu multigravida dengan kecemasan ringan 81,3%.

Secara epidemiologis, gangguan kecemasan dapat terjadi pada semua persalinan baik pada persalinan primigravida maupun multigravida. Dalam sebuah penelitian ditemukan lebih dari 12% ibu yang pernah melahirkan mengatakan bahwa mereka mengalami pengalaman yang tidak menyenangkan dalam hidupnya yaitu cemas pada saat melahirkan. Pengeluaran hormon adrenalin akibat stres yang mereka alami dikarenakan rasa takut dan sakit mereka dapat mengakibatkan penyempitan pembuluh darah dan mengurangi aliran darah yang membawa oksigen ke rahim sehingga terjadi penurunan kontraksi rahim yang akan memperpanjang waktu persalinan. Hal ini merupakan suatu kerugian bagi seorang ibu maupun janin yang berada dalam rahim ibu (Aryasatiani, 2005). Gangguan kecemasan memiliki beberapa efek dalam persalinan yaitu, kadar katekolamin yang berlebihan pada kala I juga menyebabkan turunnya kontraksi rahim, turunnya aliran darah ke plasenta, turunnya oksigen yang tersedia untuk janin serta dapat meningkatkan lamanya persalinan kala I (Simpkin, 2005).

Salah satu angka menurunkan kecemasan dengan kompres hangat selama proses persalinan, kompres hangat dapat mempertahankan komponen sistem vaskuler dalam keadaan vasodilatasi sehingga sirkulasi darah ke otot panggul menjadi homeostatis serta dapat mengurangi kecemasan dan ketakutan (Danuatmaja, 2008). Saat ini banyak sekali cara yang digunakan dalam mengendalikan nyeri persalinan, cara tersebut yaitu dengan tindakan medis dan tindakan non medis, tindakan medis yang

digunakan antara lain penggunaan analgesik, Penggunaan kompres hangat di punggung bawah atau perut dapat sangat menenangkan dan memberi rasa nyaman, saat kompres menjadi dingin ganti dengan kompres hangat yang lain, hal ini sangat membantu mengurangi rasa sakit saat permulaan persalinan (Whalley, 2008).

Terapi kompres hangat merupakan suatu tindakan yang dilakukan dengan memberikan kompres hangat untuk memenuhi kebutuhan rasa nyaman, mengurangi atau membebaskan nyeri, mengurangi atau mencegah terjadinya spasme otot dan memberikan rasa hangat. Kompres panas juga memperlancar sirkulasi darah; mengurangi rasa sakit; memberi rasa hangat, nyaman dan tenang pada klien; memperlancar pengeluaran eksudat serta merangsang peristaltik usus (Manarung, 2013).

Kompres air hangat yang diberikan pada punggung bawah wanita di area tempat kepala janin menekan tulang belakang akan mengurangi nyeri, panas akan meningkatkan sirkulasi ke area tersebut sehingga memperbaiki anoksia jaringan yang disebabkan oleh tekanan . Panas dapat disalurkan melalui konduksi (botol air panas, bantalan pemanas listrik, lampu, kompres hangat kering dan lembab) atau konversi (Ultrasonografi, diatermi) (Yani, 2012).

Menurunkan kecemasan juga bisa dengan pemberian aroma terapi, beberapa penelitian menunjukkan bahwa dengan melakukan inhalasi pada aroma terapi mampu menurunkan tingkat kecemasan seseorang (Indarti 2009). Upaya untuk meningkatkan rasa nyaman dalam pengurangan rasa

nyeri pada ibu bersalin, dapat dilakukan dengan menggunakan metode non farmakologi. Salah satunya upaya dalam asuhan kebidanan komplementer yaitu dengan menggunakan teknik relaksasi dan massage (Yessie, 2015).

Berdasarkan penelitian berbagai minyak aroma dari bunga-bunga dan kayu-kayuan memiliki sifat teraupetik dan psikotropik (Anwar, 2016). Aroma mawar efektif pada sistem saraf pusat. Dua bahan dari aromaterapi mawar, sytrinol dan *2-phenyl ethyl alcohol*, pada mawar dikenal sebagai agen anti ansietas. Menggunakan mawar oil mengurangi kecemasan sebesar 71% dalam persalinan dan hanya 14% dari mereka yang membutuhkan pembiusan lokal (Kheirkhah M; Neisani L; Haghani, 2014)

Berdasarkan pengamatan data di Praktek Bidan Mandiri Sri Jumiati pada bulan Januari-Februari 2019 jumlah ibu bersalin sebanyak 30 orang, 7 ibu bersalin di rujuk ke Rumah Sakit, 13 ibu bersalin normal di PMB. Di PMB Sri Jumiati ini belum terdapat terapi untuk mengurangi kecemasan pada ibu bersalin, selama penulis penulis berada di PMB Sri Jumiati penulis mendapati ibu bersalin sebanyak 9 orang ibu bersalin 2 orang ibu bersalin primigravida dan 6 orang multigravida. 1 orang ibu bersalin primi gravida mengalami kecemasan sedang, 1 dari ibu bersalin multi gravida dan yang lain mengalami kecemasan ringan. Penulis tertarik untuk melakukan penerapan kompres hangat dan aroma terapi mawar karena di PMB Sri Jumiati belum pernah melakukan inovasi tersebut untuk mengurangi kecemasan pada ibu bersalin kala 1 fase aktif.

B. Tujuan

1. Tujuan Umum

Melakukan pemberian kompres hangat dan aroma terapi mawar untuk mengurangi kecemasan ibu bersalin kala I fase aktif.

2. Tujuan Khusus

- a. Mengetahui karakteristik paritas, umur, pendidikan, dan pekerjaan ibu bersalin yang diberikan kompres hangat dan aroma terapi mawar pada ibu bersalin kala I fase aktif.
- b. Mengetahui score tingkat kecemasan ibu bersalin kala I fase aktif sebelum diberikan asuhan kompres hangat dan aroma terapi mawar.
- c. Mengetahui score tingkat kecemasan ibu bersalin kala I fase aktif setelah diberikan asuhan kompres hangat dan aroma terapi mawar.

C. Manfaat

1. Bagi Peneliti

Peneliti diharapkan mampu meningkatkan pemahaman peneliti tentang pengaruh kompres hangat dan aroma terapi mawar untuk mengurangi kecemasan ibu bersalin kala I fase aktif.

2. Bagi Pelayan Kebidanan

Hasil penelitian ini dapat dijadikan sebagai bahan masukan untuk meningkatkan pelayanan asuhan kebidanan pada ibu bersalin kala I fase aktif.

3. Bagi Institusi

Dapat menambah literature sebagai bahan pustaka tambahan bagi Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan (STIKES) Muhammadiyah Gombong.



KARYA TULIS ILMIAH



**PENERAPAN KOMPRES HANGAT DAN AROMATERAPI MAWAR
UNTUK MENGURANGI KECEMASAN PERSALINAN
KALA 1 FASE AKTIF
DI PMB SRI JUMIYATI, AMD. KEB**

**Disusun oleh:
ALFIL TESYA AROKHIM
B1601329**

**PROGRAM STUDI KEBIDANAN PROGRAM DIPLOMA III
SEKOLAH TINGGI ILMU KESEHATAN
MUHAMMADIYAH GOMBONG
2019**

KARYA TULIS ILMIAH



**PENERAPAN KOMPRES HANGAT DAN AROMATERAPI MAWAR
UNTUK MENGURANGI KECEMASAN PERSALINAN
KALA 1 FASE AKTIF
DI PMB SRI JUMIYATI, AMD. KEB**

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

**Disusun oleh:
Alfil Tesya Arokhim
B1601329**

**STIKES MUHAMMADIYAH GOMBONG
PROGRAM STUDI DIPLOMA III KEBIDANAN
2019**

HALAMAN PERSETUJUAN

KARYA TULIS ILMIAH

PENERAPAN KOMPRES HANGAT DAN AROMATERAPI MAWAR UNTUK MENGURANGI KECEMASAN PERSALINAN KALA 1 FASE AKTIF DI PMB SRI JUMIYATI, AMD.KEB

Disusun Oleh :

Alfil Tesya Arokhim

B1601329

Telah memenuhi Peryaratan dan Disetujui Untuk Mengikuti
Ujian KTI

Oleh :

Pembimbing : Siti Mutoharoh, S.ST, M.P.H

Tanggal

: 5-07-2021

Tanda Tangan

:

Mengetahui,

Ketua Program Studi DIII Kebidanan


Eka Novyriana, S.ST, M.P.H

HALAMAN PENGESAHAN

KARYA TULIS ILMIAH

PENERAPAN KOMPRES HANGAT DAN AROMATERAPI MAWAR UNTUK MENGURANGI KECEMASAN PERSALINAN KALA 1 FASE AKTIF DI PMB SRI JUMIYATI, AMD.KEB

Yang dipersiapkan dan disusun oleh :

Alfil Tesya Arokhim
B1601329

telah dipertahankan di depan Dewan Penguji

pada tanggal 5 Juli 2019

Penguji :

1. Eni Indrayani, S.SiT, M. P. H (.....)
2. Siti Mutoharoh, S.ST, M.P.H (.....)

Mengetahui,

Ketua Program Studi DIII Kebidanan



Eka Novyriana, S.ST, M.P.H

HALAMAN PERNYATAAN PERSETUJUAN PUBLIKASI TUGAS AKHIR UNTUK KEPENTINGAN AKADEMIS

Sebagai civitas akademik STIKes Muhammadiyah Gombong, saya yang bertanda tangan di bawah ini:

Nama : Alfil Tesya Arokhim
Nim : B1601329
Prodi Studi : DIII Kebidanan
Jenis Karya : KTI

Dengan pengembangan ilmu pengetahuan, menyetujui untuk memberikan kepada STIKes Muhammadiyah Gombong Hak Bebas Royalti Non-eksklusif (*Non-exclusive Royalty-Free Right*) atas karya ilmiah saya yang berjudul: "Penerapan Kompres Hangat Dan Aromaterapi Mawar Untuk Mengurangi Kecemasan Persalinan Kala I Fase Aktif Di PMB Sri Jumiati, Amd. Keb" Beserta perangkat yang ada (jika diperlukan). Dengan Hak Bebas Royalti Non-eksklusif ini STIKes Muhammadiyah Gombong berhak menyimpan, mengalihmedia/formatkan, mengolah dalam bentuk pangkalan data, merawat dan mempublikasikan tugas akhir saya selama tetap mencantumkan nama saya sebagai penulis/pencipta dan sebagai hak cipta. Demikian pernyataan ini saya buat dengan sebenarnya.

Gombong, 4 Juli 2019



Alfil Tesya Arokhim

LEMBAR PERNYATAAN

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

Gombong, 4 Juli 2019



Alfil Tesya Arokhim



KARYA TULIS ILMIAH
PENERAPAN KOMPRES HANGAT DAN AROMATERAPI MAWAR UNTUK
MENGURANGI KECEMASAN PERSALINAN KALA I FASE AKTIF

DI PMB SRI JUMIYATI, Amd. Keb¹
Alfil Tesya Arokhim², Siti Mutoharoh, S.ST., M.P.H³
INTISARI

Latar Belakang: Kecemasan merupakan salah satu faktor utama yang berpengaruh terhadap jalannya persalinan dan berakibat pembukaan kurang lancar. Dampak dari kecemasan dapat menimbulkan rasa sakit pada persalinan, kontraksi uterus dan dilatasi serviks yang tidak baik. Kecemasan tersebut terjadi selama persalinan kala I yang merupakan gangguan psikologis. Lebih dari 50% ibu dalam masa persalinan mengalami gangguan kecemasan dengan hasil penelitian yaitu pada ibu primigravida mengalami kecemasan sedang sebesar 65,6% dan pada ibu multigravida dengan kecemasan ringan 81,3%. Upaya untuk mengurangi kecemasan bisa dengan cara kompres hangat dan aromaterapi mawar.

Tujuan: Mengetahui pemberian kompres hangat dan aromaterapi mawar untuk mengurangi kecemasan ibu bersalin kala I fase aktif.

Metode: Karya ilmiah ini adalah deskriptif analitik dengan menggunakan pendekatan studi kasus (*case study approach*) mengambil 5 responden yang memiliki kriteria ibu bersalin primigravida kala I fase aktif dengan kecemasan. Instrumen penelitian yang digunakan untuk menilai kecemasan berupa skala HARS. Data diperoleh dari wawancara, observasi, dokumentasi dan studi pustaka.

Hasil: Setelah dilakukan penerapan kompres hangat dan aromaterapi mawar tingkat kecemasan ibu menurun. Partisipan 1 dari skor 16 menjadi 15, partisipan 2 dari 16 menjadi 10, partisipan 3 18 menjadi 15, partisipan 4 dari 18 menjadi 16, partisipan 5 dari 6 menjadi 11.

Kesimpulan: Penerapan yang dilakukan yakni kompres hangat dan aromaterapi mawar dapat mengurangi kecemasan pada ibu bersalin primigravida kala I fase aktif dengan terbuktinya pengurangan skor kecemasan.

Kata kunci: Persalinan, kecemasan, primigravida, kompres hangat dan aromaterapi mawar.

Kepustakaan: 27 liniatur (2009-2016)

Jumlah Halaman: x + 88 + 10 lampiran

¹Judul

²Mahasiswa Prodi Program DIII Kebidanan

³Dosen STIKES Muhammadiyah Gombong

SCIENTIFIC PAPER

APPLICATION OF WARM COMPRESS AND ROSE AROMATHERAPY TO REDUCE ANXIETY OF STAGE 1 ACTIVE PHASE LABOR IN INDEPENDENT MIDWIFERY

CLINIC OF MIDWIFE SRI JUMIYATI, Amd. Keb¹
Alfil Tesya Arokhim², Siti Mutoharoh, S.ST., M.P.H³

ABSTRACT

Background: Anxiety is one of the main factors that influences the course of labor and results in less smooth opening. The impact of anxiety can cause labor pain, uterine contractions and poor cervical dilatation. This happens during the first stage of labor and it is a kind of psychological disorder. More than 50% of mothers get anxiety disorders during labor process, i.e. primigravida mothers experience moderate anxiety (65.6%) and multigravida mothers having mild anxiety (81.3 %). The effort to reduce this anxiety is by applying warm compress and rose aromatherapy.

Objective: To find out the application of warm compress and rose aromatherapy for reducing maternal anxiety during stage 1 of active phase.

Method: This study is an analytical descriptive using a case study approach with 5 respondents of primigravida maternity mothers during the active phase with anxiety. The instrument was HARS scale. Data was obtained from interview, observation, documentation and literary study.

Result: After having the application of warm compress and rose aromatherapy, the level of anxiety was decreasing. It is indicated by the scores, participant 1: from 16 became 15, participant 2: 16 became 10, participant 3: 18 became 15, participant 4: 18 became 16, and participant 5: from 16 became 11.

Conclusion: The application of warm compress and rose aromatherapy can reduce maternal anxiety of primigravida during stage 1 in active phase.

Keywords: Labor, anxiety, primigravida, warm compress, rose aromatherapy.

Bibliography: 27 literatures (2009-2016)

Number of Pages: x + 88 + 10 appendices

¹ Title

² Student of DIII Program of Midwifery Department

³ Lecturer of Muhammadiyah Health Science Institute of Gombong

KATA PENGANTAR

Puji dan syukur penulis panjatkan kehadirat Allah *Subhanahuwata'ala* atas limpahan rahmat dan hidayah-Nya sehingga penulis dapat menyelesaikan proposal karya tulis ilmiah (KTI) "**PENERAPAN KOMPRES HANGAT DAN AROMATERAPI MAWAR UNTUK MENGURANGI KECEMASAN PERSALINAN KALA 1 FASE AKTIF**". Penulisan proposal KTI ini bertujuan untuk memenuhi tugas Uji Proposal Penelitian mahasiswa Diploma III Kebidanan di Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan Muhammadiyah Gombong. Selama proses penyusunan karya tulis ilmiah ini, penyusun banyak mendapatkan bantuan, bimbingan dan dukungan dari berbagai pihak. Oleh karena itu, pada kesempatan ini, perkenankan penyusun menyampaikan terimakasih kepada

1. Ibu Hj. Herniyatun, M.Kep, Sp.Mat selaku Ketua Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan (STIKes) Muhammadiyah Gombong.
2. Ibu Eka Novyriana, S.ST., M.P.H selaku Ketua Program Studi Diploma III Kebidanan Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan (STIKes) Muhammadiyah Gombong.
3. Ibu Siti Mutoharoh, S.ST., M.P.H selaku pembimbing KTI akademik yang telah membimbing penulis dalam penyusunan KTI ini.
4. Ibu Eni Indrayani, S.SiT, MPH selaku penguji KTI akademik yang telah memberikan bantuan dan masukan dalam penyusunan KTI ini.
5. Orang tua dan keluarga yang telah memberikan dukungan baik materil maupun moril, dorongan semangat dan doa yang tiada henti.
6. Semua teman-teman DIII Kebidanan angkatan 2016, yang telah membantu penulis dalam penyusunan KTI ini.
7. Semua pihak yang tidak dapat penulis sebutkan satu persatu yang telah membantu dalam penyusunan KTI ini.

Menyadari akan berbagai keterbatasan yang dimiliki oleh penulis, baik pengetahuan maupun pengalaman tentunya proposal ini masih terdapat banyak kekurangan. Untuk kritik dan saran yang bersifat membangun sangat diharapkan. Semoga Allah SWT, senantiasa memberikan rahmat dan hidayah yang tidak berkesudahan dan semoga dapat bermanfaat bagi kita semua. Amin.

Gombong, Maret 2019

Penulis

DAFTAR ISI

HALAMAN JUDUL	i
HALAMAN PERSETUJUAN	ii
HALAMAN PENGESAHAN.....	iii
LEMBAR PERNYATAAN	iv
PERNYATAAN PERSETUJUAN PUBLIKASI	v
INTISARI	vi
ABSTRACT.....	vii
KATA PENGANTAR.....	viii
DAFTAR ISI.....	ix
DAFTAR GAMBAR.....	x
DAFTAR TABEL	xi
DAFTAR LAMPIRAN.....	xii
BAB I PENDAHULUAN	
A. Latar Belakang.....	1
B. Tujuan	6
C. Manfaat	7
BAB II TINJAUAN PUSTAKA	
A. Persalinan.....	8
B. Kecemasan.....	13
C. Kompres Hangat.....	25
D. Aromaterapi	30
BAB III METODE PENELITIAN	
A. Jenis Penelitian	39
B. Partisipan	40
C. Tempat dan Waktu Penelitian.....	40
D. Pengambilan Data.....	41
E. Instrumen	42
F. Metode Penerapan Inovasi.....	44
G. Etika Penelitian.....	44
BAB IV MANAJEMEN KASUS, HASIL DAN PEMBAHASAN	
A. Manajemen kasus	47
B. Hasil	97
C. Pembahasan.....	102
BAB V PENUTUP	
A. Kesimpulan	109
B. Saran	110
DAFTAR PUSTAKA	

DAFTAR GAMBAR

Gambar 1. Kerangka Teori	38
--------------------------------	----



DAFTAR TABEL

Tabel 1. Pemantauan persalinan kala I	54
Tabel 2. Pemantauan persalinan kala I	64
Table 3. Pemantauan persalinan kala I	73
Table 4. Pemantauan persalinan kala I	83
Table 5. Pemantauan persalinan kala I	93
Table 6. Penerapan Kompres Hangat	97
Tabel 7. Penerapan Aromaterapi Mawar	97
Table 8. Karakteristik paritas responden	99
Tabel 9. Karakteristik umur responden.....	99
Table 10. Karakteristik pekerjaan responden.....	99
Table 11. Karakteristik responden berdasarkan kecemasan	100
Table 12. Score sebelum dilakukan inovasi.....	100
Table 13. Score sesudah dilakukan inovasi	101



DAFTAR LAMPIRAN

- Lampiran 1. Lembar Konsultasi Bimbingan Proposal KTI
- Lampiran 2. *Informed Consent*
- Lampiran 3. Lembar Observasi untuk Mengukur Kecemasan
- Lampiran 4 Biodata Responden
- Lampiran 5 SOP Kompres Hangat dan Aromaterapi Mawar



Lampiran 1

LEMBAR KONSULTASI BIMBINGAN KTI
PRODI KEBIDANAN PROGRAM DIII
STIKES MUHAMMADIYAH GOMBONG
TAHUN 2018/2019

Nama : Alfil Tesya Arokhim
NIM : B1601329
Pembimbing : Siti Mutoharoh, M.P.H
Kegiatan

No	Hari/tgl	Rencana bimbingan	Realisasi	Ttd
1	Kamis 2.5.2019	Konsultasi BAB IV	perbaiki	Siti Mutoharoh M.P.H
2	Kamis 9.5.2019	Konsultasi BAB IV	perbaiki	Siti Mutoharoh M.P.H
3	Sabtu 11.5.2019	Konsultasi BAB IV & V	perbaiki	Siti Mutoharoh M.P.H
4	Rabu 15.5.2019	Konsultasi BAB IV & V Inisiasi	perbaiki	Siti Mutoharoh M.P.H
5	Jumat 17.5.2019	Konsultasi BAB IV & V Inisiasi	perbaiki	Siti Mutoharoh M.P.H
6	Senin 20.5.2019	Konsultasi BAB IV & V Inisiasi	persiapan ujian	Siti Mutoharoh M.P.H
7	Senin 20.5.2019	Konsultasi inisiasi (English Abstract)	It's done	Mr. Rikht Jauhari MPH
8				
9				

Lampiran 1

LEMBAR KONSULTASI BIMBINGAN KTI
PRODI KEBIDANAN PROGRAM DIII
STIKES MUHAMMADIYAH GOMBONG
TAHUN 2018/2019

Nama : Alfil Tesya Arokhim
NIM : B1601329
Pembimbing : Siti Mutoharoh, M.P.H
Kegiatan

No	Hari/tgl	Rencana bimbingan	Realisasi	Ttd
1	Kamis 15 Mei 2019	Bab 1. I, II, III, IV, V, & Dapus		Eni Indrayani S-RT M.P.H.
2	Jum'at 31 Juni 2019	Bab 2. I, II, III, IV, V & Dapus		Eni Indrayani S-RT M.P.H.
3	Senin 1 Juli 2019	Bab 1. I, II, III, IV, V & Dapus		Eni Indrayani S-RT M.P.H.
4	Kamis 4 Juli 2019	Bab 1. I, II, III, IV, V & Dapus	ACC	Eni Indrayani S-RT M.P.H.
5	Selasa, 5 Agst 2019	Bab 1. I, II, III, IV, V & Dapus	ACC	Siti Mutoharoh S-RT M.P.H.
6				
7				
8				
9				

Lampiran 2

INFORMED CONSENT
LEMBAR PERSETUJUAN MENJADI RESPONDEN

Yang bertanda tangan dibawah ini saya :

Nama : Ny. H
Umur : 33 tahun
Alamat : Maduretno, kec. bulus pesantren

Dengan ini saya bersedia menjadi responden pada penelitian dengan judul "Penerapan Kompres Hangat Dan Aroma Terapi Mawar Untuk Mengurangi Kecemasan Persalinan Kala 1 Fase Aktif" oleh :

Nama : Alfil Tesya Arokhim
NIM : B1601329

Demikian persetujuan ini saya buat dengan sesungguhnya dan tidak ada paksaan dari pihak manapun.

Gombong, 29 Maret 2018.

Peneliti,



(Alfil Tesya Arokhim)

Yang Membuat Pernyataan ,



(Ny. H.)

Lampiran 3

LEMBAR OBSERVASI UNTUK MENGUKUR KECEMASAN

HAMILTON RATING SCALE FOR ANXIETY (HARS)

Nomor Responden : 05
 Nama Responden : MY.H.
 Tanggal Pemeriksaan : 29 Maret 2015.

Skor : 0 = tidak ada
 1 = ringan
 2 = sedang
 3 = berat
 4 = berat sekali

Total Skor : kurang dari 14 = tidak ada kecemasan
 14 – 20 = kecemasan ringan
 21 – 27 = kecemasan sedang
 28 – 41 = kecemasan berat
 42 – 56 = kecemasan berat sekali

No	Pertanyaan	0	1	2	3	4
1.	Perasaan Ansietas					
	a. Cemas				✓	
	b. Firasat Buruk			✓		
	c. Takut akan pikiran sendiri		✓			
	d. Mudah tersinggung					
2.	Ketegangan					
	a. Merasa tegang			✓		
	b. Lesu					
	c. Tidak bisa istirahat tenang			✓		
	d. Mudah terkejut					
	e. Mudah menangis					
	f. Gelisah			✓		
	g. Gemetar					
3.	Ketakutan					
	a. Pada gelap					
	b. Pada orang asing					
	c. Takut ditinggal sendiri			✓		
4.	Gangguan Tidur					
	a. Tidur tidak nyenyak atau tidak bisa tidur					
	b. Bangun dengan lesu					
5.	Gangguan Kecerdasan					
	a. Sukar konsentrasi					
	b. Daya ingat buruk					
6.	Perasaan Depresi					
	a. Sedih					

7.	Gejala Somatik (Otot)					
	a. Sakit dan nyeri di otot-otot					
	b. Kaku					
	c. Suara tidak stabil					
8.	Gejala Somatik (Sensorik)					
	a. Penglihatan kabur					
	b. Muka merah atau pucat					
	c. Merasa lemah					
	d. Perasaan tidak tenang					
9.	Gejala Kardiovaskuler					
	a. Takhikardia					
	b. Berdebar					
	c. Nyeri di dada					
	d. Denyut nadi cepat					
	e. Lesu atau lemas					
	f. Detak jantung menghilang atau berhenti sejenak					
10.	Gejala Respiratori					
	a. Rasa tertekan atau sempit di dada					
	b. Sering menarik nafas					
	c. Nafas pendek atau sesak					
11.	Gejala Gastrointestinal					
	a. Sulit menelan					
	b. Nyeri sebelum dan sesudah makan					
	c. Mual					
	d. Muntah					
	e. Buang air besar lembek					
	f. Sukar buang air besar					
12.	Gejala Urogenital					
	a. Sering buang air kecil					
	b. Tidak dapat menahan air seni					
13.	Gejala Otonom					
	a. Mulut kering					
	b. Muka merah					
	c. Mudah berkeringat					
	d. Pusing atau sakit kepala					
14.	Tingkah Laku Pada Wawancara					
	a. Gelisah			✓		
	b. Tidak tenang					
	c. Jari gemetar					
	d. Kerut kening					
	e. Muka tegang					
	f. Tonus otot meningkat					
	g. Nafas pendek atau cepat					

Jumlah Skor :

16.

Lampiran 3

LEMBAR OBSERVASI UNTUK MENGUKUR KECEMASAN

HAMILTON RATING SCALE FOR ANXIETY (HARS)

Nomor Responden : 05.

Nama Responden : Ny. H

Tanggal Pemeriksaan : 22 Maret 2019.

Skor : 0 = tidak ada

1 = ringan

2 = sedang

3 = berat

4 = berat sekali

Total Skor : kurang dari 14 = tidak ada kecemasan

14 – 20 = kecemasan ringan

21 – 27 = kecemasan sedang

28 – 41 = kecemasan berat

42 – 56 = kecemasan berat sekali

No	Pertanyaan	0	1	2	3	4
1.	Perasaan Ansietas					
	a. Cemas			✓		
	b. Firasat Buruk			✓		
	c. Takut akan pikiran sendiri		✓			
	d. Mudah tersinggung					
2.	Ketegangan					
	a. Merasa tegang		✓			
	b. Lesu					
	c. Tidak bisa istirahat tenang		✓			
	d. Mudah terkejut					
	e. Mudah menangis		✓			
	f. Gelisah					
	g. Gemetar					
3.	Ketakutan					
	a. Pada gelap					
	b. Pada orang asing					
	c. Takut ditinggal sendiri		✓			
4.	Gangguan Tidur					
	a. Tidur tidak nyenyak atau tidak bisa tidur					
	b. Bangun dengan lesu					
5.	Gangguan Kecerdasan					
	a. Sukar konsentrasi					
	b. Daya ingat buruk					
6.	Perasaan Depresi					
	a. Sedih					

7.	Gejala Somatik (Otot)					
	a. Sakit dan nyeri di otot-otot					
	b. Kaku					
	c. Suara tidak stabil					
8.	Gejala Somatik (Sensorik)					
	a. Penglihatan kabur					
	b. Muka merah atau pucat					
	c. Merasa lemah					
	d. Perasaan tidak tenang					
9.	Gejala Kardiovaskuler					
	a. Takhikardia					
	b. Berdebar					
	c. Nyeri di dada					
	d. Denyut nadi cepat					
	e. Lesu atau lemas					
	f. Detak jantung menghilang atau berhenti sejenak					
10.	Gejala Respiratori					
	a. Rasa tertekan atau sempit di dada					
	b. Sering menarik nafas					
	c. Nafas pendek atau sesak					
11.	Gejala Gastrointestinal					
	a. Sulit menelan					
	b. Nyeri sebelum dan sesudah makan					
	c. Mual					
	d. Muntah					
	e. Buang air besar lembek					
	f. Sukar buang air besar					
12.	Gejala Urogenital					
	a. Sering buang air kecil					
	b. Tidak dapat menahan air seni					
13.	Gejala Otonom					
	a. Mulut kering					
	b. Muka merah					
	c. Mudah berkeringat					
	d. Pusing atau sakit kepala					
14.	Tingkah Laku Pada Wawancara					
	a. Gelisah			✓		
	b. Tidak tenang					
	c. Jari gemetar					
	d. Kerut kening					
	e. Muka tegang					
	f. Tonus otot meningkat					
	g. Nafas pendek atau cepat					

Jumlah Skor :

Lampiran 4

BIODATA RESPONDEN

A. Identitas

Nama : My. H.
Umur : 25 tahun
Agama : Islam
Pendidikan : SMA
Pekerjaan : RT
Alamat : Maduretno
No. Hp : -

B. Riwayat Kehamilas Sekarang

GPA : 18040
HPHT : 10-07-2018
UK : 38 mm
HPL : 17-04-2018

C. Riwayat Pernikahan

Usia Menikah : 22 th
Status Pernikahan : sah
Pernikahan Ke : 1
Lama Pernikahan : 1 tahun

D. Riwayat Kesehatan

1. Dahulu : -
2. Sekarang : -
3. Keluarga : -
4. Reproduksi : -

Lampiran 2

INFORMED CONSENT
LEMBAR PERSETUJUAN MENJADI RESPONDEN

Yang bertanda tangan dibawah ini saya :

Nama : Ny. N
Umur : 26 tahun.
Alamat : Ambai, Kec. Ambai

Dengan ini saya bersedia menjadi responden pada penelitian dengan judul "Penerapan Kompres Hangat Dan Aroma Terapi Mawar Untuk Mengurangi Kecemasan Persalinan Kala 1 Fase Aktif" oleh :

Nama : Alfil Tesya Arokhim
NIM : B1601329

Demikian persetujuan ini saya buat dengan sesungguhnya dan tidak ada paksaan dari pihak manapun.

Gombong, 24 Maret 2019.

Peneliti,



(Alfil Tesya Arokhim)

Yang Membuat Pernyataan ,



(Ny. N)

Lampiran 3

LEMBAR OBSERVASI UNTUK MENGUKUR KECEMASAN

HAMILTON RATING SCALE FOR ANXIETY (HARS)

Nomor Responden : 01
 Nama Responden : MY.N
 Tanggal Pemeriksaan : 24 Maret 2019

Skor : 0 = tidak ada
 1 = ringan
 2 = sedang
 3 = berat
 4 = berat sekali

Total Skor : kurang dari 14 = tidak ada kecemasan
 14 – 20 = kecemasan ringan
 21 – 27 = kecemasan sedang
 28 – 41 = kecemasan berat
 42 – 56 = kecemasan berat sekali

No	Pertanyaan	0	1	2	3	4
1.	Perasaan Ansietas					
	a. Cemas				✓	
	b. Firasat Buruk			✓		
	c. Takut akan pikiran sendiri		✓			
	d. Mudah tersinggung					
2.	Ketegangan		✓			
	a. Merasa tegang	-		✓		
	b. Lesu		✓			
	c. Tidak bisa istirahat tenang		✓			
	d. Mudah terkejut	-				
	e. Mudah menangis	-				
	f. Gelisah		✓			
	g. Gemetar	-				
3.	Ketakutan	-				
	a. Pada gelap	-				
	b. Pada orang asing	-		✓		
	c. Takut ditinggal sendiri			✓		
4.	Gangguan Tidur					
	a. Tidur tidak nyenyak atau tidak bisa tidur	-				
	b. Bangun dengan lesu	-				
5.	Gangguan Kecerdasan	-				
	a. Sukar konsentrasi	-				
	b. Daya ingat buruk					
6.	Perasaan Depresi					
	a. Sedih					

7.	Gejala Somatik (Otot)					
	a. Sakit dan nyeri di otot-otot		✓			
	b. Kaku	-				
	c. Suara tidak stabil	-				
8.	Gejala Somatik (Sensorik)					
	a. Penglihatan kabur	-				
	b. Muka merah atau pucat	-				
	c. Merasa lemah	-				
	d. Perasaan tidak tenang	-				
9.	Gejala Kardiovaskuler	-				
	a. Takhikardia	-				
	b. Berdebar	-				
	c. Nyeri di dada	-				
	d. Denyut nadi cepat	-				
	e. Lesu atau lemas	-				
	f. Detak jantung menghilang atau berhenti sejenak	-				
10.	Gejala Respiratori					
	a. Rasa tertekan atau sempit di dada	-				
	b. Sering menarik nafas	-				
	c. Nafas pendek atau sesak	-				
11.	Gejala Gastrointestinal					
	a. Sulit menelan	-				
	b. Nyeri sebelum dan sesudah makan	-				
	c. Mual	-				
	d. Muntah	-				
	e. Buang air besar lembek	-				
	f. Sukar buang air besar	-				
12.	Gejala Urogenital	-				
	a. Sering buang air kecil	-				
	b. Tidak dapat menahan air seni	-				
13.	Gejala Otonom					
	a. Mulut kering	-				
	b. Muka merah	-				
	c. Mudah berkeringat	-				
	d. Pusing atau sakit kepala	-				
14.	Tingkah Laku Pada Wawancara					
	a. Gelisah			✓		
	b. Tidak tenang					
	c. Jari gemetar					
	d. Kerut kening					
	e. Muka tegang					
	f. Tonus otot meningkat					
	g. Nafas pendek atau cepat					

Jumlah Skor : 16

Lampiran 3

LEMBAR OBSERVASI UNTUK MENGUKUR KECEMASAN

HAMILTON RATING SCALE FOR ANXIETY (HARS)

Nomor Responden : 01

Nama Responden : NY. M

Tanggal Pemeriksaan : 29 Maret 2016 .

Skor : 0 = tidak ada

1 = ringan

2 = sedang

3 = berat

4 = berat sekali

Total Skor : kurang dari 14 = tidak ada kecemasan

14 – 20 = kecemasan ringan

21 – 27 = kecemasan sedang

28 – 41 = kecemasan berat

42 – 56 = kecemasan berat sekali

No	Pertanyaan	0	1	2	3	4
1.	Perasaan Ansietas					
	a. Cemas			✓		
	b. Firasat Buruk			✓		
	c. Takut akan pikiran sendiri			✓		
	d. Mudah tersinggung		-			
2.	Ketegangan					
	a. Merasa tegang			✓		
	b. Lesu		✓			
	c. Tidak bisa istirahat tenang					
	d. Mudah terkejut			✓		
	e. Mudah menangis		-			
	f. Gelisah	✓	✓			
	g. Gemetar					
3.	Ketakutan					
	a. Pada gelap					
	b. Pada orang asing					
	c. Takut ditinggal sendiri			✓		
4.	Gangguan Tidur					
	a. Tidur tidak nyenyak atau tidak bisa tidur					
	b. Bangun dengan lesu					
5.	Gangguan Kecerdasan					
	a. Sukar konsentrasi					
	b. Daya ingat buruk					
6.	Perasaan Depresi					
	a. Sedih					

7.	Gejala Somatik (Otot)					
	a. Sakit dan nyeri di otot-otot					
	b. Kaku					
	c. Suara tidak stabil					
8.	Gejala Somatik (Sensorik)					
	a. Penglihatan kabur					
	b. Muka merah atau pucat					
	c. Merasa lemah					
	d. Perasaan tidak tenang					
9.	Gejala Kardiovaskuler					
	a. Takhikardia					
	b. Berdebar					
	c. Nyeri di dada					
	d. Denyut nadi cepat					
	e. Lesu atau lemas					
	f. Detak jantung menghilang atau berhenti sejenak					
10.	Gejala Respiratori					
	a. Rasa tertekan atau sempit di dada					
	b. Sering menarik nafas					
	c. Nafas pendek atau sesak					
11.	Gejala Gastrointestinal					
	a. Sulit menelan					
	b. Nyeri sebelum dan sesudah makan					
	c. Mual					
	d. Muntah					
	e. Buang air besar lembek					
	f. Sukar buang air besar					
12.	Gejala Urogenital					
	a. Sering buang air kecil					
	b. Tidak dapat menahan air seni					
13.	Gejala Otonom					
	a. Mulut kering					
	b. Muka merah					
	c. Mudah berkeringat					
	d. Pusing atau sakit kepala					
14.	Tingkah Laku Pada Wawancara					
	a. Gelisah		✓			
	b. Tidak tenang					
	c. Jari gemetar					
	d. Kerut kening					
	e. Muka tegang					
	f. Tonus otot meningkat					
	g. Nafas pendek atau cepat					

Jumlah Skor : 15

Lampiran 4

BIODATA RESPONDEN

A. Identitas

Nama : NY.N
Umur : 26 tahun
Agama : ISLAM
Pendidikan : SMA
Pekerjaan : IRT
Alamat : Ambal,
No. Hp : -

B. Riwayat Kehamilas Sekarang

GPA : C61POAO
HPHT : 28 - 06 - 2018.
UK : 38 M09
HPL : 11 - 04 - 2018.

C. Riwayat Pernikahan

Usia Menikah : 25 th.
Status Pernikahan : sah.
Pernikahan Ke : 1
Lama Pernikahan : 1 tahun

D. Riwayat Kesehatan

1. Dahulu : -
2. Sekarang : -
3. Keluarga : -
4. Reproduksi : -

Lampiran 2

INFORMED CONSENT
LEMBAR PERSETUJUAN MENJADI RESPONDEN

Yang bertanda tangan dibawah ini saya :

Nama : Ny. S
Umur : 22 tahun
Alamat : wauyo , kec. Buluspesantren

Dengan ini saya bersedia menjadi responden pada penelitian dengan judul "Penerapan Kompres Hangat Dan Aroma Terapi Mawar Untuk Mengurangi Kecemasan Persalinan Kala 1 Fase Aktif" oleh :

Nama : Alfil Tesya Arokhim
NIM : B1601329

Demikian persetujuan ini saya buat dengan sesungguhnya dan tidak ada paksaan dari pihak manapun.

Gombong, 25 Maret 2019.

Peneliti,



(Alfil Tesya Arokhim)

Yang Membuat Pernyataan ,



(Ny. S)

Lampiran 3

LEMBAR OBSERVASI UNTUK MENGUKUR KECEMASAN

HAMILTON RATING SCALE FOR ANXIETY (HARS)

Nomor Responden : 07.

Nama Responden : Ny. S

Tanggal Pemeriksaan : 25 Maret 2016.

Skor : 0 = tidak ada

1 = ringan

2 = sedang

3 = berat

4 = berat sekali

Total Skor : kurang dari 14 = tidak ada kecemasan

14 – 20 = kecemasan ringan

21 – 27 = kecemasan sedang

28 – 41 = kecemasan berat

42 – 56 = kecemasan berat sekali

No	Pertanyaan	0	1	2	3	4
1.	Perasaan Ansietas					
	a. Cemas				✓	
	b. Firasat Buruk				✓	
	c. Takut akan pikiran sendiri			✓		
	d. Mudah tersinggung	-				
2.	Ketegangan					
	a. Merasa tegang			✓		
	b. Lesu	-				
	c. Tidak bisa istirahat tenang			✓		
	d. Mudah terkejut	-				
	e. Mudah menangis	-				
	f. Gelisah		✓			
	g. Gemetar	-				
3.	Ketakutan					
	a. Pada gelap	-				
	b. Pada orang asing	-				
	c. Takut ditinggal sendiri		✓			
4.	Gangguan Tidur					
	a. Tidur tidak nyenyak atau tidak bisa tidur	-				
	b. Bangun dengan lesu	-				
5.	Gangguan Kecerdasan					
	a. Sukar konsentrasi	-				
	b. Daya ingat buruk	-				
6.	Perasaan Depresi					
	a. Sedih	-				

7.	Gejala Somatik (Otot)					
	a. Sakit dan nyeri di otot-otot		✓			
	b. Kaku	-				
	c. Suara tidak stabil	-				
8.	Gejala Somatik (Sensorik)	-				
	a. Penglihatan kabur	-				
	b. Muka merah atau pucat	-				
	c. Merasa lemah	-				
	d. Perasaan tidak tenang	-				
9.	Gejala Kardiovaskuler					
	a. Takhikardia	-				
	b. Berdebar	-				
	c. Nyeri di dada	-				
	d. Denyut nadi cepat	-				
	e. Lesu atau lemas	-				
	f. Detak jantung menghilang atau berhenti sejenak	-				
10.	Gejala Respiratori					
	a. Rasa tertekan atau sempit di dada	-				
	b. Sering menarik nafas	-				
	c. Nafas pendek atau sesak	-				
11.	Gejala Gastrointestinal	-				
	a. Sulit menelan	-				
	b. Nyeri sebelum dan sesudah makan	-				
	c. Mual	-				
	d. Muntah	-				
	e. Buang air besar lembek	-				
	f. Sukar buang air besar	-				
12.	Gejala Urogenital	-				
	a. Sering buang air kecil	-				
	b. Tidak dapat menahan air seni	-				
13.	Gejala Otonom	-				
	a. Mulut kering	-				
	b. Muka merah	-				
	c. Mudah berkeringat	-				
	d. Pusing atau sakit kepala	-				
14.	Tingkah Laku Pada Wawancara	-				
	a. Gelisah		✓			
	b. Tidak tenang	-				
	c. Jari gemetar	-				
	d. Kerut kening	-				
	e. Muka tegang	-				
	f. Tonus otot meningkat	-				
	g. Nafas pendek atau cepat	-				

Jumlah Skor : 16

Lampiran 3

LEMBAR OBSERVASI UNTUK MENGUKUR KECEMASAN

HAMILTON RATING SCALE FOR ANXIETY (HARS)

Nomor Responden : 02.
 Nama Responden : MY-S.
 Tanggal Pemeriksaan : 25 Maret.
 Skor : 0 = tidak ada

1 = ringan
 2 = sedang
 3 = berat
 4 = berat sekali

Total Skor : kurang dari 14 = tidak ada kecemasan
 14 – 20 = kecemasan ringan
 21 – 27 = kecemasan sedang
 28 – 41 = kecemasan berat
 42 – 56 = kecemasan berat sekali

No	Pertanyaan	0	1	2	3	4
1.	Perasaan Ansietas					
	a. Cemas			✓		
	b. Firasat Buruk			✓		
	c. Takut akan pikiran sendiri			✓		
	d. Mudah tersinggung					
2.	Ketegangan					
	a. Merasa tegang		✓			
	b. Lesu					
	c. Tidak bisa istirahat tenang					
	d. Mudah terkejut					
	e. Mudah menangis					
	f. Gelisah					
	g. Gemetar					
3.	Ketakutan					
	a. Pada gelap					
	b. Pada orang asing					
	c. Takut ditinggal sendiri		✓			
4.	Gangguan Tidur					
	a. Tidur tidak nyenyak atau tidak bisa tidur					
	b. Bangun dengan lesu					
5.	Gangguan Kecerdasan					
	a. Sukar konsentrasi					
	b. Daya ingat buruk					
6.	Perasaan Depresi					
	a. Sedih					

7.	Gejala Somatik (Otot)					
	a. Sakit dan nyeri di otot-otot		✓			
	b. Kaku					
	c. Suara tidak stabil					
8.	Gejala Somatik (Sensorik)					
	a. Penglihatan kabur					
	b. Muka merah atau pucat					
	c. Merasa lemah					
	d. Perasaan tidak tenang					
9.	Gejala Kardiovaskuler					
	a. Takhikardia					
	b. Berdebar					
	c. Nyeri di dada					
	d. Denyut nadi cepat					
	e. Lesu atau lemas					
	f. Detak jantung menghilang atau berhenti sejenak					
10.	Gejala Respiratori					
	a. Rasa tertekan atau sempit di dada					
	b. Sering menarik nafas					
	c. Nafas pendek atau sesak					
11.	Gejala Gastrointestinal					
	a. Sulit menelan					
	b. Nyeri sebelum dan sesudah makan					
	c. Mual					
	d. Muntah					
	e. Buang air besar lembek					
	f. Sukar buang air besar					
12.	Gejala Urogenital					
	a. Sering buang air kecil					
	b. Tidak dapat menahan air seni					
13.	Gejala Otonom					
	a. Mulut kering					
	b. Muka merah					
	c. Mudah berkeringat					
	d. Pusing atau sakit kepala					
14.	Tingkah Laku Pada Wawancara					
	a. Gelisah		✓			
	b. Tidak tenang					
	c. Jari gemetar					
	d. Kerut kening					
	e. Muka tegang					
	f. Tonus otot meningkat					
	g. Nafas pendek atau cepat					

Jumlah Skor :

Lampiran 4

BIODATA RESPONDEN

A. Identitas

Nama : Ny.S.
Umur : 28 th.
Agama : Islam
Pendidikan : SMA
Pekerjaan : IRT
Alamat : WAYO
No. Hp : -

B. Riwayat Kehamilas Sekarang

GPA : G1P0A0
HPHT : 21-6-2018.
UK : 39 mg
HPL : 28-03-2019.

C. Riwayat Pernikahan

Usia Menikah : 21 tahun
Status Pernikahan : sah
Pernikahan Ke : 1
Lama Pernikahan : 1 tahun

D. Riwayat Kesehatan

1. Dahulu : -
2. Sekarang : -
3. Keluarga : -
4. Reproduksi : -

Lampiran 2

INFORMED CONSENT
LEMBAR PERSETUJUAN MENJADI RESPONDEN

Yang bertanda tangan dibawah ini saya :

Nama : My. I
Umur : 21 tahun
Alamat : Ayem Putih, kec. Buluspesantren

Dengan ini saya bersedia menjadi responden pada penelitian dengan judul "Penerapan Kompres Hangat Dan Aroma Terapi Mawar Untuk Mengurangi Kecemasan Persalinan Kala 1 Fase Aktif" oleh :

Nama : Alfil Tesya Arokhim
NIM : B1601329

Demikian persetujuan ini saya buat dengan sesungguhnya dan tidak ada paksaan dari pihak manapun.

Gombong, 27 Maret 2018.

Peneliti,



(Alfil Tesya Arokhim)

Yang Membuat Pernyataan ,



(My. I)

Lampiran 3

LEMBAR OBSERVASI UNTUK MENGUKUR KECEMASAN

HAMILTON RATING SCALE FOR ANXIETY (HARS)

Nomor Responden : 03

Nama Responden : My.1

Tanggal Pemeriksaan : 29 Maret 2019.

Skor : 0 = tidak ada

1 = ringan

2 = sedang

3 = berat

4 = berat sekali

Total Skor : kurang dari 14 = tidak ada kecemasan

14 – 20 = kecemasan ringan

21 – 27 = kecemasan sedang

28 – 41 = kecemasan berat

42 – 56 = kecemasan berat sekali

No	Pertanyaan	0	1	2	3	4
1.	Perasaan Ansietas					
	a. Cemas				✓	
	b. Firasat Buruk			✓		
	c. Takut akan pikiran sendiri			✓		
	d. Mudah tersinggung	-				
2.	Ketegangan					
	a. Merasa tegang		✓		✓	
	b. Lesu	-				
	c. Tidak bisa istirahat tenang			✓		
	d. Mudah terkejut	-				
	e. Mudah menangis	-				
	f. Gelisah		✓			
	g. Gemetar	-				
3.	Ketakutan					
	a. Pada gelap	-				
	b. Pada orang asing	-				
	c. Takut ditinggal sendiri				✓	
4.	Gangguan Tidur					
	a. Tidur tidak nyenyak atau tidak bisa tidur	-				
	b. Bangun dengan lesu	-				
5.	Gangguan Kecerdasan					
	a. Sukar konsentrasi	-				
	b. Daya ingat buruk	-				
6.	Perasaan Depresi					
	a. Sedih	-				

7.	Gejala Somatik (Otot)					
	a. Sakit dan nyeri di otot-otot			✓		
	b. Kaku	✓				
	c. Suara tidak stabil	✓				
8.	Gejala Somatik (Sensorik)					
	a. Penglihatan kabur	✓				
	b. Muka merah atau pucat	✓				
	c. Merasa lemah	✓				
	d. Perasaan tidak tenang	✓				
9.	Gejala Kardiovaskuler					
	a. Takhikardia	✓				
	b. Berdebar	✓				
	c. Nyeri di dada	✓				
	d. Denyut nadi cepat	✓				
	e. Lesu atau lemas	✓				
	f. Detak jantung menghilang atau berhenti sejenak	✓				
10.	Gejala Respiratori					
	a. Rasa tertekan atau sempit di dada	✓				
	b. Sering menarik nafas	✓				
	c. Nafas pendek atau sesak	✓				
11.	Gejala Gastrointestinal	✓				
	a. Sulit menelan	✓				
	b. Nyeri sebelum dan sesudah makan	✓				
	c. Mual	✓				
	d. Muntah	✓				
	e. Buang air besar lembek	✓				
	f. Sukar buang air besar	✓				
12.	Gejala Urogenital	✓				
	a. Sering buang air kecil	✓				
	b. Tidak dapat menahan air seni	✓				
13.	Gejala Otonom	✓				
	a. Mulut kering	✓				
	b. Muka merah	✓				
	c. Mudah berkeringat	✓				
	d. Pusing atau sakit kepala	✓				
14.	Tingkah Laku Pada Wawancara	✓				
	a. Gelisah			✓	✓	
	b. Tidak tenang			✓		
	c. Jari gemetar	✓				
	d. Kerut kening	✓				
	e. Muka tegang	✓				
	f. Tonus otot meningkat	✓				
	g. Nafas pendek atau cepat	✓				

Jumlah Skor : 18

Lampiran 3

LEMBAR OBSERVASI UNTUK MENGUKUR KECEMASAN

HAMILTON RATING SCALE FOR ANXIETY (HARS)

Nomor Responden : 03.

Nama Responden : Ayu.

Tanggal Pemeriksaan : 29 Maret 2015.

Skor : 0 = tidak ada

1 = ringan

2 = sedang

3 = berat

4 = berat sekali

Total Skor : kurang dari 14 = tidak ada kecemasan

14 – 20 = kecemasan ringan

21 – 27 = kecemasan sedang

28 – 41 = kecemasan berat

42 – 56 = kecemasan berat sekali

No	Pertanyaan	0	1	2	3	4
1.	Perasaan Ansietas					
	a. Cemas			✓		
	b. Firasat Buruk		✓			
	c. Takut akan pikiran sendiri			✓		
	d. Mudah tersinggung					
2.	Ketegangan					
	a. Merasa tegang		✓			
	b. Lesu					
	c. Tidak bisa istirahat tenang			✓		
	d. Mudah terkejut					
	e. Mudah menangis					
	f. Gelisah			✓		
	g. Gemetar					
3.	Ketakutan					
	a. Pada gelap					
	b. Pada orang asing					
	c. Takut ditinggal sendiri					
4.	Gangguan Tidur					
	a. Tidur tidak nyenyak atau tidak bisa tidur					
	b. Bangun dengan lesu					
5.	Gangguan Kecerdasan					
	a. Sukar konsentrasi					
	b. Daya ingat buruk					
6.	Perasaan Depresi					
	a. Sedih					

7.	Gejala Somatik (Otot)					
	a. Sakit dan nyeri di otot-otot		✓			
	b. Kaku					
	c. Suara tidak stabil					
8.	Gejala Somatik (Sensorik)					
	a. Penglihatan kabur					
	b. Muka merah atau pucat					
	c. Merasa lemah					
	d. Perasaan tidak tenang					
9.	Gejala Kardiovaskuler					
	a. Takhikardia					
	b. Berdebar					
	c. Nyeri di dada					
	d. Denyut nadi cepat					
	e. Lesu atau lemas					
	f. Detak jantung menghilang atau berhenti sejenak					
10.	Gejala Respiratori					
	a. Rasa tertekan atau sempit di dada					
	b. Sering menarik nafas					
	c. Nafas pendek atau sesak					
11.	Gejala Gastrointestinal					
	a. Sulit menelan					
	b. Nyeri sebelum dan sesudah makan					
	c. Mual					
	d. Muntah					
	e. Buang air besar lembek					
	f. Sukar buang air besar					
12.	Gejala Urogenital					
	a. Sering buang air kecil					
	b. Tidak dapat menahan air seni					
13.	Gejala Otonom					
	a. Mulut kering					
	b. Muka merah					
	c. Mudah berkeringat					
	d. Pusing atau sakit kepala					
14.	Tingkah Laku Pada Wawancara					
	a. Gelisah		✓			
	b. Tidak tenang		✓			
	c. Jari gemetar					
	d. Kerut kening					
	e. Muka tegang					
	f. Tonus otot meningkat					
	g. Nafas pendek atau cepat					

Jumlah Skor :

Lampiran 4

BIODATA RESPONDEN

A. Identitas

Nama : Ny. I
Umur : 21 tahun
Agama : Islam
Pendidikan : SMP.
Pekerjaan : RT
Alamat : Asem Putih.
No. Hp : -

B. Riwayat Kehamilas Sekarang

GPA : GIPDAD
HPHT : 26-06-2018
UK : 28 mg
HPL : 3-04-2013.

C. Riwayat Pernikahan

Usia Menikah : 20 tahun
Status Pernikahan : sah
Pernikahan Ke : 1
Lama Pernikahan : 1 tahun

D. Riwayat Kesehatan

1. Dahulu : -
2. Sekarang : -
3. Keluarga : -
4. Reproduksi : -

Lampiran 2

INFORMED CONSENT
LEMBAR PERSETUJUAN MENJADI RESPONDEN

Yang bertanda tangan dibawah ini saya :

Nama : **Ny.D**

Umur : **27 tahun**

Alamat : **Bangurmukadan, Kec. Buluspesantren**

Dengan ini saya bersedia menjadi responden pada penelitian dengan judul "Penerapan Kompres Hangat Dan Aroma Terapi Mawar Untuk Mengurangi Kecemasan Persalinan Kala 1 Fase Aktif" oleh :

Nama : Alfil Tesya Arokhim

NIM : B1601329

Demikian persetujuan ini saya buat dengan sesungguhnya dan tidak ada paksaan dari pihak manapun.

Gombong, **27 Maret 2019**.

Peneliti,



(Alfil Tesya Arokhim)

Yang Membuat Pernyataan ,



(**Ny.D.**)

Lampiran 3

LEMBAR OBSERVASI UNTUK MENGUKUR KECEMASAN

HAMILTON RATING SCALE FOR ANXIETY (HARS)

Nomor Responden : 04.

Nama Responden : NY.O.

Tanggal Pemeriksaan : 27 Maret 2019.

Skor : 0 = tidak ada

1 = ringan

2 = sedang

3 = berat

4 = berat sekali

Total Skor : kurang dari 14 = tidak ada kecemasan

14 – 20 = kecemasan ringan

21 – 27 = kecemasan sedang

28 – 41 = kecemasan berat

42 – 56 = kecemasan berat sekali

No	Pertanyaan	0	1	2	3	4
1.	Perasaan Ansietas					
	a. Cemas				✓	
	b. Firasat Buruk			✓		
	c. Takut akan pikiran sendiri			✓		
	d. Mudah tersinggung					
2.	Ketegangan					
	a. Merasa tegang			✓		
	b. Lesu					
	c. Tidak bisa istirahat tenang				✓	
	d. Mudah terkejut					
	e. Mudah menangis					
	f. Gelisah					
	g. Gemetar					
3.	Ketakutan					
	a. Pada gelap					
	b. Pada orang asing					
	c. Takut ditinggal sendiri				✓	
4.	Gangguan Tidur					
	a. Tidur tidak nyenyak atau tidak bisa tidur					
	b. Bangun dengan lesu					
5.	Gangguan Kecerdasan					
	a. Sukar konsentrasi					
	b. Daya ingat buruk					
6.	Perasaan Depresi					
	a. Sedih					

7.	Gejala Somatik (Otot)					
	a. Sakit dan nyeri di otot-otot			✓		
	b. Kaku					
	c. Suara tidak stabil					
8.	Gejala Somatik (Sensorik)					
	a. Penglihatan kabur					
	b. Muka merah atau pucat					
	c. Merasa lemah					
	d. Perasaan tidak tenang					
9.	Gejala Kardiovaskuler					
	a. Takhikardia					
	b. Berdebar					
	c. Nyeri di dada					
	d. Denyut nadi cepat					
	e. Lesu atau lemas					
	f. Detak jantung menghilang atau berhenti sejenak					
10.	Gejala Respiratori					
	a. Rasa tertekan atau sempit di dada					
	b. Sering menarik nafas					
	c. Nafas pendek atau sesak					
11.	Gejala Gastrointestinal					
	a. Sulit menelan					
	b. Nyeri sebelum dan sesudah makan					
	c. Mual					
	d. Muntah					
	e. Buang air besar lembek					
	f. Sukar buang air besar					
12.	Gejala Urogenital					
	a. Sering buang air kecil					
	b. Tidak dapat menahan air seni					
13.	Gejala Otonom					
	a. Mulut kering					
	b. Muka merah					
	c. Mudah berkeringat					
	d. Pusing atau sakit kepala					
14.	Tingkah Laku Pada Wawancara					
	a. Gelisah			✓		
	b. Tidak tenang				✓	
	c. Jari gemetar					
	d. Kerut kening					
	e. Muka tegang					
	f. Tonus otot meningkat					
	g. Nafas pendek atau cepat					

Jumlah Skor :

18

Lampiran 3

LEMBAR OBSERVASI UNTUK MENGUKUR KECEMASAN

HAMILTON RATING SCALE FOR ANXIETY (HARS)

Nomor Responden : 04.

Nama Responden : My. D.

Tanggal Pemeriksaan : 29 Maret 2013.

Skor : 0 = tidak ada

1 = ringan

2 = sedang

3 = berat

4 = berat sekali

Total Skor : kurang dari 14 = tidak ada kecemasan

14 – 20 = kecemasan ringan

21 – 27 = kecemasan sedang

28 – 41 = kecemasan berat

42 – 56 = kecemasan berat sekali

No	Pertanyaan	0	1	2	3	4
1.	Perasaan Ansietas					
	a. Cemas			✓		
	b. Firasat Buruk			✓		
	c. Takut akan pikiran sendiri		✓			
	d. Mudah tersinggung					
2.	Ketegangan					
	a. Merasa tegang		✓			
	b. Lesu					
	c. Tidak bisa istirahat tenang					
	d. Mudah terkejut				✓	
	e. Mudah menangis					
	f. Gelisah					
	g. Gemetar					
3.	Ketakutan					
	a. Pada gelap					
	b. Pada orang asing					
	c. Takut ditinggal sendiri			✓		
4.	Gangguan Tidur					
	a. Tidur tidak nyenyak atau tidak bisa tidur					
	b. Bangun dengan lesu					
5.	Gangguan Kecerdasan					
	a. Sukar konsentrasi					
	b. Daya ingat buruk					
6.	Perasaan Depresi					
	a. Sedih					

7.	Gejala Somatik (Otot)					
	a. Sakit dan nyeri di otot-otot					
	b. Kaku					
	c. Suara tidak stabil					
8.	Gejala Somatik (Sensorik)					
	a. Penglihatan kabur					
	b. Muka merah atau pucat					
	c. Merasa lemah					
	d. Perasaan tidak tenang					
9.	Gejala Kardiovaskuler					
	a. Takhikardia					
	b. Berdebar					
	c. Nyeri di dada					
	d. Denyut nadi cepat					
	e. Lesu atau lemas					
	f. Detak jantung menghilang atau berhenti sejenak					
10.	Gejala Respiratori					
	a. Rasa tertekan atau sempit di dada					
	b. Sering menarik nafas					
	c. Nafas pendek atau sesak					
11.	Gejala Gastrointestinal					
	a. Sulit menelan					
	b. Nyeri sebelum dan sesudah makan					
	c. Mual					
	d. Muntah					
	e. Buang air besar lembek					
	f. Sukar buang air besar					
12.	Gejala Urogenital					
	a. Sering buang air kecil					
	b. Tidak dapat menahan air seni					
13.	Gejala Otonom					
	a. Mulut kering					
	b. Muka merah					
	c. Mudah berkeringat					
	d. Pusing atau sakit kepala					
14.	Tingkah Laku Pada Wawancara					
	a. Gelisah			✓		
	b. Tidak tenang			✓		
	c. Jari gemetar					
	d. Kerut kening					
	e. Muka tegang					
	f. Tonus otot meningkat					
	g. Nafas pendek atau cepat					

Jumlah Skor

:

14

Lampiran 4

BIODATA RESPONDEN

A. Identitas

Nama : N.Y.D
Umur : 25 tahun.
Agama : Islam
Pendidikan : SMP.
Pekerjaan : RRT
Alamat : Banjarmukad an
No. Hp : -

B. Riwayat Kehamilas Sekarang

GPA : GIP040
HPHT : 24-06-2018
UK : 38 mg
HPL : 1-04-2018.

C. Riwayat Pernikahan

Usia Menikah : 23 th
Status Pernikahan : sah
Pernikahan Ke : 1
Lama Pernikahan : 2 tahun

D. Riwayat Kesehatan

1. Dahulu : -
2. Sekarang : -
3. Keluarga : -
4. Reproduksi : -

Lampiran 5

SOP KOMPRES HANGAT

Pengertian	Memberikan kompres panas kering dengan menggunakan buli-buli panas
Tujuan	1. Memperlancar sirkulasi darah 2. Mengurangi rasa sakit 3. Merangsang peristaltic
Kebijakan	1. Kejang otot (Spasmus) 2. Perut kembung 3. Kedinginan (akibat narkose, iklim, ketegangan, dll)
Petugas	Perawat, Bidan
Alat dan Bahan	1. Buli-buli 2. air panas 3. Gelas ukur
Prosedur Pelaksanaan	1. Tahap Pra Interaksi a. Informed consent dengan ibu. b. Menjelaskan maksud dan tujuan tindakan. c. Memposisikan ibu dengan baik. d. Menjelaskan prosedur tindakan. e. Menanyakan kesiapan pasien. f. Mengawali dengan tasmiah dan mengakhiri dengan tahmid. 2. Tahap Kerja a. Persiapan Kompres air hangat. 1) Isi buli-buli dengan air hangat dengan suhu 37 - 40°C dengan volume 1 liter. 2) Tutup buli-buli yang telah diisi air hangat kemudian. b. Pelaksanaan 1) Panaskan alat pemanas untuk menghasilkan uap air serta letakkan ditempat yang aman dengan jarak 30 cm dari pasien. 2) Tempatkan buli-buli air panas pada daerah punggung dengan posisi ibu miring kanan atau miring kiri. 3) Lalu minta pasien relaks untuk merasakan kompres air hangat . 4) Angkat buli-buli air tersebut setelah 20 menit. 5) Catat perubahan yang terjadi pada pasien selama diberikan asuhan. 6) Asuhan diberikan dalam 3 kali dengan jarak 1 jam. 7) Cuci tangan.

	3. Tahap Terminasi
--	--------------------

- | | |
|--|---|
| | <ul style="list-style-type: none">a. Evaluasi perasaan klien.b. Bereskan alat-alat.c. Lakukan kontrak untuk kegiatan selanjutnya. |
|--|---|



Sop Aromaterapi Mawar

Persiapan alat dan bahan	1. Pengharum Mawar 2. Alat pengharum elektrik
Prosedur Pemakaian	1. Masukkanlah botol pengharum ruangan rasa mawar ke dalam tempat pengharum ruangan tersebut 2. Kemudian setelah itu masukkanlah terlebih dahulu 2 buah baterai pada tempat battery control yang terdapat pada tempat pengharum ruangan otomatis tersebut 3. Aktifkanlah tombol on sehingga terlihat lampu LED pengharum ruangan menyala 4. Aturlah jeda waktu pengharum ruangan itu berdasarkan dengan waktu yang Anda inginkan. Untuk mengaturnya, Anda bisa memilih jeda waktu antara 10 menit, 20 menit, ataupun 40 menit. Dengan begitu, berarti pengharum ruangan secara otomatis akan mengeluarkan aroma atau wangi sesuai jeda waktu yang Anda tentukan.
Prosedur pelaksanaan	1. Aroma terapi mawar sudah terpasang di ruangan sebelum dilakukan terapi kurang lebih 20 menit 2. Saat melakukan terapi penyemprotan berlangsung selama 10 menit sekali

DOKUMENTASI

1. Partisipan 1



(Gambar 1. Pengompresan hangat dan aromaterapi mawar)

2. Partisipan 2



(Gambar 2. Pengompresan hangat dan aromaterapi mawar)

3. Partisipan 3



(Gambar 3. Pengompresan hangat dan aromaterapi mawar)

4. Partisipan 4



(Gambar 4. Pengompresan hangat dan aromaterapi mawar)

5. Partisipan 5



(Gambar 5. Pengompresan hangat dan aromaterapi mawar)