

KARYA TULIS ILMIAH

**EFEKTIFITAS TERAPI MURROTAL TERHADAP PENCEGAHAN *POST PARTUM BLUES* PADA IBU *POST PARTUM* NY. I UMUR 22 TAHUN DI
BPM DURROTUL KENTENG SEMPOR KEBUMEN**

Diajukan Untuk Memenuhi Jenjang Pendidikan
Diploma III Kebidanan



**Disusun Oleh :
Brilian Puspita Dewi
B1301030**

**PROGRAM STUDI DIPLOMA III KEBIDANAN
SEKOLAH TINGGI ILMU KESEHATAN
MUHAMMADIYAH GOMBONG
2016**

KARYA TULIS ILMIAH

**EFEKTIFITAS TERAPI MURROTAL TERHADAP PENCEGAHAN *POST PARTUM BLUES* PADA IBU *POST PARTUM* NY. I UMUR 22 TAHUN DI
BPM DURROTUL KENTENG SEMPOR KEBUMEN**

Diajukan Untuk Memenuhi Jenjang Pendidikan
Diploma III Kebidanan



**Disusun Oleh :
Brilian Puspita Dewi
B1301030**

**PROGRAM STUDI DIPLOMA III KEBIDANAN
SEKOLAH TINGGI ILMU KESEHATAN
MUHAMMADIYAH GOMBONG
2016**

HALAMAN PERSETUJUAN

KARYA TULIS ILMIAH EFEKTIFITAS TERAPI MURROTAL TERHADAP PENCEGAHAN *POST PARTUM BLUES* PADA IBU *POST PARTUM* NY. I UMUR 22 TAHUN DI BPM DURROTUL KENTENG SEMPOR KEBUMEN

Brilian Puspita Dewi
B1301030

telah disetujui pada tanggal

Pembimbing,

1. Kusumastuti, S.SiT.,M.Kes



2. Durrotul Mufidah, Amd.Keb.



Mengetahui,

Ketua Program Studi DIII Kebidanan



(Hastin Ika Indriyastuti, S.SiT.,MPH.)

HALAMAN PENGESAHAN

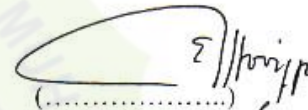
KARYA TULIS ILMIAH EFEKTIFITAS TERAPI MURROTAL TERHADAP PENCEGAHAN *POST PARTUM BLUES* PADA IBU *POST PARTUM* NY. I UMUR 22 TAHUN DI BPM DURROTUL KENTENG SEMPOR KEBUMEN

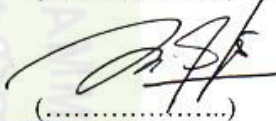
Yang dipersiapkan dan disusun oleh
Brilian Puspita Dewi
NIM : B1301059

telah dipertahankan di depan Dewan Penguji
Pada tanggal:.....

Penguji:

1. Eka Novyriana, S.ST, MPH
2. Kusumastuti, S.SiT, M.Kes
3. Durrotul Mufidah, Amd.Keb.


(.....)


(.....)



Mengetahui,

Ketua Program Studi DIII Kebidanan


(Hastin Ika Indriyastuti, S.SiT.,MPH.)

HALAMAN PERNYATAAN

Dengan ini menyatakan bahwa dalam penulisan laporan Karya Tulis Ilmiah tidak terdapat karya yang pernah diajukan untuk penelitian lain atau untuk memperoleh gelar kesarjanaan pada perguruan tinggi yang lain, dan sepanjang pengetahuan peneliti 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,

Juni 2016



Brilian Puspita Dewi

KATA PENGANTAR

Puji syukur atas kehadiran Allah *Shubhanallah wa taala* (SWT) yang telah melimpahkan rahmat dan hidayah-Nya kepada kita semua, sehingga atas izin-Nya penulis dapat menyelesaikan Karya Tulis Ilmiah Efektifitas Terapi Murrotal Terhadap Pencegahan *Post Partum Blues* Pada Ibu *Post Partum* di BPM Durrotul Mufidah, Amd. Keb Kenteng Sempor Kebumen. Laporan ini disusun untuk memenuhi Jenjang Pendidikan Diploma III Kebidanan di Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan (STIKES) Muhammadiyah Gombong.

Penyusunan laporan ini tidak akan terselesaikan tanpa adanya bantuan, dari semua pihak. Untuk itu, pada kesempatan kali ini penyusun ingin mengucapkan terima kasih pada :

1. M.Madkhan Anis, S.Kep., Ns. selaku Ketua STIKES Muhammadiyah Gombong.
2. Hastin Ika Indriyastuti, S.SiT., M.P.H. selaku Ketua Program Studi D III Kebidanan STIKES Muhammadiyah Gombong.
3. Kusumastuti, S.SiT., M.Kes. selaku Dosen Pembimbing dari Program Studi D III kebidanan STIKES Muhammadiyah Gombong.
4. Bidan Durrotul Mufidah, Amd.Keb. selaku pembimbing lahan.
5. Kedua orang tua tercinta yang telah memberikan dukungan baik materil maupun spiritual dalam penyusunan laporan ini.
6. Pasiendan keluarga, serta seluruh pihak yang tidak bisa di sebutkan satu persatu.

Penulis menyadari bahwa dalam penulisan laporan baik dari segi ejaan yang disempurnakan (EYD), tatabahasa, isi maupun teknik penulisan ini masih banyak kekurangan, oleh sebab itu penulis sangat mengharapkan kritik dan saran yang membangun. Semoga dengan selesainya laporan ini dapat bermanfaat bagi pembaca dan teman-teman.

Gombong, Juni 2016

Penulis

DAFTAR ISI

HALAMAN SAMPUL DALAM	i
HALAMAN PERSETUJUAN.....	ii
HALAMAN PENGESAHAN.....	iii
HALAMAN PERNYATAAN	iv
KATA PENGANTAR	v
DAFTAR ISI.....	vi
DAFTAR GAMBAR	viii
DAFTAR TABEL	ix
DAFTAR LAMPIRAN	x
INTISARI.....	xi
ABSTRACT.....	xii
BAB I PENDAHULUAN	1
A. Latar Belakang	1
B. Tujuan Penelitian	5
C. Manfaat Penulisan.....	5
BAB II TINJAUAN PUSTAKA.....	7
A. Tinjauan Teori.....	7
1. Teori Nifas	7
2. Karakteristik.....	17
3. Jenis Gangguan Psikologis Ibu <i>Post Partum</i>	19
4. Perbandingan Jenis Gangguan <i>Postpartum Blues</i> , Depresi <i>Post</i> <i>partum</i> dan <i>Post partum</i> Psikosis.....	22
5. <i>Postpartum Blues</i>	25
6. Terapi Murrotal	39
7. Teknik Skrining <i>Edinburgh Postnatal</i> <i>Depression Scale (EPDS)</i>	46
8. Kerangka Teori.....	52
BAB III METODOLOGI PENELITIAN.....	53
A. Jenis Penelitian.....	53
B. Tempat dan Waktu	54
C. Subjek.....	54
D. Instrumen.....	55
E. Teknik Analisa Data.....	56
BAB IV HASIL DAN PEMBAHASAN	58
A. Hasil	58
1. Karakteristik Ibu Nifas	58
2. Kondisi psikologi ibu sebelum dilakukan penerapan inovasi terapi murrotal	59
3. Melakukan terapi murrotal sebagai pencegahan <i>post partum blues</i> pada ibu <i>post partum</i>	59
4. Kondisi psikologi ibu setelah dilakukan penerapan inovasi terapi murrotal	61

B. Pembahasan.....	62
1. Karakteristik.....	62
2. Kondisi psikologi sebelum diterapkannya	
3. Inovasi terapi murrotal.....	64
4. Melakukan terapi murrotal sebagai pencegahan.....	65
5. Kondisi psikologis setelah melakukan murrotal	66
BAB VPENUTUP.....	68
A. Kesimpulan	68
B. Saran.....	69
DAFTAR PUSTAKA	



DAFTAR GAMBAR

Gambar 2.1 Bagan Neorofisiologi Mendengarkan Al-Qur'an dengan mengetahui maknanya	43
Gambar 2.2 Bagan Neorofisiologi Mendengarkan Al-Qur'an tanpa mengetahui maknanya.....	44
Gambar 2.3 Kuisioner <i>Edinburgh Postnatal Depression Scale</i> (EPDS)	50
Gambar 2.4 Kerangka Teori.....	52



DAFTAR TABEL

Tabel 2.1 Tabel Involusi Uterus.....	11
Tabel 4.1 Hasil penilaian psikologi ibu dengan menggunakan kuisioner <i>Edinburgh Postnatal Depression Scale (EPDS)</i>	61



DAFTAR LAMPIRAN

- Lampiran 1 *Inform consent*
- Lampiran 2 Surat Pernyataan Bidan
- Lampiran 3 Identitas Ibu
- Lampiran 4 Hasil ANC
- Lampiran 5 Hasil Pemeriksaan Nifas
- Lampiran 6 Tabel Kuesioner Ibu
- Lampiran 7 Hasil Penilaian Kuesioner Ibu
- Lampiran 8 Lembar Observasi Penerapan Terapi Murrotal
- Lampiran 9 Leaflet
- Lampiran10 Lembar konsultasi



KARYA TULIS ILMIAH
EFEKTIFITAS TERAPI MURROTAL TERHADAP PENCEGAHAN *POST PARTUM BLUES* PADA IBU *POST PARTUM* NY. I UMUR 22 TAHUN DI
BPM DURROTUL KENTENG SEMPORKEBUMEN¹

Brilian Puspita Dewi², Kusumastuti, S.SiT, M.Kes³

INTISARI

Latar Belakang: Dalam dekade terakhir ini, angka kejadian *post partum blues* di Di Indonesia yaitu 50-70 % (Hidayat, 2007). *Post Partum Blues* (PPB) adalah salah satu sindroma gangguan efek ringan yang sering tampak dalam minggu pertama setelah persalinan dan memuncak pada hari ketiga sampai kelima dan menyerang dalam rentang waktu 14 hari terhitung setelah persalinan (Afrian, 2012). Salah satu teknik distraksi yang digunakan untuk mengatasi *post partum blues* adalah dengan terapi murrotal Al-Quran.

Tujuan: Mengetahui Efektifitas Terapi Murrotal Terhadap Pencegahan *Post Partum Blues* Pada Ibu *Post Partum* Ny. I Umur 22 tahun P1 A0 Ah1 di BPM Durrotul. M, Amd. Keb di Desa Kenteng, Kecamatan Sempor, Kabupaten Kebumen.

Metode: Jenis penelitian dalam penyusunan karya tulis ilmiah, penulis menggunakan metode penelitian deskriptif kualitatif, dengan metode *case study*. Metode pengumpulan data yaitu dengan menggunakan wawancara dan kuisioner.

Hasil: Setelah dilakukan penerapan inovasi terapi murrotal, Ny. I mengatakan merasa lebih rileks, nyaman, dan trauma yang dirasakan sebelumnya berangsur menghilang. Hal tersebut dilakukan selama 2 minggu yaitu tanggal 26 Maret-8 April 2016. Terbukti dari hasil kuisioner *Edinburgh Postnatal Depression Scale* (EPDS) sebelum diterapkannya terapi murrotal, Ny. I mendapatkan skor 8, pada hari ke-7 *post partum* mendapatkan skor 6, dan pada hari ke-14 *post partum* mendapatkan skor 2.

Kesimpulan: Terapi murrotal terbukti efektif untuk mencegah *post partum blues*. Ini dibuktikan dengan hasil terapi.

Kata kunci : Terapi Murrotal, *Post Partum Blues*
Kepustakaan : Buku Tahun 2006-2016, 2 Jurnal
Jumlah halaman : xii + 70 Halaman + 9 Lampiran

¹Judul

²Mahasiswa Prodi DIII Kebidanan

³Dosen STIKES Muhammadiyah Gombang

SCIENTIFIC PAPER

EFFECTIVENESS OF MURROTAL THERAPY TO PREVENT POST PARTUM BLUES OF MRS. I, A 22 YEAR-OLD MOTHER IN PRIVATE MIDWIFERY CLINIC OF MIDWIFE DURROTUL AT KENTENG, SEMPOR, KEBUMEN¹

Brilian Puspita Dewi², Kusumastuti, S.SiT, M.Kes³

ABSTRACT

Background: In the last decade, the incidence of post partum blues in Indonesia was 50-70% (Hidayat, 2007). Post Partum Blues (PPB) is a syndrome of psychological disorders with mild effects that often appear on the first week after delivery. This will peak on the third day until the fifth and will last within 14 days after delivery (Afrian, 2012). One of the distraction techniques to overcome this post partum blues is by applying *murrotal* therapy.

Objective: To determine the effectiveness of *murrotal* therapy in preventing post partum blues of Mrs. I a 22 year-old post partum mother with P1 A0 Ah1 in private midwifery clinic of Midwife Durrotul. M, Amd. Kebat Kenteng, Sempor, Kebumen.

Method: This scientific paper is descriptive qualitative with case study method. The data was obtained through interviews and questionnaires.

Result: After having *murrotal* therapy, Mrs. I could be more relaxed, felt comfortable, and gradually she had no more trauma. The therapy had been conducted for the 2 weeks (March 26 up to April 8, 2016).

Conclusion: Murrotal therapy was in fact effective to overcome the post partum blues of Mrs. I. It was indicated by the result of the therapy.

Keywords : Murrotal therapy, *post partum blues*

Bibliography : Books (2006-2016) and 2 Journals

Number of pages : xii + 70 Pages + 9 appendices

¹Title

² Student of DIII Program of Midwifery Dept

³Lecturer of Muhammadiyah Health Science Institute of Gombong

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Melahirkan merupakan karunia terbesar bagi wanita dan momen yang sangat membahagiakan, tetapi kadang harus menemui kenyataan bahwa tak semua menganggap seperti itu karena ada wanita yang mengalami depresi setelah melahirkan. Depresi setelah melahirkan ini adalah gangguan psikologis yang dalam bahasa kedokterannya disebut *post partum blues*. *Post partum blues* merupakan masa transisi mood setelah melahirkan yang sering terjadi pada 50 – 70% wanita pasca melahirkan (Sujiyatini, 2010).

Dalam dekade terakhir ini, banyak peneliti dan klinis yang memberi perhatian khusus pada gejala psikologis yang menyertai seorang wanita pasca salin dan melaporkan beberapa angka kejadian dan beberapa faktor yang diduga penyebab *post partum blues*. Angka kejadian *post partum blues* di Asia cukup tinggi yakni 26,00%-85,00% (Hidayat, 2007) yaitu 50-70% dan hal ini dapat berlanjut menjadi depresi *postpartum* dengan jumlah bervariasi dari 5% hingga lebih dari 25% setelah ibu melahirkan (Daw dan Steiner dalam Bobak dkk, 2006). Suatu penelitian di Negara yang pernah dilakukan seperti di Indonesia, Australia dan Italia dengan menggunakan Edinburgh Postnatal Depression Scale (EPDS) tahun 2011 menunjukan 73% wanita mengalami *post partum blues* (Hidayat, 2007). Sedangkan di Jawa Tengah menurut (Hidayat, 2007) angka kejadian *post partum blues* yaitu 11%, untuk

wilayah Kebumen sebanyak 8% dari jumlah keseluruhan ibu nifas di Kebumen tahun 2016 yaitu sebanyak 21.000 orang.

Indonesia, angka kejadian *post partum blues* antara 50-70% wanita pasca persalinan semula diperkirakan angka kejadian rendah dibandingkan negara-negara lain, hal ini disebabkan oleh budaya dan sifat orang Indonesia yang cenderung lebih sabar dan menerima apa yang dialaminya, baik itu peristiwa yang menyenangkan maupun menyedihkan. Post partum blues (PBB) atau sering juga disebut *MaternityBlues* atau *Baby Blues* dimengerti sebagai suatu sindroma gangguan efek ringan yang sering tampak dalam minggu pertama setelah persalinan dan di tandai dengan gejala-gejala seperti : reaksi/depresi/sedih/disforia, menangis, mudah tersinggung (iritabilitas), cemas, labilitas perasaan, cenderung menyalahkan diri sendiri, gangguan nafsu tidur dan gangguan nafsu makan.

Gejala – gejala ini muncul setelah persalinan dan pada umumnya akan menghilang dalam waktu antara beberapa jam sampai beberapa hari. Namun dalam beberapa kasus gejala-gejala tersebut bertahan dan baru menghilang setelah beberapa hari, minggu atau bulan kemudian bahkan dapat berkembang menjadi keadaan lebih berat (Sulistyawati, 2009). Faktor-faktor yang mempengaruhi post partum blues adalah yang faktor psikologis yang meliputi dukungan keluarga khususnya suami. Faktor demografi yang meliputi usia dan paritas, faktor fisik yang disebabkan kelelahan fisik karena aktivitas mengasuh bayi, menyusui, memandikan, mengganti popok, dan faktor sosial meliputi sosial ekonomi, tingkat pendidikan, status perkawinan

(Nirwana, 2011). Faktor – faktor yang mempengaruhi *post partum blues* biasanya tidak berdiri sendiri sehingga gejala dan tanda *post partum blues* sebenarnya adalah suatu mekanisme multifaktorial.

Kurangnya dukungan sosial dari keluarga merupakan penyebab terjadinya masalah emosional pada periode *post partum*. Untuk itu pada ibu *post partum* perlu diberikan dukungan psikologis, material maupun instrumental agar mampu melalui masa *post partum* dengan baik (Martin, 2011). Kondisi sosial ekonomi juga seringkali membuat psikologi ibu terganggu. Pada keluarga yang mampu mengatasi pengeluaran untuk biaya perawatan ibu selama persalinan, serta tambah dengan hadirnya bayi baru ini mungkin tidak merasakan beban keuangan, akan tetapi keluarga yang menerima kelahiran seorang bayi dengan suatu beban finansial dapat mengalami peningkatan stres, stres ini bisa mengganggu perilaku orang tua sehingga membuat masa transisi untuk memasuki peran menjadi orang tua akan menjadi lebih sulit (Bobak et al, 2006). Uke Riska (2006) juga menjelaskan bahwa faktor yang mempengaruhi terjadinya *post partum blues* diantaranya yaitu disebabkan oleh pengalaman kelahiran dan persalinan yang meliputi komplikasi dan persalinan dengan tindakan, dukungan sosial diantaranya dukungan keluarga, keadaan bayi yang tidak sesuai harapan.

Salah satu teknik distraksi yang digunakan untuk mengatasi *post partum blues* pada pasien adalah dengan terapi murottal Al – Qur'an, karena teknik distraksi merupakan tindakan untuk mengalihkan perhatian. Hasil penelitian yang dilakukan oleh (Qadiy, 2008) tentang pengaruh Al – Qur'an bagi organ

tubuh, berhasil membuktikan hanya dengan mendengarkan bacaan ayat-ayat Al- Qur'an, seorang muslim, baik mereka yang berbahasa Arab maupun bukan, dapat merasakan perubahan fisiologis yang sangat besar. Penurunan depresi, kecemasan, kesedihan, memperoleh ketenangan jiwa, menangkai berbagai macam penyakit merupakan pengaruh umum yang dirasakan orang-orang yang menjadi objek penelitian (Al-Kaheel, 2011).

Ny. 1 umur 22 tahun P1A0Ah1 post partum hari ke-2 yang melakukan pemeriksaan di BPM Durrotul Mufidah, Amd Keb. Berdasarkan hasil anamnesa Ny. I mengatakan mengalami trauma terhadap kehamilan dan persalinan. Pada saat usia kehamilan belum genap 40 minggu Ny. I mengalami ketuban mrembes selama 2 hari yang setiap harinya semakin banyak namun tidak ada kemajuan persalinan, dan akan segera dirujuk. Namun pada saat akan dirujuk Ny. I mengalami kemajuan persalinan yang pesat setelah pembukaan lengkap ternyata By. Ny I mengalami kelainan letak (prsentasi bokong) yang tidak di ketahui sebelumnya. Oleh karena itu penulis tertarik untuk memberikan asuhan kebidanan kepada Ny. I dengan inovasi “Efektifitas Terapi Murrotal Terhadap Pencegahan *Post Partum Blues* Pada Ibu *Post Partum*.”

B. Tujuan Penelitian

1. Tujuan Umum

- a) Mengaplikasikan efektifitas terapi murrotal terhadap pencegahan *post partum blues* pada ibu *post partum* pada Ny. I di BPM Durrotul Kenteng, Sempor, Kebumen

2. Tujuan Khusus

- b) Mengetahui karekteristik ibu nifas pada Ny. I
- c) Mengetahui kondisi psikologi ibu *post partum* pada Ny. I sebelum dilakukan penerapan inovasi terapi murrotal
- d) Mampu melakukan terapi murrotal sebagai pencegahan *post partum blues* pada ibu *post partum* pada Ny. I
- e) Mengetahui kondisi psikologi ibu *post partum* pada Ny. I setelah dilakukan penerapan inovasi terapi murrotal

C. Manfaat Penulisan

Penerapan inovasi ini diharapkan dapat memberikan manfaat sebagai berikut :

1. Manfaat Teoritis

- a) Bagi STIKes Muhammadiyah Gombong

Menambah wacana kepustakaan bagi mahasiswa dan sebagai acuan untuk adik – adik tingkat. Dapat dijadikan bahan pertimbangan dalam membuat kebijakan atau program dalam memberikan pelayanan asuhan kebidanan pada ibu nifas.

b) Bagi Penulis

Mahasiswa dapat secara langsung melakukan asuhan kebidanan dengan menerapkan teori yang telah didapat di dalam perkuliahan.

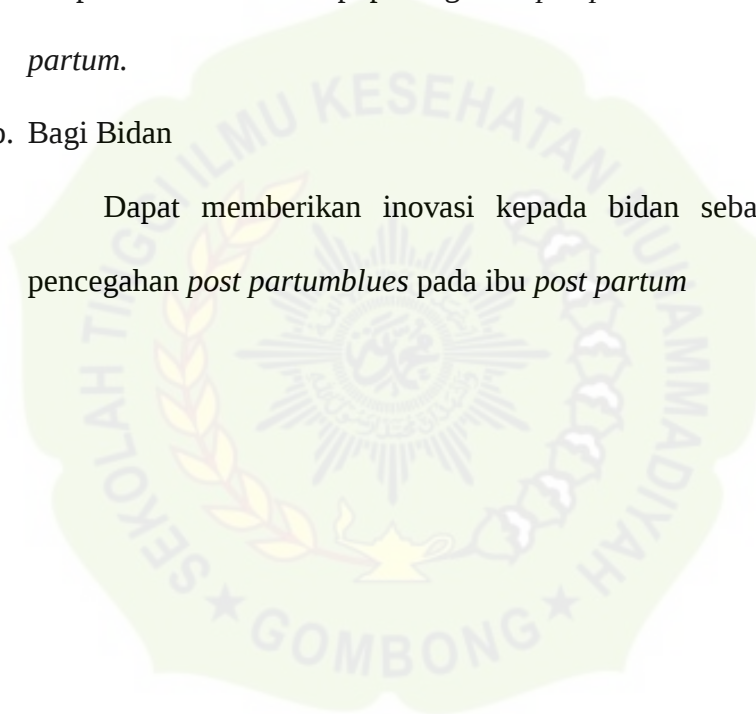
2. Manfaat Praktis

a. Bagi Pasien

Menambah pengetahuan dan informasi ibu mengenai efektifitas terapi murrotal terhadap pencegahan *postpartum blues* pada ibu *post partum*.

b. Bagi Bidan

Dapat memberikan inovasi kepada bidan sebagai alternative pencegahan *post partum blues* pada ibu *post partum*



DAFTAR PUSTAKA

- Prawirohardjo, S. 2008. *Ilmu Kebidanan*. Jakarta: PT bina pustaka.
- Pudiastuti, R. 2011. *Buku Ajar Kebidanan Komunitas*. Yogyakarta: Nuha Medika
- Departemen Kesehatan Republik Indonesia (Depkes RI). 2013. *Profil Kesehatan Republik Indonesia tahun 2013*. <http://www.depkesri.ac.id>. Diakses tanggal 12 Maret 2016 Pukul 09.40 WIB
- Dinas Kesehatan Provinsi (Dinkesprov) Jawa Tengah. 2014. *Buku Saku Jawa Tengah Triwulan II tahun 2014*. <http://bukusakujawatengahtriwulanII.com>. Diakses tanggal 12 Maret 2016 Pukul 14.00 WIB
- Prawirohardjo, S. 2008. *Ilmu Kebidanan*. Jakarta: PT bina pustaka.
- Wiknjosastro. 2008. *Asuhan Kebidanan nifas*. Jakarta: PT Bina Pustaka Sarwono Prawiroharjo.
- Saifuddin. 2008. *Asuhan Kebidanan Nifas*. Jakarta: Yayasan Bina Pustaka Sarwono Prawirohardjo.
- Ambarwati, Eny Retna & Diah Wulandari, 2008. *Asuhan Kebidanan Nifas*. Jogjakarta: Mitra Cendekia Offset.
- Saleha, S. 2009. *Asuhan Kebidanan Pada Masa Nifas*. Jakarta: Salemba Medika.
- Sujiyatini. 2010. *Catatan Kuliah Asuhan Ibu Nifas*. Yogyakarta. Cyrillus Publisher.
- Saifuddin. 2006. *Asuhan Kebidanan Nifas*. Jakarta: Yayasan Bina Pustaka Sarwono Prawirohardjo.
- Prawirohardjo, Sarwono. 2009. *Ilmu Kebidanan*. Jakarta: Yayasan Bina Pustaka Sarwono Prawirohardjo.
- Saifuddin. 2005. *Asuhan Kebidanan Nifas*. Jakarta: Yayasan Bina Pustaka Sarwono Prawirohardjo.
- Saifuddin. 2005. *Asuhan Kebidanan Nifas*. Jakarta: Yayasan Bina Pustaka Sarwono Prawirohardjo

Ismail, R.I. *Faktor resiko depresi prabersalin dan depresi pascabersalin*.
<http://digilib.litbang.Depkes.go.id>. Diunduh tanggal 23 Februari 2016.
21:20

Saryono. (2010). *Depresi pasca persalinan*. Bogor:Rekatama

Manurung, S. et al. (2011). *Efektifitas terapi musik terhadap pencegahan postpartum blues pada ibu primipara di ruang kebidanan RSUP Cipto Mangunkusumo Jakarta Pusat*. Jurnal penelitian Poltekkes Kemenkes Jakarta. Diperoleh tanggal 10 Desember 2014 dari <http://ejournal.litbang.depkes.go.id/index.php/hsr/article/view/2269>.

Djohan. (2005). *Psikologi musik*. Yogyakarta: Buku Baik.

Djohan. (2006). *Terapi musik teori dan aplikasi*. Cetakan ke-1. Yogyakarta: Galangpress.

Ike Dwi Pemasari, Misrawati, Oswati Hasanah . 2015. *Efektifitas Terapi Musik Klasik Mozart Terhadap Penurunan Gejala Post Partum Blues*.

JOM Vol. 2 No. 2

Kurniawan, Harry Gondo. *Skrining Edinburgh Postnatal Depression Scale (EPDS) Pada Post Partum Blues* Jogjakarta: Mitra Cendekia Offset.

LAMPIRAN

INFORMED CONSENT

Yang bertanda tangan dibawah ini:

Nama : Tri Puji Nugroho

Umur : 26 tahun

Alamat: Desa Kenteng RT 1 RW 1, Sempor, Kebumen

Adalah suami/keluarha dari :

Nama : Indah Sugesti

Umur : 22 tahun

Alamat: Desa Kenteng RT 1 RW 1, Sempor, Kebumen

Setelah mendapat penjelasan tentang, dari mahasiswa Prodi DIII Kebidanan
STIKes Muhammadiyah Gombong :

Nama : Brilian Puspita Dewi

NIM : B1301030

Menyatakan bersedia :

1. Memberikan informasi yang dibutuhkan dalam asuhan kebidanan
2. Bersedia menerima pemberian inovasi

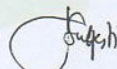
Demikian surat pernyataan ini dibuat untuk dapat di gunakan sebagaimana mestinya.

Sempor, April 2016

Suami


Tri

Klien


Indah

SURAT PERNYATAAN

Yang bertanda tangan dibawah ini :

Nama : Durrotul Mufidah, Amd.Keb

Alamat : Kenteng, RT 3/RW 4, Sempor, Kebumen

Pemilik BPM : Durrotul Mufidah, Amd.Keb

Menyatakan bersedia / ~~tidak bersedia~~ untuk menerima mahasiswa atas nama Brilian Puspita Dewi guna mengambil 1 (satu) pasien untuk Karya Tulis Ilmiah di BPM yang saya kelola dari tanggal 26 Februari 2016 - 8 April 2016.

Demikian surat pernyataan ini di buat untuk dipergunakan sebagaimana mestinya.

Sempor, Februari 2016

Durrotul Mufidah, Amd.Keb

KESEHATAN IBU PERIKSA KEHAMILAN SECARA RUTIN



- Segera periksakan diri ke petugas kesehatan.



- Ukur tinggi badan dan lingkar lengan atas (LLA) saat pertama kali periksa.

- Timbang berat badan tiap kali periksa. Berat badan akan naik sesuai umur kandungan.



- Ukur tekanan darah dan besarnya kandungan tiap kali periksa. Kandungan akan membesar sesuai umur kehamilan.



- Mintalah imunisasi Tetanus Toksoid (TT) kepada petugas. Imunisasi ini mencegah tetanus pada bayi.

- Minum 1 pil tambah darah setiap hari selama 90 hari. Pil tambah darah tidak berbahaya bagi bayi.

- Ikuti Kelas Ibu Hamil

Imunisasi TT	Sejang waktu minimal pemberian imunisasi	Lama perlindungan
TT 1		Langkah awal pembentukan kekebalan tubuh terhadap penyakit Tetanus
TT 2	1 bulan setelah TT 1	3 tahun
TT 3	6 bulan setelah TT 2	5 tahun
TT 4	12 bulan setelah TT 3	10 tahun

Nomor Reg : Nomor Urut :
Menerima Buku KIA
Tanggal :
Nama tempat pelayanan :

IDENTITAS KELUARGA

Nama Ibu : Indah Sugest
Tempat/Tgl Lahir : Kbm - 18-11-1974 Agama : IS
Pendidikan : Tidak sekolah/SD/SMP/SMU/Akademi/Perguruan Tinggi*
Golongan Darah : 0
Pekerjaan : Mengajar

Nama Suami : Tri Puji Auleno
Tempat/Tgl Lahir : Cilacap, 25-5-1970 Agama : Islam
Pendidikan : Tidak sekolah/SD/SMP/SMU/Akademi/Perguruan Tinggi*
Pekerjaan :

Alamat rumah : Kerteg 2/3
Kecamatan : Sumpor
Kabupaten/Kota : Belumeh
No. telepon :

Nama Anak :
Tempat/Tgl Lahir :

DIISI OLEH PETUGAS KESEHATAN

Hari Pertama Haid Terakhir (HPHT), tanggal : 31-7-2015
 Hari Takhsiran Porsalinan (HTP), tanggal : 7-5-2016
 Lingkar Lengan Atas : 27 cm Tinggi Badan : 165 cm
 Penggunaan kontrasepsi sebelum kehamilan ini :
 Riwayat Penyakit yang diderita ibu :
 Riwayat Alergi :

Hamil ke : Jumlah persalinan : Jumlah keguguran :
 Jumlah anak hidup : Jumlah lahir mati :
 Jumlah anak lahir kurang bulan : anak
 Jarak kehamilan ini dengan persalinan terakhir : [bulan/tahun]
 Status imunisasi TT : Imunisasi TT terakhir :
 Pencolok persalinan terakhir :
 Cara persalinan terakhir : [Spontan/Normal /] Tindakan :
 ** Beri tanda [✓] pada kolom yang sesuai

Tgl.	Keluhan Sekarang	Tekanan Darah (mmHg)	Berat Badan (kg)	Umur Kehamilan (minggu)	Tinggi Fundus (cm)	Letak Janin / Kep/Su /	Deriyot Janin / Merit
7/10/15	kelet mauis	130	58.4	4+2	15.5	-	-
8/10/15	gatal U56 2x	150	58.5	10	16	-	17.5
3/11	gatal U56 2x	130	58.5	13+4	16	6.0/8	17.5
28/10/15	gatal U56 2x	120	61	21+4	21	6.0/8	17.5
28/10/15	gatal U56 2x	135	62.5	26	23	6.0/8	17.5
28/10/15	gatal U56 2x	110	64.5	30	25.5	6.0/8	17.5
28/10/15	gatal U56 2x	140	66	34	33	6.0/8	17.5
28/10/15	gatal U56 2x	110	68.5	37+3	33	6.0/8	17.5
28/10/15	gatal U56 2x	140	68	38+2	33	6.0/8	17.5
28/10/15	gatal U56 2x	130	-	-	-	-	-

Kaki Bengkok	Hasil Pemeriksaan Laboratorium	Tindakan (Terapi / T/Re Bantuan Umpan Balik)	Nasihat Yang Disampaikan	Kecelakaan (Tempat kejadian sana Penderita gawat)	Kapan Harus Kembali
0/+	Dr. 27/24/70 Tomb	td. lanjut dr. DSC	Alasan: kel. pua infeksi + p. p. m. m. infeksi + p. p. m. m.	DSC Dum	10/10
0/+	Cel. urin post	Crisp. X Vital. M.	Infeksi + p. p. m. m. Infeksi + p. p. m. m.	DSC Dum	10/10
0/+	-	Vital. X Kalsium	Alasan: kel. pua infeksi + p. p. m. m. Infeksi + p. p. m. m.	DSC Dum	10/10
-/+	11/15 UT urine DSC	-	-	DSC Dum	10/10
-/+	urin. post (-)	urine. X Kalsium	Alasan: kel. pua infeksi + p. p. m. m. Infeksi + p. p. m. m.	DSC Dum	10/10
0/+	-	td Kalk	Alasan: kel. pua infeksi + p. p. m. m. Infeksi + p. p. m. m.	DSC Dum	10/10
0/+	purpur (+) Calc. (+) - barri	Vital. X Kalsium	Alasan: kel. pua infeksi + p. p. m. m. Infeksi + p. p. m. m.	DSC Dum	10/10
0/+	Hb. 11/24/70 VT 12/24/70	urine. X Kalsium	Alasan: kel. pua infeksi + p. p. m. m. Infeksi + p. p. m. m.	DSC Dum	10/10
-/+	urine. post (+)	urine. X Kalsium	Alasan: kel. pua infeksi + p. p. m. m. Infeksi + p. p. m. m.	DSC Dum	10/10
-/+	-	-	-	DSC Dum	10/10
-/+	-	-	-	DSC Dum	10/10

Tabel : EPDS

Edinburgh Postnatal Depression Scale (EPDS)	
Nama: <u>Ny. Indah Sugesti</u>	Alamat: <u>Desa Kenteng 1/1 Sempor Kebumen</u>
Tanggal Lahir: _____	_____
Tanggal kelahiran Bayi: <u>25 Maret 16</u>	No. Telepon: _____
Sebagaimana kehamilan atau proses persalinan yang baru saja anda alami, kami ingin mengetahui bagaimana perasaan anda saat ini. Mohon memilih jawaban yang paling mendekati keadaan perasaan anda DALAM 7 HARI TERAKHIR, bukan hanya perasaan anda hari ini. Dibawah ini ialah contoh pertanyaan yang telah disertai oleh jawabannya. Saya merasa bahagia: ☐ Ya, setiap saat ☐ Ya, hampir setiap saat ☒ Tidak, tidak terlalu sering ☐ Tidak pernah sama sekali Arti jawaban diatas ialah: "saya merasa bahagia di hampir setiap saat" dalam satu minggu terakhir ini. Mohon dilengkapi pertanyaan lain dibawah ini dengan cara yang sama.	
Dalam 7 hari terakhir: 1. Saya mampu tertawa dan merasakan hal-hal yang menyenangkan ☐ Sebanyak yang saya bisa ☒ Tidak terlalu banyak ☐ Tidak banyak ☐ Tidak sama sekali 2. Saya melihat segala sesuatunya kedepan sangat menyenangkan ☒ Sebanyak sebelumnya ☐ Agak sedikit kurang dibandingkan dengan sebelumnya ☐ Kurang dibandingkan dengan sebelumnya ☐ Tidak pernah sama sekali 3. * Saya menyalahkan diri saya sendiri saat sesuatu terjadi tidak sebagaimana mestinya ☐ Ya, setiap saat ☒ Ya, kadang-kadang ☐ Tidak terlalu sering ☐ Tidak pernah sama sekali 4. Saya merasa cemas atau merasa kuatir tanpa alasan yang jelas ☒ Tidak pernah sama sekali	

- ☐ Jarang-jarang
☐ Ya, kadang-kadang
☐ Ya, sering sekali
5. Saya merasa takut atau panik tanpa alasan yang jelas
- ☐ Ya, cukup sering
☒ Ya, kadang-kadang 2
☐ Tidak terlalu sering
☐ Tidak pernah sama sekali
6. Segala sesuatunya terasa sulit untuk dikerjakan
- ☐ Ya, hampir setiap saat saya tidak mampu menanganinya
☐ Ya, kadang-kadang saya tidak mampu menangani seperti biasanya
☒ Tidak terlalu, sebagian besar berhasil saya tangani
☐ Tidak pernah, saya mampu mengerjakan segala sesuatu dengan baik
7. Saya merasa tidak bahagia sehingga mengalami kesulitan untuk tidur
- ☐ Ya, setiap saat
☒ Ya, kadang-kadang 2
☐ Tidak terlalu sering
☐ Tidak pernah sama sekali
8. Saya merasa sedih dan merasa diri saya menyedihkan
- ☐ Ya, setiap saat
☐ Ya, cukup sering 0
☐ Tidak terlalu sering
☒ Tidak pernah sama sekali
9. Saya merasa tidak bahagia sehingga menyebabkan saya menangis
- ☐ Ya, setiap saat
☐ Ya, cukup sering 0
☐ Disaat tertentu saja
☒ Tidak pernah sama sekali
10. Muncul pikiran untuk menyakiti diri saya sendiri
- ☐ Ya, cukup sering
☐ Kadang-kadang 0
☐ Jarang sekali
☒ Tidak pernah sama sekali

Diperiksa/ditelaah oleh: _____ Tanggal: 26 Maret 2016

Sumber : (Assegaf, 2011), (Perfetti J, Clark L dan Fillmore CM, 2009) (Bloch dkk, 2010), (Arthur, 2009), (Muhdi, 2009).

8/1

Tabel : EPDS

Edinburgh Postnatal Depression Scale (EPDS)	
Nama: <u>Ny. Indah Sugesti</u>	Alamat: <u>Kenteng '11 Sempur Kebumen</u>
Tanggal Lahir: _____	
Tanggal kelahiran Bayi: <u>25 Maret 2016</u> No. Telepon: _____	
Sebagaimana kehamilan atau proses persalinan yang baru saja anda alami, kami ingin mengetahui bagaimana perasaan anda saat ini. Mohon memilih jawaban yang paling mendekati keadaan perasaan anda DALAM 7 HARI TERAKHIR, bukan hanya perasaan anda hari ini. Dibawah ini ialah contoh pertanyaan yang telah disertai oleh jawabannya. Saya merasa bahagia: ☐ Ya, setiap saat ☐ Ya, hampir setiap saat ☒ Tidak, tidak terlalu sering ☐ Tidak pernah sama sekali Arti jawaban diatas ialah: "saya merasa bahagia di hampir setiap saat" dalam satu minggu terakhir ini. Mohon dilengkapi pertanyaan lain dibawah ini dengan cara yang sama.	
Dalam 7 hari terakhir: 1. Saya mampu tertawa dan merasakan hal-hal yang menyenangkan ☐ Sebanyak yang saya bisa ☒ Tidak terlalu banyak ☐ Tidak banyak ☐ Tidak sama sekali 2. Saya melihat segala sesuatunya kedepan sangat menyenangkan ☒ Sebanyak sebelumnya ☐ Agak sedikit kurang dibandingkan dengan sebelumnya ☐ Kurang dibandingkan dengan sebelumnya ☐ Tidak pernah sama sekali 3. * Saya menyalahkan diri saya sendiri saat sesuatu terjadi tidak sebagaimana mestinya ☐ Ya, setiap saat ☒ Ya, kadang-kadang ☐ Tidak terlalu sering ☐ Tidak pernah sama sekali 4. Saya merasa cemas atau merasa kuatir tanpa alasan yang jelas ☒ Tidak pernah sama sekali	

☐ Jarang-jarang	
☐ Ya, kadang-kadang	
☐ Ya, sering sekali	
5. * Saya merasa takut atau panik tanpa alasan yang jelas	
☐ Ya, cukup sering	
☒ Ya, kadang-kadang	2
☐ Tidak terlalu sering	
☐ Tidak pernah sama sekali	
6. * Segala sesuatunya terasa sulit untuk dikerjakan	
☐ Ya, hampir setiap saat saya tidak mampu menanganinya	
☐ Ya, kadang-kadang saya tidak mampu menangani seperti biasanya	1
☒ Tidak terlalu, sebagian besar berhasil saya tangani	
☐ Tidak pernah, saya mampu mengerjakan segala sesuatu dengan baik	
7. * Saya merasa tidak bahagia sehingga mengalami kesulitan untuk tidur	
☐ Ya, setiap saat	0
☐ Ya, kadang-kadang	
☐ Tidak terlalu sering	
☒ Tidak pernah sama sekali	
8. * Saya merasa sedih dan merasa diri saya menyedihkan	
☐ Ya, setiap saat	0
☐ Ya, cukup sering	
☐ Tidak terlalu sering	
☒ Tidak pernah sama sekali	
9. * Saya merasa tidak bahagia sehingga menyebabkan saya menangis	
☐ Ya, setiap saat	0
☐ Ya, cukup sering	
☐ Disaat tertentu saja	
☒ Tidak pernah sama sekali	
10. * Muncul pikiran untuk menyakiti diri saya sendiri	
☐ Ya, cukup sering	0
☐ Kadang-kadang	
☐ Jarang sekali	
☒ Tidak pernah sama sekali	
Diperiksa/ditelaah oleh: _____	Tanggal: 1 April 2016

6

Tabel : EPDS

Edinburgh Postnatal Depression Scale (EPDS)	
Nama: <u>Ny. Indah Sugesti</u>	Alamat: <u>Kerteng Sempor Kebumen</u>
Tanggal Lahir: _____	
Tanggal kelahiran Bayi: <u>25 Maret 2016</u>	No. Telepon: _____
Sebagaimana kehamilan atau proses persalinan yang baru saja anda alami, kami ingin mengetahui bagaimana perasaan anda saat ini. Mohon memilih jawaban yang paling mendekati keadaan perasaan anda DALAM 7 HARI TERAKHIR, bukan hanya perasaan anda hari ini. Dibawah ini ialah contoh pertanyaan yang telah disertai oleh jawabannya. Saya merasa bahagia: ☐ Ya, setiap saat ☐ Ya, hampir setiap saat ☒ Tidak, tidak terlalu sering ☐ Tidak pernah sama sekali Arti jawaban diatas ialah: "saya merasa bahagia di hampir setiap saat" dalam satu minggu terakhir ini. Mohon dilengkapi pertanyaan lain dibawah ini dengan cara yang sama.	
Dalam 7 hari terakhir. 1. Saya mampu tertawa dan merasakan hal-hal yang menyenangkan ☒ Sebanyak yang saya bisa ☐ Tidak terlalu banyak ☐ Tidak banyak ☐ Tidak sama sekali 2. Saya melihat segala sesuatunya kedepan sangat menyenangkan ☒ Sebanyak sebelumnya ☐ Agak sedikit kurang dibandingkan dengan sebelumnya ☐ Kurang dibandingkan dengan sebelumnya ☐ Tidak pernah sama sekali 3. * Saya menyalahkan diri saya sendiri saat sesuatu terjadi tidak sebagaimana mestinya ☐ Ya, setiap saat ☐ Ya, kadang-kadang ☒ Tidak terlalu sering ☐ Tidak pernah sama sekali 4. Saya merasa cemas atau merasa kuatir tanpa alasan yang jelas ☒ Tidak pernah sama sekali	

☐ Jarang-jarang
☐ Ya, kadang-kadang
☐ Ya, sering sekali

5. * Saya merasa takut atau panik tanpa alasan yang jelas

☐ Ya, cukup sering
☐ Ya, kadang-kadang
☐ Tidak terlalu sering
☒ Tidak pernah sama sekali

6. * Segala sesuatunya terasa sulit untuk dikerjakan

☐ Ya, hampir setiap saat saya tidak mampu menanganinya
☐ Ya, kadang-kadang saya tidak mampu menangani seperti biasanya
☒ Tidak terlalu, sebagian besar berhasil saya tangani
☐ Tidak pernah, saya mampu mengerjakan segala sesuatu dengan baik

7. * Saya merasa tidak bahagia sehingga mengalami kesulitan untuk tidur

☐ Ya, setiap saat
☐ Ya, kadang-kadang
☐ Tidak terlalu sering
☒ Tidak pernah sama sekali

8. * Saya merasa sedih dan merasa diri saya menyedihkan

☐ Ya, setiap saat
☐ Ya, cukup sering
☐ Tidak terlalu sering
☒ Tidak pernah sama sekali

9. * Saya merasa tidak bahagia sehingga menyebabkan saya menangis

☐ Ya, setiap saat
☐ Ya, cukup sering
☐ Disaat tertentu saja
☒ Tidak pernah sama sekali

10. * Muncul pikiran untuk menyakiti diri saya sendiri

☐ Ya, cukup sering
☐ Kadang-kadang
☐ Jarang sekali
☒ Tidak pernah sama sekali

Diperiksa/ditelaah oleh: _____ Tanggal: 8 April 2016

2

Hasil Observasi Penerapan Terapi Murrotal

No	Hari Ke-	Mendengarkan/tidak mendengarkan	Perasaan Ibu
1	2 (Sebelum menerapkan terapi)	Tidak mendengarkan	cemas, khawatir, masih ada perasaan trauma
2	3	mendengarkan	rileks, nyaman
3	7	mendengarkan	lebih rileks dan nyaman
4	14	mendengarkan	lebih rileks dan nyaman serta perasaan trauma berangsur hilang



Hasil Penilaian Kuesioner *Edinburgh Postnatal Depression Scal* (EPDS) pada hari ke-14
Post Partum

No	Nomer EPDS	Skor dalam EPDS	Jawaban Ibu	Skor Ibu
1.	1	a = 0 b = 1 c = 2 d = 3	A	0
2.	2	a = 0 b = 1 c = 2 d = 3	A	0
3.	3	a = 3 b = 2 c = 1 d = 0	C	1
4.	4	a = 0 b = 1 c = 2 d = 3	A	0
5.	5	a = 3 b = 2 c = 1 d = 0	D	0
6.	6	a = 3 b = 2 c = 1 d = 0	C	1
7.	7	a = 3 b = 2 c = 1 d = 0	D	0
8.	8	a = 3 b = 2 c = 1 d = 0	D	0
9.	9	a = 3 b = 2 c = 1 d = 0	D	0
10.	10	a = 3 b = 2 c = 1 d = 0	D	0
JUMLAH				2

Hasil Penilaian Kuesioner *Edinburgh Postnatal Depression Scal* (EPDS) Sebelum dilakukan Penerapan inovasi terapi murrotal

No	Nomer EPDS	Skor dalam EPDS	Jawaban Ibu	Skor Ibu
1	1	a = 0 b = 1 c = 2 d = 3	B	1
2.	2	a = 0 b = 1 c = 2 d = 3	A	0
3.	3	a = 3 b = 2 c = 1 d = 0	B	2
4.	4	a = 0 b = 1 c = 2 d = 3	A	0
5.	5	a = 3 b = 2 c = 1 d = 0	B	2
6.	6	a = 3 b = 2 c = 1 d = 0	C	1
7.	7	a = 3 b = 2 c = 1 d = 0	B	2
8.	8	a = 3 b = 2 c = 1 d = 0	E	0
9.	9	a = 3 b = 2 c = 1 d = 0	E	0
10.	10	a = 3 b = 2 c = 1 d = 0	E	0
JUMLAH				8

Hasil Penilaian Kuesioner *Edinburgh Postnatal Depression Scal* (EPDS) pada hari ke-7 *Post Partum*

No	Nomer EPDS	Skor dalam EPDS	Jawaban Ibu	Skor Ibu
1	1	a=0 b=1 c=2 d=3	B	1
2.	2	a=0 b=1 c=2 d=3	A	0
3.	3	a=3 b=2 c=1 d=0	B	2
4.	4	a=0 b=1 c=2 d=3	A	0
5.	5	a=3 b=2 c=1 d=0	B	2
6.	6	a=3 b=2 c=1 d=0	C	1
7.	7	a=3 b=2 c=1 d=0	D	0
8.	8	a=3 b=2 c=1 d=0	D	0
9.	9	a=3 b=2 c=1 d=0	D	0
10.	10	a=3 b=2 c=1 d=0	D	0
JUMLAH				6

Selain itu...

- Membicarakan rasa tertekan kepada orang-orang yang memiliki pendengaran baik (sahabat)
- Meluangkan waktu berbicara dengan pasangan, Diskusikan perubahan-perubahan yang terjadi, dukungan suami memang paling penting
- Membiarkan teman dan keluarga membantu merawat anak untuk mengerjakan pekerjaan rumah.
- Untuk mengatasi kelelahan dan depresi, perlu cukup istirahat, sebaiknya bisa tidur 8 jam sehari, usahakan tidur saat bayi

POST PARTUM BLUES DAN PENCEGAHANNYA



OLEH
BRILIAN PUSPITADEWI

Pengertian Post Partum Blues

Kedadaan depresi

secara fisik maupun psikis pada ibu yang dapat terjadi setelah beberapa hari kelahiran sampai kira-kira sebulan kemudian

Penyebab Post Partum Blues

1. Dukungan sosial dari suami atau keluarga
2. Umur, pendidikan, pekerjaan
3. Fisik, kelelahan setelah melahirkan, berubahnya pola tidur,
4. Harapan tentang persalinan.
5. Status Obstetric
6. Kadaan, perilaku dan kualitas bayi, frustrasi karena bayi
7. Mitos

Tanda Gejala

- Sering menangis karena tidak bias memberikan ASI
- Menangis karena frustrasi anak tidak mau tidur
- Kelelahan
- Insomnia,
- Tidak bias tidur nyenyak
- Mudah tersinggung
- Kehilangan minat terhadap bayi
- Hilangnya nafsu makan

Cara Pencegahan

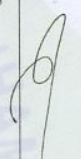
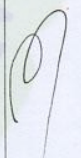
Mutual merupakan salah satu musik yang memiliki pengaruh positif bagi pendengarnya.

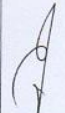
Mendengarkan ayat-ayat Al-Qur'an yang dibacakan secara tartil dan benar, akan mendatangkan ketenangan jiwa. Lantunan ayat-ayat Al-Qur'an secara fisik mengandung unsur-unsur manusia yang merupakan instrumen penyembuhan dan alat yang paling mudah dijangkau. Suara dapat menurunkan hormon-hormon stress, mengaktifkan hormon endofrin alami, meningkatkan perasaan rileks, memperbaiki sistem kimia tubuh sehingga menurunkan tekanan darah serta memperlambat pernafasan, detak jantung, denyut nadi dan aktivitas gelombang otak

Terapi ini dilakukan selama 1 kali sehari selama 30 menit dilakukan selama 2 minggu.

**LEMBAR KONSULTASI BIMBINGAN KTI
PRODI DIII KEBIDANAN
STIKES MUHAMMADIYAH GOMBONG**

Nama : Brilian Puspita Dewi
NIM : B1301030
Pembimbing I : Kusumastuti S. SiT., M. Kes
Pembimbing II : Durrotul Mufidah, Amd. Keb

No	Hari/Tanggal	Bahan Konsultasi	Catatan Pembimbing	Paraf
1	Jumat / 27 Mei 2016	KTI Bab I – III	• Perbaiki Latar Belakang • Penepatan Sumber • Perbaiki Kerangka Teori • Perbiki Metode Penelitian	 Kusumastuti, S. SiT., M. Kes
2	Senin / 30 Mei 2016	KTI Bab I – V	• Revisi Latar Belakang • Tabahi Materi Tentang Teori • Penepatan Sumber • Revisi Metode Penelitian • Perbaiki Hasil dan Pembahasan Jangan Seperti Askeb • Perbaiki Kesimpulan	 Kusumastuti, S. SiT., M. Kes
3	Kamis / 2 Juni 2016	KTI bab I – V	• Perbaiki Penulisan Judul • Revisi Latar Belakang • Revisi Kerangka Teori • Revisi Metode Penelitian • Revisi Hasil dan Pembahasan • Revisi Kesimpulan	 Kusumastuti, S. SiT., M. Kes
4	Kamis / 9 Juni 2016	KTI Bab I, IV dan V	• Revisi Latar Belakang • Revisi Hasil dan Pembahasan • Revisi Kesimpulan	 Kusumastuti, S. SiT., M. Kes
5	Sabtu / 11 Juni 2016	KTI Abstrak Bab IV dan V	• Perbaiki Abstrak • Penerapan Sumber • Revisi Metode Penelitian	 Kusumastuti, S. SiT., M. Kes

			• Revisi Hasil dan Pembahasan • Revisi Kesimpulan	
6	Selasa / 19 Juni 2016	KTI Abstrak, Bab II, III, IV dan V	• Revisi Abstrak • Kerangka Teori • Revisi Jenis Penelitian • Revisi Hasil dan Pembahasan • Revisi Kesimpulan	 Kusumastuti, S-Si T.M. Kes
7	Sabtu / 18 Juni 2016	KTI Abstrak, Bab I, IV dan V	• Revisi Abstrak • Revisi Tujuan Khusus • Revisi Hasil dan Pembahasan • Revisi Kesimpulan	 Kusumastuti, S-Si T.M. Kes
8	Selasa / 21 Juni 2016	KTI Bab IV	Revisi Hasil dan Pembahasan	 Kusumastuti, S-Si T.M. Kes
9	Kamis 23 Juni 2016	KTI Bab I - V	ACC	 Kusumastuti, S-Si T.M. Kes

