

**KARYA TULIS ILMIAH**  
**PENGARUH RELAKSASI GIM (*GUIDED IMAGERY AND MUSIC*) DAN**  
**AROMATERAPI LAVENDER TERHADAP KECEMASAN IBU HAMIL**  
**PRIMIGRAVIDA TRIMESTER III DI BPM AJIJAH**  
**BULUSPESANTREN**

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



**Disusun oleh :**

**OKI MARLIANA**

**B1401198**

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

**TAHUN 2017**

**HALAMAN PERSETUJUAN**  
**KARYA TULIS ILMIAH**  
**PENGARUH RELAKSASI GIM (*GUIDED IMAGERY AND MUSIC*) DAN**  
**AROMATERAPI LAVENDER TERHADAP KECEMASAN IBU HAMIL**  
**PRIMIGRAVIDA TRIMESTER III DI BPM AJIJAH**  
**BULUSPESANTREN**

Disusun Oleh:

**OKI MARLIANA**  
**B1401198**

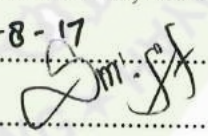
Telah memenuhi Persyaratan dan Disetujui untuk Mengikuti

Ujian Proposal KTI

Oleh:

Pembimbing : Siti Mutoharoh, S.ST. MPH

Tanggal : 19-8-17

Tanda Tangan : 

Mengetahui,

Ketua Program Studi DIII Kebidanan


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

**HALAMAN PENGESAHAN**  
**KARYA TULIS ILMIAH**  
**PENGARUH RELAKSASI GIM (*GUIDED IMAGERY AND MUSIC*) DAN**  
**AROMATERAPI LAVENDER TERHADAP KECEMASAN IBU HAMIL**  
**PRIMIGRAVIDA TRIMESTER III DI BPM AJIJAH**  
**BULUSPESANTREN**

Yang dipersiapkan dan disusun oleh

**OKI MARLIANA**  
**NIM : B1401198**

Telah dipertahankan di depan Dewan Penguji  
pada tanggal 23-8-17

**Penguji:**

1. Umi Laelatul Q, S.ST, MPH

(.....)

2. Siti Mutoharoh, S.ST, MPH

(.....)

Mengetahui,

Ketua Program Studi DIII Kebidanan



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

## HALAMAN PERNYATAAN

Dengan ini menyatakan bahwa penulisan laporan Karya Tulis Ilmiah tidak terdapat karya yang pernah diajukan untuk penelitian lain atau untuk memperoleh gelar kesarjanaan pada perguruan tinggi 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, Agustus 2017



Oki Marlina

## KARYA TULIS ILMIAH

### PENGARUH RELAKSASI GIM (*GUIDED IMAGERY AND MUSIC*) DAN AROMATERAPI LAVENDER TERHADAP KECEMASAN IBU HAMIL PRIMIGRAVIDA TRIMESTER III DI BPM AJIJAH BULUSPESANTREN<sup>1</sup>

Oki Marlina<sup>2</sup>, Siti Mutoharoh, S.ST, MPH<sup>3</sup>

#### INTISARI

**Latar Belakang:** Kecemasan adalah suatu keadaan emosional yang tidak menyenangkan yang ditandai dengan kekhawatiran, keprihatinan dan rasa takut. Seringkali kecemasan dalam kehamilan tidak disadari, sehingga tidak ditangani dengan baik. Hal ini menyebabkan kondisi emosional ibu terganggu yang mengakibatkan terjadinya depresi. Oleh karena itu, penulis tertarik untuk menerapkan relaksasi GIM (*Guided Imagery and Music*) dan aromaterapi lavender untuk mengurangi kecemasan pada ibu hamil primigravida trimester III.

**Tujuan:** Mengetahui pengaruh relaksasi GIM dan aromaterapi lavender terhadap kecemasan ibu hamil primigravida trimester III.

**Metode:** Teknik pengumpulan data yang digunakan adalah *deskriptif analitik*, dengan pendekatan study kasus (*case study*). Data diperoleh dengan wawancara dan observasi. Partisipan berjumlah 3 ibu hamil primigravida trimester III.

**Hasil:** Setelah dilakukan relaksasi GIM dan aromaterapi lavender, terdapat penurunan tingkat kecemasan yaitu: 15 menjadi 10 (partisipan 1), 16 menjadi 11 (partisipan 2) dan 16 menjadi 8 (partisipan 3).

**Kesimpulan:** Pemberian relaksasi GIM dan aromaterapi lavender terbukti efektif dalam mengurangi kecemasan ibu hamil primigravida trimester III.

**Kata Kunci:** Ibu Hamil Primigravida, Kecemasan, GIM (*Guided Imagery and Music*), Aromaterapi Lavender.

**Kepustakaan:** 19 (2006-2014)

**Jumlah Halaman:** x + 54 halaman + 7 lampiran

---

<sup>1</sup> Judul

<sup>2</sup> Mahasiswa Prodi DIII Kebidanan

<sup>3</sup> Dosen STIKES Muhammadiyah Gombong



## SCIENTIFIC PAPER

### THE EFFECT OF GIM (GUIDED IMAGERY AND MUSIC) RELAXATION AND LAVENDER AROMATHERAPY ON THE ANXIETY OF PRIMIGRAVIDA PREGNANT MOTHER IN TRIMESTER III IN INDEPENDENT MIDWIFERY CLINIC OF AJIJAH BULUSPESANTREN<sup>1</sup>

Oki Marlina<sup>2</sup>, Siti Mutoharoh, S.ST, MPH<sup>3</sup>

#### ABSTRACT

**Background:** Anxiety is an unpleasant emotional state characterized by worry, concern and fear. Often anxiety in pregnancy is unrealized, so it is not handled properly. This causes disturbance of mother's emotion resulting in depression. Therefore, the writer is interested in applying GIM (Guided Imagery and Music) relaxation and lavender aromatherapy to reduce anxiety of primigravida pregnant mother in trimester III.

**Objective:** Knowing the influence of GIM relaxation and lavender aromatherapy on the anxiety of primigravida pregnant mother in trimester III.

**Method:** This scientific paper is an analytical descriptive with a case study approach. The data was collected through interview and direct observation. The participants were 3 primigravida pregnant mothers in trimester III.

**Result:** After having GIM relaxation and lavender aromatherapy, there was a decrease in anxiety level, i.e. 15 became 10 (participant 1), 16 became 11 (participant 2), 16 became 8 (participant 3).

**Conclusion:** GIM relaxation (Guided Imagery and Music) and lavender aromatherapy are effective in reducing the anxiety of primigravida pregnant mothers in trimester III.

**Keywords:** Primigravida pregnant mother, anxiety, GIM (Guided Imagery and Music), lavender aromatherapy.

**Literature:** 19 (2006-2014)

**Number of pages:** x + 54 pages + 7 appendices

---

<sup>1</sup>Title

<sup>2</sup>Student of DIII Program of Midwifery Department

<sup>3</sup>Lecturer of Muhammadiyah Health Science Institute of Gombong

## KATA PENGANTAR

Puji syukur kita panjatkan atas kehadiran Allah SWT yang telah melimpahkan rahmat dan hidayah-Nya, sehingga penyusun dapat menyelesaikan Karya Tulis Ilmiah (KTI) yang berjudul “**Pengaruh Relaksasi GIM (*Guided Imagery and Music*) dan Aromaterapi Lavender terhadap Kecemasan Ibu Hamil Primigravida Trimester III di BPM Ajijah Buluspesantren Kebumen**”. Penulisan KTI ini bertujuan untuk memenuhi tugas uji Karya Tulis Ilmiah mahasiswa Diploma III Kebidanan di Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan Muhammadiyah Gombong.

Selama proses penyusunan proposal KTI ini, penyusun banyak mendapatkan bantuan, bimbingan dan dukungan dari berbagai pihak. Oleh karena itu, pada kesempatan ini, perkenankan penyusun menyampaikan terima kasih kepada:

1. Hj. Herniatun, M.Kep. Sp. Mat. selaku Ketua STIKes Muhammadiyah Gombong.
2. Eka Novyriana, S.ST, M.P.H selaku ketua Prodi DIII Kebidanan STIKes Muhammadiyah Gombong.
3. Siti Mutoharoh, S.ST, M.P.H selaku pembimbing yang telah memberikan bantuan dan bimbingan pada penulisan Karya Tulis Ilmiah ini.
4. Lutfia Uli Na'mah, S.ST, M.Kes selaku penguji 1 dalam uji Proposal yang telah memberikan bantuan dan bimbingan pada penulisan Karya Tulis Ilmiah ini.
5. Umi Laelatul Q, S.ST, M.P.H selaku penguji 1 dalam uji Karya Tulis Ilmiah yang telah memberikan bantuan serta bimbingan pada penulisan Karya Tulis Ilmiah ini.
6. Ibu Bidan Ajijah, Amd.Keb selaku pembimbing lahan yang telah memberikan bantuan dan bimbingan pada penulisan Karya Tulis Ilmiah ini.
7. Partisipan dalam penelitian Karya Tulis Ilmiah ini.
8. Orang tua dan teman-teman semua yang telah memberi dukungan dan bantuan dalam penulisan Karya Tulis Ilmiah ini.

Penyusun menyadari bahwa dalam penulisan Karya Tulis Ilmiah ini masih banyak kekurangan dan kesalahan, dengan demikian saran dan kritik yang membantu sangat penyusun harapkan dan diterima dengan senang hati. Penyusun berharap semoga Karya Tulis Ilmiah ini dapat berguna bagi pembaca pada umumnya.

Gombong, 16 Agustus 2017

Penulis

## DAFTAR ISI

|                                                     |      |
|-----------------------------------------------------|------|
| HALAMAN SAMPUL .....                                | i    |
| HALAMAN PESETUJUAN .....                            | ii   |
| HALAMAN PENGESAHAN .....                            | iii  |
| HALAMAN PERNYATAAN .....                            | iv   |
| INTISARI .....                                      | v    |
| ABSTRACT .....                                      | vi   |
| KATA PENGANTAR .....                                | vii  |
| DAFTAR ISI .....                                    | viii |
| DAFTAR TABEL .....                                  | ix   |
| DAFTAR LAMPIRAN .....                               | x    |
| <b>BAB I PENDAHULUAN</b>                            |      |
| A. Latar Belakang .....                             | 1    |
| B. Tujuan .....                                     | 3    |
| C. Manfaat .....                                    | 4    |
| <b>BAB II TINJAUAN PUSTAKA</b>                      |      |
| A. Tinjauan teori .....                             | 7    |
| 1. Kehamilan .....                                  | 7    |
| 2. Kecemasan .....                                  | 13   |
| 3. GIM ( <i>Guided Imagery and Music</i> ) .....    | 18   |
| 4. Aromaterapi Lavender .....                       | 22   |
| B. Kerangka teori .....                             | 24   |
| <b>BAB III METODE PENELITIAN</b>                    |      |
| A. Jenis penelitian .....                           | 25   |
| B. Partisipan .....                                 | 25   |
| C. Tempat dan Waktu .....                           | 26   |
| D. Instrumen dan Alat Penelitian .....              | 26   |
| <b>BAB IV MANAJEMEN KASUS, HASIL DAN PEMBAHASAN</b> |      |
| A. Manajemen Kasus .....                            | 30   |
| B. Hasil .....                                      | 36   |
| C. Pembahasan .....                                 | 49   |
| <b>BAB V PENUTUP</b>                                |      |
| A. Kesimpulan .....                                 | 54   |
| B. Saran .....                                      | 54   |
| <b>DAFTAR PUSTAKA</b>                               |      |
| <b>LAMPIRAN</b>                                     |      |



## DAFTAR TABEL

|                                                                           |    |
|---------------------------------------------------------------------------|----|
| 1. Tabel 1 Rincian Penerapan Relaksasi GIM dan Aromaterapi Lavender ..... | 37 |
| 2. Tabel 2 Rincian Penerapan Relaksasi GIM dan Aromaterapi Lavender ..... | 41 |
| 3. Tabel 3 Rincian Penerapan Relaksasi GIM dan Aromaterapi Lavender ..... | 44 |
| 4. Tabel 4 Pengukuran Skala Kecemasan .....                               | 48 |



## DAFTAR LAMPIRAN

1. Lampiran Inform Consent
2. Lampiran Skala Kecemasan HARS (*Hamilton Rating Scale For Anxiety*)
3. Lampiran Lembar Konsultasi
4. Lampiran SOP Relaksasi Gim (*Guided Imagery And Music*) dan Aromaterapi Lavender
5. Lampiran Script *Guided Imagery*
6. Lampiran Dokumentasi



# **BAB I**

## **PENDAHULUAN**

### **A. Latar Belakang**

Kehamilan merupakan satu periode dimana seorang wanita membawa embrio (*fetus*) didalam rahimnya. Kehamilan terjadi selama 40 minggu mulai dari menstruasi terakhir sampai kelahiran. Istilah untuk wanita hamil pertama kali disebut *primigravida* (Janiwarty dan Pieter, 2009).

Kehamilan merupakan babak baru dalam kehidupan wanita. Banyak perubahan yang terjadi yaitu perubahan fisik dan perubahan psikologis. Sejak saat hamil ibu sudah mengalami kecemasan. Kecemasan akan meningkat menjelang persalinan terutama trimester III. Di Indonesia terdapat 373.000 ibu hamil, yang mengalami kecemasan dalam menghadapi persalinan ada sebanyak 107.000 orang (28,7%). Seluruh populasi di pulau Jawa sebanyak 67.976 ibu hamil, sedangkan yang mengalami kecemasan dalam menghadapi persalinan sebanyak 35.587 orang (52,3%) (Depkes RI, 2008).

Kecemasan (*ansietas*) adalah perasaan takut yang tidak jelas dan tidak didukung oleh situasi (Viebeck, 2012). Kecemasan lebih sering dialami oleh primigravida terutama pada trimester akhir. Hal ini dikarenakan primigravida lebih membutuhkan usaha yang lebih keras untuk beradaptasi terhadap kondisi yang baru dialami. Kekhawatiran dan

kecemasan pada ibu hamil itu sendiri apabila tidak ditangani dengan serius akan membawa dampak dan pengaruh yang buruk. Efek khawatir dan cemas dapat meningkatkan resiko terjadinya depresi. Depresi merupakan gangguan mood yang muncul pada 1 dari 4 wanita hamil dan seringkali mereka tidak menyadari kejadian depresi ini sehingga dianggap lumrah, padahal jika tidak ditangani dengan baik dapat mempengaruhi bayi yang dikandung ibu. Penelitian Maimunah (2009) membuktikan bahwa yang menjadi masalah kecemasan ibu hamil primigravida selama masa kehamilannya adalah masalah kecemasan yang berkaitan dengan hal-hal seputar persalinan. Kecemasan yang berlebihan (*distress*) merangsang peningkatan epinefrin dan kortisol berpengaruh terhadap penurunan kontraksi uterus sehingga persalinan berlangsung lama (Salmah, 2006).

Kecemasan pada ibu hamil khususnya primigravida trimester III dapat ditanggulangi menggunakan terapi non farmakologis antara lain teknik relaksasi campuran antara *Guided Imagery* dan musik. Teknik relaksasi terbimbing (*Guided Imagery*) memberikan efek ketenangan dalam diri seseorang sehingga dapat membantu ibu hamil menanggulangi kecemasan. Menurut Neuman (2010), Teknik relaksasi terbimbing lebih efektif jika diberikan bersama-sama dengan pemberian efek musik. Menambahkan efek musik dalam kegiatan terapi relaksasi merupakan strategi untuk lebih memfokuskan terapi relaksasi tersebut.

Aromaterapi lavender mengandung *linalool* sekitar 26,12%. *Linalool* merupakan kandungan aktif utama yang berperan pada anti cemas

pada lavender sehingga dapat membantu ibu menanggulangi kecemasan yang dialami khususnya pada akhir kehamilan. Dari hasil penelitian juga telah dibuktikan bahwa aromaterapi lavender bermanfaat untuk menanggulangi kecemasan pada ibu hamil trimester III dalam menghadapi persalinan.

Berdasarkan dari penerapan di lahan yang dilakukan oleh penulis, kondisi tempat untuk melangsungkan terapi relaksasi GIM (*Guided Imagery and Music*) sangat perlu diperhitungkan karena sangat mempengaruhi konsentrasi dari ibu hamil itu sendiri. Sampai saat ini masih sedikit penelitian dan informasi ilmiah tentang teknik relaksasi GIM (*Guided Imagery and Music*) dan Aromaterapi Lavender pada ibu hamil. Atas dasar pertimbangan tersebut, maka peneliti tertarik untuk mengetahui pengaruh relaksasi GIM (*Guided Imagery and Music*) dan Aromaterapi Lavender terhadap kecemasan ibu hamil primigravida trimester III.

## **B. Tujuan**

### **1. Tujuan umum**

Mengetahui pengaruh relaksasi GIM (*Guided Imagery and Music*) dan aromaterapi lavender terhadap kecemasan ibu hamil primigravida trimester III



## 2. Tujuan khusus

- a. Mengetahui kecemasan ibu hamil primigravida trimester III sebelum dilakukan relaksasi GIM (*Guided Imagery and Music*) dan aromaterapi lavender
- b. Mengetahui kecemasan ibu hamil primigravida trimester III sesudah dilakukan relaksasi GIM (*Guided Imagery and Music*) dan aromaterapi lavender

## C. Manfaat

### 1. Manfaat teoritis

- a. Bagi Bidan

Penelitian ini dapat digunakan untuk menambah wawasan dan pengetahuan mengenai pengaruh relaksasi GIM (*Guided Imagery and Music*) dan aromaterapi lavender terhadap kecemasan ibu hamil primigravida trimester III

- b. Bagi Institusi

Penelitian ini dapat digunakan sebagai bahan pustaka bagi Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan Muhammadiyah Gombong khususnya program studi Diploma III Kebidanan untuk mengetahui pengaruh relaksasi GIM (*Guided Imagery and Music*) dan aromaterapi lavender terhadap kecemasan ibu hamil primigravida trimester III

c. Bagi Ilmu Pengetahuan

Penelitian ini dapat digunakan untuk mengetahui pengaruh relaksasi GIM (*Guided Imagery and Music*) dan aromaterapi lavender terhadap kecemasan ibu hamil primigravida trimester III

2. Manfaat Praktis

a. Bagi Penulis

Penelitian ini dapat digunakan untuk menambah wawasan dan pengetahuan yang mendalam mengenai pengaruh relaksasi GIM (*Guided Imagery and Musi*) dan aromaterapi lavender terhadap kecemasan ibu hamil primigravida trimester III

b. Bagi Klien

Penelitian ini digunakan untuk mengatasi kecemasan ibu dalam menghadapi persalinan

## DAFTAR PUSTAKA

- Ajeng, S. 2012. *Asuhan Kebidanan I (Kehamilan)*. Yogyakarta: Graha Ilmu.
- Aprillia, Y dan Richmond, B. 2011. *Gentle Birth: Melahirkan Nyaman Tanpa Rasa Sakit*. Jakarta: Gramedia Widiasarana Indonesia, Anggota IKAPI.
- Departemen Kesehatan RI. 2008. *Profil Kesehatan Indonesia*. Jakarta.
- Dewi, I. 2007. *Aromaterapi Lavender Sebagai Media Relaksasi*. Universitas Udayana : Bagian Farmasi Fakultas Kedokteran.
- Domenech, IG dan Monsterrat. 2008. *The Effect of Music and Imagery to Induce Relaxation and Reduce Nausea and Emesis in Cancer Patients Undergoing Chemotherapy Treatment*. Available online on <http://books.google.co.id>. Accessed 23 Februari 2017.
- Hawari, D. 2006. *Manajemen Stress, Cemas dan Depresi*. Edisi 2. Jakarta: Badan Penerbit Fakultas Indonesia.
- Hawari, D. 2010. *Kecemasan dan Tingkat Kecemasan*. Available online on <http://kecemasan-dan-tingkat-kecemasan.pdf>. Accessed 17 Februari 2017.
- Janiwarty dan Pieter. 2013. *Pendidikan Psikologi untuk Bidan*. Yogyakarta: Rapha Publishing.
- Kozier. 2009. *Buku Ajar Keperawatan Klinis*. Edisi 5. Jakarta: EGC.
- Maimunah. 2009. *Kecemasan Ibu Hamil Menjelang Persalinan Pertama*. Jurnal: Fakultas Psikologi. Universitas Muhammadiyah Malang.
- Nengah, Ni Arini. 2014. *Pengaruh Latihan Relaksasi Guided Imagery and Music pada Kelas Ibu Hamil Terhadap derajat Kecemasan Ibu Hamil Menghadapi Persalinan Pertama di Puskesmas Meninting Kabupaten Lombok Barat*. Jurnal Kesehatan Prima. Vol. 8, No. 1. Februari 2014. Available online on <http://poltekkes-mataram.ac.id/cp/wp-content/.../4.-Arini-1197-1206.pdf>. Accessed 17 Januari 2017.
- Neuman. 2010. *Alternative Therapies for Perinatal Care: a Holistic Approach to Pregnancy*. Grand Valley State University.
- Notoatmodjo, S. 2012. *Metodologi Penelitian Kesehatan*. Bandung : PT Rineka Cipta
- Papalia. 2008. *Konsep Kehamilan*. Yogyakarta: Nuha Medika.

- Raley, S. 2006. *The Experience of Healing in the Bonny Method of Guided imagery and Music*. Available online on <http://e-resources.pnri.go.id>. Accessed 23 Februari 2017.
- Resmaniasih. 2014. *Pengaruh Terapi Pernafasan Diafragma terhadap Kecemasan Ibu Hamil Trimester III di Puskesmas Palangkaraya*. Universitas Diponegoro.
- Rukiyah, Ai Yeyeh, dkk. 2009. *Asuhan Kebidanan Kehamilan*. Jakarta. Trans Info Media
- Salmah, dkk. 2006. *Asuhan Kebidanan Pada Antenatal*. Jakarta: EGC.
- Short, AE. 2008. *Holistic Aspects of Rehabilitation Post-Cardiac Surgery in The Bonny Method of Guided imagery and Music*. Available online on <http://opus.lib.uts.edu.au>. Accessed 23 Februari 2017.
- Sugiyono. 2010. *Metode Penelitian Kuantitatif Kualitatif dan R&D*. Bandung: CV Alfabeta.
- Sulistyawati, Ari. 2009. *Asuhan Kebidanan Pada Masa Kehamilan*. Yogyakarta: Salemba Medika
- Viebeck. 2012. *Buku Ajar Keperawatan Jiwa*. EGC: Jakarta.
- Wahyuni, S dan Viky, A.R. 2012. *Efektifitas Pemberian Aromaterapi untuk Menurunkan Kecemasan Ibu Hamil Trimester III dalam Persiapan Menghadapi Persalinan di Rumah Bersalin Juwanti Sidoharjo Sragen*. Jurnal Involusi Kebidanan. Vol. 2, No. 3. Januari 2012. Available online on <http://ejournal.stikesmukla.ac.id/index.php/involusi/article/view/27> Accessed 17 Januari 2017.

# LAMPIRAN



## INFORM CONSENT

Yang bertanda tangan dibawah ini:

Nama : Ny . S

Umur : 26 th

UK : 34 mg

Menyatakan bahwa:

1. Telah mendapatkan penjelasan tentang studi kasus "Penerapan Relaksasi GIM (*Guided Imagery And Music*) dan Aromaterapi Lavender Terhadap Kecemasan Ibu Hamil Primigravida Trimester III.
2. Telah diberikan kesempatan untuk bertanya dan mendapatkan jawaban terbuka.
3. Memahami prosedur diatas, dengan ini saya memutuskan tanpa paksaan dari pihak manapun juga, bahwa saya bersedia/~~tidak bersedia~~ menjadi partisipan dalam studi kasus ini.

Demikian pernyataan ini saya buat untuk dapat digunakan sebaik-baiknya

Buluspesantren,  
Partisipan

*Jha*

( Ny . S )

\*coret yang tidak perlu



## INFORM CONSENT

Yang bertanda tangan dibawah ini:

Nama : Ny. D

Umur : 22 th

UK : 36 mg

Menyatakan bahwa:

1. Telah mendapatkan penjelasan tentang studi kasus "Penerapan Relaksasi GIM (*Guided Imagery And Music*) dan Aromaterapi Lavender Terhadap Kecemasan Ibu Hamil Primigravida Trimester III.
2. Telah diberikan kesempatan untuk bertanya dan mendapatkan jawaban terbuka.
3. Memahami prosedur diatas, dengan ini saya memutuskan tanpa paksaan dari pihak manapun juga, bahwa saya bersedia/~~tidak bersedia~~ menjadi partisipan dalam studi kasus ini.

Demikian pernyataan ini saya buat untuk dapat digunakan sebaik-baiknya

Buluspesantren,  
Partisipan



( Ny. D )

\*coret yang tidak perlu

## INFORM CONSENT

Yang bertanda tangan dibawah ini:

Nama : Ny. W

Umur : 26 th

UK : 35 mg

Menyatakan bahwa:

1. Telah mendapatkan penjelasan tentang studi kasus “Penerapan Relaksasi GIM (*Guided Imagery And Music*) dan Aromaterapi Lavender Terhadap Kecemasan Ibu Hamil Primigravida Trimester III.
2. Telah diberikan kesempatan untuk bertanya dan mendapatkan jawaban terbuka.
3. Memahami prosedur diatas, dengan ini saya memutuskan tanpa paksaan dari pihak manapun juga, bahwa saya bersedia/~~tidak bersedia~~ menjadi partisipan dalam studi kasus ini.

Demikian pernyataan ini saya buat untuk dapat digunakan sebaik-baiknya

Buluspesantren,

Partisipan



( Ny. W )

\*coret yang tidak perlu

## HAMILTON RATING SCALE FOR ANXIETY

(HARS)

Nomor Partisipan : 1  
Nama Partisipan : Ny. S  
Umur Kehamilan : 34 mg.  
Tanggal Pemeriksaan : 24 Mei 2017

Skor : 0 = tidak ada gejala sama sekali  
1 = satu dari gejala yang ada  
2 = sedang/separuh dari gejala yang ada  
3 = berat/lebih dari  $\frac{1}{2}$  gejala yang ada  
4 = sangat berat semua gejala ada

Total Skor : <6 = tidak ada gejala kecemasan atau keluhan  
7-14 = kecemasan ringan  
15-27 = kecemasan sedang  
>27 = kecemasan berat/panik

| No | Pertanyaan                                                                                                                                                    | 0 | 1 | 2 | 3 | 4 |
|----|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---|---|---|---|---|
| 1  | Perasaan Ansietas<br>- Cemas<br>- Firasat Buruk<br>- Takut Akan Pikiran Sendiri<br>- Mudah Tersinggung                                                        |   |   |   |   | ✓ |
| 2  | Ketegangan<br>- Merasa Tegang<br>- Lesu<br>- Mudah Terganggu<br>- Tak Bisa Istirahat Tenang<br>- Mudah Terkejut<br>- Mudah Menangis<br>- Gemetar<br>- Gelisah |   |   | ✓ |   |   |
| 3  | Ketakutan<br>- Pada Gelap<br>- Pada Orang Asing<br>- Ditinggal Sendiri<br>- Pada Binatang Besar<br>- Pada Kerumunan Orang Banyak                              | ✓ |   | ✓ |   |   |
| 4  | Gangguan Tidur<br>- Sukar Memulai Tidur<br>- Terbangun Malam Hari<br>- Tidur Tidak Nyenyak<br>- Mimpi Buruk                                                   |   |   | ✓ |   |   |
| 5  | Gangguan Kecerdasan<br>- Sukar Konsentrasi<br>- Daya Ingat Menurun                                                                                            | ✓ |   |   |   |   |
| 6  | Perasaan Depresi<br>- Hilangnya Minat<br>- Berkurangnya Kesenangan Pada Hobi<br>- Sedih<br>- Perasaan Tidak Menyenangkan Sepanjang Hari                       | ✓ | ✓ |   |   |   |
| 7  | Gejala Somatik (Otot)<br>- Nyeri di Otot-Otot dan Kaku<br>- Kedutan Otot<br>- Gertakan Gigi<br>- Suara Tidak Stabil                                           |   | ✓ |   |   |   |



|    |                                                                                                                                                                                  |   |   |   |  |  |
|----|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---|---|---|--|--|
| 8  | Gejala Sensorik<br>- Penglihatan Kabur<br>- Muka Merah atau Pucat<br>- Merasa Lemah<br>- Perasaan ditusuk-tusuk                                                                  | ✓ |   |   |  |  |
| 9  | Gejala Kardiovaskuler<br>- Takikardi<br>- Nyeri di Dada<br>- Denyut Nadi Mengeras<br>- Detak Jantung Menghilang (Berhenti Sekejap)                                               | ✓ |   |   |  |  |
| 10 | Gejala Respiratori<br>- Rasa Tertekan atau Sempit Di Dada<br>- Perasaan Tercekik<br>- Sering Menarik Napas Panjang<br>- Napas Pendek/Sesak                                       |   |   | ✓ |  |  |
| 11 | Gejala Gastrointestinal<br>- Sulit Menelan<br>- Obstipasi<br>- Berat Badan Menurun<br>- Mual<br>- Muntah<br>- Nyeri Lambung (Sebelum/Sesudah Makan)<br>- Perasaan Panas di Perut | ✓ |   |   |  |  |
| 12 | Gejala Urogenital<br>- Sering Buang Air Kecil<br>- Tidak Dapat Menahan Air Kencing<br>- Amenorrhoe<br>- Impotensi                                                                |   | ✓ | ✗ |  |  |
| 13 | Gejala Vegetatif<br>- Mulut Kering<br>- Muka Merah<br>- Mudah Berkeringat<br>- Pusing, Sakit Kepala<br>- Bulu-Bulu Berdiri                                                       | ✓ |   |   |  |  |
| 14 | Tingkah Laku Pada Wawancara<br>- Gelisah<br>- Jari Gemetar<br>- Kerut Kening<br>- Muka Tegang<br>- Tonus Otot Meningkat<br>- Napas Pendek dan Cepat                              |   |   | ✓ |  |  |

Total Score : 15

HAMILTON RATING SCALE FOR ANXIETY  
(HARS)

Nomor Partisipan : ~~Aly~~ · D 2  
Nama Partisipan : Ny. D  
Umur Kehamilan : 36 mg.  
Tanggal Pemeriksaan : 26 Mei 2017

Skor : 0 = tidak ada gejala sama sekali  
1 = satu dari gejala yang ada  
2 = sedang/separuh dari gejala yang ada  
3 = berat/lebih dari  $\frac{1}{2}$  gejala yang ada  
4 = sangat berat semua gejala ada

Total Skor : <6 = tidak ada gejala kecemasan atau keluhan  
7–14 = kecemasan ringan  
15–27 = kecemasan sedang  
>27 = kecemasan berat/panik



| No | Pertanyaan                                                                                                                                                    | 0 | 1 | 2 | 3 | 4 |
|----|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---|---|---|---|---|
| 1  | Perasaan Ansietas<br>- Cemas<br>- Firasat Buruk<br>- Takut Akan Pikiran Sendiri<br>- Mudah Tersinggung                                                        |   |   |   |   | ✓ |
| 2  | Ketegangan<br>- Merasa Tegang<br>- Lesu<br>- Mudah Terganggu<br>- Tak Bisa Istirahat Tenang<br>- Mudah Terkejut<br>- Mudah Menangis<br>- Gemetar<br>- Gelisah |   |   | ✓ |   |   |
| 3  | Ketakutan<br>- Pada Gelap<br>- Pada Orang Asing<br>- Ditinggal Sendiri<br>- Pada Binatang Besar<br>- Pada Kerumunan Orang Banyak                              | ✓ |   |   |   |   |
| 4  | Gangguan Tidur<br>- Sukar Memulai Tidur<br>- Terbangun Malam Hari<br>- Tidur Tidak Nyenyak<br>- Mimpi Buruk                                                   |   |   | ✓ |   |   |
| 5  | Gangguan Kecerdasan<br>- Sukar Konsentrasi<br>- Daya Ingat Menurun                                                                                            | ✓ |   |   |   |   |
| 6  | Perasaan Depresi<br>- Hilangnya Minat<br>- Berkurangnya Kesenangan Pada Hobi<br>- Sedih<br>- Perasaan Tidak Menyenangkan Sepanjang Hari                       |   | ✓ |   |   |   |
| 7  | Gejala Somatik (Otot)<br>- Nyeri di Otot-Otot dan Kaku<br>- Kedutan Otot<br>- Gertakan Gigi<br>- Suara Tidak Stabil                                           |   | ✓ |   |   |   |

|    |                                                                                                                                                                                  |   |  |   |  |  |
|----|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---|--|---|--|--|
| 8  | Gejala Sensorik<br>- Penglihatan Kabur<br>- Muka Merah atau Pucat<br>- Merasa Lemah<br>- Perasaan ditusuk-tusuk                                                                  | ✓ |  |   |  |  |
| 9  | Gejala Kardiovaskuler<br>- Takikardi<br>- Nyeri di Dada<br>- Denyut Nadi Mengeras<br>- Detak Jantung Menghilang (Berhenti Sekejap)                                               | ✓ |  |   |  |  |
| 10 | Gejala Respiratori<br>- Rasa Tertekan atau Sempit Di Dada<br>- Perasaan Tercekik<br>- Sering Menarik Napas Panjang<br>- Napas Pendek/Sesak                                       |   |  | ✓ |  |  |
| 11 | Gejala Gastrointestinal<br>- Sulit Menelan<br>- Obstipasi<br>- Berat Badan Menurun<br>- Mual<br>- Muntah<br>- Nyeri Lambung (Sebelum/Sesudah Makan)<br>- Perasaan Panas di Perut | ✓ |  |   |  |  |
| 12 | Gejala Urogenital<br>- Sering Buang Air Kecil<br>- Tidak Dapat Menahan Air Kencing<br>- Amenorrhoe<br>- Impotensi                                                                |   |  | ✓ |  |  |
| 13 | Gejala Vegetatif<br>- Mulut Kering<br>- Muka Merah<br>- Mudah Berkeringat<br>- Pusing, Sakit Kepala<br>- Bulu-Bulu Berdiri                                                       | ✓ |  |   |  |  |
| 14 | Tingkah Laku Pada Wawancara<br>- Gelisah<br>- Jari Gemetar<br>- Kerut Kening<br>- Muka Tegang<br>- Tonus Otot Meningkat<br>- Napas Pendek dan Cepat                              |   |  | ✓ |  |  |

Total Score : 15

sebelum

## HAMILTON RATING SCALE FOR ANXIETY

(HARS)

Nomor Partisipan : 3

Nama Partisipan : Ny. W

Umur Kehamilan : 35 mg

Tanggal Pemeriksaan : 26 Mei 2017

Skor : 0 = tidak ada gejala sama sekali  
1 = satu dari gejala yang ada  
2 = sedang/separuh dari gejala yang ada  
3 = berat/lebih dari  $\frac{1}{2}$  gejala yang ada  
4 = sangat berat semua gejala ada

Total Skor : <6 = tidak ada gejala kecemasan atau keluhan  
7-14 = kecemasan ringan  
15-27 = kecemasan sedang  
>27 = kecemasan berat/panik



| No | Pertanyaan                                                                                                                                                    | 0 | 1 | 2 | 3 | 4 |
|----|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---|---|---|---|---|
| 1  | Perasaan Ansietas<br>- Cemas<br>- Firasat Buruk<br>- Takut Akan Pikiran Sendiri<br>- Mudah Tersinggung                                                        |   |   |   |   | ✓ |
| 2  | Ketegangan<br>- Merasa Tegang<br>- Lesu<br>- Mudah Terganggu<br>- Tak Bisa Istirahat Tenang<br>- Mudah Terkejut<br>- Mudah Menangis<br>- Gemetar<br>- Gelisah |   |   | ✓ |   |   |
| 3  | Ketakutan<br>- Pada Gelap<br>- Pada Orang Asing<br>- Ditinggal Sendiri<br>- Pada Binatang Besar<br>- Pada Kerumunan Orang Banyak                              | ✓ |   |   |   |   |
| 4  | Gangguan Tidur<br>- Sukar Memulai Tidur<br>- Terbangun Malam Hari<br>- Tidur Tidak Nyenyak<br>- Mimpi Buruk                                                   |   |   | ✓ |   |   |
| 5  | Gangguan Kecerdasan<br>- Sukar Konsentrasi<br>- Daya Ingat Menurun                                                                                            | ✓ |   |   |   |   |
| 6  | Perasaan Depresi<br>- Hilangnya Minat<br>- Berkurangnya Kesenangan Pada Hobi<br>- Sedih<br>- Perasaan Tidak Menyenangkan Sepanjang Hari                       |   | ✓ |   |   |   |
| 7  | Gejala Somatik (Otot)<br>- Nyeri di Otot-Otot dan Kaku<br>- Kedutan Otot<br>- Gertakan Gigi<br>- Suara Tidak Stabil                                           |   | ✓ |   |   |   |

|    |                                                                                                                                                                                  |   |   |   |  |  |
|----|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---|---|---|--|--|
| 8  | Gejala Sensorik<br>- Penglihatan Kabur<br>- Muka Merah atau Pucat<br>- Merasa Lemah<br>- Perasaan ditusuk-tusuk                                                                  |   | ✓ |   |  |  |
| 9  | Gejala Kardiovaskuler<br>- Takikardi<br>- Nyeri di Dada<br>- Denyut Nadi Mengeras<br>- Detak Jantung Menghilang (Berhenti Sekejap)                                               | ✓ |   |   |  |  |
| 10 | Gejala Respiratori<br>- Rasa Tertekan atau Sempit Di Dada<br>- Perasaan Tercekik<br>- Sering Menarik Napas Panjang<br>- Napas Pendek/Sesak                                       |   |   | ✓ |  |  |
| 11 | Gejala Gastrointestinal<br>- Sulit Menelan<br>- Obstipasi<br>- Berat Badan Menurun<br>- Mual<br>- Muntah<br>- Nyeri Lambung (Sebelum/Sesudah Makan)<br>- Perasaan Panas di Perut | ✓ |   |   |  |  |
| 12 | Gejala Urogenital<br>- Sering Buang Air Kecil<br>- Tidak Dapat Menahan Air Kencing<br>- Amenorrhoe<br>- Impotensi                                                                |   | ✓ |   |  |  |
| 13 | Gejala Vegetatif<br>- Mulut Kering<br>- Muka Merah<br>- Mudah Berkeringat<br>- Pusing, Sakit Kepala<br>- Bulu-Bulu Berdiri                                                       | ✓ |   |   |  |  |
| 14 | Tingkah Laku Pada Wawancara<br>- Gelisah<br>- Jari Gemetar<br>- Kerut Kening<br>- Muka Tegang<br>- Tonus Otot Meningkat<br>- Napas Pendek dan Cepat                              |   |   | ✓ |  |  |

Total Score : 6

# HAMILTON RATING SCALE FOR ANXIETY

(HARS)

Nomor Partisipan : 1

Nama Partisipan : Ny. S

Tanggal Pemeriksaan : 6 Juli 2017

UK : 36 mg

Skor : 0 = tidak ada gejala sama sekali

1 = satu dari gejala yang ada

2 = sedang/sepuluh dari gejala yang ada

3 = berat/lebih dari 1/2 gejala yang ada

4 = sangat berat semua gejala ada

Total Skor : <6 = tidak ada gejala kecemasan atau keluhan

7-14 = kecemasan ringan

15-27 = kecemasan sedang

>27 = kecemasan berat/panik



| No | Pertanyaan                                                                                                                                                    | 0 | 1 | 2 | 3 | 4 |
|----|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---|---|---|---|---|
| 1  | Perasaan Ansietas<br>- Cemas<br>- Firasat Buruk<br>- Takut Akan Pikiran Sendiri<br>- Mudah Tersinggung                                                        |   | ✓ |   |   |   |
| 2  | Ketegangan<br>- Merasa Tegang<br>- Lesu<br>- Mudah Terganggu<br>- Tak Bisa Istirahat Tenang<br>- Mudah Terkejut<br>- Mudah Menangis<br>- Gemetar<br>- Gelisah |   | ✓ |   |   |   |
| 3  | Ketakutan<br>- Pada Gelap<br>- Pada Orang Asing<br>- Ditinggal Sendiri<br>- Pada Binatang Besar<br>- Pada Kerumunan Orang Banyak                              | ✓ |   |   |   |   |
| 4  | Gangguan Tidur<br>- Sukar Memulai Tidur<br>- Terbangun Malam Hari<br>- Tidur Tidak Nyenyak<br>- Mimpi Buruk                                                   |   |   | ✓ |   |   |
| 5  | Gangguan Kecerdasan<br>- Sukar Konsentrasi<br>- Daya Ingat Menurun                                                                                            | ✓ |   |   |   |   |
| 6  | Perasaan Depresi<br>- Hilangnya Minat<br>- Berkurangnya Kesenangan Pada Hobi<br>- Sedih<br>- Perasaan Tidak Menyenangkan Sepanjang Hari                       |   | ✓ |   |   |   |
| 7  | Gejala Somatik (Otot)<br>- Nyeri di Otot-Otot dan Kaku<br>- Kedutan Otot<br>- Gertakan Gigi<br>- Suara Tidak Stabil                                           |   | ✓ |   |   |   |

|    |                                                                                                                                                                                  |   |   |   |  |  |
|----|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---|---|---|--|--|
| 8  | Gejala Sensorik<br>- Penglihatan Kabur<br>- Muka Merah atau Pucat<br>- Merasa Lemah<br>- Perasaan ditusuk-tusuk                                                                  | ✓ |   |   |  |  |
| 9  | Gejala Kardiovaskuler<br>- Takikardi<br>- Nyeri di Dada<br>- Denyut Nadi Mengeras<br>- Detak Jantung Menghilang (Berhenti Sekejap)                                               | ✓ |   |   |  |  |
| 10 | Gejala Respiratori<br>- Rasa Tertekan atau Sempit Di Dada<br>- Perasaan Tercekik<br>- Sering Menarik Napas Panjang<br>- Napas Pendek/Sesak                                       |   | ✓ |   |  |  |
| 11 | Gejala Gastrointestinal<br>- Sulit Menelan<br>- Obstipasi<br>- Berat Badan Menurun<br>- Mual<br>- Muntah<br>- Nyeri Lambung (Sebelum/Sesudah Makan)<br>- Perasaan Panas di Perut | ✓ |   |   |  |  |
| 12 | Gejala Urogenital<br>- Sering Buang Air Kecil<br>- Tidak Dapat Menahan Air Kencing<br>- Amenorrhoe<br>- Impotensi                                                                |   | ✓ |   |  |  |
| 13 | Gejala Vegetatif<br>- Mulut Kering<br>- Muka Merah<br>- Mudah Berkeringat<br>- Pusing, Sakit Kepala<br>- Bulu-Bulu Berdiri                                                       | ✓ |   |   |  |  |
| 14 | Tingkah Laku Pada Wawancara<br>- Gelisah<br>- Jari Gemetar<br>- Kerut Kening<br>- Muka Tegang<br>- Tonus Otot Meningkat<br>- Napas Pendek dan Cepat                              |   |   | ✓ |  |  |

Total Score : 10

sesudah

## HAMILTON RATING SCALE FOR ANXIETY

(HARS)

Nomor Partisipan : 2

Nama Partisipan : Ny. D

Umur Kehamilan : 38 mg.

Tanggal Pemeriksaan : 8 Juli 2017.

Skor : 0 = tidak ada gejala sama sekali  
1 = satu dari gejala yang ada  
2 = sedang/separuh dari gejala yang ada  
3 = berat/lebih dari  $\frac{1}{2}$  gejala yang ada  
4 = sangat berat semua gejala ada

Total Skor : <6 = tidak ada gejala kecemasan atau keluhan  
7-14 = kecemasan ringan  
15-27 = kecemasan sedang  
>27 = kecemasan berat/panik



| No | Pertanyaan                                                                                                                                                    | 0 | 1 | 2 | 3 | 4 |
|----|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---|---|---|---|---|
| 1  | Perasaan Ansietas<br>- Cemas<br>- Firasat Buruk<br>- Takut Akan Pikiran Sendiri<br>- Mudah Tersinggung                                                        |   |   |   | ✓ |   |
| 2  | Ketegangan<br>- Merasa Tegang<br>- Lesu<br>- Mudah Terganggu<br>- Tak Bisa Istirahat Tenang<br>- Mudah Terkejut<br>- Mudah Menangis<br>- Gemetar<br>- Gelisah |   |   | ✓ |   |   |
| 3  | Ketakutan<br>- Pada Gelap<br>- Pada Orang Asing<br>- Ditinggal Sendiri<br>- Pada Binatang Besar<br>- Pada Kerumunan Orang Banyak                              | ✓ |   |   |   |   |
| 4  | Gangguan Tidur<br>- Sukar Memulai Tidur<br>- Terbangun Malam Hari<br>- Tidur Tidak Nyenyak<br>- Mimpi Buruk                                                   |   |   | ✓ |   |   |
| 5  | Gangguan Kecerdasan<br>- Sukar Konsentrasi<br>- Daya Ingat Menurun                                                                                            | ✓ |   |   |   |   |
| 6  | Perasaan Depresi<br>- Hilangnya Minat<br>- Berkurangnya Kesenangan Pada Hobi<br>- Sedih<br>- Perasaan Tidak Menyenangkan Sepanjang Hari                       | ✓ |   |   |   |   |
| 7  | Gejala Somatik (Otot)<br>- Nyeri di Otot-Otot dan Kaku<br>- Kedutan Otot<br>- Gertakan Gigi<br>- Suara Tidak Stabil                                           |   | ✓ |   |   |   |

|    |                                                                                                                                                                                  |   |   |  |  |  |
|----|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---|---|--|--|--|
| 8  | Gejala Sensorik<br>- Penglihatan Kabur<br>- Muka Merah atau Pucat<br>- Merasa Lemah<br>- Perasaan ditusuk-tusuk                                                                  | ✓ |   |  |  |  |
| 9  | Gejala Kardiovaskuler<br>- Takikardi<br>- Nyeri di Dada<br>- Denyut Nadi Mengeras<br>- Detak Jantung Menghilang (Berhenti Sekejap)                                               | ✓ |   |  |  |  |
| 10 | Gejala Respiratori<br>- Rasa Tertekan atau Sempit Di Dada<br>- Perasaan Tercekik<br>- Sering Menarik Napas Panjang<br>- Napas Pendek/Sesak                                       |   | ✓ |  |  |  |
| 11 | Gejala Gastrointestinal<br>- Sulit Menelan<br>- Obstipasi<br>- Berat Badan Menurun<br>- Mual<br>- Muntah<br>- Nyeri Lambung (Sebelum/Sesudah Makan)<br>- Perasaan Panas di Perut | ✓ |   |  |  |  |
| 12 | Gejala Urogenital<br>- Sering Buang Air Kecil<br>- Tidak Dapat Menahan Air Kencing<br>- Amenorrhoe<br>- Impotensi                                                                |   | ✓ |  |  |  |
| 13 | Gejala Vegetatif<br>- Mulut Kering<br>- Muka Merah<br>- Mudah Berkeringat<br>- Pusing, Sakit Kepala<br>- Bulu-Bulu Berdiri                                                       | ✓ |   |  |  |  |
| 14 | Tingkah Laku Pada Wawancara<br>- Gelisah<br>- Jari Gemetar<br>- Kerut Kening<br>- Muka Tegang<br>- Tonus Otot Meningkat<br>- Napas Pendek dan Cepat                              |   | ✓ |  |  |  |

Total Score : 11



## HAMILTON RATING SCALE FOR ANXIETY

(HARS)

Nomor Partisipan : 3  
Nama Partisipan : Ny. W  
Umur Kehamilan : 37 mg.  
Tanggal Pemeriksaan : 8 juli 2017

Skor : 0 = tidak ada gejala sama sekali  
1 = satu dari gejala yang ada  
2 = sedang/separuh dari gejala yang ada  
3 = berat/lebih dari  $\frac{1}{2}$  gejala yang ada  
4 = sangat berat semua gejala ada

Total Skor : <6 = tidak ada gejala kecemasan atau keluhan  
7-14 = kecemasan ringan  
15-27 = kecemasan sedang  
>27 = kecemasan berat/panik

| No | Pertanyaan                                                                                                                                                    | 0 | 1 | 2 | 3 | 4 |
|----|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---|---|---|---|---|
| 1  | Perasaan Ansietas<br>- Cemas<br>- Firasat Buruk<br>- Takut Akan Pikiran Sendiri<br>- Mudah Tersinggung                                                        |   |   | ✓ |   |   |
| 2  | Ketegangan<br>- Merasa Tegang<br>- Lesu<br>- Mudah Terganggu<br>- Tak Bisa Istirahat Tenang<br>- Mudah Terkejut<br>- Mudah Menangis<br>- Gemetar<br>- Gelisah |   | ✓ |   |   |   |
| 3  | Ketakutan<br>- Pada Gelap<br>- Pada Orang Asing<br>- Ditinggal Sendiri<br>- Pada Binatang Besar<br>- Pada Kerumunan Orang Banyak                              | ✓ |   |   |   |   |
| 4  | Gangguan Tidur<br>- Sukar Memulai Tidur<br>- Terbangun Malam Hari<br>- Tidur Tidak Nyenyak<br>- Mimpi Buruk                                                   |   |   | ✓ |   |   |
| 5  | Gangguan Kecerdasan<br>- Sukar Konsentrasi<br>- Daya Ingat Menurun                                                                                            | ✓ |   |   |   |   |
| 6  | Perasaan Depresi<br>- Hilangnya Minat<br>- Berkurangnya Kesenangan Pada Hobi<br>- Sedih<br>- Perasaan Tidak Menyenangkan Sepanjang Hari                       | ✓ |   |   |   |   |
| 7  | Gejala Somatik (Otot)<br>- Nyeri di Otot-Otot dan Kaku<br>- Kedutan Otot<br>- Gertakan Gigi<br>- Suara Tidak Stabil                                           | ✓ |   |   |   |   |

|    |                                                                                                                                                                                  |   |   |  |  |  |
|----|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---|---|--|--|--|
| 8  | Gejala Sensorik<br>- Penglihatan Kabur<br>- Muka Merah atau Pucat<br>- Merasa Lemah<br>- Perasaan ditusuk-tusuk                                                                  | ✓ |   |  |  |  |
| 9  | Gejala Kardiovaskuler<br>- Takikardi<br>- Nyeri di Dada<br>- Denyut Nadi Mengeras<br>- Detak Jantung Menghilang (Berhenti Sekejap)                                               | ✓ |   |  |  |  |
| 10 | Gejala Respiratori<br>- Rasa Tertekan atau Sempit Di Dada<br>- Perasaan Tercekik<br>- Sering Menarik Napas Panjang<br>- Napas Pendek/Sesak                                       |   | ✓ |  |  |  |
| 11 | Gejala Gastrointestinal<br>- Sulit Menelan<br>- Obstipasi<br>- Berat Badan Menurun<br>- Mual<br>- Muntah<br>- Nyeri Lambung (Sebelum/Sesudah Makan)<br>- Perasaan Panas di Perut | ✓ |   |  |  |  |
| 12 | Gejala Urogenital<br>- Sering Buang Air Kecil<br>- Tidak Dapat Menahan Air Kencing<br>- Amenorrhoe<br>- Impotensi                                                                |   | ✓ |  |  |  |
| 13 | Gejala Vegetatif<br>- Mulut Kering<br>- Muka Merah<br>- Mudah Berkeringat<br>- Pusing, Sakit Kepala<br>- Bulu-Bulu Berdiri                                                       | ✓ |   |  |  |  |
| 14 | Tingkah Laku Pada Wawancara<br>- Gelisah<br>- Jari Gemetar<br>- Kerut Kening<br>- Muka Tegang<br>- Tonus Otot Meningkat<br>- Napas Pendek dan Cepat                              |   | ✓ |  |  |  |

Total Score : 8



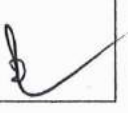
LEMBAR KONSULTASI BIMBINGAN KTI  
PRODI DIII KEBIDANAN  
STIKES MUHAMMADIYAH GOMBONG  
2017

Nama : Oki Marlina

NIM : B1401198

Pembimbing : Siti Mutoharoh, S.ST., MPH.

Kegiatan

| No | Hari/tgl                   | Rencana Bimbingan                               | Realisasi                                    | Ttd                                                                                   |
|----|----------------------------|-------------------------------------------------|----------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------|
| 1  | Jum'at<br>3 Februari 2017  | Rencana Judul                                   | Acc Judul                                    |    |
| 2  | Kamis<br>16 Februari 2017  | BAB I                                           | BAB I Revisi<br>Lanjut BAB II, III           |   |
| 3  | Jum'at<br>24 Februari 2017 | BAB I, II, III                                  | BAB I, II, III<br>Revisi                     |  |
| 4  | Kamis<br>9 Maret 2017      | BAB I, II, III                                  | BAB I, II, III<br>Revisi kerangka<br>teori   |  |
| 5  | Selasa,<br>14 Maret 2017   | BAB I, II, III                                  | ACC                                          |  |
| 6  | Rabu<br>19 April 2017      | BAB I, II, III                                  | Revisi                                       |  |
| 7  | Selasa<br>23 Mei 2017      | BAB I, II, III                                  | ACC                                          |  |
| 8  | Senin,<br>7 Agustus 2017   | BAB 4 Manajemen<br>Kasus, Hasil                 | Revisi Mana<br>ajemen Kasus,<br>Hasil, BAB I |  |
| 9  | Jum'at<br>10 Agustus 2017  | BAB 4 Manajemen<br>Kasus, Hasil, Pemba<br>hasan | Revisi                                       |  |
| 10 | Rabu, 16<br>Agustus 2017   | Revisi BAB 4                                    | Lanjutkan<br>BAB 5, Intisari                 |  |

|     |                            |                                                         |                                              |                                                                                     |
|-----|----------------------------|---------------------------------------------------------|----------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------|
| 11. | Jumlat, 18<br>Agustus 2017 | Revisi BAB IV tabel<br>penerapan, BAB V<br>dan Intisari | Revisi BAB V<br>Kesimpulan,<br>Daftar Tabel. |  |
| 12. | Sabtu, 18<br>Agustus 2017  | BAB V, Intisari                                         | ACC                                          |  |
| 13  | Selasa, 29<br>Agustus 2017 | BAB I - V<br>(Revisi Setelah Sidang)                    | Revisi Bab<br>IV (hasil).                    |  |
| 14. | Senin, 4<br>sept 2017      | BAB IV                                                  | Revisi                                       |  |
| 15  | Sabtu, 9<br>sept 2017      | Revisi BAB IV                                           |                                              |  |
|     |                            |                                                         |                                              |                                                                                     |
|     |                            |                                                         |                                              |                                                                                     |
|     |                            |                                                         |                                              |                                                                                     |
|     |                            |                                                         |                                              |                                                                                     |
|     |                            |                                                         |                                              |                                                                                     |