

KARYA TULIS ILMIAH

**PENGARUH INTERVENSI YOGA KOMBINASI DZIKIR TERHADAP
KECEMASAN IBU HAMIL MENJELANG PERSALINAN DI
WILAYAH KERJA PUSKESMAS KASIHAN 1 BANTUL**

Diajukan untuk Memenuhi Syarat Memperoleh

Derajat Sarjana Ilmu Keperawatan pada Fakultas Kedokteran dan Ilmu Kesehatan

Universitas Muhammadiyah Yogyakarta



Disusun Oleh :

URAY DITA AMALIA

20110320061

**PROGRAM STUDI ILMU KEPERAWATAN
FAKULTAS KEDOKTERAN DAN ILMU KESEHATAN
UNIVERSITAS MUHAMMADIYAH YOGYAKARTA
YOGYAKARTA**

2015



Halaman Persembahan

Pertama-tama saya mengucapkan rasa syukur kepada Allah SWT yang telah memberikan segala nikmat dan karunia sehingga saya mampu melewati dan menyelesaikan KTI ini. Karya tulis ini saya persembahkan untuk kedua orang tua saya yang begitu penting dan berharga dalam hidup saya. Yang selalu mendoakan saya, memberikan semangat dan mendukung saya serta mengingatkan saya. Orang tua yang menjadi alasan saya untuk maju agar dapat membanggakan mereka. Untuk papa (Uray Marzuki) dan mama (Tri Satya Patria Rini), terima kasih atas segala bentuk dukungan dan doa yang selama ini diberikan, kasih sayang yang tiada henti. Untuk kakak saya (Uray Riki) yang selalu mengajarkan dan berbagi ilmu kepada saya, dan selalu sabar menjaga saya dari kecil. Untuk adik-adik saya yang selalu menjadi penghibur dirumah.

Selanjutnya untuk orang-orang yang selalu mendukung saya, para sahabat saya (Uni, Siska, Debby, Winda, Bellong, Aul, Mbak icut, Nadia) yang selalu menemani saya selama mas perkuliahan. Untuk teman-teman ciaobellah (Buwan, emon, ka jane, pesek, syah emma, om ndik, mas can) yang selalu menghibur ketika saya lelah dengan perkuliahan, terima kasih.

Kemudian teman satu bimbingan saya yang mengingatkan, menyemangati dan mendukung, dan untuk dosen pembimbing KTI ssaya yang sudah memberikan ilmu dan membimbing saya, terima kasih banyak.

KATA PENGANTAR

Assalammualaikum Wr. Wb.

Puji syukur *Alhamdulillah* kehadiran Allah SWT yang telah melimpahkan rahmat dan hidayah-Nya, sehingga penulis dapat menyelesaikan penelitian yang berjudul “Pengaruh Intervensi Yoga Kombinasi Dzikir terhadap Kecemasan Pada Ibu Hamil di Wilayah Kerja Puskesmas Kasihan 1 Bantul” sebagai salah satu syarat untuk menyelesaikan studi jenjang pendidikan strata-1 pada Program Studi Ilmu Keperawatan di Universitas Muhammadiyah Yogyakarta .

Terwujudnya karya tulis ilmiah ini tidak lepas dari bantuan berbagai pihak yang telah memberikan dukungan dan membimbing penulis, baik berupa doa, tenaga, ide-ide pemikiran, maupun saran, semoga bantuan yang telah diberikan dan tidak ternilai harganya mendapat ridha dari Allah SWT sebagai amal ibadah. Penulis sangat menyadari tidak ada manusia yang sempurna, begitu pula dengan penulisan proposal karya tulis ilmiah ini, apabila terdapat kekurangan, dan kesalahan dalam proposal karya tulis ilmiah ini, saya selaku penulis sangat berharap pada seluruh pihak agar dapat memberikan kritik dan saran yang membangun untuk perbaikan serta menyempurnakan proposal karya tulis ilmiah ini kedepannya. Akhir kata semoga proposal karya tulis ilmiah ini dapat bermanfaat bagi kita semua. Amin.

Yogyakarta, 9 Juli 2015

Penulis

URAY DITA AMALIA

DAFTAR ISI

KARYA TULIS ILMIAH.....	i
HALAMAN PENGESAHAN KTI.....	ii
HALAMAN PERSEMBAHAN.....	iii
MOTTO.....	iv
KATA PENGANTAR.....	v
DAFTAR ISI.....	vi
DAFTAR TABEL.....	ix
INTISARI.....	x
ABSTRACT.....	xi
BAB I.....	1
PENDAHULUAN	
A. Latar Belakang.....	1
B. Rumusan Masalah.....	5
C. Tujuan Penelitian.....	6
D. Manfaat penelitian.....	6
E. Penelitian terkait.....	8
BAB II.....	10
TINJAUAN PUSTAKA	
A. Landasan Teori.....	10
1. Kecemasan.....	10
2. Yoga.....	18
3. Dzikir.....	24
4. Yoga dengan dzikir dan efek yang diharapkan pada ibu hamil.....	27
B. Krangka konsep.....	29
C. Hipotesis.....	31
BAB III.....	32
METODOLOGI PENELITIAN	
A. Desain Penelitian.....	32
B. Populasi & Sample.....	33
C. Lokasi dan Waktu Penelitian.....	35
D. Variabel penelitian dan Definisi Operasional.....	35

E. Instrumen Penelitian.....	38
F. Cara Pengumpulan Data.....	39
G. Uji Validitas dan Reliabilitas.....	41
H. Pengolahan dan Analisis Data.....	42
I. Etik Penelitian.....	44
BAB IV.....	45
HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN	
A. Deskripsi Wilayah.....	45
B. Hasil Penelitian.....	46
C. Pembahasan.....	50
D. Kekuatan dan Kelemahan.....	56
BAB V.....	58
KESIMPULAN DAN SARAN	
A. Kesimpulan.....	58
B. Saran.....	58
DAFTAR PUSTAKA.....	60
LAMPIRAN.....	64

DAFTAR TABEL

Tabel 1.1 penelitian terkait.....	8
Tabel 3.1 keterangan kelompok perlakuan dan kontrol.....	31
Tabel 3.2 definisi operasional.....	35
Tabel 4.1 Distribusi frekwensi dari karakteristik responden	46
Tabel 4.2 Gambaran kecemasan ibu hamil.....	47
Tabel 4.3 distribusi frekwensi tingkat kecemasan dan hasil pengujian hipotesis eksperimen dan kelompok kontrol pada awal test dan akhir test.....	48
Tabel 4.4 hasil uji mann whitney pada kelompok kontrol dan kelompok Intervensi.....	49

DAFTAR LAMPIRAN

- Lampiran I: Lembar Persetujuan Menjadi Responden
- Lampiran II : Kuesioner
- Lampiran III : Lembar Kuesioner Zang Self Anxiety Scale
- Lampiran IV : Lembar kuesioner Zang Self Anxiety Scale dengan Modifikasi
- Lampiran V : Hasil Uji Validitas Tingkat Kecemasan Ibu Hamil
- Lampiran VI : Hasil Uji Reliabilitas Tingkat Kecemasan Ibu Hamil
- Lampiran VII : Frekwensi Tabel Karakteristik Kontrol
- Lampiran VIII : Frekwensi Tabel Karakteristik Intervensi
- Lampiran IX : Hasil Uji Pre dan Post Test Tingkat Kecemasan Ibu Hamil Kontrol
- Lampiran X : Hasil Uji Pre dan Post Test Tingkat Kecemasan Ibu hamil Eksperimen
- Lampiran XI : Hasil Uji Pre dan Post Test Tingkat Kecemasan a kelompok eksperimen dan kelompok kontrol.