

SKRIPSI

**PENGARUH PEMBERIAN KOMBINASI RELAKSASI OTOT
PROGRESIF DENGAN MUROTTAL AL-QUR'AN TERHADAP
KEJADIAN *POSTPARTUM BLUES***

Disusun untuk memenuhi sebagian syarat memperoleh
Derajat Sarjana Keperawatan pada Fakultas Kedokteran dan Ilmu Kesehatan
Universitas Muhammadiyah Yogyakarta



Di susun Oleh :

Riska Dwi Anggraeni

20200320047

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

2024

SKRIPSI

**PENGARUH PEMBERIAN KOMBINASI RELAKSASI OTOT
PROGRESIF DENGAN MUROTTAL AL-QUR'AN TERHADAP
KEJADIAN *POSTPARTUM BLUES***

Disusun untuk memenuhi sebagian syarat memperoleh
Derajat Sarjana Keperawatan pada Fakultas Kedokteran dan Ilmu Kesehatan
Universitas Muhammadiyah Yogyakarta



Di susun Oleh :

Riska Dwi Anggraeni

20200320047

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

2024

PERNYATAAN KEASLIAN TULISAN

Saya yang bertanda tangan di bawah ini,

Nama : Riska Dwi Anggraeni

NIM : 20200320047

Program Studi : Keperawatan

Fakultas : Kedokteran dan Ilmu Kesehatan

Menyatakan dengan sebenarnya bahwa skripsi yang saya tulis benar-benar merupakan hasil karya saya sendiri dan belum diajukan dalam bentuk apapun kepada perguruan tinggi manapun. Sumber literatur yang berasal atau kutipan dalam karya yang diterbitkan maupun tidak diterbitkan dari penulis lain telah disebutkan didalam teks dan dicantumkan dalam daftar pustaka dibagian akhir skripsi.

Apabila dikemudian hari terbukti atau dapat dibuktikan skripsi ini hasil jiplakan, maka saya bersedia menerima sanksi atas perbuatan saya.

Yogyakarta, 30 Mei 2024

Yang Membuat Pernyataan


Riska Dwi Anggraeni

KATA PENGANTAR

Assalamu'alaikum warahmatullahi wabarakatuh

Segala puji syukur kehadirat Allah SWT yang telah memberikan limpahan rahmat dan hidayah-Nya, sehingga penulis dapat menyelesaikan skripsi dengan judul **“Pengaruh Pemberian Kombinasi Relaksasi Otot Progresif dengan Murottal Al-Qur’an terhadap Kejadian *Postpartum Blues*”**. Skripsi ini disusun untuk memenuhi syarat derajat sarjana Keperawatan di Fakultas Kedokteran dan Ilmu Kesehatan Universitas Muhammadiyah Yogyakarta.

Skripsi ini dapat diselesaikan berkat motivasi, dorongan, semangat, dan bantuan dari berbagai pihak. Maka dari itu, penulis ingin mengucapkan rasa terimakasih kepada:

1. Ibu Dr. dr. Sri Sundari, M.Kes selaku Dekan Fakultas Kedokteran dan Ilmu Kesehatan Universitas Muhammadiyah Yogyakarta
2. Ibu Sutantri, S.Kep., Ns., M.Sc., Ph.D selaku Kepala Program Studi Keperawatan Fakultas Kedokteran dan Ilmu Kesehatan Universitas Muhammadiyah Yogyakarta
3. Ibu Riski Oktafia, M.Kep., Ns., Sp.Kep.Mat selaku pembimbing yang telah memberikan bimbingan sehingga dapat menyelesaikan skripsi ini
4. Ibu Dr. Falasifah Ani Yuniarti, S.Kep., Ns., MAN selaku dosen penguji yang telah meluangkan waktu untuk menguji dan memberikan arahan kepada penulis dalam menyelesaikan skripsi
5. Kepada orang tua saya Bapak Kartubi dan Ibu Rina Ika Sari yang telah sabar dan senantiasa memberikan kasih sayang, dukungan, motivasi, semangat dan memberikan dukungan moril dan materiil dalam menyelesaikan skripsi ini semoga orang tua penulis selalu diberikan kesehatan dan rezeki yang melimpah.
6. Kepada keluarga, saudara dan orang terdekat saya yang sudah memberikan support dan doa kepada saya sehingga dapat menyelesaikan skripsi ini
7. Kepada teman kuliah “SL Punk” dita dan hasti yang telah

memberikan dukungan, doa, saran dan kritik kepada penulis
Peneliti menyadari bahwa penelitian ini masih perlu untuk
disempurnakan, oleh karena itu peneliti mengharapkan saran dan kritik
demi kesempurnaan penelitian ini. Harapan peneliti, semoga laporan
hasil penelitian ini dapat diterima dan bermanfaat bagi pengembangan
ilmu khususnya keperawatan.

Wassalamu'alaikum warahmatullahi wabarakatuh.

Yogyakarta, 30 Mei 2024



Riska Dwi Anggraeni

DAFTAR ISI

DAFTAR ISI	7
DAFTAR TABEL	9
DAFTAR GAMBAR	10
DAFTAR SINGKATAN	11
DAFTAR LAMPIRAN	12
BAB I	15
PENDAHULUAN	15
A. Latar Belakang	15
B. Rumusan Masalah	23
C. Tujuan penelitian	23
D. Manfaat Penelitian	24
E. Penelitian Terkait	25
BAB II	29
TINJAUAN PUSTAKA	29
A. Landasan Teori	29
A. Kerangka Teori	48
B. Kerangka Konsep	49
C. Hipotesis	49
BAB III	50
METODE PENELITIAN	50
A. Desain Penelitian	50
B. Lokasi dan Waktu Penelitian	50
C. Populasi dan Sample Penelitian	51
D. Variabel Penelitian	53
E. Definisi Operasional	54
F. Instrumen Penelitian	55
G. Uji Validitas Dan Reliabilitas	55
H. Cara Pengumpulan data	56
I. Pengolahan Data	59

J. Analisis Data	61
K. Etika Penelitian	62
BAB IV	64
HASIL DAN PEMBAHASAN.....	64
A. Hasil Penelitian	64
1. Deskripsi Wilayah Penelitian.....	64
2. Karakteristik responden.....	64
B. Pembahasan.....	68
C. Keterbatasan Penelitian	77
BAB V	79
KESIMPULAN DAN SARAN.....	79
A. Kesimpulan	79
B. Saran	80
DAFTAR PUSTAKA	81
LAMPIRAN	89

DAFTAR TABEL

Tabel 1 Desain Penelitian	50
Tabel 2 Definisi Operasional	54
Tabel 3 Distribusi karakteristik responden berdasarkan usia.....	65
Tabel 4 Distribusi karakteristik responden postpartum blues (=32).....	65
Tabel 5 Distribusi karakteristik responden berdasarkan skor postpartum blues	66
Tabel 6 Pengaruh pemberian kombinasi relaksasi otot progresif dengan murottal al-quran terhadap kejadian postpartum blues	67

DAFTAR GAMBAR

Gambar 1	38
Gambar 2	39
Gambar 3	39
Gambar 4	40
Gambar 5	40
Gambar 6	41
Gambar 7	41
Gambar 8	42
Gambar 9	42
Gambar 10	43
Gambar 11	43
Gambar 12	44
Gambar 13	44
Gambar 14	45
Gambar 15	45
Gambar 16	48
Gambar 17	49

DAFTAR SINGKATAN

WHO	<i>World Health Organization</i>
EPDS	<i>Edinburgh Postnatal Depression scale</i>
SC	<i>Sectio Caesarea</i>
BQ	<i>Blues Questionnaire</i>
NFRS	<i>Numerical Fatigue Rating Scale</i>
IQ	<i>Intelligence Quotient</i>
BBLR	Bayi Berat Badan Lahir Rendah
HPA	<i>Hipotalamus-Hipofisis-Adrenal</i>
CRH	<i>Corticotropin-Releasing Hormone</i>
ACTH	<i>Hipotalamus Adreno Corticotrophic Hormone</i>
ASN	Aparatur Sipil Negara
IRT	Ibu Rumah Tangga

DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran 1 Kuesioner EPDS.....	89
Lampiran 2 SOP.....	93
Lampiran 3 lembar penjelasan penelitian.....	102
Lampiran 4 lembar persetujuan menjadi responden.....	104
Lampiran 5 surat uji pakar penelitian.....	105
Lampiran 6 surat izin penelitian.....	106
Lampiran 7 etik penelitian.....	107
Lampiran 8 Ceklist.....	108
Lampiran 9 Video Intervensi.....	111
Lampiran 10 kisi-kisi kelayakan media.....	112
Lampiran 11 hasil uji ekspert video.....	113