

**PENGARUH *ENDORPHIN MASSAGE* TERHADAP KECEMASAN IBU HAMIL  
TRIMESTER III DALAM MENGHADAPI PERSALINAN DI BPS Ny.  
YULIANI, SST, DESA BLIMBING KECAMATAN PACIRAN  
KABUPATEN LAMONGAN**

**KARYA TULIS ILMIAH**



**PRITA AYU INDIRAWATI**  
**NIM 13.02.02.1578**

**PROGAM STUDI D III KEBIDANAN  
SEKOLAH TINGGI ILMU KESEHATAN MUHAMMADIYAH  
LAMONGAN**

**2016**

**PENGARUH *ENDORPHIN MASSAGE* TERHADAP KECEMASAN IBU HAMIL  
TRIMESTER III DALAM MENGHADAPI PERSALINAN DI BPS Ny.  
YULIANI, SST, DESA BLIMBING KECAMATAN PACIRAN  
KABUPATEN LAMONGAN**

**KARYA TULIS ILMIAH**

**Diajukan Kepada Prodi D III Kebidanan STIKES Muhammadiyah  
Lamongan Sebagai Salah Satu Syarat Untuk  
Melanjutkan Penelitian**

**PRITA AYU INDIRAWATI  
NIM 13.02.02.1578**

**PROGAM STUDI D III KEBIDANAN  
SEKOLAH TINGGI ILMU KESEHATAN MUHAMMADIYAH  
LAMONGAN  
2016**

## SURAT PERNYATAAN

Yang bertanda tangan dibawah ini :

NAMA : PRITA AYU INDIRAWATI  
NIM : 13.02.02.1578  
TEMPAT, TANGGAL LAHIR : LAMONGAN, 24 APRIL 1995  
INSTITUSI : SEKOLAH TINGGI ILMU KESEHATAN  
(STIKES) MUHAMMADIYAH  
LAMONGAN

Menyatakan Bahwa Proposal Karya Tulis Ilmiah (KTI) Yang Berjudul :  
*"Pengaruh Endorphin Massage Terhadap Kecemasan Ibu Hamil Trimester III  
dalam Menghadapi Persalinan di BPS Hj.Yuliani, SST, Desa Blimbing  
Kecamatan Blimbing Kabupaten Lamongan"* adalah bukan Proposal Karya Tulis  
Ilmiah (KTI) orang lain baik sebagian maupun keseluruhan, kecuali dalam bentuk  
kutipan yang telah disebutkan sumbernya.

Demikian surat pernyataan ini saya buat dengan sebenar-benarnya dan  
apabila pernyataan ini tidak benar, saya bersedia mendapat sanksi akademis.

Lamongan, Agustus 2016

Yang menyatakan

**PRITA AYU INDIRAWATI**  
**NIM 13.02.02.1578**

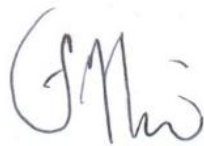
## LEMBAR PERSETUJUAN

Oleh : PRITA AYU INDIRAWATI  
NIM : 13.02.02.1578  
Judul : PENGARUH *ENDORPHIN MASSAGE* TERHADAP  
KECEMASAN IBU HAMIL TRIMESTER III DALAM  
MENGHADAPI PERSALINAN DI BPS HJ.YULIANI, SST,  
DESA BLIMBING KECAMATAN PACIRAN  
KABUPATEN LAMONGAN

Telah disetujui dan diujikan di hadapan Dewan Penguji Karya Tulis Ilmiah  
(KTI) tanggal: 10 Agustus 2016

Mengetahui :

Pembimbing I



Faizatul Ummah, S.SiT., M.Kes.  
NIK.1977 1015 2005 09 2011

Pembimbing II



Hj.Siti Sholikhah, S.Kep., Ns., M.Kes.  
NIK.1979 03 06 2006 016

**LEMBAR PENGESAHAN**


Telah Diuji dan Disetujui Oleh Tim Penguji Pada Ujian Sidang Karya Tulis Ilmiah  
Di Prodi D-III Kebidanan STIKES Muhammadiyah Lamongan

Tanggal : 10 Agustus 2016

**PANITIA PENGUJI**

TandaTangan

Ketua : Lilin Turlina, S.SiT., M.Kes.



Anggota : 1. Faizatul Ummah, S.SiT., M.Kes.



2. Hj.Siti Sholikhah, S.Kep., Ns., M.Kes.



Mengetahui,

Ketua Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan (STIKES)

Muhammadiyah Lamongan



**Drs. H. Budi Utomo, Amd. Kep., M.Kes**

**NIK. 195408182005001**

## **CURRICULUM VITAE**

Nama : PRITA AYU INDIRAWATI

Tempat Tgl Lahir : Lamongan, 24 April 1995

Alamat : Jalan Astana Gg. 06 Desa Brondong Kecamatan  
Brondong Kabupaten Lamongan

Pekerjaan : Mahasiswi

Riwayat Pendidikan :

1. TK Aisyah Bustanul Athfal Brondong : Lulus tahun 2001
2. SDN Brondong 06 : Lulus tahun 2007
3. SMP NEGERI 1 Paciran : Lulus tahun 2010
4. SMA PGRI 2 Jombang : Lulus tahun 2013
5. Progam studi D III Kebidanan STIKES Muhammadiyah Lamongan tahun 2013  
hingga sekarang

## **MOTTO dan PERSEMBAHAN**

**“Kegagalan memang batu sandungan yang cukup menyakitkan, tapi bukan juga hal yang dapat menghapus keberhasilan. Maka terus untuk meminimalkan kegagalan”**

**KUPERSEMBAHKAN KARYA TULIS ILMIAH INI UNTUK :**

- 1. Kedua Orang Tuaku yang selalu memberikan kasih sayang, dukungan materil, semangat dan doa untukku.**
- 2. Sahabat-sahabatku yang selalu memberi semangat dan support.**

## ABSTRAK

Indirawati , Prita Ayu, 2016. Pengaruh Endorphin Massage Terhadap Kecemasan Ibu Hamil Trimester III dalam Menghadapi Persalinan di BPS Ny.Yuliani, S.ST Desa Blimbing Kecamatan Paciran Kabupaten Lamongan. (1) Faizatul Ummah, SST., M.Kes. (2) Hj. Siti Sholihah, S.Kep., Ns., M.Kes.

Menjelang proses persalinan ibu hamil trimester III pada umumnya akan mengalami suatu kondisi psikologis diantaranya kecemasan. Hasil survey dari 8 ibu hamil didapatkan 1 (12,5%) mengalami kecemasan ringan, 2 (25%) mengalami kecemasan berat, dan 5 (62,5%) mengalami kecemasan sangat berat. Tujuan penelitian adalah untuk mengetahui pengaruh terapi *endorphin massage* terhadap tingkat kecemasan ibu hamil trimester III di BPS Ny.Yuliani, S.ST Desa Blimbing Kecamatan Paciran Kabupaten Lamongan.

Desain penelitian adalah Pre Eksperimen (*One Group Pre test-Post test Design*). Populasi seluruh ibu hamil trimester III yang mengalami kecemasan Juni-Juli 2016 sebanyak 11 responden, metode sampling yang digunakan *Concecutive sampling*. Variabel yang diteliti adalah kecemasan ibu hamil trimester III sebelum dan sesudah diberikan terapi *endorphin massage*. Instrumen penelitian menggunakan skala HAM-A dan lembar observasi. Data di uji menggunakan *Wilcoxon* dengan  $\alpha = 0,05$ .

Hasil penelitian didapatkan sebagian besar (54,5%) tidak mengalami kecemasan, hampir setengahnya (27,3%) mengalami kecemasan sedang, sebagian kecil (18,2%) mengalami kecemasan ringan, dan tidak satupun (0%) mengalami kecemasan berat. Hasil pengujian statistik menunjukkan nilai  $Z = -2,449$  dan  $P = 0,014$  pada taraf signifikan 0,05 ( $p < 0,05$ ) maka  $H_1$  diterima yang berarti terdapat pengaruh *Endorphin Massage* Terhadap Kecemasan Ibu Hamil Trimester III..

Berdasarkan penelitian ini, diharapkan petugas kesehatan dapat membantu mengurangi kecemasan pada ibu hamil melalui pemberian terapi non farmakologis yaitu *Endorphin Massage*.

**Kata Kunci : Endorphin Massage, Kecemasan Ibu Hamil**



## KATA PENGANTAR

Puji syukur penulis panjatkan kehadirat Allah SWT, karena berkat rahmat dan hidayahnya sehingga penulis dapat menyelesaikan Proposal Karya Tulis Ilmiah (KTI) yang berjudul “*Pengaruh Endorphin Massage Terhadap Kecemasan Ibu Hamil Trimester III dalam Menghadapi Persalinan di BPS Hj.Yuliani, SST, Desa Blimbing Kecamatan Blimbing Kabupaten Lamongan*” sesuai waktu yang ditentukan.

Karya Tulis Ilmiah (KTI) ini penulis susun sebagai salah satu persyaratan untuk memperoleh gelar Ahli Madya Kebidanan di Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan (STIKES) Muhammadiyah Lamongan.

Dalam penyusunan, penulis mendapatkan banyak pengarahan dan bantuan dari berbagai pihak, untuk itu penulis tidak lupa mengucapkan terima kasih kepada yang terhormat Bapak/ Ibu :

1. Drs. H. Budi Utomo, Amd. Kep., M. Kes, selaku Ketua Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan (STIKES) Muhammadiyah Lamongan.
2. Hj.Ws. Tarmi, SST. M. Kes selaku Ketua Prodi D III Kebidanan STIKES Muhammadiyah Lamongan yang telah memberikan sarana dan fasilitas demi terselesaikannya karya tulis ilmiah ini.
3. Ny.Yuliani, SST selaku pemilik BPS yang telah memberikan izin dan fasilitas untuk melakukan penelitian.

4. Faizatul Ummah,S.ST., M.Kes selaku pembimbing I, yang telah banyak memberikan petunjuk, saran, dan dorongan moril selama penyusunan Karya Tulis Ilmiah (KTI) ini.
5. Hj.Siti Sholikhah, S.kep,Ns., M.Kes selaku pembimbing II, yang telah banyak memberikan petunjuk, saran, dan dorongan moril selama penyusunan Karya Tulis Ilmiah (KTI) ini.
6. Bapak, Ibu, Kakak dan semua keluarga tercinta yang telah memberikan dukungan baik secara material maupun spiritual selama menempuh pendidikan di STIKES Muhammadiyah Lamongan hingga penyelesaian Karya Tulis Ilmiah ini.
7. Teman-teman mahasiswa jurusan D-III Kebidanan Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan Muhammadiyah Lamongan Angkatan 2013
8. Semua pihak yang secara tidak langsung telah memberikan dukungan moril dan materil demi terselesaikannya proposal Karya Tulis Ilmiah ini.

Semoga Allah SWT memberi balasan pahala atas semua amal kebaikan yang diberikan. Penulis menyadari proposal Karya Tulis Ilmiah (KTI) ini masih banyak kekurangan, untuk itu segala kritik dan saran yang bersifat membangun sangat penulis harapkan. Akhirnya penulis berharap semoga proposal karya tulis ini bermanfaat bagi penulis pada khususnya dan bagi semua pembaca pada umumnya.

Lamongan, Agustus 2016

Penulis

## DAFTAR ISI

<b>HALAMAN JUDUL</b> .....	i
<b>SURAT PERNYATAAN</b> .....	ii
<b>LEMBAR PERSETUJUAN</b> .....	iii
<b>LEMBAR PENGESAHAN</b> .....	iv
<b>KURIKULUM VITAE</b> .....	v
<b>MOTTO DAN PERSEMBAHAN</b> .....	vi
<b>ABSTRAK</b> .....	vii
<b>KATA PENGANTAR</b> .....	viii
<b>DAFTAR ISI</b> .....	x
<b>DAFTAR TABEL</b> .....	xiii
<b>DAFTAR GAMBAR</b> .....	xiv
<b>DAFTAR LAMPIRAN</b> .....	xv
<b>DAFTAR SINGKATAN DAN LAMBANG</b> .....	xvi
<b>BAB 1 : PENDAHULUAN</b>	
1.1 Latar Belakang .....	1
1.2 Rumusan Masalah .....	5
1.3 Tujuan Penelitian .....	6
1.3.1 Tujuan Umum .....	6
1.3.2 Tujuan Khusus .....	6
1.4 Manfaat Penelitian .....	6
1.4.1 Bagi Akademik.....	6
1.4.2 Bagi Profesi Kebiddanan.....	6
1.4.3 Bagi Penulis .....	7
<b>BAB 2 : TINJAUAN PUSTAKA</b>	
2.1 Konsep Dasar Kecemasan.....	8
2.1.1 Pengertian Kecemasan .....	8
2.1.2 Faktor-faktor yang Mempengaruhi Kecemasan.....	8
2.1.3 Tanda Kecemasan .....	10
2.1.4 Tingkatan Kecemasan .....	11

2.1.5	Penilaian Kecemasan .....	12
2.1.6	Dampak Kecemasan pada Kehamilan dan Persalinan .....	16
2.1.7	Cara untuk Mengatasi Kecemasan .....	16
2.2	Konsep <i>Endorphin Massage</i> .....	17
2.2.1	Pengertian <i>Endorphin Massage</i> .....	17
2.2.2	Manfaat <i>Endorphin</i> .....	18
2.2.3	Tekhnik <i>Endorphin Massage</i> .....	19
2.3	Konsep Dasar Kehamilan.....	21
2.3.1	Pembagian Kehamilan .....	22
2.3.2	Perubahan Fisiologis dan Psikologis Kehamilan .....	22
2.4	Kerangka Konsep .....	26
2.5	Hipotesis.....	28

### **BAB 3 : METODE PENELITIAN**

3.1	Desain Penelitian.....	29
3.2	Waktu dan Tempat Penelitian .....	30
3.3	Kerangka Kerja Penelitian .....	30
3.4	Populasi, Sampel, dan Sampling.....	32
3.4.1	Populasi Penelitian .....	32
3.4.2	Sampel Penelitian.....	32
3.4.3	Sampling Penelitian .....	33
3.5	Identifikasi Variabel dan Definisi Operasional.....	34
3.5.1	Identifikasi Variabel.....	34
3.5.2	Definisi Operasional.....	34
3.6	Pengumpulan Data dan Analisis Data.....	36
3.6.1	Pengumpulan Data .....	36
3.6.2	Instrumen Pengumpulan Data .....	36
3.6.3	Analisa Data .....	36
3.7	Etika Penelitian .....	39
3.7.1	Lembar Persetujuan atau <i>Informed Consent</i> .....	39
3.7.2	Tanpa Nama atau <i>Anonymity</i> .....	40
3.7.3	Kerahasiaan atau <i>Confidentallity</i> .....	40

## **BAB 4 HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN**

- 4.1 Hasil Penelitian
  - 4.1.1 Data Umum
  - 4.1.2 Data Khusus
- 4.2 Pembahasan
  - 4.2.1 Tingkata Kecemasan Sebelum Diberikan *Endorphin Massage* pada Ibu Hamil
  - 4.2.2 Tingkata Kecemasan Sesudah Diberikan *Endorphin Massage* pada Ibu Hamil
  - 4.2.3 Pengaruh *Endorphin Massage* terhadap tingkat kecemasan ibu hamil

## **BAB 5 PENUTUP**

- 5.1 Kesimpulan
- 5.2 Saran

## **DAFTAR PUSTAKA**

## **LAMPIRAN**

## DAFTAR TABEL

	Halaman
Tabel 3.1 Definisi Operasional Penelitian Pengaruh Endorphin Massage Terhadap Kecemasan Ibu Hamil Trimester III dalam Menghadapi Persalinan di BPS Hj. Yuliani, SST Tahun 2016.....	35
Tabel 4.1 Distribusi Karakteristik Responden Berdasarkan Pendidikan di BPS Hj. Yuliani, SST Desa Blimbing Kecamatan Paciran Kabupaten Lamongan pada bulan Juni-Juli 2016 .....	41
Tabel 4.2 Distribusi Karakteristik Responden Berdasarkan Paritas Desa Blimbing Kecamatan Paciran Kabupaten Lamongan pada bulan Juni-Juli 2016 .....	41
Tabel 4.3 Distribusi Responden berdasarkan tingkat kecemasan sebelum dilakukan terapi <i>Endorphin Massage</i> di BPS Hj. Yuliani, S.ST Desa Blimbing Kecamatan Paciran Kabupaten Lamongan pada bulan Juni-Juli 2016 .....	42
Tabel 4.4 Tingkat Kecemasan Sesudah dilakukan <i>Endorphin Massage</i> Desa Blimbing Kecamatan Paciran Kabupaten Lamongan pada bulan Juni-Juli 2016 .....	42
Tabel 4.5 Distribusi silang pengaruh pemberian terapi <i>Endorphin Massage</i> terhadap tingkat kecemasan ibu hamil trimester III di BPS Hj. Yuliani, S.ST Desa Blimbing Kecamatan Paciran Kabupaten Lamongan .....	43

## DAFTAR GAMBAR

	Halaman
Gambar 2.1 Kerangka Konsep Penelitian Pengaruh <i>Endorphin Massage</i> Terhadap Kecemasan Ibu Hamil Menghadapi Persalinan di BPS Hj.Yuliani, SST, Desa Blimbing Kecamatan Paciran Kabupaten Lamongan.....	27
Gambar 3.1 Rancangan Desain Penelitian <i>One Group Pretest-Postest Design</i> .....	29
Gambar 3.2 Kerangka Kerja Penelitian Pengaruh <i>Endorphin Massage</i> Terhadap Kecemasan Ibu Hamil Trimester III dalam Menghadapi Persalinan di BPS Hj.Yuliani, SST, Desa Blimbing Kecamatan Paciran Kabupaten Lamongan.....	31

## DAFTAR LAMPIRAN

- Lampiran 1 Jadwal Penelitian.
- Lampiran 2 Surat Izin Penelitian dari Ketua Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan (STIKES) Muhammadiyah Kabupaten Lamongan.
- Lampiran 3 Surat Balasan Penelitian dari BPS Ny.Yuliani, SST Blimbing, Paciran, Lamongan
- Lampiran 4 Lembar Permohonan Menjadi Responden.
- Lampiran 5 Lembar Persetujuan Menjadi Responden.
- Lampiran 6 Lembar Observasi
- Lampiran 7 Lembar SOP
- Lampiran 8 Tabulasi data umum
- Lampiran 9 Tabulasi data khusus
- Lampiran 10 Print out SPSS



## DAFTAR SINGKATAN DAN SIMBOL

### Singkatan :

Amd.Kep	: Ahli Madya Keperawatan
M.Kes	: Magister Kesehatan
NBM	: Nomor Baku Muhammadiyah
NIM	: Nomor Induk Mahasiswa
Ns	: Ners
PT	: Perguruan Tinggi
SDN	: Sekolah Dasar Negeri
SMA	: Sekolah Menengah Atas
SPSS	: <i>Statistical Product and Serve Solution</i>
SST	: Sarjana Science Terapan
S.Kep	: Sarjana Keperawatan

### Simbol :

<	: Kurang Dari
≥	: Lebih Dari Sama Dengan
≥	: Kurang Dari Sama Dengan
%	: Persen
∑	: Jumlah
/	: Per
=	: Sama Dengan
–	: Sampai Dengan