

**PENERAPAN TEKNIK RELAKSASI AFIRMASI POSITIF
UNTUK MENURUNKAN TINGKAT KECEMASAN
IBU PRIMIGRAVIDA DI WILAYAH KERJA
PUSKESMAS PAYUNG SEKAKI**

KARYA TULIS ILMIAH STUDI KASUS

**NANCY JENNIFER EDWARD
NIM. P032114401027**



**KEMENTERIAN KESEHATAN REPUBLIK INDONESIA
POLITEKNIK KESEHATAN KEMENKES RIAU
PRODI D-III KEPERAWATAN
PEKANBARU
2024**

**PENERAPAN TEKNIK RELAKSASI AFIRMASI POSITIF
UNTUK MENURUNKAN TINGKAT KECEMASAN
IBU PRIMIGRAVIDA DI WILAYAH KERJA
PUSKESMAS PAYUNG SEKAKI**

Karya Tulis Ilmiah Studi Kasus ini disusun Sebagai Salah Satu Syarat
Menyelesaikan Program Pendidikan Diploma III Keperawatan

**NANCY JENNIFER EDWARD
NIM. P032114401027**



**KEMENTERIAN KESEHATAN REPUBLIK INDONESIA
POLITEKNIK KESEHATAN KEMENKES RIAU
PRODI D-III KEPERAWATAN
PEKANBARU
2024**

DAFTAR RIWAYAT HIDUP



NAMA : NANCY JENNIFER EDWARD
TEMPAT / TANGGAL LAHIR : PEKANBARU, 16 JUNI 2003
JENIS KELAMIN : PEREMPUAN
AGAMA : ISLAM
ALAMAT : JL. HANGTUAH UJUNG, PERUM.
CENDANA BOK O NO. 30
NAMA ORANG TUA
AYAH : ALM. EDWARD TANJUNG
IBU : FINA DIANA SARI

RIWAYAT PENDIDIKAN

NO.	JENJANG PENDIDIKAN	TEMPAT PENDIDIKAN	TAHUN LULUS
1.	TK ISLAM AN-NUR	PEKANBARU	2009
2.	SD NEGERI 36 PEKANBARU	PEKANBARU	2015
3.	SMP NEGERI 14 PEKANBARU	PEKANBARU	2018
4.	SMA NEGERI 11 PEKANBARU	PEKANBARU	2021
5.	POLTEKKES KEMENKES RIAU	PEKANBARU	2024

PERNYATAAN KEASLIAN TULISAN

PERNYATAAN KEASLIAN TULISAN

Saya yang bertanda tangan di bawah ini:

Nama : Nancy Jennifer Edward
NIM : P032114401027
Program Studi : D-III Keperawatan
Institusi : Poltekkes Kemenkes Riau

Menyatakan dengan sebenarnya bahwa Karya Tulis Ilmiah Studi Kasus yang saya tulis ini adalah benar – benar merupakan hasil karya saya sendiri dan bukan merupakan pengambil alihantulisan atau pikiran orang lain yang saya akui sebagai hasil tulisan atau pikiran saya sendiri.

Apabila dikemudian hari terbukti atau dapat dibuktikan Karya Tulis Ilmiah Studi Kasus ini hasil jiplakan, maka saya bersedia menerima sanksi atas perbuatan tersebut.

Pekanbaru, 20 Mei 2024
Pembuat Pernyataan



Nancy Jennifer Edward
NIM. P032114401027

Mengetahui:

Pembimbing Utama

Pembimbing Pendamping

Ns. Magdalena, SST., S.Kep., M.Kes
NIP. 197405062008122002

Ns. Wiwiek Delvira, S.Kep., M.Kep
NIP. 197410081997032001

LEMBAR PERSETUJUAN

LEMBAR PERSETUJUAN

Karya Tulis Ilmiah Studi Kasus oleh Nancy Jennifer Edward NIM. P032114401027 dengan judul "Penerapan teknik relaksasi afirmasi positif untuk menurunkan tingkat kecemasan Ibu Primigravida di wilayah kerja Puskesmas Payung Sekaki" telah di periksa dan disetujui untuk diujikan pada seminar hasil Program Studi Diploma Tiga Keperawatan, Jurusan Keperawatan Poltekkes Kemenkes Riau.

Pembimbing Utama



Ns. Magdalena, SST., S.Kep., M.Kes
NIP. 197405062008122002

Pekanbaru, Mei 2024
Pembimbing Pendamping



Ns. Wiwiek Delvira, S.Kep., M.Kep
NIP. 197410081997032001

LEMBAR PENGESAHAN

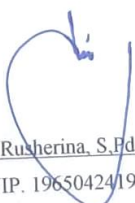
LEMBAR PENGESAHAN

Karya Tulis Ilmiah Studi Kasus oleh Nancy Jennifer Edward NIM. P032114401027 dengan judul "Penerapan pemberian teknik relaksasi afirmasi positif untuk menurunkan tingkat kecemasan ibu primigravida di wilayah kerja Puskesmas Payung Sekaki" telah dipertahankan di depan tim penguji Program Studi Diploma Tiga Keperawatan, Jurusan Keperawatan, Kemenkes Poltekkes Riau pada tanggal 29 Mei 2024.

Tim Penguji

Penguji Ketua	:	Ns. Magdalena, SST., S.Kep., M.Kes.	(.....)
Penguji Anggota I	:	Ns. Melly, S.ST., S.Kep., M.Kep.	(.....)
Penguji Anggota II	:	Ns. Syafrisar Meri Agritubella, S.Kep., M.Kep.	(.....)

Mengetahui Ketua
Jurusan Keperawatan
Politeknik Kesehatan Kemenkes Riau


Ns. Hj. Ruserina, S.Pd, S.Kep., M.Kes
NIP. 196504241988032002

KATA PENGANTAR

Puji syukur penulis panjatkan kehadirat Allah SWT karena atas rahmatNya penulis dapat menyelesaikan Karya Tulis Ilmiah Studi Kasus ini dengan baik. Karya Tulis Ilmiah Studi Kasus ini disusun sebagai salah satu syarat untuk memenuhi Tugas Akhir dan sebagai salah satu persyaratan dalam menempuh Ujian di Program Studi Diploma Tiga Keperawatan Jurusan Keperawatan Politeknik Kesehatan Kemenkes Riau.

Atas terselesaikannya Karya Tulis Ilmiah Studi Kasus ini, penulis mengucapkan terima kasih kepada :

1. Ibu Rully Hevrialni, SST., Bdn., M.Keb., M.H. Selaku Direktur Politeknik Kesehatan Riau.
2. Ibu Ns. Idayanti, S.Pd., M.Kes. Ketua Program Studi Diploma III Keperawatan Riau.
3. Ibu Ns. Hj. Rusherina, S.Pd., S.Kep., M.Kes. selaku Ketua Jurusan Keperawatan Politeknik Kesehatan Kemenkes Riau.
4. Ibu dr. Uvirda, M.KM. selaku kepala Puskesmas Payung Sekaki Kota Pekanbaru.
5. Ibu Ns. Magdalena, SST., S.Kep., M.Kes. selaku dosen pembimbing I yang telah meluangkan waktu, tenaga, dan pikiran untuk membimbing, memberikan motivasi, dorongan dan semangat selama penyusunan Karya Tulis Ilmiah Studi Kasus ini.

6. Ibu Ns. Wiwiek Delvira, S.Kep., M.Kep. selaku dosen pembimbing II yang telah memberikan bimbingan, arahan, motivasi serta masukan selama penyusunan Karya Tulis Ilmiah Studi Kasus ini.
7. Teristimewa rasa hormat dan sayang saya berikan kepada kedua orang tua saya yakni Bapak Alm. Edward Tanjung dan Ibu Fina Diana Sari yang luar biasa memberikan penuh kasih sayang, telah membesarkan, mendidik dan menyekolahkan penulis serta memberikan dukungan dan doa yang tiada hentinya demi keberhasilan penulis.
8. Semua pihak yang telah memberikan dorongan dan bantuannya selama penelitian dan penyelesaian laporan ini.

Penulis berharap semoga Karya Tulis Ilmiah Studi Kasus ini dapat bermanfaat bagi semua pihak yang membutuhkan.

Pekanbaru, Mei 2024

Penulis

DAFTAR ISI

HALAMAN SAMPUL DEPAN	i
HALAMAN SAMPUL DALAM.....	ii
DAFTAR RIWAYAT HIDUP.....	iii
PERNYATAAN KEASLIAN TULISAN.....	iv
LEMBAR PERSETUJUAN.....	v
LEMBAR PENGESAHAN	vi
KATA PENGANTAR.....	vii
DAFTAR ISI	ix
DAFTAR TABEL.....	xi
DAFTAR LAMPIRAN.....	xii
BAB 1 PENDAHULUAN	1
1.1 Latar Belakang.....	1
1.2 Rumusan Masalah.....	5
1.3 Tujuan	5
1.3.1 Tujuan Umum.....	5
1.3.2 Tujuan Khusus.....	5
1.4 Manfaat	6
1.4.1 Bagi Lembaga Pendidikan.....	6
1.4.2 Bagi Pengembangan Ilmu dan Teknologi Keperawatan.....	6
1.4.3 Bagi Penulis	6
BAB 2 TINJAUAN PUSTAKA	7
2.1 Konsep Kehamilan Primigravida	7
2.1.1 Definisi Kehamilan	7
2.1.2 Definisi Primigravida	7
2.2 Konsep Kecemasan.....	8
2.2.1 Definisi Kecemasan.....	8
2.2.2 Etiologi Kecemasan.....	9
2.2.3 Tingkat dan Tanda Gejala Kecemasan.....	10
2.2.4 Kecemasan Pada Ibu Hamil.....	12
2.2.5 Faktor Kecemasan Ibu Hamil	13
2.2.6 Kuesioner <i>Perinatal Anxiety Screening Scale</i> (PASS)	14
2.3 Teknik Relaksasi Afirmasi Positif	15
2.3.1 Definisi.....	15

2.3.2 Mekanisme Kerja Teknik Relaksasi Afirmasi Positif	16
2.3.3 Standar Operasional Prosedur (SOP)	16
BAB 3 METODE STUDI KASUS	20
3.1 Desain Studi Kasus	20
3.2 Subyek Studi Kasus.....	20
3.3 Fokus Studi	21
3.4 Definisi Operasional Fokus Studi	21
3.4.1 Teknik Relaksasi Afirmasi Positif.....	22
3.4.2 Tingkat Kecemasan.....	22
3.4.3 Ibu Primigravida.....	22
3.5 Instrumen Studi Kasus	22
3.6 Metode Pengumpulan Data	23
3.7 Lokasi dan Waktu Penelitian.....	25
3.8 Analisa Data dan Penyajian Data.....	25
3.9 Etika Studi Kasus	25
BAB 4 HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN	27
4.1 Hasil Penelitian.....	27
4.1.1 Gambaran Lokasi Penelitian.....	27
4.1.2 Gambaran Subyek Studi Kasus	27
4.1.3 Pemaparan Subyek Studi Kasus	28
4.2 Pembahasan	29
4.3 Keterbatasan	32
BAB 5 KESIMPULAN DAN SARAN	33
5.1 Kesimpulan.....	33
5.2 Saran.....	33

DAFTAR PUSTAKA

LAMPIRAN - LAMPIRAN

DAFTAR TABEL

Tabel 4 1 Gambaran Tingkat Kecemasan Ibu Primigravida Sebelum dan Sesudah Dilakukan Teknik Relaksasi Afirmasi Positif	28
-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------	----

DAFTAR LAMPIRAN

- Lampiran 1 Formulir Pengajuan Judul Karya Tulis Ilmiah
- Lampiran 2 Formulir Kesiediaan Pembimbing I
- Lampiran 3 Formulir Kesiediaan Pembimbing II
- Lampiran 4 Surat Izin Penelitian
- Lampiran 5 Surat Keterangan Lolos Kaji Etik
- Lampiran 6 Jadwal Kegiatan
- Lampiran 7 Lembar Persetujuan Responden (Informed Consent)
- Lampiran 8 Sop Teknik Relaksasi Afirmasi Positif
- Lampiran 9 Kuesioner Pass (Perinatal Anxiety Screening Scale)
- Lampiran 10 Media Penelitian
- Lampiran 11 Lembar Observasi
- Lampiran 12 Dokumentasi Penelitian
- Lampiran 13 Surat Tanda Selesai Penelitian