

DAFTAR PUSTAKA

- Adiguzel, V., & Okanli, A. (2024). Effects of interpersonal psychotherapy on anxiety and alexithymia in mothers in the postpartum period: a randomized controlled trial. *Revista da Associação Médica Brasileira*, 70, e20241002.
- Algorani, E. B. (2023). *Coping Mechanisms*. In *StatPearls*. StatPearls Publishing.
- Anggraini, D, et al., (2022). *Asuhan Kebidanan Nifas Dan Menyusui*. Padang Sumatera Barat: PT. Global eksekutif teknologi.
- Anipah, et al., (2024). *Asuhan Keperawatan Jiwa*. Jambi: PT. Sonpedia Publishing Indonesia.
- Antara. (2024, 29 Januari). *BKKBN: 57 persen ibu alami "baby blues," depresi pasca-melahirkan*. Antara News. (Liputan berita yang melaporkan pernyataan BKKBN tentang 57% ibu di Indonesia).
- Ariani, P, et al., (2023). *FISIOLOGIS MASA NIFAS*. Jakarta: Nuansa Fajar Cemerlang Jakarta.
- Ariesca, R., Helina, S., & Vitriani, O. (2018). Faktor-faktor yang berhubungan dengan kejadian Postpartum blues di klinik pratama wilayah kerja puskesmas payung sekaki kota pekanbaru. *JPK: Jurnal Proteksi Kesehatan*, 7(1).
- Asih, Y, & Risneni. (2021). *Asuhan Kebidanan Nifas Dan Menyusui*. Jakarta Timur: CV. Trans Info Media.
- Badan Kependudukan dan Keluarga Berencana Nasional. (2024, Januari 29). *BKKBN: 57 persen ibu alami baby blues, depresi pascamelahirkan*. ANTARA News.
- Chaidar, M., & Latifah, R. A. (2025). *Faktor-faktor yang mempengaruhi terjadinya postpartum blues: Literature review*. *Jurnal Penelitian Perawat Profesional*, 7(1).
- Dalami E, Dahliar I & Rochima. (2021). *Komunikasi & Konseling dalam praktik kebidanan*. Jakarta Timur: CV. Trans Info Media.
- Eskandari, B., Nourizadeh, R., Mehrabi, E., Heshmati, R., Ivanbagha, R., & Akbarivand, Z. (2025). Evaluating the impact of home supportive counseling and telephone supportive counseling on postpartum depression and anxiety: a randomized controlled trial. *BMC psychiatry*, 25(1), 510.
- Firrahmawati, L., Wasityastuti, W., Kandarina, B. J. I., Marti, E., Chandra, L. A., & Sulistianingsih, A. (2025). The efficacy of collaborative psychological

- interventions in reducing anxiety levels in pregnant women: a systematic review and meta-analysis. *BMC pregnancy and childbirth*, 25(1), 431.
- Hagatulah, N., Bränn, E., Oberg, A. S., Valdimarsdóttir, U. A., Shen, Q., & Lu, D. (2024). Perinatal depression and risk of mortality: nationwide, register based study in Sweden. *bmj*, 384.
- Hasgimianti, & Rahima, R. M. A. (2022). *Efektivitas teknik kursi kosong dalam layanan konseling individual untuk mengatasi baby blues syndrome pada ibu-ibu muda pasca melahirkan*. Jurnal KOPASTA, 9(2), 112–125.
- Hemeda, A. R., Aboushady, R. M., Haggag, H. M., & Ibrahim, S. M. (2025). Incidence and correlated risk factors of Postpartum blues among women attending Kasr El Ainy Hospital. *Egyptian Nursing Journal*, 22(1), 49-59.
- Hutabarat,V, et al. (2023). *NIFAS PATOLOGIS II* . Jakarta: Nuansa Fajar Cemerlang Jakarta.
- Mahdavi, N., Farhani, F, & Zadeh, s. (2024) *Konseling Teknik active listening: Jurnal penelitian keperawatan*.
- Manurung Nixon. (2021). *Terapi Reminiscence*. Jakarta Timur: CV. Trans Info Media.
- Marwiyah, N., Suwardiman, D., Mutia, H. K., Alkarimah, N. A., Rahayu, R., Nuraeni, N., & Uzzakiyyah, I. (2022). Faktor Determinan yang Mempengaruhi terjadinya Postpartum blues pada Ibu Nifas. *Faletehan Health Journal*, 9(01), 89-99.
- Meidora, A. H., & Purnamawati, D. (2025). Efektivitas Intervensi Psikoedukasi dalam Mengurangi Gejala Postpartum Blues. *Health & Medical Sciences*, 2(4), 10-10.
- Mulyana & Hilmawan. (2021). *Komunikasi Keperawatan*. Tasikmalaya: Langgam Pustaka.
- Munah, F, et al. (2022). *Ibu Sehat No “Postpartum blues”*. Jawa Tengah: Pustaka rumah cinta.
- NANDA International. (2021). *NANDA International Nursing Diagnoses: Definitions & Classification (2021–2023)* (12th ed.). Thieme.
- NANDA International. (2024). *NANDA International Nursing Diagnoses: Definitions & Classification (2024–2026)* (13th ed.). Thieme.
- Nasution, Z., Nasution, H. S., & Marbun, A. H. (2024). Hubungan Dukungan Keluarga Dengan Tingkat Kecemasan Pada Pasien Post Sectio Caesarea di

- UPTDK. RSU. Haji Medan Pemerintah Provinsi Sumatera Utara Tahun 2024. *Innovative: Journal Of Social Science Research*, 4(6), 4461-4473.
- Nuraisyah W & Yuliawati D. (2020). Komunikasi & Konseling (Feminisme) Dalam Pelayanan Kebidanan. Yogyakarta: CV. Budi Utama.
- Okunola, T. O., Awoleke, J. O., Olofinbiyi, B., Rosiji, B., Omoya, S., & Olubiyi, A. O. (2021). Postnatal blues: a mirage or reality. *Journal of Affective Disorders Reports*, 6, 100237.
- Purwaningsih, W & Karlina, I. (2016). Asuhan Keperawatan Jiwa. Jakarta Timur: CV Trans Info Media.
- Putri et al, (2020). Komunikasi Terapeutik Dalam Keperawatan. Jakarta Timur: CV. Trans Info Media.
- Rachmalia et al. (2021). Komunikasi Terapeutik Keperawatan. (2021). (n.p.): Syiah Kuala University Press.
- Rachman, Y., Suhartati, S., & Istiqamah, I. (2021). Faktor-Faktor Yang Mempengaruhi Terjadinya Post Partum Blues Pada Ibu Nifas: Literatur Review. In *Proceeding Of Sari Mulia University Midwifery National Seminars* (Vol. 3, No. 1).
- Refti W, G, et al., (2023). Kebidanan Komplementer. Banten: PT. Sada Kurnia Pustaka.
- Rismalinda & Prasetyo C, (2021). *Komunikasi Dan Konseling Dalam Praktek Kesehatan*. Jakarta Timur: CV. Trans Info Media.
- Santoso, A, P, A., & Wardani, S. (2022). *Komunikasi Kesehatan*. Jakarta Timur: CV. Trans Info Media.
- Sebayang, W. B., Dewi, R., & Halawa, F. H. (2024). Gambaran Kejadian Baby Blues Pada Ibu Postpartum Di Kota Medan. *Jurnal Ilmiah Kebidanan Imelda*, 10(1), 35-38.
- Setianingsih, F., Lestari, Y., Permatasari, G., & Agustikawati, N. (2024). Therapeutic communication in postpartum mothers.
- Setianingsih, F., Lestari, Y., Permatasari, G., & Agustikawati, N. (2024). Pemberian Komunikasi, Informasi Dan Edukasi (KIE) Adaptasi Psikologi Post Partum Sebagai Upaya Pencegahan Postpartum blues Pada Ibu Nifas Di UPT Puskesmas Kec. Alas Barat. *Jurnal Kabar Masyarakat*, 2(1), 128-133.
- Shamoradifar, Z., Asghari-Jafarabadi, M., Nourizadeh, R., Mehrabi, E., Areshtanab, H. N., & Shaigan, H. (2022). The impact of effective communication-based care on the childbirth experience and satisfaction among primiparous

- women: an experimental study. *Journal of the Egyptian Public Health Association*, 97(1), 12.
- Shamsdanesh, S., Nourizadeh, R., Hakimi, S., Ranjbar, F., & Mehrabi, E. (2023). Counseling intervention for postpartum anxiety and emotional adjustment in postpartum mothers.
- Shamsdanesh, S., Nourizadeh, R., Hakimi, S., Ranjbar, F., & Mehrabi, E. (2023). The effect of counseling with stress management approach on postpartum anxiety and distress and breastfeeding self-efficacy during COVID-19 pandemic: a randomized controlled trial. *BMC pregnancy and childbirth*, 23(1), 26.
- Sikander, S., Ahmad, I., Atif, N., Zaidi, A., Vanobberghen, F., Weiss, H. A., & Rahman, A. (2019). Delivering the Thinking Healthy Programme for perinatal depression through volunteer peers: a cluster randomised controlled trial in Pakistan. *The Lancet Psychiatry*, 6(2), 128-139.
- Smeltzer, S. C. O., Bare, B. G., Hinkle, J. L., & Cheever, K. H. (2019). *Brunner & Suddarth's Textbook of Medical-Surgical Nursing*.
- Stress, Coping, and Crisis Intervention*. (2022). Dalam sumber teks keperawatan (chapter on coping). National Center for Biotechnology Information (Bookshelf).
- Sulfianti, et al. (2021). *Asuhan Kebidanan Pada Masa Nifas*. Medan: Yayasan Kita Menulis.
- Susilowati, L., Putri, K., & Reflisiani, D. (2024). Therapeutic communication relationship with the level of anxiety of primigravida mother in facing childbirth. *Informasi*, 54(2), 125–132.
- Susilowati, L., Putri, K., & Reflisiani, D. (2024). Therapeutic Communication Relationship With The Level of Anxiety of Primigravida Mother in Facing Childbirth At TK IV Hospital Cijantung Ksdam Jaya in 2023. *Informasi*, 54(2), 125-132.
- Syah, M. E., Yuliasari, H., & Jayanti, A. M. (2024). *Pengantar psikologi konseling*. Feniks Muda Sejahtera.
- Syah, M. E., Yuliasari, H., & Jayanti, A. M. (2024). *Pengantar psikologi konseling*. Feniks Muda Sejahtera.
- Tebeka, S., Le Strat, Y., Higgons, A. D. P., Benachi, A., Dommergues, M., Kayem, G., ... & de Premorel, A. (2021). Prevalence and incidence of postpartum depression and environmental factors: The IGEDEPP cohort. *Journal of psychiatric research*, 138, 366-374.

- Tindaon, RL, & Anggeria, E. (2018). Efektivitas Konseling Terhadap Postpartum Blues pada Ibu Primipara. *JUMANTIK (Jurnal Ilmiah Penelitian Kesehatan)* , 3 (2), 115-126.
- Whei, SJ, Deva, S., Vijayakumar, V., Khan, SS, Awad, SA, Asfeen, U., & Shrestha, B. (2025). Manajemen Kecemasan dan Depresi Pascapersalinan: Sebuah Tinjauan Naratif. *Ilmu Kesehatan Mental* , 3 (2), e70012.
- World Health Organization. (2022). *World health statistics 2022*.
- Yunitasari & Suryani. (2020). Asuhan kebidanan Nifas. Jakarta: PT. Sada Kurnia Pustaka.
- Yunitasari, D., & Suryani. (2020). *Asuhan kebidanan masa nifas*. Jakarta: Penerbit Kesehatan.

LAMPIRAN

Lampiran 1. Lembar Kuesioner

Subjek 1 dan 2

LEMBAR KUESIONER KECEMASAN PADA IBU *POSTPARTUM BLUES*

A. Identitas Pasien

Nama : M.Y.E Anipar
Umur : 19 tahun
Pekerjaan : IRT (Ibumah tangga)
Hari : 3
Riwayat Persalinan : SC
Alamat : Simpang Tiga Wingo
Tanggal/tanggal pengisian : 28 Januari 2026

B. Pertanyaan Kuesioner

Bacalah dengan cermat pernyataan dibawah ini lalu berikan tanda check list (✓) dikolom sesuai dengan yang anda rasakan saat ini.

No	Pertanyaan	Ya	Tidak
	<i>Postpartum blues</i>		
1.	Saya mudah merasa sedih.	✓	
2.	Saya mudah tersinggung terhadap hal-hal kecil.		✓
3.	Saya sering mengalami perasaan yang labil, seperti tiba-tiba menangis.		✓
4.	Nafsu makan saya berkurang.		✓
5.	Saya mengalami gangguan tidur (sulit tidur / sering terbangun).	✓	
6.	Saya sering merasa menyalahkan diri sendiri.		✓
7.	Saya mudah merasa lelah.	✓	
8.	Saya mudah marah		✓
9.	Saya merasa terjebak atau marah pada pasangan maupun bayi saya		✓
10.	Saya merasa kurang menyayangi bayi saya.		✓
11.	Saya tidak percaya diri sebagai seorang ibu.	✓	
12.	Mood saya tidak stabil (mudah gembira lalu cepat menjadi sedih).		✓
13.	Saya merasa cemas tanpa alasan yang jelas.		✓
14.	Saya merasa bersalah terhadap kondisi saya atau keluarga.		✓
15.	Saya mudah lupa.	✓	

Kesimpulan :

Maka ibu yang mengalami Postpartum blues: dengan mengalami ≥ 3 gejala muncul secara konsisten.

C. Pertanyaan Kuesioner

Bacalah dengan cermat pernyataan dibawah ini lalu berikan tanda check list

(√) dikolom sesuai dengan yang anda rasakan saat ini dengan keterangan :

- (0) Tidak ada gejala sama sekali.
- (1) Satu dari gejala yang ada.
- (2) Sedang/separuh dari gejala yang ada.
- (3) Berat/lebih dari 5 gejala yang ada.
- (4) Sangat berat semua gejala ada.

No.	Kecemasan	0	1	2	3	4
1.	Saya sering mengalami kepala pusing setelah melahirkan?				✓	
2.	Jantung berdetak kencang	✓				
3.	Tubuh saya terasa gelisah dan bergetar			✓		
4.	Jari tangan dingin dan berkeringat		✓			
5.	Khawatir tentang sesuatu secara berlebihan				✓	
6.	Merasa bersalah tanpa alasan jelas			✓		
7.	Dada terasa sesak dan sulit bernafas	✓				
8.	Mudah marah atau tersinggung				✓	
9.	Sulit berkonsentrasi Tidak dapat memusatkan perhatian.			✓		
10.	Perasaan Ingin lari dari kenyataan.	✓				
11.	ketakutan ditinggal sendiri				✓	
12.	Terlihat sangat bergantung pada orang lain			✓		
13.	Saya merasa mudah terkejut			✓		
14.	Berkeringat dingin.		✓			

Kriteria Penilaian:

- 1. Skor kurang dari 14 Tidak ada kecemasan.
- 2. Cemas ringan: skor 14-20
- 3. Cemas sedang: skor 21-27
- 4. Cemas berat: skor 28-41
- 5. Cemas sangat berat: skor 42-56

24

LEMBAR KUESIONER KECEMASAN PADA IBU *POSTPARTUM BLUES*

A. Identitas Pasien

Nama : NY. H. Hildang
Umur : 30 Tahun
Pekerjaan : IRT
Hari : 3
Riwayat Persalinan : SC
Alamat : Batang Baruh
Tanggal/tanggal pengisian : 12 Februari 2026

B. Pertanyaan Kuesioner

Bacalah dengan cermat pernyataan dibawah ini lalu berikan tanda check list (✓) dikolom sesuai dengan yang anda rasakan saat ini.

No	Pertanyaan	Ya	Tidak
	<i>Postpartum blues</i>		
1.	Saya mudah merasa sedih.	✓	
2.	Saya mudah tersinggung terhadap hal-hal kecil.		
3.	Saya sering mengalami perasaan yang labil, seperti tiba-tiba menangis.		
4.	Nafsu makan saya berkurang.	✓	
5.	Saya mengalami gangguan tidur (sulit tidur / sering terbangun).	✓	
6.	Saya sering merasa menyalahkan diri sendiri.		✓
7.	Saya mudah merasa lelah.	✓	
8.	Saya mudah marah	✓	
9.	Saya merasa terjebak atau marah pada pasangan maupun bayi saya		
10.	Saya merasa kurang menyayangi bayi saya.		
11.	Saya tidak percaya diri sebagai seorang ibu.	✓	
12.	Mood saya tidak stabil (mudah gembira lalu cepat menjadi sedih).		
13.	Saya merasa cemas tanpa alasan yang jelas.		
14.	Saya merasa bersalah terhadap kondisi saya atau keluarga.		
15.	Saya mudah lupa.	✓	

Kesimpulan :

Maka ibu yang mengalami *Postpartum blues*: dengan mengalami ≥ 3 gejala muncul secara konsisten.

C. Pertanyaan Kuesioner

Bacalah dengan cermat pernyataan dibawah ini lalu berikan tanda check list

(√) dikolom sesuai dengan yang anda rasakan saat ini dengan keterangan :

- (0) Tidak ada gejala sama sekali.
- (1) Satu dari gejala yang ada.
- (2) Sedang/separuh dari gejala yang ada.
- (3) Berat/lebih dari 5 gejala yang ada.
- (4) Sangat berat semua gejala ada.

No.	Kecemasan	0	1	2	3	4
1.	Saya sering mengalami kepala pusing setelah melahirkan?				✓	
2.	Jantung berdetak kencang	✓				
3.	Tubuh saya terasa gelisah dan bergetar		✓			
4.	Jari tangan dingin dan berkeringat	✓				
5.	Khawatir tentang sesuatu secara berlebihan				✓	
6.	Merasa bersalah tanpa alasan jelas		✓			
7.	Dada terasa sesak dan sulit bernafas	✓				
8.	Mudah marah atau tersinggung				✓	
9.	Sulit berkonsentrasi Tidak dapat memusatkan perhatian.			✓		
10.	Perasaan Ingin lari dari kenyataan.	✓				
11.	ketakutan ditinggal sendiri				✓	
12.	Terlihat sangat bergantung pada orang lain				✓	
13.	Saya merasa mudah terkejut			✓		
14.	Berkeringat dingin.		✓			

Kriteria Penilaian:

- 1. Skor kurang dari 14 Tidak ada kecemasan.
- 2. Cemas ringan: skor 14-20
- 3. Cemas sedang: skor 21-27
- 4. Cemas berat: skor 28-41
- 5. Cemas sangat berat: skor 42-56

22

Lampiran 2. Lembar Persetujuan Responden

Subjek 1 (Ny. E)

Lampiran 1. Lembar *Informed Consent*

Lembar Persetujuan Menjadi Subjek Studi Kasus (*Informed Consent*)

Kepada Yth.
Di Tempat

Dengan hormat,

Saya yang bertanda tangan di bawah ini :

Nama : Alredi Clesia Sinaga

NIM : P07520423003

Pekerjaan : Mahasiswa semester VI (Enam) Prodi D-III Keperawatan Dairi

Poltekkes Kemenkes Medan

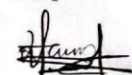
Dengan ini saya akan melaksanakan penelitian dengan judul: **"Penerapan Konseling Dengan Komunikasi Terapeutik Untuk Mengatasi Kecemasan Pada Ibu *Postpartum blues* Di Ruang Mawar Rumah Sakit Umum Daerah Sidikalang Tahun 2026"**. Tujuan dari penelitian ini adalah untuk menggambarkan Penerapan Konseling Dengan Komunikasi Terapeutik Untuk Mengatasi Kecemasan Pada Ibu *Postpartum blues* Di Ruang Mawar Rumah Sakit Umum Daerah Sidikalang Tahun 2026.

Identitas pribadi saya sebagai subjek studi kasus penelitian akan dijaga kerahasiaannya dan semua informasi yang diberikan hanya akan digunakan untuk kepentingan penelitian ini.

Selanjutnya, saya memohon kesediaan saudara/i untuk mengisi kuesioner dengan jujur dan apa adanya. Saya bersedia/tidak bersedia berpartisipasi dalam penelitian ini tanpa adanya sanksi maupun konsekuensi buruk di kemudian hari. Jika ada hal-hal yang kurang dipahami, saudara/i dapat langsung bertanya kepada peneliti. Atas ketersediaan dan kerja samanya, saya ucapkan terima kasih.

Sidikalang, 2026

Responden



(E. Armpar)

Penelitian



(Alredi Sinaga)

Subjek 2 (Ny.H)

Lampiran 1. Lembar *Informed Consent*
Lembar Persetujuan Menjadi Subjek Studi Kasus (*Informed Consent*)

Kepada Yth.
Di Tempat

Dengan hormat,

Saya yang bertanda tangan di bawah ini :

Nama : Alredi Clesia Sinaga

NIM : P07520423003

Pekerjaan : Mahasiswa semester VI (Enam) Prodi D-III Keperawatan Dairi
Poltekkes Kemenkes Medan

Dengan ini saya akan melaksanakan penelitian dengan judul: "**Penerapan Konseling Dengan Komunikasi Terapeutik Untuk Mengatasi Kecemasan Pada Ibu *Postpartum blues* Di Ruangan Mawar Rumah Sakit Umum Daerah Sidikalang Tahun 2026**". Tujuan dari penelitian ini adalah untuk menggambarkan Penerapan Konseling Dengan Komunikasi Terapeutik Untuk Mengatasi Kecemasan Pada Ibu *Postpartum blues* Di Ruangan Mawar Rumah Sakit Umum Daerah Sidikalang Tahun 2026.

Identitas pribadi saya sebagai subjek studi kasus penelitian akan dijaga kerahasiaannya dan semua informasi yang diberikan hanya akan digunakan untuk kepentingan penelitian ini.

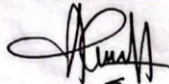
Selanjutnya, saya memohon kesediaan saudara/i untuk mengisi kuesioner dengan jujur dan apa adanya. Saya bersedia/tidak bersedia berpartisipasi dalam penelitian ini tanpa adanya sanksi maupun konsekuensi buruk di kemudian hari. Jika ada hal-hal yang kurang dipahami, saudara/i dapat langsung bertanya kepada peneliti. Atas ketersediaan dan kerja samanya, saya ucapkan terima kasih.

Sidikalang, 2026

Responden


(H. Sildong)

Penelitian


(Alredi Sinaga)

Lampiran 3. Surat Izin Penelitian



Kementerian Kesehatan
Direktorat Jenderal
Sumber Daya Manusia Kesehatan
Politeknik Kesehatan Medan
Jalan Jamin Ginting KM. 13,5
Medan, Sumatera Utara 20136
(061) 8368633
<https://poltekkes-medan.ac.id>

Sidikalang, 5 Januari 2026

Nomor : DP.04.03/F.XXII.20/11/2026
Lampiran : -
Perihal : Permohonan Izin Penelitian Mahasiswa

Kepada Yth.
Direktur RSUD Sidikalang
di

Tempat

Dengan hormat,

Sehubungan dengan pelaksanaan Tri Dharma Perguruan Tinggi, khususnya di bidang pendidikan dan penelitian, bersama ini kami mengajukan permohonan izin kepada Bapak/Ibu kiranya dapat memberikan izin untuk pelaksanaan penelitian mahasiswa kami :

Nama	NIM	Judul Penelitian
Alredi Clesia Sinaga	P07520423003	Penerapan Konseling Dengan Komunikasi Terapeutik Untuk Mengatasi Kecemasan Pada Ibu Postpartum Blues di Ruang Mawar Rumah Sakit Umum Daerah Sidikalang Tahun 2026

Penelitian ini merupakan bagian dari tugas akhir mahasiswa yang dalam pelaksanaannya, mahasiswa yang bersangkutan akan mematuhi seluruh ketentuan, peraturan, serta etika penelitian yang berlaku di instansi Bapak/Ibu.

Demikian permohonan ini kami sampaikan. Besar harapan kami kiranya Bapak/Ibu dapat memberikan izin dan dukungan demi kelancaran pelaksanaan penelitian dimaksud. Atas perhatian dan kerja sama yang baik, kami ucapkan terima kasih

Ketua Prodi D-III Keperawatan Dairi
Poltekkes Kemenkes Medan



Jojo Silaban, S ST, M. Kes
NIP.197304182003122001

Kementerian Kesehatan tidak menerima swap dan/atau gratifikasi dalam bentuk apapun. Jika terdapat potensi swap atau gratifikasi silakan laporkan melalui HALO KEMENKES 1500567 dan <https://web.kemkes.go.id>. Untuk verifikasi hasil tanda tangan elektronik, silakan unggah dokumen pada laman <https://tts.keminfo.go.id/verifikasiPDF>.



Lampiran 4. Surat Balasan Izin Penelitian



PEMERINTAH KABUPATEN DAIRI
DINAS KESEHATAN
UPT. RSUD SIDIKALANG

Jalan Rumah Sakit Nomor 19-Sidikalang, Dairi, Sumatera Utara 22211
Telepon (0627) 21096, Faksimile. (0627) 21096
Laman rsud.sidikalang@dairi.go.id, pos el rsud.sidikalang@gmail.com

Sidikalang, 15 Februari 2026

Nomor : 000.9.6.1.7/ 67+ /RSUD-SDK/II/2026
Sifat : Biasa
Lampiran : -
Hal : Selesai Melaksanakan Penelitian

Yth. Ketua Prodi D-III Keperawatan Dairi
Kemenkes Poltekkes Medan
di
Tempat.

Menindaklanjuti surat Ketua Prodi D-III Keperawatan Dairi Poltekkes Kemenkes Medan Nomor: DP.04.03/F.XXII.20/11/2025 tanggal 5 Januari 2026 perihal Permohonan Izin Penelitian Mahasiswa:

Nama : Alredi Clesia Sinaga
NIM : P07520423003
Judul Penelitian : Penerapan Konseling dengan Komunikasi Teraupeutik dalam Mengatasi Koping Tidak Efektif Ibu Postpartum Blues.

Maka bersama ini disampaikan bahwa Mahasiswa atas nama diatas telah selesai melaksanakan Penelitian di Rumah Sakit Umum Daerah Sidikalang.

Demikian disampaikan untuk diketahui maksudnya.

Direktur UPT. RSUD Sidikalang

dr. Mey Margareta Sitanggang
Pembina Tk.I
NIP. 19740522 200502 2 001

Lampiran 5. Lembar Ethical Clearance



Kementerian Kesehatan
Poltekkes Medan
Komisi Etik Penelitian Kesehatan
Jalan Jamin Ginting KM. 13,5
Medan, Sumatera Utara 20137
(061) 8368633
<https://poltekkes-medan.ac.id>

KETERANGAN LAYAK ETIK
DESCRIPTION OF ETHICAL EXEMPTION
"ETHICAL EXEMPTION"

No.01.26.2592/KEPK/POLTEKKES KEMENKES MEDAN 2026

Protokol penelitian versi 1 yang diusulkan oleh :
The research protocol proposed by

Peneliti utama : ALREDI CLESIA SINAGA
Principal In Investigator

Nama Institusi : Komisi Etik Penelitian Kesehatan
Politeknik Kesehatan Kem5enkes Medan
Name of the Institution

Dengan judul:
Title

"Penerapan Konseling Dengan Komunikasi Terapeutik Untuk Mengatasi Kecemasan Pada Ibu Postpartum Blues Di Ruang Mawar Rumah Sakit Umum Daerah Sidikalang Tahun 2026"

"Implementation of Counseling with Therapeutic Communication to Overcome Anxiety in Postpartum Blues in the Rose Room of Sidikalang Regional General Hospital in 2026"

Dinyatakan layak etik sesuai 7 (tujuh) Standar WHO 2011, yaitu 1) Nilai Sosial, 2) Nilai Ilmiah, 3) Pemerataan Beban dan Manfaat, 4) Risiko, 5) Bujukan/Eksploitasi, 6) Kerahasiaan dan Privacy, dan 7) Persetujuan Setelah Penjelasan, yang merujuk pada Pedoman CIOMS 2016. Hal ini seperti yang ditunjukkan oleh terpenuhinya indikator setiap standar.

Declared to be ethically appropriate in accordance to 7 (seven) WHO 2011 Standards, 1) Social Values, 2) Scientific Values, 3) Equitable Assessment and Benefits, 4) Risks, 5) Persuasion/Exploitation, 6) Confidentiality and Privacy, and 7) Informed Consent, referring to the 2016 CIOMS Guidelines. This is as indicated by the fulfillment of the indicators of each standard.

Pernyataan Laik Etik ini berlaku selama kurun waktu tanggal 01 Januari 1970 sampai dengan tanggal 06 April 2027.

This declaration of ethics applies during the period January 01, 1970 until April 06, 2027
April 06, 2026
Chairperson,



Dr. Lestari Rahmah, MKT

Lampiran 6. Lembar Observasi

Lembar Observasi subjek 1

Hari 1

LEMBAR OBSERVASI TINGKAT KECEMASAN

1. Lembar Observasi Kecemasan

Pada lembar ini terdapat pernyataan bacalah dengan cermat pernyataan dibawah ini lalu berikan tanda check list

(√) dikolom sesuai dengan yang anda rasakan saat ini dengan keterangan :

(0) Tidak ada gejala sama sekali

(1) Ringan

(2) Sedang

(3) Berat

(4) Sangat berat

	Kecemasan	Hari ke :									
		Pre					Post				
		0	1	2	3	4	0	1	2	3	4
1.	Saya sering mengalami kepala pusing setelah melahirkan?				✓					✓	
2.	Jantung berdetak kencang	✓					✓				
3.	Tubuh saya terasa gelisah dan bergetar			✓					✓		
4.	Jari tangan dingin dan berkeringat		✓					✓			
5.	Khawatir tentang sesuatu secara berlebihan				✓					✓	
6.	Merasa bersalah tanpa alasan jelas			✓					✓		
7.	Dada terasa sesak dan sulit bernafas	✓					✓				
8.	Mudah marah atau tersinggung				✓					✓	
9.	Sulit berkonsentrasi Tidak dapat memusatkan perhatian.			✓					✓		
10.	Perasaan Ingin lari dari kenyataan.	✓					✓				
11.	ketakutan ditinggal sendiri				✓					✓	
12.	Terlihat sangat bergantung pada orang lain			✓					✓		
13.	Saya merasa mudah terkejut			✓					✓		
14.	Berkeringat dingin.		✓					✓			
TOTAL		24					24				

Kriteria Penilaian :

- Skor kurang dari 14 Tidak ada kecemasan
- Cemas ringan: skor 14-20
- Cemas sedang: skor 21-27
- Cemas berat: skor 28-41

Subjek 1

Hari 2

LEMBAR OBSERVASI TINGKAT KECEMASAN

1. Lembar Observasi Kecemasan

Pada lembar ini terdapat pernyataan bacalah dengan cermat pernyataan dibawah ini lalu berikan tanda check list

(√) dikolom sesuai dengan yang anda rasakan saat ini dengan keterangan :

(0) Tidak ada gejala sama sekali

(1) Ringan

(2) Sedang

(3) Berat

(4) Sangat berat

	Kecemasan	Hari ke :									
		Pre					Post				
		0	1	2	3	4	0	1	2	3	4
1.	Saya sering mengalami kepala pusing setelah melahirkan?				✓				✓		
2.	Jantung berdetak kencang	✓					✓				
3.	Tubuh saya terasa gelisah dan bergetar			✓					✓		
4.	Jari tangan dingin dan berkeringat		✓					✓			
5.	Khawatir tentang sesuatu secara berlebihan				✓					✓	
6.	Merasa bersalah tanpa alasan jelas			✓					✓		
7.	Dada terasa sesak dan sulit bernafas	✓					✓				
8.	Mudah marah atau tersinggung				✓					✓	
9.	Sulit berkonsentrasi Tidak dapat memusatkan perhatian.			✓					✓		
10.	Perasaan Ingin lari dari kenyataan.	✓					✓				
11.	ketakutan ditinggal sendiri			✓					✓		
12.	Terlihat sangat bergantung pada orang lain			✓					✓		
13.	Saya merasa mudah terkejut			✓					✓		
14.	Berkeringat dingin.		✓					✓			
TOTAL		23					22				

Kriteria Penilaian :

- Skor kurang dari 14 Tidak ada kecemasan
- Cemas ringan: skor 14-20
- Cemas sedang: skor 21-27
- Cemas berat: skor 28-41

Subjek 1

Hari 3

LEMBAR OBSERVASI TINGKAT KECEMASAN

1. Lembar Observasi Kecemasan

Pada lembar ini terdapat pernyataan bacalah dengan cermat pernyataan dibawah ini lalu berikan tanda check list

(√) dikolom sesuai dengan yang anda rasakan saat ini dengan keterangan :

(0) Tidak ada gejala sama sekali

(1) Ringan

(2) Sedang

(3) Berat

(4) Sangat berat

	Kecemasan	Hari ke :									
		Pre					Post				
		0	1	2	3	4	0	1	2	3	4
1.	Saya sering mengalami kepala pusing setelah melahirkan?			✓					✓		
2.	Jantung berdetak kencang	✓					✓				
3.	Tubuh saya terasa gelisah dan bergetar			✓					✓		
4.	Jari tangan dingin dan berkeringat		✓					✓			
5.	Khawatir tentang sesuatu secara berlebihan				✓					✓	
6.	Merasa bersalah tanpa alasan jelas			✓					✓		
7.	Dada terasa sesak dan sulit bernafas	✓					✓				
8.	Mudah marah atau tersinggung				✓				✓		
9.	Sulit berkonsentrasi Tidak dapat memusatkan perhatian.			✓					✓		
10.	Perasaan Ingin lari dari kenyataan.	✓					✓				
11.	ketakutan ditinggal sendiri			✓					✓		
12.	Terlihat sangat bergantung pada orang lain			✓					✓		
13.	Saya merasa mudah terkejut			✓					✓		
14.	Berkeringat dingin.		✓					✓			
TOTAL		22					21				

Kriteria Penilaian :

- Skor kurang dari 14 Tidak ada kecemasan
- Cemas ringan: skor 14-20
- Cemas sedang: skor 21-27
- Cemas berat: skor 28-41

Subjek 1

Hari 4

LEMBAR OBSERVASI TINGKAT KECEMASAN

1. Lembar Observasi Kecemasan

Pada lembar ini terdapat pernyataan bacalah dengan cermat pernyataan dibawah ini lalu berikan tanda check list

(√) dikolom sesuai dengan yang anda rasakan saat ini dengan keterangan :

(0) Tidak ada gejala sama sekali

(1) Ringan

(2) Sedang

(3) Berat

(4) Sangat berat

	Kecemasan	Hari ke : 4									
		Pre					Post				
		0	1	2	3	4	0	1	2	3	4
1.	Saya sering mengalami kepala pusing setelah melahirkan?			✓					✓		
2.	Jantung berdetak kencang	✓					✓				
3.	Tubuh saya terasa gelisah dan bergetar			✓					✓		
4.	Jari tangan dingin dan berkeringat		✓					✓			
5.	Khawatir tentang sesuatu secara berlebihan				✓					✓	
6.	Merasa bersalah tanpa alasan jelas			✓					✓		
7.	Dada terasa sesak dan sulit bernafas	✓					✓				
8.	Mudah marah atau tersinggung			✓					✓		
9.	Sulit berkonsentrasi Tidak dapat memusatkan perhatian.			✓					✓		
10.	Perasaan Ingin lari dari kenyataan.	✓					✓				
11.	ketakutan ditinggal sendiri			✓					✓		
12.	Terlihat sangat bergantung pada orang lain			✓					✓		
13.	Saya merasa mudah terkejut			✓					✓		
14.	Berkeringat dingin.		✓				✓				
TOTAL		21					20				

Kriteria Penilaian :

- Skor kurang dari 14 Tidak ada kecemasan
- Cemas ringan: skor 14-20
- Cemas sedang: skor 21-27
- Cemas berat: skor 28-41

Subjek 1

Hari 5

LEMBAR OBSERVASI TINGKAT KECEMASAN

1. Lembar Observasi Kecemasan

Pada lembar ini terdapat pernyataan bacalah dengan cermat pernyataan dibawah ini lalu berikan tanda check list

(√) dikolom sesuai dengan yang anda rasakan saat ini dengan keterangan :

(0) Tidak ada gejala sama sekali

(1) Ringan

(2) Sedang

(3) Berat

(4) Sangat berat

	Kecemasan	Hari ke : 4									
		Pre					Post				
		0	1	2	3	4	0	1	2	3	4
1.	Saya sering mengalami kepala pusing setelah melahirkan?			✓					✓		
2.	Jantung berdetak kencang	✓					✓				
3.	Tubuh saya terasa gelisah dan bergetar			✓					✓		
4.	Jari tangan dingin dan berkeringat		✓					✓			
5.	Khawatir tentang sesuatu secara berlebihan				✓				✓		
6.	Merasa bersalah tanpa alasan jelas			✓					✓		
7.	Dada terasa sesak dan sulit bernafas	✓					✓				
8.	Mudah marah atau tersinggung			✓					✓		
9.	Sulit berkonsentrasi Tidak dapat memusatkan perhatian.			✓					✓		
10.	Perasaan Ingin lari dari kenyataan.	✓					✓				
11.	ketakutan ditinggal sendiri			✓					✓		
12.	Terlihat sangat bergantung pada orang lain			✓					✓		
13.	Saya merasa mudah terkejut			✓					✓		
14.	Berkeringat dingin.	✓					✓				
TOTAL		20					19				

Kriteria Penilaian :

- Skor kurang dari 14 Tidak ada kecemasan
- Cemas ringan: skor 14-20
- Cemas sedang: skor 21-27
- Cemas berat: skor 28-41

Subjek 1

Hari 6

LEMBAR OBSERVASI TINGKAT KECEMASAN

1. Lembar Observasi Kecemasan

Pada lembar ini terdapat pernyataan bacalah dengan cermat pernyataan dibawah ini lalu berikan tanda check list

(√) dikolom sesuai dengan yang anda rasakan saat ini dengan keterangan :

- (0) Tidak ada gejala sama sekali
- (1) Ringan
- (2) Sedang
- (3) Berat
- (4) Sangat berat

	Kecemasan	Hari ke :									
		Pre					Post				
		0	1	2	3	4	0	1	2	3	4
1.	Saya sering mengalami kepala pusing setelah melahirkan?			✓					✓		
2.	Jantung berdetak kencang	✓					✓				
3.	Tubuh saya terasa gelisah dan bergetar			✓					✓		
4.	Jari tangan dingin dan berkeringat		✓					✓			
5.	Khawatir tentang sesuatu secara berlebihan			✓					✓		
6.	Merasa bersalah tanpa alasan jelas			✓					✓		
7.	Dada terasa sesak dan sulit bernafas	✓					✓				
8.	Mudah marah atau tersinggung			✓				✓			
9.	Sulit berkonsentrasi Tidak dapat memusatkan perhatian.			✓					✓		
10.	Perasaan Ingin lari dari kenyataan.	✓					✓				
11.	ketakutan ditinggal sendiri			✓					✓		
12.	Terlihat sangat bergantung pada orang lain			✓				✓			
13.	Saya merasa mudah terkejut			✓					✓		
14.	Berkeringat dingin.	✓					✓				
TOTAL				19					17		

Kriteria Penilaian :

- Skor kurang dari 14 Tidak ada kecemasan
- Cemas ringan: skor 14-20
- Cemas sedang: skor 21-27
- Cemas berat: skor 28-41

Subjek 1

Hari 7

LEMBAR OBSERVASI TINGKAT KECEMASAN

1. Lembar Observasi Kecemasan

Pada lembar ini terdapat pernyataan bacalah dengan cermat pernyataan dibawah ini lalu berikan tanda check list

(√) dikolom sesuai dengan yang anda rasakan saat ini dengan keterangan :

(0) Tidak ada gejala sama sekali

(1) Ringan

(2) Sedang

(3) Berat

(4) Sangat berat

	Kecemasan	Hari ke :									
		Pre					Post				
		0	1	2	3	4	0	1	2	3	4
1.	Saya sering mengalami kepala pusing setelah melahirkan?			✓					✓		
2.	Jantung berdetak kencang	✓					✓				
3.	Tubuh saya terasa gelisah dan bergetar			✓				✓			
4.	Jari tangan dingin dan berkeringat		✓					✓			
5.	Khawatir tentang sesuatu secara berlebihan			✓					✓		
6.	Merasa bersalah tanpa alasan jelas			✓				✓			
7.	Dada terasa sesak dan sulit bernafas	✓					✓				
8.	Mudah marah atau tersinggung		✓					✓			
9.	Sulit berkonsentrasi Tidak dapat memusatkan perhatian.			✓					✓		
10.	Perasaan Ingin lari dari kenyataan.	✓					✓				
11.	ketakutan ditinggal sendiri			✓					✓		
12.	Terlihat sangat bergantung pada orang lain		✓					✓			
13.	Saya merasa mudah terkejut			✓					✓		
14.	Berkeringat dingin.	✓					✓				
TOTAL				17			15				

Kriteria Penilaian :

- Skor kurang dari 14 Tidak ada kecemasan
- Cemas ringan: skor 14-20
- Cemas sedang: skor 21-27
- Cemas berat: skor 28-41

Subjek 2

Hari 1

LEMBAR OBSERVASI TINGKAT KECEMASAN

1. Lembar Observasi Kecemasan

Pada lembar ini terdapat pernyataan bacalah dengan cermat pernyataan dibawah ini lalu berikan tanda check list

(√) dikolom sesuai dengan yang anda rasakan saat ini dengan keterangan :

(0) Tidak ada gejala sama sekali

(1) Ringan

(2) Sedang

(3) Berat

(4) Sangat berat

	Kecemasan	Hari ke :									
		Pre					Post				
		0	1	2	3	4	0	1	2	3	4
1.	Saya sering mengalami kepala pusing setelah melahirkan?				✓					✓	
2.	Jantung berdetak kencang	✓					✓				
3.	Tubuh saya terasa gelisah dan bergetar		✓				✓				
4.	Jari tangan dingin dan berkeringat	✓					✓				
5.	Khawatir tentang sesuatu secara berlebihan				✓					✓	
6.	Merasa bersalah tanpa alasan jelas		✓					✓			
7.	Dada terasa sesak dan sulit bernafas	✓					✓				
8.	Mudah marah atau tersinggung				✓		✓				
9.	Sulit berkonsentrasi Tidak dapat memusatkan perhatian.			✓					✓		
10.	Perasaan Ingin lari dari kenyataan.	✓					✓				
11.	ketakutan ditinggal sendiri				✓					✓	
12.	Terlihat sangat bergantung pada orang lain				✓					✓	
13.	Saya merasa mudah terkejut			✓					✓		
14.	Berkeringat dingin.		✓					✓			
TOTAL					22				22		

Kriteria Penilaian :

- Skor kurang dari 14 Tidak ada kecemasan
- Cemas ringan: skor 14-20
- Cemas sedang: skor 21-27
- Cemas berat: skor 28-41

Subjek 2

Hari 2

LEMBAR OBSERVASI TINGKAT KECEMASAN

1. Lembar Observasi Kecemasan

Pada lembar ini terdapat pernyataan bacalah dengan cermat pernyataan dibawah ini lalu berikan tanda check list

(√) dikolom sesuai dengan yang anda rasakan saat ini dengan keterangan :

(0) Tidak ada gejala sama sekali

(1) Ringan

(2) Sedang

(3) Berat

(4) Sangat berat

	Kecemasan	Hari ke :									
		Pre					Post				
		0	1	2	3	4	0	1	2	3	4
1.	Saya sering mengalami kepala pusing setelah melahirkan?			✓	✓					✓	
2.	Jantung berdetak kencang	✓					✓				
3.	Tubuh saya terasa gelisah dan bergetar		✓					✓			
4.	Jari tangan dingin dan berkeringat	✓					✓				
5.	Khawatir tentang sesuatu secara berlebihan				✓					✓	
6.	Merasa bersalah tanpa alasan jelas	✓					✓				
7.	Dada terasa sesak dan sulit bernafas	✓					✓				
8.	Mudah marah atau tersinggung				✓				✓		
9.	Sulit berkonsentrasi Tidak dapat memusatkan perhatian.			✓					✓		
10.	Perasaan Ingin lari dari kenyataan.	✓					✓				
11.	ketakutan ditinggal sendiri				✓					✓	
12.	Terlihat sangat bergantung pada orang lain				✓					✓	
13.	Saya merasa mudah terkejut		✓	✓				✓	✓		
14.	Berkeringat dingin.										
TOTAL				21					20		

Kriteria Penilaian :

- Skor kurang dari 14 Tidak ada kecemasan
- Cemas ringan: skor 14-20
- Cemas sedang: skor 21-27
- Cemas berat: skor 28-41

Subjek 2

Hari 3

LEMBAR OBSERVASI TINGKAT KECEMASAN

1. Lembar Observasi Kecemasan

Pada lembar ini terdapat pernyataan bacalah dengan cermat pernyataan dibawah ini lalu berikan tanda check list

(√) dikolom sesuai dengan yang anda rasakan saat ini dengan keterangan :

(0) Tidak ada gejala sama sekali

(1) Ringan

(2) Sedang

(3) Berat

(4) Sangat berat

	Kecemasan	Hari ke :									
		Pre					Post				
		0	1	2	3	4	0	1	2	3	4
1.	Saya sering mengalami kepala pusing setelah melahirkan?			✓	✓				✓	✓	
2.	Jantung berdetak kencang	✓					✓				
3.	Tubuh saya terasa gelisah dan bergetar		✓				✓				
4.	Jari tangan dingin dan berkeringat	✓					✓				
5.	Khawatir tentang sesuatu secara berlebihan				✓					✓	
6.	Merasa bersalah tanpa alasan jelas	✓					✓				
7.	Dada terasa sesak dan sulit bernafas	✓					✓				
8.	Mudah marah atau tersinggung			✓					✓		
9.	Sulit berkonsentrasi Tidak dapat memusatkan perhatian.			✓					✓		
10.	Perasaan Ingin lari dari kenyataan.	✓					✓				
11.	ketakutan ditinggal sendiri				✓					✓	
12.	Terlihat sangat bergantung pada orang lain				✓				✓		
13.	Saya merasa mudah terkejut		✓	✓				✓	✓		
14.	Berkeringat dingin.		✓					✓			
TOTAL				20					19		

Kriteria Penilaian :

- Skor kurang dari 14 Tidak ada kecemasan
- Cemas ringan: skor 14-20
- Cemas sedang: skor 21-27
- Cemas berat: skor 28-41

Subjek 2

Hari 4

LEMBAR OBSERVASI TINGKAT KECEMASAN

1. Lembar Observasi Kecemasan

Pada lembar ini terdapat pernyataan bacalah dengan cermat pernyataan dibawah ini lalu berikan tanda check list

(√) dikolom sesuai dengan yang anda rasakan saat ini dengan keterangan :

(0) Tidak ada gejala sama sekali

(1) Ringan

(2) Sedang

(3) Berat

(4) Sangat berat

	Kecemasan	Hari ke :									
		Pre					Post				
		0	1	2	3	4	0	1	2	3	4
1.	Saya sering mengalami kepala pusing setelah melahirkan?			✓	✓					✓	
2.	Jantung berdetak kencang	✓					✓				
3.	Tubuh saya terasa gelisah dan bergetar		✓					✓			
4.	Jari tangan dingin dan berkeringat	✓					✓				
5.	Khawatir tentang sesuatu secara berlebihan				✓					✓	
6.	Merasa bersalah tanpa alasan jelas	✓					✓				
7.	Dada terasa sesak dan sulit bernafas	✓					✓				
8.	Mudah marah atau tersinggung			✓					✓		
9.	Sulit berkonsentrasi Tidak dapat memusatkan perhatian.			✓					✓		
10.	Perasaan Ingin lari dari kenyataan.	✓					✓				
11.	ketakutan ditinggal sendiri				✓					✓	
12.	Terlihat sangat bergantung pada orang lain			✓					✓		
13.	Saya merasa mudah terkejut		✓	✓				✓	✓		
14.	Berkeringat dingin.		✓					✓			
TOTAL				10					10		

Kriteria Penilaian :

- Skor kurang dari 14 Tidak ada kecemasan
- Cemas ringan: skor 14-20
- Cemas sedang: skor 21-27
- Cemas berat: skor 28-41

Subjek 2

Hari 5

LEMBAR OBSERVASI TINGKAT KECEMASAN

1. Lembar Observasi Kecemasan

Pada lembar ini terdapat pernyataan bacalah dengan cermat pernyataan dibawah ini lalu berikan tanda check list

(√) dikolom sesuai dengan yang anda rasakan saat ini dengan keterangan :

(0) Tidak ada gejala sama sekali

(1) Ringan

(2) Sedang

(3) Berat

(4) Sangat berat

	Kecemasan	Hari ke :									
		Pre					Post				
		0	1	2	3	4	0	1	2	3	4
1.	Saya sering mengalami kepala pusing setelah melahirkan?			✓					✓		
2.	Jantung berdetak kencang	✓					✓				
3.	Tubuh saya terasa gelisah dan bergetar		✓				✓				
4.	Jari tangan dingin dan berkeringat	✓					✓				
5.	Khawatir tentang sesuatu secara berlebihan				✓		✓				
6.	Merasa bersalah tanpa alasan jelas	✓					✓				
7.	Dada terasa sesak dan sulit bernafas	✓					✓				
8.	Mudah marah atau tersinggung			✓					✓		
9.	Sulit berkonsentrasi Tidak dapat memusatkan perhatian.			✓					✓		
10.	Perasaan Ingin lari dari kenyataan.	✓					✓				
11.	ketakutan ditinggal sendiri				✓				✓		
12.	Terlihat sangat bergantung pada orang lain			✓					✓		
13.	Saya merasa mudah terkejut			✓					✓		
14.	Berkeringat dingin.		✓					✓			
TOTAL				10					17		

Kriteria Penilaian :

- Skor kurang dari 14 Tidak ada kecemasan
- Cemas ringan: skor 14-20
- Cemas sedang: skor 21-27
- Cemas berat: skor 28-41

Subjek 2

Hari 6

LEMBAR OBSERVASI TINGKAT KECEMASAN

1. Lembar Observasi Kecemasan

Pada lembar ini terdapat pernyataan bacalah dengan cermat pernyataan dibawah ini lalu berikan tanda check list

(√) dikolom sesuai dengan yang anda rasakan saat ini dengan keterangan :

(0) Tidak ada gejala sama sekali

(1) Ringan

(2) Sedang

(3) Berat

(4) Sangat berat

	Kecemasan	Hari ke :									
		Pre					Post				
		0	1	2	3	4	0	1	2	3	4
1.	Saya sering mengalami kepala pusing setelah melahirkan?			✓					✓		
2.	Jantung berdetak kencang	✓					✓				
3.	Tubuh saya terasa gelisah dan bergetar		✓					✓			
4.	Jari tangan dingin dan berkeringat	✓					✓				
5.	Khawatir tentang sesuatu secara berlebihan				✓				✓		
6.	Merasa bersalah tanpa alasan jelas	✓					✓				
7.	Dada terasa sesak dan sulit bernafas	✓					✓				
8.	Mudah marah atau tersinggung			✓					✓		
9.	Sulit berkonsentrasi Tidak dapat memusatkan perhatian.			✓					✓		
10.	Perasaan Ingin lari dari kenyataan.	✓					✓				
11.	ketakutan ditinggal sendiri			✓					✓		
12.	Terlihat sangat bergantung pada orang lain			✓					✓		
13.	Saya merasa mudah terkejut			✓					✓		
14.	Berkeringat dingin.		✓					✓			
TOTAL		17					16				

Kriteria Penilaian :

- Skor kurang dari 14 Tidak ada kecemasan
- Cemas ringan: skor 14-20
- Cemas sedang: skor 21-27
- Cemas berat: skor 28-41

Subjek 2

Hari 7

LEMBAR OBSERVASI TINGKAT KECEMASAN

1. Lembar Observasi Kecemasan

Pada lembar ini terdapat pernyataan bacalah dengan cermat pernyataan dibawah ini lalu berikan tanda check list

(√) dikolom sesuai dengan yang anda rasakan saat ini dengan keterangan :

(0) Tidak ada gejala sama sekali

(1) Ringan

(2) Sedang

(3) Berat

(4) Sangat berat

	Kecemasan	Hari ke :									
		Pre					Post				
		0	1	2	3	4	0	1	2	3	4
1.	Saya sering mengalami kepala pusing setelah melahirkan?			✓					✓		
2.	Jantung berdetak kencang	✓					✓				
3.	Tubuh saya terasa gelisah dan bergetar		✓					✓			
4.	Jari tangan dingin dan berkeringat	✓					✓				
5.	Khawatir tentang sesuatu secara berlebihan			✓					✓		
6.	Merasa bersalah tanpa alasan jelas	✓					✓				
7.	Dada terasa sesak dan sulit bernafas	✓					✓				
8.	Mudah marah atau tersinggung			✓					✓		
9.	Sulit berkonsentrasi Tidak dapat memusatkan perhatian.			✓				✓			
10.	Perasaan Ingin lari dari kenyataan.	✓					✓				
11.	ketakutan ditinggal sendiri			✓					✓		
12.	Terlihat sangat bergantung pada orang lain			✓					✓		
13.	Saya merasa mudah terkejut		✓	✓				✓	✓		
14.	Berkeringat dingin.		✓					✓			
TOTAL				16					14		

Kriteria Penilaian :

- Skor kurang dari 14 Tidak ada kecemasan
- Cemas ringan: skor 14-20
- Cemas sedang: skor 21-27
- Cemas berat: skor 28-41

LEMBAR KONSULTASI
BIMBINGAN PROPOSAL KARYA TULIS ILMIAH

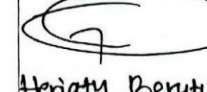
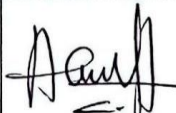
Judul KTI : "Penerapan Konseling Dengan Komunikasi Terapeutik
Untuk Mengatasi Kecemasan Pada Ibu *Postpartum Blues*
Di Ruang Mawar Rumah Sakit Umum Daerah
Sidikalang Tahun 2026"

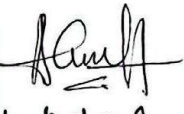
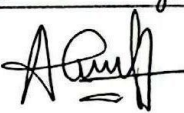
Nama Mahasiswa : Alredi Clesia Sinaga

NIM : P07520423003

Pembimbing 1 : Dr.Dame Evalina Simangunsong, SKM, M.Kes

Pembimbing 2 : Heriaty Berutu, SST, M.K.M

No	Hari/Tanggal	Materi Bimbingan	Paraf	
			Mahasiswa	Pembimbing Utama/Pendamping
1.	Senin 12 Januari 2026	Pengajuan Judul dan Identifikasi Masalah Penelitian	 Alredi Clesia Sinaga	 Heriaty Berutu, SST, M.K.M
2.	Rabu 14 Januari 2026	Acc Judul	 Alredi Clesia Sinaga	 Heriaty Berutu, SST M.K.M
3.	Senin 19 Januari 2026	Pengusunan Bab I (Latar belakang rumusan masalah)	 Alredi Clesia Sinaga	 Heriaty Berutu, SST, M.K.M
4.	Jumat 23 Januari 2026	Revisi Bab I	 Alredi Clesia Sinaga	 Heriaty Berutu, SST M.K.M

5.	Senin 26 Januari 2026	Acc Bab I dan lanjut Penyusunan Bab II	 Alredia Clesia Sinaga	 Dr. Dame Evalina Simanungsong, SKM, M.Kes
6.	Rabu 28 Januari 2026	Penyusunan Bab II mencari referensi buku	 Alredia Clesia Sinaga	 Dr. Dame Evalina Simanungsong, SKM, M.Kes
7.	Jumat 30 Januari 2026	Acc Bab II dan lanjutan Penyusunan Bab III	 Alredia Clesia Sinaga	 Dr. Dame Evalina Simanungsong, SKM, M.Kes
8.	Senin 02 Februari 2026	Acc Bab III dan Revisi PPT untuk Seminar Proposal	 Alredia Clesia Sinaga	 Dr. Dame Evalina Simanungsong, SKM, M.Kes
9.	Selasa 03 Februari 2026.	Acc bab I, II, dan III lengkapi Ujian Seminar Proposal	 Alredia Clesia Sinaga	 Dr. Dame Evalina Simanungsong, SKM, M.Kes

Sidikalang, 2026
Ketua Prodi D-III Keperawatan Dairi
Politeknik Kesehatan Medan


Jojo Silaban, SST, M.Kes
NIP. 197304182003122001

**LEMBAR KONSULTASI
BIMBINGAN KARYA TULIS ILMIAH**

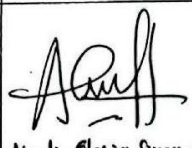
Judul KTI : "Penerapan Konseling Dengan Komunikasi Terapeutik
Untuk Mengatasi Kecemasan Pada Ibu *Postpartum*
Blues Di Ruangan Mawar Rumah Sakit Umum Daerah
Sidikalang Tahun 2026"

Nama Mahasiswa : Alredi Clesia Sinaga

NIM : P07520423003

Pembimbing 1 : Dr.Dame Evalina Simangunsong, SKM, M.Kes

Pembimbing 2 : Heriaty Berutu, SST, M.K.M

No	Hari/Tanggal	Materi Bimbingan	Paraf	
			Mahasiswa	Pembimbing Utama/Pendamping
1.	Senin 23 Februari 2026	Bimbingan Bab IV (menyesuaikan Implementasi Sesuai dengan Do).	 Alredi Clesia Sinaga	 Dr. Dame Evalina Simangunsong, SKM, M.Kes
2.	Kamis 26 Februari 2026	Bimbingan Bab IV (Pembahasan dan hasil studi kasus).	 Alredi Clesia Sinaga	 Dr. Dame Evalina Simangunsong, SKM, M.Kes
3.	Kamis 05 Maret 2026	Bimbingan Bab IV (Perbandingan hasil studi kasus dari kedua subjek Ace).	 Alredi Clesia Sinaga	 Dr. Dame Evalina Simangunsong, SKM, M.Kes
4.	Senin 16 Maret 2026	Acc Bab IV dan dilanjutkan penyusunan Bab V	 Alredi Clesia Sinaga	 Heriaty Berutu, SST, M.K.M

5.	Jumat 20 Maret 2026	Rengusunan Bab V dilanjutkan dengan bimbingan bagian lampiran	 Alredi Clesia Sinaga	 Dr. Dame Walina Simangun ngsung, SKM, M.Kes
6.	Kamis 26 Maret 2026	Acc Bab I, II, III, IV dan V Persiapan bimbingan PPT Untuk Ujian Seminar hasil	 Alredi Clesia Sinaga	 Heriaty Buntu, SST, M.K.M
7.	Senin 30 Maret 2026	Persiapan Ujian Seminar hasil.	 Alredi Clesia Sinaga	 Heriaty Buntu, SST, M.K.M

Sidikalang, 2026
Ketua Prodi D-III Keperawatan Dairi
Politeknik Kesehatan Medan



Jojo Silaban, SST, S.Kep, M.Kes
NIP. 197304182003122001

Lampiran 8. Lembar Dokumentasi Penelitian

LEMBAR DOKUMENTASI PENELITIAN

Subjek 1 Ny.E

	HARI/TANGGAL	DOKUMENTASI
1	Rabu 28 Januari 2026	
2	Sabtu, 31 Januari 2026	
3	Senin, 02 Februari 2026	
4	Selasa, 03 Februari 2026	

5	Senin, 09 Februari 2026	
6	Selasa, 10 Februari 2026	
7	Rabu, 11 Februari 2026	

Subjek 2 Ny.H

	HARI/TANGGAL	DOKUMENTASI
1	Kamis, 12 Februari 2026	 Observasi 17:30 12 Februari 2026 Kamis Batang Beruh, Kec. Sidikalang, Kabupaten Dairi, Sumatera Utara Nama: Alredi Clesia Sinaga Catatan: Mengobservasi
2	Jumat, 13 Februari 2026	 Observasi 18:02 13 Februari 2026 Jumat Nama: Alredi Clesia Sinaga Catatan: Mengobservasi
3	Sabtu , 14 Februari 2026	 Observasi 17:38 14 Februari 2026 Sabtu Nama: Alredi Clesia Sinaga Catatan: Mengobservasi
4	Minggu, 15 Februari 2026	 Observasi 17:02 15 Februari 2026 Minggu

5	Senin, 16 Februari 2026	 17:13 16 Februari 2026 Senin Batang Beruh, Kec. Sidikalang, Kabupaten Dairi, Sumatera Utara Nama: Alredi Clesia Sinaga Catatan: Mengobservasi Time Foto 100% akurat
6	Selasa, 17 Februari 2026	 17:00 17 Februari 2026 Selasa Batang Beruh, Kec. Sidikalang, Kabupaten Dairi, Sumatera Utara Nama: Alredi Clesia Sinaga Catatan: Mengobservasi Time Foto 100% akurat
7	Rabu, 18 Februari 2026	 17:10 18 Februari 2026 Rabu Batang Beruh, Kec. Sidikalang, Kabupaten Dairi, Sumatera Utara Nama: Alredi Clesia Sinaga Catatan: Mengobservasi Time Foto 100% akurat

Lampiran 9. Lembar Bukti Turnitin

Page 2 of 178 - Integrity OverviewSubmission ID: tnmoid::1:3563802068

20% Overall Similarity

The combined total of all matches, including overlapping sources, for each database.

Filtered from the Report

- Bibliography
- Quoted Text

Exclusions

- 4 Excluded Sources

Top Sources

17%		Internet sources
6%		Publications
13%		Submitted works (Student Papers)

Integrity Flags

0 Integrity Flags for Review

No suspicious text manipulations found.

Our system's algorithms look deeply at a document for any inconsistencies that would set it apart from a normal submission. If we notice something strange, we flag it for you to review.

A flag is not necessarily an indicator of a problem. However, we'd recommend you focus your attention there for further review.

Page 2 of 178 - Integrity OverviewSubmission ID: tnmoid::1:3563802068