

DAFTAR PUSTAKA

- Anantasari, Ririn, Ni Wayan Dwi R, dan Gunawan. 2022. "Hipnosis dalam mengurangi cemas dan nyeri antenatal." 3(2): 189–96.
- Asmariyah, Novianti, and Suriyati. 2021. "Tingkat kecemasan ibu hamil pada masa pandemi covid-19 Di Kota Bengkulu." *Journal Of Midwifery* 9(1): 1–8. doi:10.37676/jm.v9i1.1341.
- Bloom, Nicholas, dan John Van Reenen. 2021. "*NBER Working Papers* Manajemen nyeri persalinan non farmakologis. <http://www.nber.org/papers/w16019>.
- Dianaurelia, Yelsa, dan Yunita Astriani Hardayati. 2024. "Case Study: Intervensi teknik relaksasi nafas dalam untuk menurunkan tingkat ansietas ibu hamil di Trimester III." *Jurnal Keperawatan Cikini* 5(2): 303–10. <https://jurnal.akperrscikini.ac.id/index.php/JKC>.
- Fabiana Meijon Fadul. 2022. "Ibu hamil dan tingkat kecemasan dalam melakukan kunjungan Antenatal Care pada Masa Pandemi Covid-19 di Puskesmas Banguntapan II tahun 2022."
- Febriana, Lutfiah, and Nina Zuhana. 2021. "Asuhan Kebidanan Pada Ibu Hamil Trimester III Dengan Anemia." *Prosiding Seminar Nasional Kesehatan* 1(2022): 1669–73. doi:10.48144/prosiding.v1i.910.
- Fitriahadi, Enny, dan Istri Utami. 2022. "Asuhan Persalinan & Manajemen Nyeri Persalinan." Universitas Aisyiyah Yogyakarta: 284 hlm.
- Hanifah, Dewi. 2022. "Faktor- faktor yang mempengaruhi kecemasan antenatal." *Jurnal Kebidanan Malahayati* 5(1): 11–34.
- Kartikasari, Linda, Tut Rayani Aksohini Wijayanti, dan Anik Sri Purwanti. 2024. "Pengaruh aromaterapi lavender terhadap tingkat kecemasan pada ibu hamil trimester III." *Journal of Nursing Practice and Education* 4(2): 271–78.
- Kementrian Kesehatan. 2022. *Profil Kesehatan*.
- Mardliyana, Nova Elok, dan Irma Maya Puspita. 2022. *Terapi Komplementer Pada Pelayanan Kebidanan*.
- Marhamah, Siti et al. 2022. "Pengaruh endorphin massage terhadap intensitas nyeri pada ibu bersalin Kala I di BPM Rini Susianti., Amd.Keb." *Jurnal Ilmu Kedokteran dan Kesehatan Indonesia* 2(2): 20–24.

- Novarizy Galuh Ayudianningsih and Histori artikel Abstrak. 2022. "Asuhan kebidanan pada ibu hamil dengan ketidaknyamanan Trimester III Di PMB Ernita." *Jurnal Kebidanan Terkini (Current Midwifery Journal)* 275 *Jurnal Kebidanan Terkini (Current Midwifery Journal)*. doi:10.25311/jkt/Vol2.Iss2.1024.
- Putri, Prahardian, Eva Susanti, dan Pandu Rifqi Amalia. 2022. "Pengaruh teknik relaksasi autogenik terhadap tingkat kecemasan ibu hamil primigravida." *Jurnal Ilmu Psikologi dan Kesehatan Di Kota Palembang* 1(2): 133–40.
- Rahayu, Muji, Fatmah Afrianty Gobel, dan Een Kurnaesih. 2020. "Pengaruh hypnobirthing terhadap penanggulangan nyeri pada masa persalinan Di UPT Puskesmas Sukamaju Kab . Luwu Utara." 1(1).
- Rakasiwi, M Rossy, Weni Hastusi, dan Ghea Nurprastina. 2023. "Pengaruh teknik relaksasi nafas dalam dengan tingkat kecemasan pada pasien spinal anestesi." *Jurnal ilmu kesehatan umum Di ITS PKU Muhammadiyah Surakarta* 1(3).
- Ratna Sari, Ni Luh Putu Maenra, Ni Wayan Manik Parwati, dan Ni Putu Riza Kurnia Indriana. 2023. "*The Correlation Between Mother's Knowledge Level And Husband Support Toward Anxiety Level Of Pregnant Mother In The Third Trimester During Labor.*" *Jurnal Riset Kesehatan Nasional* 7(1): 35–44.
- Sena Wahyu Purwanza, et al. 2022. metodologi penelitian kuantitatif, kualitatif dan kombinasi, CV. Media Sains Indonesia, Di Melong Asih Regency B40 - Cijerah Kota Bandung - Jawa Barat
- Siti Arfah Siregar, Rismaida Saragih. 2023. "Hubungan senam hamil dengan kecemasan ibu hamil Trimester III dalam menghadapi persalinan, *Excellent Midwifery Journal* Di Klinik Juliana Dalimunthe Kecamatan percut Sei Tuan Kabupaten Delidserdang Tahun 2023."
- Siska Iskandar, dan Rika Asmara. 2022. "*Efektivitas Terapi Su-Jok The Effectiveness of Su-Jok Therapy on Reducing Pain Scale in the First Stage of Labor in Primigravida Mothers.*" *Jurnal Riset Media Keperawatan* 5(2): 44–
- Susanti Tria Jaya, Luluk Susiloningtyas, dan Elisa Nofyanti. 2023. "Literatur Review: Kecemasan ibu dengan persalinan lama (Prolong) Kala 1 Fase Aktif." *Jurnal Ilmiah Pamenang Di Stikes Pemenang* 5(2): 84–89.
- Ulfah, Siti Qomariyah, dan Yusri Dwi Lestari. 2023. "Pengaruh Teknik Hypnobirthing Terhadap Penurunan Tingkat Nyeri Pada Persalinan, *Jurnal Ners Volume 7 Nomor 2 Halaman 901–907 Literatur Review.*" Di Karanganyar Probolinggo

- Ummah, Masfi Sya'fiatul. 2022. *Sustainability (Switzerland)* 11(1): 1–14. jurnal intelek dan cendikiawan nusantara, di raden intan bandung
- Wati, Elvia, Senja Atika Sari, dan Nury Luthfiyatil Fitri. 2023. “Penerapan pendidikan kesehatan tentang tanda bahaya kehamilan untuk meningkatkan pengetahuan ibu hamil primigravida Di Wilayah Kerja UPTD Puskesmas Purwosari Kec. Metro Utara.” *Jurnal Cendikia Muda* 3(2): 226–34.\
- Widjayanti, Yhenti, dan Erisa Briananda Yuriko. 2020. “Tingkat kecemasan ibu hamil Di Praktik Mandiri Bida Titik Aryati A.Md, Keb.” *Jurnal Penelitian Kesehatan* 10(2): 55–58.

LAMPIRAN

KUISIONER

Pengaruh Relaksasi Pernapasan Dalam Terhadap Tingkat Kecemasan Ibu Hamil Primigravida Dalam Menghadapi Persalinan Di Klinik Deli Serdang Tahun 2025

Tingkat kecemasan menggunakan T-MAS (*Taylor Manifest Anxiety Scale*)

Nama :

Usia :

Pendidikan :

Pekerjaan :

Berilah tanda checklist (√) pada kolom skor sesuai dengan jawaban yang anda berikan!

No	Pertanyaan	Ya	Tidak
1	Apakah Anda merasa cemas atau khawatir tentang kesehatan bayi Anda?		
2	Apakah Anda merasa tidak mampu mengendalikan emosi Anda selama kehamilan?		
3	Apakah Anda sering merasa tegang atau tidak nyaman saat memikirkan proses persalinan?		
4	Apakah Anda merasa khawatir tentang kemampuan Anda sebagai ibu?		
5	Apakah Anda merasa sulit untuk tidur karena pikiran-pikiran tentang kehamilan dan persalinan?		
6	Apakah Anda merasa cemas atau khawatir tentang perubahan tubuh Anda selama kehamilan?		
7	Apakah Anda merasa tidak mampu mengendalikan keinginan Anda untuk makan atau minum selama kehamilan?		
8	Apakah Anda merasa khawatir tentang kemungkinan		

	komplikasi kehamilan?		
9	Apakah Anda merasa cemas atau khawatir tentang proses persalinan yang akan dialami?		
10	Apakah Anda merasa tidak mampu mengendalikan emosi Anda saat memikirkan tentang bayi Anda?		
11	Apakah Anda merasa khawatir tentang kemampuan Anda untuk merawat bayi Anda?		
12	Apakah Anda merasa cemas atau khawatir tentang perubahan hubungan Anda dengan pasangan selama kehamilan?		
13	Apakah Anda merasa tidak mampu mengendalikan keinginan Anda untuk melakukan aktivitas fisik selama kehamilan?		
14	Apakah Anda merasa khawatir tentang kemungkinan cacat pada bayi Anda?		
15	Apakah Anda merasa cemas atau khawatir tentang proses pemulihan setelah persalinan?		
16	Apakah Anda merasa tidak mampu mengendalikan emosi Anda saat memikirkan tentang kehamilan dan persalinan?		
17	Apakah Anda merasa khawatir tentang kemampuan Anda untuk menghadapi tantangan sebagai ibu?		
18	Apakah Anda merasa khawatir tentang bagaimana Anda akan menghadapi perubahan dalam hubungan dengan teman dan keluarga setelah melahirkan?		
19	Apakah Anda merasa takut tentang sakit saat persalinan?		
20	Apakah Anda merasa takut tentang komplikasi saat persalinan?		
21	Apakah Anda merasa cemas tentang kemampuan Anda untuk menghadapi perubahan dalam hidup Anda setelah melahirkan?		
22	Apakah Anda merasa takut tentang kemampuan Anda untuk merawat bayi Anda?		

23	Apakah Anda merasa cemas tentang bagaimana Anda akan menghadapi perubahan dalam hidup Anda setelah melahirkan?		
24	Apakah Anda merasa takut tentang bagaimana Anda akan menghadapi perubahan dalam emosi Anda setelah melahirkan?		
25	Apakah Anda merasa cemas tentang bagaimana Anda akan menghadapi perubahan dalam pola pikir Anda setelah melahirkan?		
26	Apakah Anda merasa khawatir tentang bagaimana Anda akan menghadapi perubahan dalam hubungan dengan komunitas setelah melahirkan?		
27	Apakah Anda merasa cemas tentang bagaimana Anda akan menghadapi perubahan dalam pola pikir Anda setelah melahirkan?		
28	Apakah Anda merasa cemas tentang bagaimana Anda akan menghadapi peran baru sebagai ibu dalam masyarakat?		
29	Apakah Anda merasa takut tentang bagaimana Anda akan menghadapi perubahan dalam keuangan Anda setelah melahirkan?		
30	Apakah Anda merasa cemas tentang bagaimana Anda akan menghadapi perubahan dalam pekerjaan atau karir Anda setelah melahirkan?		

SOP (STANDAR OPERASIONAL PROSEDUR)

MANAJEMEN TEKNIK RELAKSASI PERNAPASAN DALAM

	MANAJEMEN TEKNIK RELAKSASI PERNAPASAN DALAM
Definisi	Teknik relaksasi Pernapasan dalam adalah bagaimana cara melakukan pernapasan dalam, nafas lambat dan bagaimana menghembuskan nafas secara perlahan
Tujuan	Untuk mengurangi ketegangan otot, rasa jenuh, kecemasan sehingga mencegah menghebatnya stimulasi nyeri
Manfaat	Manfaat terknik relaksasi nafas dalam adalah: <ol style="list-style-type: none">1. Perasaan yang tenang dan nyaman2. Mengurangi rasa nyeri3. Mengurangi stress4. Melemaskan otot untuk menurunkan ketegangan dan kejenuhan yang biasanya menyertai nyeri5. Mengurangi kecemasan6. Relaksasi nafas dalam mempunyai efek distraksi atau penglihatan perhatian
Indikasi	<ol style="list-style-type: none">1. Pasien yang mengalami nyeri yaitu nyeri akut pada tingkat ringan sampai tingkat sedang akibat penyakit yang kooperatif2. Pasien mengalami gangguan pada kualitas tidur seperti insomnia3. Pasien yang mengalami kecemasan menghadapi persalinan
Pelaksanaan	Pra Interaksi: <ol style="list-style-type: none">1. Mempersiapkan diri2. Memahami prosedur Interaksi Orientasi

	<ol style="list-style-type: none"> 1. Salam : Memberi salam sesuai waktu 2. Memperkenalkan diri. 3. Validasi kondisi klien saat ini. 4. Menanyakan kondisi klien dan kesiapan klien untuk melakukan kegiatan sesuai kontrak sebelumnya 5. Menjaga privasi klien 6. Kontrak. Menyampaikan tujuan dan menyepakati waktu dan tempat dilakukannya kegiatan <p>Fase Kerja</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Memberikan kesempatan kepada pasien untuk bertanya bila ada sesuatu yang kurang dipahami/ jelas 2. Atur posisi agar klien rileks tanpa adanya beban fisik. 3. Atur posisi dalam keadaan duduk 4. Instruksikan pasien untuk melakukan tarik nafas dalam selama 8 detik sehingga rongga paru berisi udara 5. Instruksikan pasien dengan cara perlahan dan hembuskan udara membiarkannya ke luar dari setiap bagian anggota tubuh, pada saat bersamaan minta klien untuk memusatkan perhatiannya pada sesuatu hal yang indah dan merasakan lega 6. Instruksikan pasien untuk bernafas dengan irama normal selama 1 menit 7. Instruksikan pasien untuk kembali menarik nafas dalam, kemudian menghembuskan dengan cara perlahan dan merasakan saat ini udara mulai mengalir dari tangan, kaki, menuju keparu-paru dan seterusnya, rasakan udara mengalir keseluruh tubuh 8. Minta pasien untuk memusatkan perhatian pada kaki dan tangan, udara yang mengalir dan merasakan ke luar dari
--	---

	<p>ujung-ujung jari tangan dan kaki kemudian rasakan kehangatannya</p> <ol style="list-style-type: none"> 9. Instruksikan pasien untuk mengulangi teknik-teknik ini apabila rasa nyeri kembali lagi 10. Setelah pasien mulai merasakan ketenangan, minta pasien untuk melakukan secara mandiri 11. Ulangi latihan nafas dalam ini selama 3 minggu dengan frekuensi 2x/minggu durasi 15 menit <p>Terminasi</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Evaluasi hasil: kemampuan pasien untuk melakukan teknik ini 2. Memberikan kesempatan pada klien untuk memberikan umpan balik dari terapi yang dilakukan. 3. Tindak lanjut: menjadwalkan latihan teknik relaksasi banafas dalam 4. Kontrak: topik, waktu, tempat untuk kegiatan selanjutnya <p>Dokumentasi</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Mencatat waktu pelaksanaan tindakan 2. Mencatat perasaan dan respon pasien setelah diberikan tindakan
--	--

FORMULIR PERSETUJUAN MENJADI RESPONDEN

(Informed Consent)

Saya yang bertanda tangan di bawah ini :

Nama :

Umur :

Pendidikan :

Pekerjaan :

Agama :

Dengan ini menyatakan bersedia untuk menjadi responden penelitian yang dilakukan oleh Hotlan Sinaga, Mahasiswa Program Studi Alih Jenjang Kebidanan Program Yang Berjudul “Pengaruh Relaksasi Pernapasan Dalam Terhadap Tingkat Kecemasan Ibu Hamil Primigravida Di Klinik Deli Serdang Tahun 2025 ”.

Saya mengerti dan memahami bahwa penelitian ini tidak akan berakibat negative terhadap saya, oleh karena itu saya bersedia untuk menjadi responden pada penelitian ini.

Medan, 2025

Peneliti

Responden

Hotlan Sinaga

(.....)

Nim. P07124424120

HASIL SPSS

Frequencies

Umur

	Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid <20 tahun	5	15,2	15,2	15,2
>35 tahun				
21-35 tahun	28	84,8	84,8	93,9
Total	33	100,0	100,0	

Pendidikan

	Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid (SD/SMP)	8	24,2	24,2	24,2
(SMA/SMK)	16	48,5	48,5	72,7
Perguruan Tinggi	9	27,3	27,3	100,0
Total	33	100,0	100,0	

Pekerjaan

	Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid Bekerja	15	45,5	45,5	45,5
Tidak Bekerja	18	54,5	54,5	54,5
Total	33	100,0	100,0	

Kecemasan Sebelum

	Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid Sedang	11	33,3	33,3	33,3
Berat	22	66,7	66,7	100,0
Total	33	100,0	100,0	

Kecemasan Sesudah

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	Ringan	20	60,6	60,6	60,6
	Sedang	13	39,4	39,4	100,0
	Total	33	100,0	100,0	

Explore

Case Processing Summary

	Cases					
	Valid		Missing		Total	
	N	Percent	N	Percent	N	Percent
Pre	33	100,0%	0	0,0%	33	100,0%
Post	33	100,0%	0	0,0%	33	100,0%

Descriptives

		Statistic	Std. Error	
Pre	Mean	21,6364	,43261	
	95% Confidence Interval for Mean	Lower Bound	20,7552	
		Upper Bound	22,5176	
	5% Trimmed Mean	21,5623		
	Median	22,0000		
	Variance	6,176		
	Std. Deviation	2,48518		
	Minimum	17,00		
	Maximum	28,00		
	Range	11,00		
	Interquartile Range	3,00		
	Skewness	,406	,409	
	Kurtosis	,319	,798	
Post	Mean	10,4848	,26515	

95% Confidence Interval for Mean	Lower Bound	9,9448	
	Upper Bound	11,0249	
5% Trimmed Mean		10,3939	
Median		10,0000	
Variance		2,320	
Std. Deviation		1,52318	
Minimum		8,00	
Maximum		15,00	
Range		7,00	
Interquartile Range		2,00	
Skewness		1,019	,409
Kurtosis		1,106	,798

Tests of Normality

	Kolmogorov-Smirnov ^a			Shapiro-Wilk		
	Statistic	df	Sig.	Statistic	df	Sig.
Pre	,140	33	,099	,966	33	,370
Post	,231	33	,000	,898	33	,005

a. Lilliefors Significance Correction

Pre

Pre Stem-and-Leaf Plot

Frequency Stem & Leaf

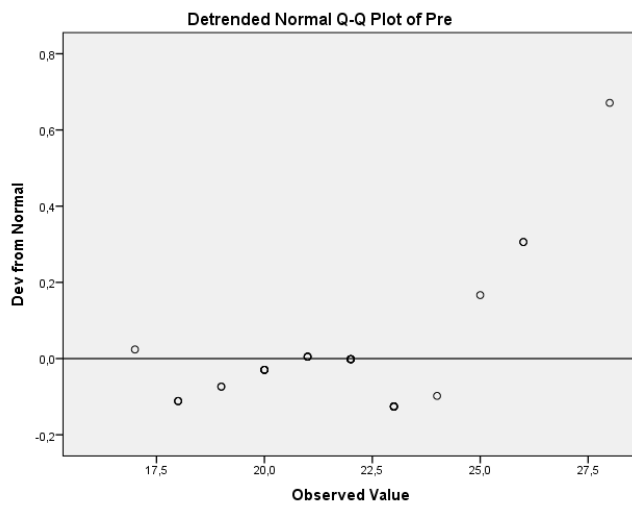
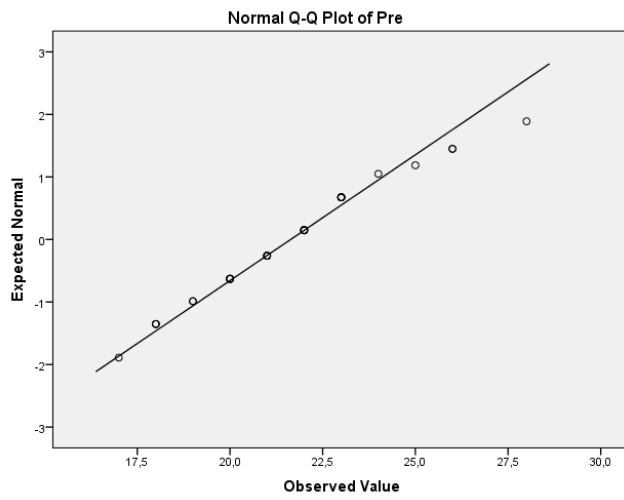
```

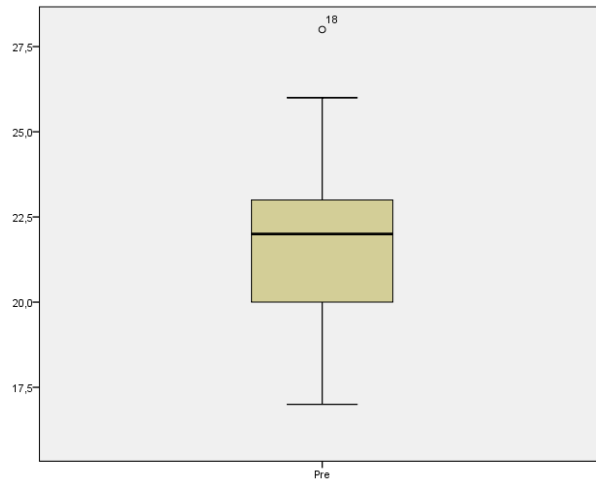
1,00  17 . 0
3,00  18 . 000
2,00  19 . 00
5,00  20 . 00000
4,00  21 . 0000
7,00  22 . 0000000
6,00  23 . 000000
1,00  24 . 0
1,00  25 . 0
2,00  26 . 00
1,00 Extremes (>=28,0)

```

Stem width: 1,00

Each leaf: 1 case(s)



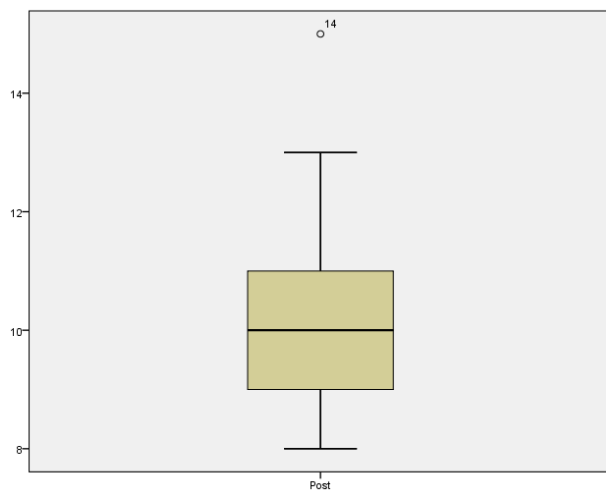
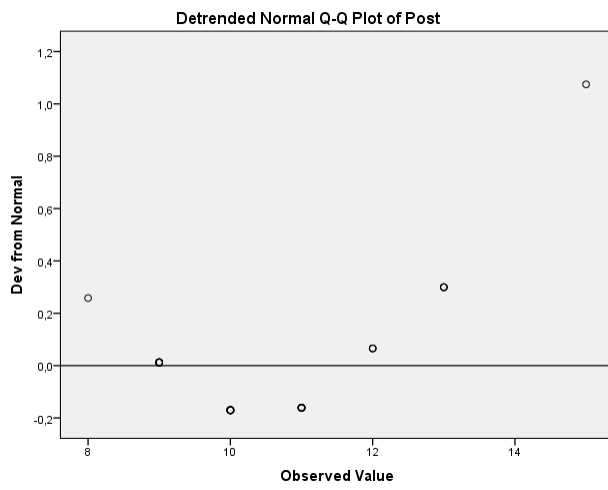
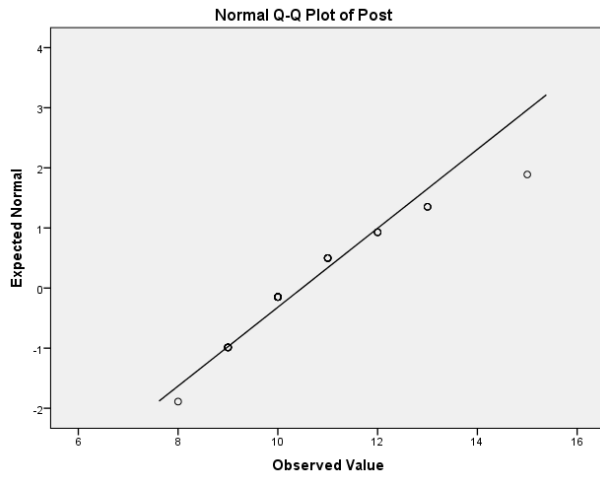


Post

Post Stem-and-Leaf Plot

Frequency	Stem & Leaf
1,00	8 . 0
8,00	9 . 00000000
11,00	10 . 00000000000
6,00	11 . 000000
3,00	12 . 000
3,00	13 . 000
1,00	Extremes (>=15,0)

Stem width: 1,00
 Each leaf: 1 case(s)



T-Test

Paired Samples Statistics

		Mean	N	Std. Deviation	Std. Error Mean
Pair 1	Pre	21,6364	33	2,48518	,43261
	Post	10,4848	33	1,52318	,26515

Paired Samples Correlations

		N	Correlation	Sig.
Pair 1	Pre & Post	33	,254	,153

Paired Samples Test

		Paired Differences				t	df	Sig. (2-tailed)	
		Mean	Std. Deviation	Std. Error Mean	95% Confidence Interval of the Difference				
					Lower				Upper
Pair 1	Pre - Post	11,15152	2,56322	,44620	10,24264	12,06039	24,992	32	,000

NPar Tests

Wilcoxon Signed Ranks Test

		Ranks		
		N	Mean Rank	Sum of Ranks
Post - Pre	Negative Ranks	33 ^a	17,00	561,00
	Positive Ranks	0 ^b	,00	,00
	Ties	0 ^c		
	Total	33		

a. Post < Pre

b. Post > Pre

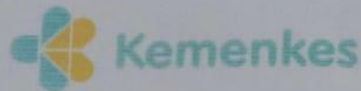
c. Post = Pre

Test Statistics^a

	Post – Pre
Z	-5,030 ^b
Asymp. Sig. (2-tailed)	,000

a. Wilcoxon Signed Ranks Test

b. Based on positive ranks.



Kementerian Kesehatan
Poltekkes Medan

Jalan Jamin Giring KM. 18,5
Medan, Sumatera Utara 20137
(061) 8360633
<https://poltekkes-medan.ac.id>

Nomor : PP.08.02/F.XXII.10/1413.1/2025
Perihal : Izin Penelitian

21 Maret 2025

Yang terhormat,
Pimpinan Klinik Lusia Dewi
di-
Tempat

Sehubungan dengan Kurikulum Nasional Penyelenggaraan Prodi RPL Alih Jenjang Sarjana Terapan Kebidanan bagi mahasiswa Semester Akhir dituntut untuk melakukan penelitian. Sehubungan dengan hal tersebut maka bersama ini kami mohon kesediaan Bapak/Ibu untuk memberi izin penelitian kepada:

Nama : Hotlan Sinaga
NIM : P07124424120
Judul Penelitian : Pengaruh Relaksasi Pernapasan Dalam Terhadap Tingkat Kecemasan Ibu Hamil Primigravida Dalam Menghadapi Persalinan Di Klinik Deli Serdang Tahun 2025

Jurusan Kebidanan
Ketua, 
Arihta br. Sembiring, SST, M.Kes
NIP. 197002131998032001

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





Kementerian Kesehatan
Poltekkes Medan

Jalan Jamin Giring KM. 13.5
Medan, Sumatera Utara 20147
☎ (061) 8358633
🌐 <http://poltekkes-medan.ac.id>

Nomor : PP.08.02/F.XXII.10/1413.1/2025
Perihal : Izin Penelitian

21 Maret 2025

Yang terhormat,
Pimpinan Klinik Delima
di-
Tempat

Sehubungan dengan Kurikulum Nasional Penyelenggaraan Prodi RPL Alih Jenjang Sarjana Terapan Kebidanan bagi mahasiswa Semester Akhir dituntut untuk melakukan penelitian. Sehubungan dengan hal tersebut maka bersama ini kami mohon kesediaan Bapak/Ibu untuk memberi izin penelitian kepada:

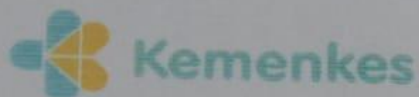
Nama : Hotlan Sinaga
NIM : P07124424120
Judul Penelitian : Pengaruh Relaksasi Pernapasan Dalam Terhadap Tingkat Kecemasan Ibu Hamil Primigravida Dalam Menghadapi Persalinan Di Klinik Deli Serdang Tahun 2025

Jurusan Kebidanan
Ketua, ♀

Arihta br. Sembiring, SST, M.Kes
NIP. 197002131998032001

Kementerian Kesehatan tidak menerima suap dan/atau gratifikasi dalam bentuk apapun. Jika terdapat potensi suap atau gratifikasi silakan laporkan melalui HALO KEMENKES 1500567 dan <https://halo.kemkes.go.id>. Untuk verifikasi keaslian tanda tangan elektronik, silakan unggah dokumen pada laman <https://ha.kemkes.go.id/verifikasi>.





Kementerian Kesehatan
Poltekkes Medan

Jalan Jamin Giring KM. 13.5
Medan, Sumatera Utara 20137
Telp. (061) 8368633
<https://poltekkes-medan.ac.id>

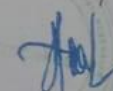
Nomor : PP.08.02/F.XXII.10/1413.1/2025
Perihal : Izin Penelitian

21 Maret 2025

Yang terhormat,
Pimpinan Klinik Kurnia
di-
Tempat

Sehubungan dengan Kurikulum Nasional Penyelenggaraan Prodi RPL Alih Jenjang Sarjana Terapan Kebidanan bagi mahasiswa Semester Akhir dituntut untuk melakukan penelitian. Sehubungan dengan hal tersebut maka bersama ini kami mohon kesediaan Bapak/Ibu untuk memberi izin penelitian kepada:

Nama : Hotlan Sinaga
NIM : P07124424120
Judul Penelitian : Pengaruh Relaksasi Pernapasan Dalam Terhadap Tingkat Kecemasan Ibu Hamil Primigravida Dalam Menghadapi Persalinan Di Klinik Deli Serdang Tahun 2025

Jurusan Kebidanan
Ketua, 

Arihta br. Sembiring, SST, M.Kes
NIP. 197002131998032001

Kementerian Kesehatan tidak menerima suap dan/atau gratifikasi dalam bentuk apapun. Jika terdapat potensi suap atau gratifikasi silakan laporkan melalui HALO KEMENKES 1500567 dan <https://halo.kemkes.go.id>. Untuk verifikasi keaslian tanda tangan elektronik, silakan unggah dokumen pada laman <https://ata.kemkes.go.id/verifikasi>.





PRAKTEK MANDIRI BIDAN KURNIA

NO. 503.570/0224/DPMPSTP-DS/SIP-DU/IX/2024

Jl. Besar Delitua Gg. Madrasah I Lk III No. 59 B, Kec. Delitua Kab.
Deli Serdang, Kode Pos : 20355

Email : ningsih132@gmail.com

Kepada Yth:

Ketua Jurusan Kebidanan

Kemendes Poltekkes Medan Jurusan D-VI Kebidanan Medan

Di-

Tempat

Dengan Hormat,

Selubung dengan surat saudara dari kemendes poltekkes medan yang saya terima dari kemendes poltekkes medan, perihal permohonan izin penelitian guna penyusunan skripsi di PMB Kurnia, Maka Dengan Ini Kami Sampaikan Bahwa:

Nama : HOTLAN SINAGA

Nim : P07124424120

Judul Skripsi : **Pengaruh Relaksasi Pernapasan Dalam Terhadap Tingkat Kecemasan Ibu Hamil Primigravida Dalam Menghadapi Persalinan Di Klinik Deli Serdang Tahun 2025**

Dengan menyatakan bahwa nama tersebut telah di terima untuk melakukan penelitian di PMB Kurnia. Demikian surat di perbuat dengan sebenarnya untuk dipergunakan sesuai keperluan.

Pemimpin Klinik Bersalin

Bd. Kurnia Ningsih S.Tr.Keb



KLINIK PRATAMA DELIMA

Jl. Medan-Lubuk Pakam Km. 19,5 Desa Tanjung Baru Kec. Tanjung Morawa
Kab. Deli Serdang, Sumatera Utara, 20362
HP. 081361609611

Email: Pratamadelimaklinik@gmail.com

Kepada Yth:

Ketua Jurusan Kebidanan

Kemenkes Poltekkes Medan Jurusan D-VI Kebidanan Medan

Di-

Tempat

Dengan Hormat,

Sehubung dengan surat saudara dari Kemenkes Poltekkes Medan yang saya terima dari Kemenkes Poltekkes Medan, perihal permohonan izin penelitian guna penyusunan skripsi di Klinik Pratama Delima

Maka Dengan Ini Kami Sampaikan Bahwa:

Nama : HOTLAN SINAGA

Nim : P07124424120

Judul Skripsi : Pengaruh Relaksasi Pernapasan Dalam Terhadap Tingkat Kecemasan Ibu Hamil Primigravida Dalam Menghadapi Persalinan Di Klinik Deli Serdang Tahun 2025

Dengan menyatakan bahwa nama tersebut telah di terima untuk melakukan penelitian di Klinik Pratama Delima. Demikian surat di perbuat dengan sebenarnya untuk dipergunakan sesuai keperluan.

Pemimpin Klinik

KLINIK PRATAMA DELIMA
Jl. Medan Lubuk Pakam Km. 19,5
Telp. 0813 616 09611 Tanjung Morawa

Rosita Silitonga, SKM, M.S



PRAKTEK MANDIRI BIDAN
LUSIA DEWI SAMOSIR S.Keb, Bd
Jl. Besar Tanjung Selamat
No. SIPB : 503.570/0101/DPMPTSP-DS/SIP-DU/V/2024



Kepada Yth:

Ketua Jurusan Kebidanan

Kemenkes Poltekkes Medan Jurusan D-VI Kebidanan Medan

Di-

Tempat

Dengan Hormat,

Sehubungan dengan surat saudara dari Kemenkes Poltekkes Medan yang saya terima dari Kemenkes Poltekkes Medan, perihal permohonan izin penelitian guna penyusunan skripsi di Klinik Lusius Dewi

Maka Dengan Ini Kami Sampaikan Bahwa:

Nama : HOTLAN SINAGA

Nim : P07124424120

Judul Skripsi : Pengaruh Relaksasi Pernapasan Dalam Terhadap Tingkat Kecemasan Ibu Hamil Primigravida Dalam Menghadapi Persalinan Di Klinik Deli Serdang Tahun 2025

Dengan menyatakan bahwa nama tersebut telah di terima untuk melakukan penelitian di Klinik Pratama Delima. Demikian surat di perbuat dengan sebenarnya untuk dipergunakan sesuai keperluan.

Pemimpin Klinik

Lusia Dewi Samosir S.Keb, Bd



PRAKTEK MANDIRI BIDAN
LUSIA DEWI SAMOSIR S.Keb, Bd
Jl. Besar Tanjung Selamat
No. SIPB : 503.570/0101/DPMPSTP-DS/SIP-DU/V/2024



SURAT KETERANGAN SELESAI PENELITIAN

Yang bertanda tangan dibawah ini :

Nama : Lusia Dewi Samosir S.Keb, Bd

Jabatan : Pimpinan Klinik Lusia Dewi

Dengan ini menerangkan bahwa mahasiswa yang beridentitas :

Nama : HOTLAN SINAGA

NIM : P07124424120

Fakultas : Kebidanan

Jurusan : D-IV Kebidanan / RPL Kebidanan

Universitas : Poltekkes Kemenkes Medan

Telah selesai melakukan penelitian mengenai Pengaruh Relaksasi Pernapasan Dalam Terhadap Tingkat Kecemasan Ibu Hamil Primigravida Dalam Menghadapi Persalinan Di Klinik Deli Serdang Tahun 2025.

Demikian surat keterangan ini dibuat dengan sebenarnya dan untuk dapat digunakan seperlunya, terimakasih.

Pemimpin Klinik




Lusia Dewi Samosir S.Keb, Bd

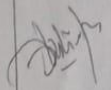
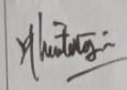

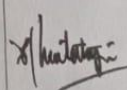



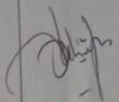
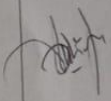

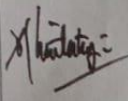


KARTU BIMBINGAN SKRIPSI

Nama Mahasiswa : Hotlan Sinaga
 Nim : P07124424120
 Judul Skripsi : Pengaruh Relaksasi Pernapasan Dalam Terhadap
 tingkat kecemasan ibu hamil primigravida dalam
 menghadapi persalinan di Klinik Detti Sepulang tahun 2025
 Pembimbing Utama : Julietta Hutabarat, S. Psi, M. Keb
 Pembimbing Pendamping : Bebaskita Br. Ginting, S.Si.T, MPH

NO	TANGGAL	URAIAN KEGIATAN BIMBINGAN	HASIL	PARAF
1	04 November 2024	Konsultasi judul	Memberikan arahan Mengenai judul	 Julietta Hutabarat, S.Psi, M. Keb.
2	12 November 2024	Perbaikan judul	ACC judul	 Julietta Hutabarat, S.Psi, M. Keb.
3	12 November 2024	Konsultasi judul	ACC Judul	 Bebaskita Br. Ginting, S.Si.T, MPH

4	03 Desember 2024	Konsultasi mengenai Pergantian judul yang mengarah ke visi misi	Acc Pergantian judul	 Julietta Hutanon S.Psi. M.Keb
5.	06 Desember 2024	Konsultasi mengenai pergantian judul yang mengarah ke visi misi	ACC Pergantian judul	 Betasita Er Pratiyo, S.Si.T. M.Pd
6.	12 Desember 2024	Bimbingan BAB I	Revisi	 Julietta Hutanon, S.Psi. M.Keb
7.	13 Januari 2025	Bimbingan Bab II, III	Revisi	 Betasita Er Pratiyo, S.Si.T. M.Pd
8	15 Januari 2025	Bimbingan bab I, II, III	Revisi.	 Julietta Hutanon S.Sps. M.Keb

9.	20 Januari 2025	Bimbingan bab I, II, III	Revisi	 Julieta Hutagaol, S.Psi, M.Keb
10.	23 Januari 2025	Bimbingan bab I, II, III	Revisi	 Julieta Hutagaol S.Psi, M.Keb
11.	30 Januari 2025	Bimbingan Bab I, II, III	Ace untuk Seminar Proposal	 Julieta Hutagaol S.Psi, M.Keb
12	24 Februari 2025	Bimbingan penulis I, II, III	Revisi	 Betaskita Br Ginting, S.Si.T M.Pd.