UNIVERSITAS NGUDI WALUYO
FAKULTAS KESEHATAN

Jalan Diponegoro 186 Ungaran, Kabupaten Semarang, Jawa Tengah 50513
Telepon : (024) 6925408 Faksimile : (024) 6925408
Laman : www.unw.ac.id Surel : ngudiwaluyo@unw.ac.id

Nomor : 005/SM/FKes/UNW/I/2021 05 Januari 2021
Lampiran : -
Hal : **Penelitian Dan Mencari Data**

Kepada,

Yth, Pimpinan RB Windiyati

Di

Tempat

Dengan hormat,

Bersama ini kami mohonkan ijin untuk mahasiswa Program Studi S1 Kebidanan Transfer Fakultas Kesehatan Universitas Ngudi Waluyo :

Nama : **Ryke Anggraeni**
Nomor Induk Mahasiswa : **152191075**

agar diberikan izin melaksanakan **Penelitian Dan Mencari Data** dalam rangka penyelesaian **Skripsi** dengan judul "**Gambaran Pengetahuan Ibu Tentang Relaksasi Nafas Dalam Pengurangan Nyeri Persalinan di RB Windiyati Tahun 2021**"

Demikian surat permohonan ini, atas perhatian dan izin yang diberikan kami ucapkan terima kasih.

Dekan

FAKULTAS KESEHATAN UNIVERSITAS NGUDI WALUYO

Rosalina, S.Kp., M.Kes

Tembusan:
1. Arsip

PERMOHONAN MENJADI RESPONDEN

Kepada Ibu

Di

Di Rumah Bersalin Windiyati

Kecamatan Kubu Raya

Kabupaten Kubu Raya

Dengan hormat

Bersama ini saya mohon kesediaan ibu untuk menjadi responden dalam penelitian saya yang berjudul **"Gambaran Pengetahuan Ibu Hamil Tentang Relaksasi Nafas Dalam Pengurangan Intensitas Nyeri Persalinan Di Rumah Bersalin Windiyati Tahun 2021"**.

Selain itu juga saya informasikan bahwa hasil yang akan diperoleh digunakan sebagai data penelitian untuk memenuhi salah satu syarat untuk menyelesaikan pendidikan di Universitas Ngudi Waluyo.

Segala sesuatu dalam penelitian ini sehubungan dengan informasi yang diberikan menjadi tanggung jawab saya untuk menjaga kerahasiaan dan tidak akan saya sebarluaskan di luar kepentingan penelitian.

Demikian informasi ini saya sampaikan, atas kerjasama ibu saya ucapkan terimakasih.

Kubu Raya, February 2020

Hormat saya

Ryke Anggraeni

Peneliti

KESEDIAAN MENJADI RESPONDEN

Saya yang bertanda tangan di bawah ini menyatakan bersedia saya untuk berpartisipasi sebagai responden penelitian yang dilakukan oleh mahasiswi Universitas Ngudi Waluyo yang berjudul **"Gambaran Pengetahuan Ibu Hamil Tentang Relaksasi Nafas Dalam Pengurangan Intensitas Nyeri Persalinan Di Rumah Bersalin Windiyati Tahun 2021"**

Tanda tangan ini menunjukkan bahwa saya diberi informasi yang jelas dan memutuskan untuk berpartisipasi dalam penelitian ini.

Kubu Raya, February 2020

(.....)

KUESIONER

GAMBARAN PENGETAHUAN IBU HAMIL TENTANG RELAKSASI NAFAS DALAM PENGURANGAN INTENSITAS NYERI PERSALINAN DI RB WINDIYATI TAHUN 2021

I. Identitas Responden

No Responden :

Nama Responden :

Umur :

Alamat :

Pendidikan :

Pekerjaan :

II. Kuesioner

Petunjuk Pengisian Kuesioner

1. Bacalah setiap pertanyaan di dalam kolom pertanyaan dengan teliti
2. Berilah tanda (√) pada salah satu jawaban yang anda pilih
3. Semua pertanyaan harus dijawab dan jangan ada yang dikosongkan
4. Kuesioner yang telah diisi lengkap dikembalikan kepada peneliti

No	Pernyataan	Benar	Salah
1.	Relaksasi merupakan suatu tindakan pengurangan tekanan mental fisik dan emosi melalui satu aktivitas dengan tujuan untuk menenangkan pikiran dan fisik seseorang.		
2.	Releksasi bertujuan untuk melatih paien agar dapat mengkondisikan dirinya untuk mencapai suatu keadaan rileks.		
3.	Teknik relaksasi nafas salah satu metode non farmakologi gunanya untuk mengurangi nyeri persalinan.		

4.	Teknik relaksasi yang sering digunakan saat persalinan adalah teknik relaksasi nafas.		
5.	Teknik relaksasi nafas merupakan suatu tindakan dengan menghembuskan napas secara cepat dan tergesa-gesa.		
6.	Tujuan relaksasi nafas yaitu untuk menurunkan intensitas nyeri.		
7.	Menurut kegunaannya teknik relaksasi pernafasan dianggap tidak mampu meredakan nyeri.		
8.	Salah satu kelebihan dari teknik relaksasi nafas yaitu caranya sangat mudah.		
9.	Kelemahan dari teknik relaksasi nafas yaitu tidak dapat dilakukan pada pasien yang menderita penyakit jantuk dan penyakit pernafasan.		
10.	Manfaat dari relaksasi selama persalinan yaitu dapat meringankan ketegangan, kecemasan dan intensitas nyari saat bersalin.		
11.	Terdapat 10 langkah untuk melakukan teknik relaksasi yang baik dan benar.		
12.	Langkah pertama dari teknik relaksasi nafas yaitu ciptakan lingkungan yang aman.		
13.	Langkah kedua teknik relaksasi nafas yaitu usahakan tetap rileks dan tenang.		
14.	Menarik nafas dalam dari hidung dan mengisi paru-paru dengan udara melalui hitungan 1 sampai 4 merupakan langkah ketiga teknik relaksasi nafas.		
15.	Perlahan-lahan udara dihembuskan melalui mulut sambil merasakan ekstremitas atas dan bawah rileks melalui hitungan 5 sampai 8 merupakan langkah ke empat teknik relaksasi nafas.		

Hasil Rekap

No	Rekapitulasi Hasil Kuesioner				Umur		Pendidikan			Pekerjaan		Kode Umur	Kode pendidikan	Kode Pekerjaan
	Responden	Umur	Pendidikan	Pekerjaan	<20 atau >35 tahun	20-35 thn	dasar	menengah	tinggi	tidak bekerja	bekerja			
1	Responden 1	32	SMP	IRT		√		√		√		1	1	0
2	Responden 2	21	SMA	IRT		√		√		√		1	1	0
3	Responden 3	26	SMA	IRT		√		√		√		1	1	0
4	Responden 4	24	SMA	Swasta		√		√			√	1	1	1
5	Responden 5	24	SMA	IRT		√		√		√		1	1	0
6	Responden 6	27	SMA	IRT		√		√		√		1	1	0
7	Responden 7	36	SD	IRT	√		√			√		0	0	0
8	Responden 8	25	SMA	Swasta		√		√			√	1	1	1
9	Responden 9	19	SMP	IRT	√			√		√		0	1	0
10	Responden 10	22	SMA	Swasta		√		√			√	1	1	1
11	Responden 11	25	SMA	IRT		√		√		√		1	1	0
12	Responden 12	22	SMA	Swasta		√		√			√	1	1	1
13	Responden 13	20	SMA	IRT		√		√		√		1	1	0
14	Responden 14	35	SD	IRT		√	√			√		1	0	0
15	Responden 15	24	SMA	IRT		√		√		√		1	1	0
16	Responden 16	28	SMA	Swasta		√		√			√	1	1	1
17	Responden 17	18	SD	IRT	√		√			√		0	0	0
18	Responden 18	22	SMP	IRT		√		√		√		1	1	0
19	Responde	25	SMP	IRT		√		√		√		1	1	0

	n 19																					
20	Responden 20	27	SMA	Swasta			√		√			√				1	1		1
21	Responden 21	24	SMA	IRT			√		√		√					1	1		0
22	Responden 22	26	SMP	IRT			√		√		√					1	1		0
23	Responden 23	28	SMA	IRT			√		√		√					1	1		0
24	Responden 24	30	SMA	IRT			√		√		√					1	1		0
25	Responden 25	25	SMP	IRT			√		√		√					1	1		0
26	Responden 26	27	SMP	IRT			√		√		√					1	1		0
27	Responden 27	23	SD	IRT			√	√			√					1	0		0
28	Responden 28	22	SMP	IRT			√		√		√					1	1		0
29	Responden 29	28	SMA	IRT			√		√		√					1	1		0
30	Responden 30	32	SMA	IRT			√		√		√					1	1		0
31	Responden 31	31	SMP	IRT			√		√		√					1	1		0
32	Responden 32	20	SMP	IRT			√		√		√					1	1		0
33	Responden 33	22	SD	IRT			√	√			√					1	0		0
34	Responden 34	26	SMA	IRT			√		√		√					1	1		0
						3	31	5	29		28	6							

NO	Responden	Soal															Total	%	B	C	K	Kode
		1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15						
1	Responden 1	1	1	1	0	1	1	1	1	1	1	1	1	0	0	0	11	73,33		√		1
2	Responden 2	1	0	0	1	0	1	0	1	0	0	0	1	0	1	0	6	40			√	0
3	Responden 3	1	1	0	0	1	1	1	1	1	1	1	1	1	0	0	11	73,33		√		1
4	Responden 4	1	0	0	0	0	0	1	1	1	0	0	1	1	1	0	7	46,66			√	0
5	Responden 5	1	1	1	0	0	1	1	1	1	1	1	1	0	0	0	10	66,66		√		1
6	Respond	0	1	0	1	1	1	1	1	1	1	1	0	0	1	1	11	73,		√		1

	en 6																	33				
7	Respondent 7	1	0	0	0	0	0	0	1	1	0	0	0	1	1	1	6	40			√	0
8	Respondent 8	1	1	0	1	1	1	1	1	0	0	0	0	1	1	1	10	66,66		√		1
9	Respondent 9	0	1	1	0	1	1	1	1	0	1	0	1	0	1	1	10	66,66		√		1
10	Respondent 10	1	1	0	1	1	0	0	1	1	1	1	0	1	1	0	10	66,66		√		1
11	Respondent 11	1	1	1	0	0	1	1	1	1	1	0	1	0	0	0	8	53,33			√	0
12	Respondent 12	1	1	1	0	0	1	1	1	1	0	0	0	1	0	0	8	53,33			√	0
13	Respondent 13	1	1	1	1	1	1	1	1	1	0	0	1	0	1	1	12	80	√			0
14	Respondent 14	0	1	0	0	1	0	0	1	1	0	1	0	0	0	1	6	40			√	2
15	Respondent 15	1	1	0	1	0	1	1	0	1	0	1	1	0	1	0	9	60		√		1
16	Respondent 16	1	1	1	1	1	1	1	1	1	0	0	1	1	1	0	12	80	√			2
17	Respondent 17	0	1	0	0	0	0	1	1	1	0	0	1	1	1	0	7	46,66			√	0
18	Respondent 18	1	1	0	1	1	1	1	0	0	0	1	1	1	0	1	10	66,66		√		1
19	Respondent 19	1	1	1	1	0	1	1	1	1	0	0	1	1	0	1	11	73,33		√		1
20	Respondent 20	1	1	0	0	1	1	1	1	1	1	0	0	1	0	1	10	66,66		√		1
21	Respondent 21	1	1	0	1	0	1	1	1	1	1	1	0	1	0	1	11	73,33		√		1
22	Respondent 22	1	1	0	1	1	1	1	1	1	0	0	0	0	1	0	9	60		√		1
23	Respondent 23	1	1	0	0	1	0	1	1	1	0	1	0	0	0	0	7	46,66			√	0
24	Respondent 24	0	1	1	1	0	1	1	1	0	0	0	0	1	1	1	9	60		√		1
25	Respondent 25	1	1	0	1	1	1	0	1	0	1	0	1	0	0	0	8	53,33			√	0
26	Respondent 26	1	1	1	1	0	1	1	1	0	1	0	1	1	1	1	12	80	√			2
27	Respondent 27	1	1	0	0	0	1	0	1	0	1	0	1	0	1	0	7	46,66			√	0
28	Respondent 28	0	1	1	0	1	1	1	1	0	1	0	1	1	1	1	11	73,33		√		1
29	Respondent 29	1	1	1	1	0	0	1	1	1	1	0	1	1	1	0	11	73,33		√		1
30	Respondent 30	1	1	0	1	1	1	1	1	1	1	0	1	1	1	0	12	80	√			2
31	Respondent 31	0	1	0	1	1	1	1	1	0	0	0	1	1	0	0	8	53,33			√	0
32	Respondent 32	1	0	0	0	0	1	0	1	0	0	1	1	0	0	1	6	40			√	0
33	Respondent 33	1	1	1	0	1	0	1	1	0	0	0	0	0	0	1	7	46,66			√	0
34	Respondent 34	1	1	0	1	1	0	0	1	0	0	1	1	0	0	1	8	53,33			√	0
		27	30	13	18	19	25	26	32	21	15	12	22	18	18	16	311		4	16	14	

Lampiran 6

Hasil uji validitas dan reabilitas
Kesimpulan

Pernyataan	r hitung	r tabel	Keterangan
1	0,819	0,632	Valid
2	0,754	0,632	Valid
3	0,819	0,632	Valid
4	0,918	0,632	Valid
5	0,786	0,632	Valid
6	0,819	0,632	Valid
7	0,819	0,632	Valid
8	0,706	0,632	Valid
9	0,706	0,632	Valid
10	0,963	0,632	Valid
11	0,963	0,632	Valid
12	0,963	0,632	Valid
13	0,918	0,632	Valid
14	0,918	0,632	Valid
15	0,918	0,632	Valid

Hasil perhitungan apabila didapatkan nilai r hitung lebih besar dari r tabel maka instrument dikatakan valid. Dalam penelitian ini peneliti melakukan uji validitas pada 10 orang ibu hamil didapatkan hasil dari tabel diatas dapat disimpulkan bahwa r hitung > r tabel berdasarkan uji signifikan 0,05 artinya bahwa pernyataan-pernyataan diatas valid.

Reliability Statistics

Cronbach's Alpha	N of Items
.973	15

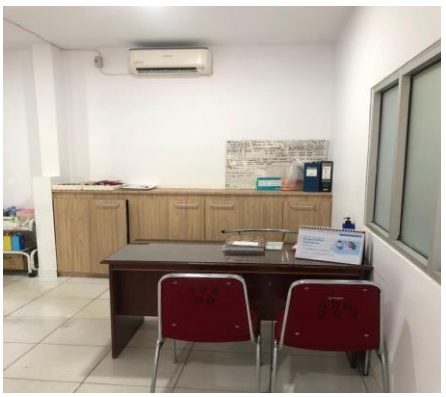
Sedangkan uji reabilitas didapatkan nilai alpha cronbach yaitu 0,973 > 0,632 yang berarti bahwa kuesioner dikatakan reliabel untuk digunakan sebagai alat ukur.

Lampiran 7

Dokumentasi

Gambar 1
Halaman depan RB

Gambar 2
Ruang pendaftaran pasien



Gambar 3
Ruang anamnesa pasien

Gambar 4
Ruang Pemeriksaan ANC

Gambar 5
Ruang Bersalin

Gambar 6
Ruang Perawatan Pasien

Gambar 7
Responden mengisi kuesioner

Gambar 8
Responden mengisi kuesioner

Gambar 9
Responden mengisi kuesioner

Gambar 10
Responden mengisi kuesioner

Gambar 11
Responden mengisi kuesioner

Gambar 12
Responden mengisi kuesioner

CATATAN BIMBINGAN SKRIPSI

No	Tanggal	Keterangan	TTD Pembimbing
1	14-10-2020	Konsultasi judul skripsi menggunakan zoom	√
2	15-10-2020	Konsultasi judul melalui Whatsapp	√
3	18-11-2020	Konsultasi Bab 1	√
4	10-12-2020	Konsultasi Bab 1 dan 2	√
5	9-1-2021	Konsultasi Bab 1,2 dan 3	√
6	18-1-2021	Konsultasi Bab 1-3 dan kuesioner	√
7	22-1-2021	Konsultasi Bab 1-3 dan kuesioner	√
8	23-1-2021	Konsultasi Bab 1-3 dan kuesioner	√
9	2-2-2021	Konsultasi Bab 1-3 dan kuesioner	√
10	4-2-2021	Konsultasi hasil uji validitas	√
11	11-2-2021	Konsultasi Bab 4 dan 5	√
12	17-2-2021	Konsultasi Bab 4 dan 5	√
13	18-2-2021	Konsultasi Bab 4 dan 5	√
14	22-2-2021	Konsultasi Bab 4 dan 5	√
15	22-2-2021	Konsultasi Bab 4 dan 5	√
16	23-2-2021	Konsultasi abstrak	√