

**PENGARUH TERAPI *THOUGH STOPPING* DAN *GUIDED
IMAGERY* TERHADAP TINGKAT KECEMASAN
IBU HAMIL PRIMIGRAVIDA TRIMESTER III
DI WILAYAH KERJA PUSKESMAS
BASIRIH BARU BANJARMASIN
TAHUN 2018**

Diajukan Untuk Memenuhi Salah Satu Syarat Kelulusan
Pada Program Studi S.1 Keperawatan

**OLEH:
MAGFIRAH
NPM. 1714201210043**

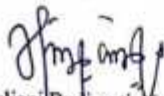
**UNIVERSITAS MUHAMMADIYAH BANJARMASIN
FAKULTAS KEPERAWATAN DAN ILMU KESEHATAN
PROGRAM STUDI S.1 KEPERAWATAN
BANJARMASIN, 2019**

PERSETUJUAN PEMBIMBING

Skripsi ini dengan judul Pengaruh Terapi *Thought Stopping* dan *Guided Imagery* Terhadap Tingkat Kecemasan Ibu Hamil Primigravida Trimester III di Wilayah Kerja Puskesmas Basirih Baru Banjarmasin Tahun 2018 oleh Magfirah, 1714201210043 telah diperiksa dan disetujui oleh pembimbing, dan akan dipertahankan di hadapan Dewan Penguji Seminar Skripsi Program Studi S.1 Keperawatan Fakultas Keperawatan dan Ilmu Kesehatan Universitas Muhammadiyah Banjarmasin.

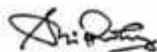
Banjarmasin, 15 Januari 2019

Pembimbing 1



Yuliani Buchyarti, Ns., M.Kep., Sp. Kep. Mat
NIDN. 1124077701

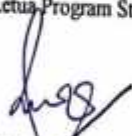
Pembimbing 2



Sri Rahayu, M., Farm., Apt
NIDN. 1115098101

Mengetahui,

Ketua Program Studi S.1 Keperawatan



Hj. Roslinawati, Ns., M.Kep
NIDN. 1107097801

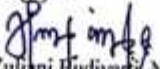
PENGESAHAN SKRIPSI

Skripsi ini oleh :
Nama : Magfirah
NPM : 1714201210043
Judul Skripsi : Pengaruh Terapi *Thought Stopping* dan *Guided Imagery*
Terhadap Tingkat Kecemasan Ibu Hamil Primigravida
Trimester III di Wilayah Kerja Puskesmas Basirih Baru
Banjarmasin Tahun 2018.

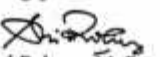
Telah melaksanakan ujian skripsi pada tanggal 20 Januari 2019 dan dinyatakan berhasil mempertahankan di hadapan Dewan Penguji dan diterima sebagai persyaratan untuk mendapatkan gelar Sarjana Keperawatan pada Program Studi S.1 Keperawatan Fakultas Keperawatan dan Ilmu Kesehatan Universitas Muhammadiyah Banjarmasin.

DEWAN PENGUJI:

Penguji 1:


Yuliani Hudiwaty, Ns., M.Kep., Sp.Kep.Mat (Pimpinan Sidang)
NIDN: 1124077701

Penguji 2:


Sri Rahayu, M., Farm., Apt (Anggota)
NIDN: 1115098101

Penguji 3:

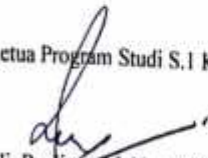

Hj. Rusliawati, Ns., M.Kep (Anggota)
NIDN: 1107097801

Mengesahkan di : Banjarmasin
Tanggal : 28 Januari 2019

Mengetahui,
Dekan Fakultas Keperawatan dan Ilmu
Kesehatan


M. Syafwan S.Kp., M.Kep., Sp. Jiwa
NIDN: 1110097101

Ketua Program Studi S.1 Keperawatan


Hj. Rusliawati, Ns., M.Kep
NIDN: 1107097801

PERNYATAAN ORISINALITAS

Saya yang bertandatangan dibawah ini:

Nama Mahasiswa : Magfirah
NPM : 1714201210043
Prodi : S.I Keperawatan
Judul Skripsi : Pengaruh Terapi *Thought Stopping* dan *Guided Imagery*
Terhadap Tingkat Kecemasan Ibu Hamil Primigravida
Trimester III di Wilayah Kerja Puskesmas Basirih Baru
Banjarmasin Tahun 2018.

Menyatakan dengan sesungguhnya bahwa Skripsi ini merupakan hasil karya cipta saya sendiri dan bukan plagiat, begitu pula hal yang terkait di dalamnya baik mengenai isinya, sumber yang dikutip/dirujuk, maupun teknik di dalam pembuatan dan penyusunan Skripsi ini.

Pernyataan ini akan saya pertanggungjawabkan sepenuhnya, apabila dikemudian hari terbukti bahwa Skripsi ini bukan hasil karya cipta saya atau plagiat atau jiplakan, maka saya bersedia menerima sanksi atas perbuatan tersebut berdasarkan UU No. 20 tahun 2003 tentang Sistem Pendidikan Nasional Pasal 25 (2) dan Pasal 70.

Dibuat di : Banjarmasin
Pada Tanggal : 15 Januari 2019

 yang menyatakan,
Magfirah

Kutipan UU No. 20 tahun 2003 tentang Sistem Pendidikan Nasional :

Pasal 25 (2) : Lulusan Perguruan Tinggi yang karya ilmiahnya digunakan untuk memperoleh gelar akademik, profesi, atau vokasi terbukti merupakan jiplakan akan dicabut gelarnya.

Pasal 70 : Lulusan Perguruan Tinggi yang karya ilmiahnya digunakan untuk mendapatkan gelar akademik, profesi, atau vokasi sebagaimana dimaksud dalam pasal 25 ayat (2) terbukti merupakan jiplakan dipidana penjara paling lama dua tahun dan/atau pidana denda paling banyak Rp. 200.000.000,- (dua ratus juta rupiah).

PERNYATAAN PERSETUJUAN PUBLIKASI

Saya yang bertanda tangan dibawah ini:

Nama : Magfirah
NPM : 1714201210043
Prodi : S1 Keperawatan
Jenis Karya : Skripsi

Sebagai civitas akademika Universitas Muhammadiyah Banjarmasin Fakultas Keperawatan dan Ilmu Kesehatan, yang turut serta mendukung pengembangan ilmu pengetahuan, menyetujui untuk memberikan kepada Universitas Muhammadiyah Banjarmasin Fakultas Keperawatan dan Ilmu Kesehatan **Hak Bebas Royalti** atas karya ilmiah saya yang berjudul :

"Pengaruh Terapi *Thought Stopping* dan *Guided Imagery* Terhadap Tingkat Kecemasan Ibu Hamil Primigravida Trimester III di Wilayah Kerja Puskesmas Basirih Baru Banjarmasin Tahun 2018."

Dengan adanya Hak Bebas Royalti ini maka, Universitas Muhammadiyah Banjarmasin Fakultas Keperawatan dan Ilmu Kesehatan mempunyai kebebasan secara penuh untuk menyimpan, melakukan editing, mengalihkan ke format/media yang berbeda, melakukan kelolaan berupa *database*, serta melakukan publikasi tugas akhir saya ini dengan pertimbangan tetap mencantumkan nama penulis/pencipta dan sebagai pemilik Hak Cipta dengan segala perangkat yang ada (bila diperlukan).
Pernyataan ini saya buat dengan sebenarnya.

Dibuat di : Banjarmasin
Pada Tanggal : 15 Januari 2019

Saya yang Menyatakan,



Magfirah

**PROGRAM STUDI S.1 KEPERAWATAN
FAKULTAS KEPERAWATAN DAN ILMU KESEHATAN**

Skripsi, Januari 2019

**Magfirah
1714201210043**

Pengaruh Terapi *Thought Stopping* dan *Guided Imagery* Terhadap Tingkat Kecemasan Ibu Hamil Primigravida Trimester III di Wilayah Kerja Puskesmas Basirih Baru Banjarmasin Tahun 2018

Abstrak

Kehamilan pertama dapat memberikan arti emosional yang sangat besar seperti perasaan bahagia dan penuh harapan tetapi juga dapat menimbulkan rasa kecemasan. Kecemasan yang dialami ibu selama masa kehamilan apabila tidak ditangani akan berdampak terhadap aspek fisik dan psikis baik ibu maupun janinnya. Tindakan untuk mengatasi kecemasan pada ibu hamil diantaranya *thought stopping* dan *guided imagery*, dimana kedua terapi tersebut membantu mengurangi kecemasan. Penelitian ini bertujuan untuk menganalisis pengaruh *thought stopping* dan *guided imagery* terhadap tingkat kecemasan ibu hamil primigravida trimester III. Jenis penelitian kuantitatif dengan rancangan *non equivalent control group pretest-posttest*. Populasi penelitian seluruh ibu hamil primigravida trimester III di Wilayah Kerja Puskesmas Basirih baru Banjarmasin Tahun 2018. Sampel penelitian ibu hamil primigravida trimester III berjumlah 20 orang yang terdiri dari 10 orang kelompok *thought stopping* dan 10 orang kelompok *guided imagery* dengan teknik *total sampling*. Instrumen yang digunakan untuk mengukur kecemasan adalah HRS-A dengan uji analisis bivariat *Wilcoxon* dan *Mann Whitney*. Hasil penelitian didapatkan nilai $p\text{ value} \leq 0,05$ yang berarti H_0 ditolak sehingga terapi *thought stopping* dan *guided imagery* berpengaruh terhadap tingkat kecemasan ibu hamil primigravida trimester III sehingga dapat disimpulkan *thought stopping* dan *guided imagery* dapat digunakan oleh ibu hamil untuk menurunkan kecemasan yang dirasakan selama kehamilan.

Kata kunci: Ibu Hamil Primigravida Trimester III, *Guided Imagery*, *Thought Stopping*, Tingkat Kecemasan

Daftar Rujukan: 45 (2009-2018)

KATA PENGANTAR



Puji dan syukur saya panjatkan kehadirat Allah SWT, berkat rahmat dan bimbingannya saya dapat menyelesaikan skripsi dengan judul “Pengaruh Terapi Thought Stopping dan Guided Imagery Terhadap Tingkat Kecemasan Pada Ibu Hamil Primigravida Trimester III di Wilayah Kerja Puskesmas Basirih Baru Banjarmasin Tahun 2018”. Skripsi ini merupakan salah satu syarat untuk memperoleh gelar sarjana keperawatan (S.Kep) pada Program Studi Ilmu Keperawatan Fakultas Keperawatan dan Ilmu Kesehatan Universitas Muhammadiyah Banjarmasin.

Bersamaan ini perkenalkanlah saya mengucapkan terimakasih yang sebesar-besarnya dengan hati yang tulus kepada:

1. M. Syafwani, Ns.,M.Kep.,SP.Kep.Jiwa selaku Dekan Fakultas Keperawatan dan Ilmu Kesehatan Universitas Muhammadiyah Banjarmasin.
2. Hj. Ruslinawati, Ns.,M.Kep selaku Ketua Program Studi Ilmu Keperawatan Fakultas Keperawatan dan Ilmu Kesehatan Universitas Muhammadiyah Banjarmasin dan sebagai pembimbing III (tiga) yang telah bersedia membimbing dan memberikan arahan dalam menyelesaikan skripsi ini tepat waktu.
3. Ibu Yuliani Budiyarti, Ns.,M.Kep.,Sp.Kep.Mat selaku pembimbing sekaligus penguji I (satu) yang telah bersedia membimbing, memberikan arahan, nasehat dan meluangkan waktu sehingga penulis dapat menyelesaikan skripsi ini tepat waktu.
4. Ibu Sri Rahayu, M.,Farm.,Apt selaku pembimbing sekaligus penguji II (dua) yang telah bersedia membantu memberikan arahan dan membimbing dalam penyusunan skripsi ini.
5. Seluruh Dosen Prodi S1 Keperawatan yang telah memberikan bantuan sehingga skripsi ini bisa selesai tepat waktu.

6. Kepada Semua Responden yang telah bersedia meluangkan waktu sehingga penulis dapat menyelesaikan skripsi ini dengan baik.
7. Kepada orang tua saya yang paling saya sayangi dan cintai Bapak Zaniansyah S.Pd, Ibu Dahliana serta adik-adik saya yang paling saya sayangi M. Alfian Ilham, Husna Afifah dan Aisha Nahla Maulidya yang telah memberi dukungan baik dari segi moril maupun materi.
8. Kaka Kesayangan Ahmadi, Amd,Kep yang telah memberikan dukungan semangat serta sangat membantu dalam penyusunan skripsi maupun dari segi materi
9. Kepada teman satu payung Afrina Hayati, Amd.Kep, Makiah, Amd. kep yang sangat membantu saya dalam penyusunan dan memperoleh data pada skripsi ini serta selalu menghibur disaat masa penyusunan skripsi.
10. Kepada Teman-teman Ners B kelas B yang telah banyak membantu, mendukung dan mendoakan dalam menyelesaikan skripsi ini.
11. AB(Winda, Putri, Siska, Gina, Fatma, Yastrit, Triwinda, Roby, Nazam, Nizar, dan Ilham) yang telah mendukung dan selalu memberikan semangat dalam menyelesaikan skripsi dengan tepat waktu

Dalam penulisan skripsi ini, penulis menyadari bahwa masih banyak kekurangan dan kelemahan, baik dari materi maupun teknik penulisan. Untuk ini penulis mengharapkan saran dan kritik yang membangun dari pembaca guna menyempurnakan dalam pembuatan skripsi. Semoga skripsi ini bermanfaat dan berguna perkembangan ilmu pengetahuan khususnya dalam ilmu keperawatan. Aamiin Yaa Robbal Alamiin.

Banjarmasin, 17 Januari 2019

Penulis

DAFTAR ISI

	Hal
HALAMAN JUDUL.....	i
LEMBAR PERSETUJUAN PEMBIMBING	ii
LEMBAR PENGESAHAN SKRIPSI... ..	iii
PERNYATAAN ORSINALITAS PENELITIAN.....	iv
PERNYATAAN PERSETUJUAN PUBLIKASI	v
ABSTRAK	vi
KATA PENGANTAR	vii
DAFTAR ISI.....	ix
DAFTAR TABEL.....	xi
DAFTAR GAMBAR	xii
DAFTAR LAMPIRAN	xiii
 BAB 1 PENDAHULUAN	 1
1.1 Latar Belakang.....	1
1.2 Rumusan Masalah	6
1.3 Tujuan Penelitian	6
1.4 Manfaat Penelitian	7
1.5 Penelitian Terkait.....	8
 BAB 2 TINJAUAN PUSTAKA	 9
2.1 Konsep Kehamilan.....	9
2.2 Konsep Kecemasan.....	30
2.3 Konsep Terapi <i>Thought Stopping</i>	40
2.4 Konsep Terapi <i>Guided Imagery</i>	47
2.5 Kerangka Konsep Penelitian.....	50
2.6 Hipotesis Penelitian	51
 BAB 3 METODE PENELITIAN.....	 52
3.1 Jenis dan Rancangan Penelitian	52
3.2 Definisi Operasional	52
3.3 Populasi, Sampel dan Sampling	53
3.4 Tempat dan Waktu Penelitian.....	54
3.5 Instrumen dan Teknik Pengumpulan Data	54
3.6 Jenis dan Sumber Data	60
3.7 Teknik Pengolahan Data.....	60
3.8 Analisa Data	61
3.9 Etika Penelitian	63

BAB 4	HASIL DAN PEMBAHASAN.....	66
4.1	Lokasi Penelitian.....	66
4.2	Hasil Penelitian.....	68
4.3	Pembahasan	74
4.4	Keterbatasan Penelitian.....	83
4.5	Implikasi Hasil Penelitian Dalam Keperawatan	84
BAB 5	KESIMPULAN DAN SARAN	85
5.1	Kesimpulan	85
5.2	Saran	85
DAFTAR RUJUKAN		87
LAMPIRAN-LAMPIRAN		

DAFTAR TABEL

	Hal
Tabel 1.1 Penelitian Terkait	8
Tabel 2.1 Gejala-gejala Kecemasan.....	33
Tabel 2.2 <i>Hamilton Rating Scale For Anxiety (HRS-A)</i>	35
Tabel 3.1 Rancangan <i>Quasi Experiment Pretest and Posttest Non Equivalent Control Group</i>	52
Tabel 3.2 Definisi Operasional	52
Tabel 4.1 Jumlah Tenaga Yang Bekerja di Puskesmas Basirih Baru Banjarmasin Tahun 2018	67
Tabel 4.2 Distribusi Usia Ibu Hamil Primigravida Trimester III Berdasarkan Tingkat Kecemasan di Wilayah Kerja Puskesmas Basirih Baru Banjarmasin Tahun 2018.....	68
Tabel 4.3 Distribusi Tingkat Pendidikan Ibu Hamil Primigravida Trimester III Berdasarkan Tingkat Kecemasan di Wilayah Kerja Puskesmas Basirih Baru Banjarmasin Tahun 2018	68
Tabel 4.4 Distribusi Pekerjaan Ibu Hamil Primigravida Trimester III Berdasarkan Tingkat Kecemasan di Wilayah Kerja Puskesmas Basirih Baru Banjarmasin Tahun 2018	69
Tabel 4.5 Distribusi Usia Kehamilan Ibu Hamil Primigravida Trimester III Berdasarkan Tingkat Kecemasan di Wilayah Kerja Puskesmas Basirih Baru Banjarmasin Tahun 2018	70
Tabel 4.6 Distribusi Tingkat Kecemasan Ibu Hamil Primigravida Trimester III Sebelum dan Sesudah Pada Kelompok Terapi <i>Thought Stopping</i> di Wilayah Kerja Puskesmas Basirih Baru Banjarmasin Tahun 2018...70	70
Tabel 4.7 Distribusi Tingkat Kecemasan Ibu Hamil Primigravida Trimester III Sebelum dan Sesudah Pada Kelompok Terapi <i>Guided Imagery</i> di Wilayah Kerja Puskesmas Basirih Baru Banjarmasin Tahun 2018 ...71	71
Tabel 4.8 Distribusi Frekuensi Perbedaan Nilai Signifikansi Sebelum Perlakuan dan Setelah Perlakuan Terapi <i>Thought Stopping</i> Tingkat Kecemasan Ibu Hamil Primigravida Trimester III di Puskemas Basirih Baru Tahun 2018.....	72
Tabel 4.9 Perbedaan Nilai Signifikansi Sebelum Perlakuan dan Setelah Perlakuan Terapi <i>Guided Imagery</i> Terhadap Tingkat Kecemasan Ibu Hamil Primigravida Trimester III di Puskemas Basirih Baru Tahun 2018.....	73
Tabel 4.10 Perbedaan Nilai Mean antara Kelompok Intervensi <i>thought stopping</i> dan Kelompok intervensi <i>guided imagery</i> Ibu Hamil Primigravida Trimester III di Puskesmas Basirih Baru Banjarmasin Tahun 2018...74	74

DAFTAR GAMBAR

	Hal
Gambar 2.1 Kerangka Konsep	51

DAFTAR LAMPIRAN

- Lampiran 1. Lembar Permintaan Menjadi Responden *Thought Stopping*
- Lampiran 2. Lembar Permintaan Menjadi Responden *Guided Imagery*
- Lampiran 3. Lembar Persetujuan Menjadi Responden
- Lampiran 4. *Standard Operating Prosedure* (SOP) Terapi *Thought Stopping* 1
- Lampiran 5. *Standard Operating Prosedure* (SOP) Terapi *Thought Stopping* 2
- Lampiran 6. *Standard Operating Prosedure* (SOP) Terapi *Thought Stopping* 3
- Lampiran 7. *Standard Operating Prosedure* (SOP) Terapi *Guided Imagery*
- Lampiran 8. Lembar Kuesioner *Hamilton Rating Scale For Anxiety* (HRS-A)
- Lampiran 9. Lembar Observasi Non Verbal
- Lampiran 10. Surat Pengantar Permohonan Ijin Pengambilan Data
- Lampiran 11. Surat Persetujuan Pengambilan Data
- Lampiran 12. Data Dinas Kesehatan tentang Kunjungan Ibu Hamil
- Lampiran 13. Surat Pengantar Permohonan Ijin Melakukan Penelitian
- Lampiran 14. Surat Persetujuan Ijin Melakukan Penelitian
- Lampiran 15. Surat Keterangan Telah Melakukan Penelitian
- Lampiran 16. Jadwal Pelaksanaan Penelitian
- Lampiran 17. Tabulasi Penelitian
- Lampiran 18. Hasil Uji Statistik *Wilcoxon*
- Lampiran 19. Hasil Uji Statistik *Mann Whitney*
- Lampiran 20. Sertifikat Kelayakan Etik Penelitian
- Lampiran 21. Lembar Konsultasi
- Lampiran 22. Daftar Riwayat Hidup