

**PERBEDAAN TINGKAT KECEMASAN IBU HAMIL MENGHADAPI
PERSALINAN PERTAMA DITINJAU DARI FREKUENSI MENGIKUTI
SENAM HAMIL di RUMAH SAKIT PANTI RAPIH YOGYAKARTA**

SKRIPSI

Untuk Memenuhi Salah Satu Syarat Guna Memperoleh Gelar Sarjana Psikologi
Program Pendidikan Strata 1 Psikologi



Oleh:

Agnes Anggun Sari

G 0105008

**PROGRAM STUDI PSIKOLOGI
FAKULTAS KEDOKTERAN
UNIVERSITAS SEBELAS MARET SURAKARTA**

2009

HALAMAN PERSETUJUAN

Proposal dengan judul : **Perbedaan Tingkat Kecemasan Ibu Hamil Menghadapi Persalinan Pertama Ditinjau dari Frekuensi Mengikuti Senam Hamil di Rumah Sakit Panti Rapih Yogyakarta**

Nama Peneliti : Agnes Anggun Sari
NIM/ Semester : G 0105008
Tahun : 2009

Telah disetujui untuk dipertahankan dihadapan Pembimbing dan Penguji Skripsi Prodi Psikologi Fakultas Kedokteran Universitas Sebelas Maret pada:

Hari :
Tanggal :

Pembimbing I

Pembimbing II

Dra. Suci Murti K. M.Si
NIP 19540527 198003 2 001

Rin Widya Agustin, M.Psi
NIP 19760817 200501 2 002

Koordinator Skripsi

Rin Widya Agustin, M.Psi
NIP 19760817 200501 2 002

HALAMAN PENGESAHAN

Skripsi dengan judul:
**Perbedaan Tingkat Kecemasan Ibu Hamil Menghadapi Persalinan Pertama
Ditinjau dari Frekuensi Mengikuti Senam Hamil di Rumah Sakit Panti
Rapih Yogyakarta**

Agnes Anggun Sari,G 0105008, Tahun 2009

Telah diuji dan disahkan oleh Pembimbing dan Penguji Skripsi
Prodi Psikologi Fakultas Kedokteran Universitas Sebelas Maret Surakarta

Hari :

Tanggal :

1. Pembimbing I
Dra. Suci Murti Karini, M.Si (_____)
2. Pembimbing II
Rin Widya Agustin, M.Psi (_____)
3. Penguji I
Dra. Salmah Lilik, Psi. (_____)
4. Penguji II
Nugraha Arif Karyanta, S.Psi. (_____)

Surakarta, _____

Koordinator Skripsi

Ketua Program Studi Psikologi

Rin Widya Agustin, M.Psi
NIP 19760817 200501 2 002

Dra. Suci Murti Karini, M.Si
NIP 19540527 198003 2 001

HALAMAN PERNYATAAN

Dengan ini saya menyatakan dengan sesungguhnya bahwa dalam skripsi ini tidak terdapat karya yang pernah diajukan untuk memperoleh gelar kesarjanaan di suatu perguruan tinggi, dan sepanjang sepengetahuan saya juga tidak terdapat karya atau pendapat yang pernah ditulis atau diterbitkan oleh orang lain, kecuali yang secara tertulis diacu dalam naskah ini dan disebutkan dalam daftar pustaka. Jika terdapat hal-hal yang tidak sesuai dengan ini, maka saya bersedia derajat kesarjanaan saya dicabut.

Surakarta, Oktober 2009

Penulis

MOTTO

With God All Things Are Possible

UCAPAN TERIMA KASIH DAN PENGHARGAAN

Kupersembahkan karya ini kepada

*Orang-orang yang sangat aku kasih,
yang selalu setia berada di sampingku
dalam mencapai cita-cita dan impianku*

Terimakasih kuucapkan atas terselesaikannya karya ini kepada:

1. Seluruh dosen pengajar Program Studi Psikologi
UNS atas segala ilmu, doa, dan dukungan yang
telah diberikan kepada penulis selama menuntut
ilmu di UNS.
2. Papa, Mama, dan Lucky untuk doa, kasih sayang &
perhatiannya yang tak akan pernah terhenti.
3. Almamaterku tercinta

KATA PENGANTAR

Puji syukur penulis panjatkan ke hadirat Tuhan Yesus atas segala berkat dan karunia-Nya, sehingga penulis dapat menyelesaikan skripsi sebagai syarat mendapatkan gelar sarjana Program Studi Psikologi Fakultas Kedokteran Universitas Sebelas Maret Surakarta.

Penulis menyadari bahwa terselesaikannya skripsi ini tidak lepas dari dorongan, bantuan, dan bimbingan dari berbagai pihak. Oleh karena itu penulis menghaturkan terima kasih yang sebesar-besarnya dan penghargaan yang setinggi-tingginya kepada :

1. Bapak Prof. Dr. dr. AA. Subiyanto, M.S selaku Dekan Fakultas Kedokteran Universitas Sebelas Maret Surakarta.
2. Ibu Dra.Suci Murti Karini, M.Si, selaku Ketua Program Studi Psikologi Fakultas Kedokteran Universitas Sebelas Maret dan dosen pembimbing I, yang telah meluangkan waktu disela-sela kesibukannya untuk memberikan arahan, bimbingan, dan masukan yang sangat bermanfaat bagi penyelesaian skripsi ini.
3. Ibu Rin Widya Agustin M.Psi, selaku dosen pembimbing II, yang telah meluangkan waktu dengan sabar dalam memberikan bimbingan, arahan, masukan dan ilmu yang sangat bermanfaat bagi penyelesaian skripsi ini, serta terimakasih untuk semangat dan motivasi yang telah ibu berikan.
4. Bapak Aditya Nanda Priyatama, S.Psi., M.Si., selaku pembimbing akademik, yang telah memberikan perhatian dan arahan selama penulis menempuh studi di Program Studi Psikologi Fakultas Kedokteran.

5. Ibu Dra. Salmah Lilik, Psi dan bapak Nugraha Arif Karyanta, S.Psi selaku dosen penguji I dan II, yang telah memberikan masukan-masukan yang sangat bermanfaat untuk penyempurnaan skripsi ini.
6. Seluruh staf pengajar, staf tata usaha, dan staf perpustakaan Program Studi Psikologi Fakultas Kedokteran Universitas Sebelas Maret yang telah yang telah memberikan banyak bekal ilmu dan pengalaman berharga demi kemajuan penulis dan membantu kelancaran studi penulis.
7. Ibu Sri Sulistyowati, dr. Sp.OG (K), yang telah memberikan ijin kepada penulis untuk menyebarkan skala kepada pasien di tempat prakteknya.
8. Bapak Parjianto, suster Puji, suster Umi, dan peserta senam hamil RS Panti Rapih yang telah membantu penulis dalam melakukan penelitian.
9. Orangtua dan adikku tersayang yang telah memberikan cinta, bimbingan, nasehat, kesabaran, pengertian dan kasih sayangnya serta tak pernah putus mendoakan penulis.
10. Eplin, Pu3, Nora atas dukungan, bantuan, dan doa yang diberikan. Friends 4eva!!!!!!! Anak-anak PMK Psikologi atas segala doa, dorongan, dan bantuan yang telah diberikan. Teman-teman Psikologi 2005, Ika, untuk kebersamaannya, bantuan, dorongan dan doanya. Semangat!
11. Semua pihak yang tidak dapat penulis sebutkan karena adanya keterbatasan. Tuhan Yesus memberikan karunia yang melimpah kepada kita semua.

Surakarta, Oktober 2009

Penulis

PERBEDAAN TINGKAT KECEMASAN IBU HAMIL MENGHADAPI PERSALINAN PERTAMA DITINJAU DARI FREKUENSI MENGIKUTI SENAM HAMIL DI RUMAH SAKIT PANTI RAPIH YOGYAKARTA.

Agnes Anggun Sari
G0105008

ABSTRAK

Ibu hamil mengalami perubahan fisik dan psikis yang terjadi karena adanya ketidakseimbangan hormon progesteron dan estrogen yaitu hormon kewanitaan yang ada di dalam tubuh ibu sejak terjadinya proses kehamilan. Semua perubahan fisik yang terjadi pada ibu hamil mengakibatkan terjadinya perubahan psikis. Kecemasan merupakan salah satu gangguan emosional yang sering ditemui pada ibu hamil, terutama pada ibu hamil pertama. Senam hamil merupakan salah satu alternatif cara yang dapat membantu ibu hamil untuk mengatasi kecemasannya. Beberapa sumber menyebutkan berbagai saran frekuensi yang berbeda untuk mengikuti senam hamil.

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui perbedaan tingkat kecemasan ibu hamil menghadapi persalinan pertama ditinjau dari frekuensi mengikuti senam hamil di rumah sakit Panti Rapih Yogyakarta. Metode dalam penelitian ini menggunakan pendekatan kuantitatif. Subjek penelitian adalah ibu hamil pertama yang mengikuti senam hamil di rumah sakit Panti Rapih Yogyakarta. Teknik pengambilan sampel dengan *purposive sampling*. Alat pengumpulan data yang digunakan adalah skala kecemasan menghadapi persalinan pertama. Analisis data menggunakan teknik analisis anova satu jalur.

Hasil perhitungan menggunakan teknik analisis anova satu jalur, diperoleh $F_{hitung} = 15,183 > \text{dari } F_{tabel} = 3,354$. Hal ini berarti terdapat perbedaan rata-rata tingkat kecemasan ibu hamil menghadapi persalinan pertama yang signifikan ditinjau dari frekuensi mengikuti senam hamil. Selain itu berdasarkan uji post hoc dan homogeneous subset yang melengkapi hasil uji anova satu jalur menunjukkan adanya perbedaan rata-rata tingkat kecemasan ibu hamil menghadapi persalinan pertama pada setiap kelas frekuensi.

Kata kunci: kecemasan menghadapi persalinan pertama, frekuensi mengikuti senam hamil.

**THE DIFFERENCE OF ANXIETY LEVELS OF PREGNANT MOTHER
FACING FIRST CHILDBIRTH WHICH IS OBSERVED FROM
FREQUENCY OF DOING PREGNANT GYMNASTIC AT PANTI RAPIH
HOSPITAL IN YOGYAKARTA**

Agnes Anggun Sari
G0105008

ABSTRACT

Pregnant mother experiences physical and psychological change happen because a disproportion progesterone and estrogen hormone, which are effeminacy hormone there in mother's body since pregnancy process happen. All physical changing happen to pregnant woman cause psychological changing. Anxiety is one of emotional disorders often can be seen on pregnant mother, especially on the first pregnancy. Pregnant gymnastic is one of alternative ways helping pregnant mother overcome her anxiety. Few resources mentioned some advices of different frequencies of joining pregnant gymnastic.

Purpose of this research is knowing the difference of anxiety levels of pregnant mother facing first childbirth which is observed from frequency of doing pregnant gymnastic at Panti Rapih Hospital in Yogyakarta. Subject of this research are pregnant mother having their first pregnancy which have joining pregnant gymnastic at Panti Rapih Hospital Yogyakarta. Data collection used anxiety scale facing first childbirth. Data analysis used one-way anova analysis technique.

The result using one-way anova is $F_h = 15,183 > F_t = 3,354$. This means there is average differency of anxiety happens to pregnant mother facing first childbirth which is significant observed from frequency of joining pregnant gymnastic. In addition, based on Post Hoc test and homogeneous subset which complete result from one-way anova test show the average difference of pregnant mother's anxiety levels facing first childbirth on each class of frequencies.

Keywords: *anxiety of facing first childbirth, frequency of joining pregnant gymnastic.*

DAFTAR ISI

HALAMAN JUDUL	i
HALAMAN PERSETUJUAN	ii
HALAMAN PENGESAHAN	iii
HALAMAN PERNYATAAN	iv
MOTTO	v
UCAPAN TERIMAKASIH DAN PENGHARGAAN	vi
KATA PENGANTAR	vii
ABSTRAK	ix
<i>ABSTRACT</i>	x
DAFTAR ISI	xi
DAFTAR TABEL	xv
DAFTAR GAMBAR	xvi
DAFTAR LAMPIRAN	xvii
BAB I. PENDAHULUAN	
A. Latar Belakang Masalah.....	1
B. Perumusan Masalah.....	9
C. Tujuan Penelitian.....	10
D. Manfaat Penelitian.....	10
BAB II. LANDASAN TEORI	
A. Tingkat Kecemasan Ibu Hamil Menghadapi Persalinan Pertama	
1. Pengertian Kecemasan Ibu Hamil Menghadapi Persalinan Pertama.....	11

2. Aspek-Aspek Kecemasan Pada Ibu Hamil.....	15
3. Tingkatan kecemasan.....	15
4. Faktor-faktor yang Mempengaruhi Kecemasan Pada Ibu Hamil.....	16
5. Faktor-faktor yang Mempengaruhi Persalinan.....	22
6. His persalinan.....	23
B. Frekuensi Mengikuti Senam Hamil	
1. Pengertian Frekuensi Mengikuti Senam Hamil.....	24
2. Sejarah Senam Hamil.....	27
3. Tujuan Senam Hamil.....	28
4. Manfaat Senam Hamil.....	31
5. Syarat Melakukan Senam Hamil.....	31
6. Kondisi yang Membatalkan Senam.....	32
7. Perubahan Bentuk Tubuh dan Implikasi Senam.....	33
C. Hubungan antara Tingkat Kecemasan Ibu Hamil Menghadapi Persalinan Pertama dengan Frekuensi Mengikuti Senam Hamil.....	38

BAB III. METODE PENELITIAN

A. Identifikasi Variabel Penelitian.....	44
B. Definisi Operasional Variabel Penelitian.....	44
C. Populasi, Sampel, dan Sampling.....	45
D. Teknik Pengumpulan Data.....	47
E. Validitas dan Reliabilitas.....	48

F. Metode analisis data.....	49
------------------------------	----

BAB IV. HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN

A. Persiapan Penelitian	
1. Orientasi Kancan Penelitian.....	50
2. Persiapan Alat Ukur.....	54
3. Pelaksanaan Uji Coba.....	54
4. Analisis Daya Beda Aitem dan Reliabilitas.....	55
5. Penyusunan Alat Ukur untuk Penelitian dengan Nomor Urut Baru.....	57
B. Pelaksanaan Penelitian	
1. Penentuan Subjek Penelitian.....	57
2. Pengumpulan Data.....	58
3. Pelaksanaan Skoring.....	58
C. Hasil Analisis Data dan Interpretasi	
1. Hasil Pengukuran.....	59
2. Hasil Analisis Deskriptif.....	60
3. Hasil uji asumsi.....	63
a. Uji normalitas.....	63
b. Uji Homogenitas.....	64
4. Hasil Uji Hipotesis.....	64
D. Pembahasan.....	67

BAB V. KESIMPULAN DAN SARAN

A. Kesimpulan.....	72
--------------------	----

B. Saran.....	73
Daftar Pustaka.....	75
Lampiran.....	77

DAFTAR TABEL

Tabel 1. Kategori Nilai Frekuensi.....	45
Tabel 2 . <i>Blueprint</i> Skala Kecemasan Menghadapi Persalinan Pertama.....	48
Tabel 3. Distribusi Item Sahih dan Item Gugur Skala Kecemasan Menghadapi Persalinan Pertama Setelah Uji Coba.....	56
Tabel 4. Distribusi Aitem Skala Kecemasan Menghadapi Persalinan Pertama Setelah Uji Coba.....	57
Tabel 5. Data Hasil Pengukuran.....	59
Tabel 6. Statistik Deskriptif	60
Tabel 7. Kriteria Kategori Skala Kecemasan Menghadapi Persalinan Pertama dan Distribusi Skor Subjek Kelas A.....	61
Tabel 8. Kriteria Kategori Skala Kecemasan Menghadapi Persalinan Pertama dan Distribusi Skor Subjek Kelas B.....	62
Tabel 9. Kriteria Kategori Skala Kecemasan Menghadapi Persalinan Pertama dan Distribusi Skor Subjek Kelas C.....	62
Tabel 10. Hasil Uji Normalitas.....	63
Tabel 11. Hasil Uji Homogenitas.....	64
Tabel 12. Hasil Uji Hipotesis.....	65
Tabel 13. Hasil Uji Post Hoc.....	65
Tabel 14. Homogeneous Subsets.....	65

DAFTAR GAMBAR

Gambar 1.	Kerangka Pemikiran	42
-----------	--------------------------	----

DAFTAR LAMPIRAN

LAMPIRAN A. ALAT UKUR PENELITIAN

1. Skala Penelitian Sebelum Uji Coba.....79
2. Skala Penelitian Setelah Uji Coba.....82

LAMPIRAN B. Uji Daya Beda dan Reliabilitas Skala

- Kecemasan Menghadapi Persalinan Pertama.....83

LAMPIRAN C. DATA PENELITIAN

1. Data Uji Coba Skala Kecemasan
Menghadapi Persalinan Pertama.....87
2. Data Penelitian Skala Kecemasan
Menghadapi Persalinan Pertama.....89

LAMPIRAN D. ANALISIS DATA PENELITIAN

1. Hasil Analisis Deskriptif.....91
2. Uji Asumsi Normalitas dan Homogenitas.....91
5. Uji Hipotesis One Way anova.....92

LAMPIRAN E.

1. Kategorisasi Nilai Frekuensi Senam Hamil..... 94
2. Kategorisasi Nilai Skala Kecemasan
Menghadapi Persalinan Pertama..... 95

LAMPIRAN F. Modul Senam Hamil dan gambar gerakan senam hamil.....96

LAMPIRAN G. Foto.....107

LAMPIRAN H. Jadwal Kegiatan, Surat Ijin Penelitian,

- dan Surat Tanda Bukti Penelitian.....109