

PENGARUH PEMBERIAN TEKNIK RELAKSASI *DEEP BREATHING* DALAM MENURUNKAN TINGKAT KECEMASAN PADA PASIEN OPERASI *SECTIO CAESAREA* DI RSIA PASUTRI BOGOR

SKRIPSI



Oleh :

SYAFFITRY MARYANY

225401446042

**FAKULTAS ILMU KESEHATAN
PROGRAM STUDI KEBIDANAN
UNIVERSITAS NASIONAL
JAKARTA
2023**

**PENGARUH PEMBERIAN TEKNIK RELAKSASI *DEEP*
BREATHING DALAM MENURUNKAN TINGKAT
KECEMASAN PADA PASIEN OPERASI
SECTIO CAESAREA DI RSIA
PASUTRI BOGOR**

SKRIPSI

Diajukan untuk memenuhi persyaratan memperoleh gelar Sarjana Kebidanan
pada Program Studi Kebidanan Fakultas Ilmu Kesehatan
Universitas Nasional
Jakarta



Oleh :

SYAFFITRY MARYANY

225401446042

**FAKULTAS ILMU KESEHATAN
PROGRAM STUDI KEBIDANAN
UNIVERSITAS NASIONAL
JAKARTA
2023**

LEMBAR PENGESAHAN SKRIPSI
PENGARUH PEMBERIAN TEKNIK RELAKSASI *DEEP*
***BREATHING* DALAM MENURUNKAN TINGKAT**
KECEMASAN PADA PASIEN OPERASI
***SECTIO CAESAREA* DI RSIA**
PASUTRI BOGOR

Oleh :

SYAFFITRY MARYANY

225401446042

Telah dipertahankan di hadapan penguji skripsi

Program Studi Kebidanan

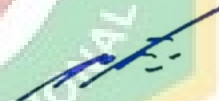
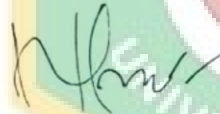
Fakultas Ilmu Kesehatan

Universitas Nasional

Pada Tanggal 18 Agustus 2023

Pembimbing 1,

Pembimbing 2,



Dr. Nurul Husnul Lail, SST, Bdn, M.Kes.

Putri Azzahroh, SST., M.Kes

Mengetahui

Dekan Fakultas Ilmu Kesehatan
Universitas Nasional



Prof. Dr. Dra. Retno Widowati, M.Si

LEMBAR PERSETUJUAN

Judul Skripsi : Pengaruh Pemberian Teknik Relaksasi *Deep Breathing*
Dalam Menurunkan Tingkat Kecemasan Pada Pasien
Operasi *Sectio Caesarea* Di RSIA Pasutri Bogor

Nama Mahasiswa : Syaffitry Maryany

NPM : 225401446042

Pembimbing 1,



Dr. Nurul Husnul Lail, SST., Bdn., M.Kes

Menyetujui,

Pembimbing 2,



Putri Azzahroh, SST., M.Kes



HALAMAN PERSETUJUAN

Judul Skripsi : Pengaruh Pemberian Teknik Relaksasi *Deep Breathing*
Dalam Menurunkan Tingkat Kecemasan Pada Pasien
Operasi *Sectio Caesarea* Di RSIA Pasutri Bogor

Nama Mahasiswa : Syaffitry Maryany

NPM : 225401446042



Menyetujui,

Penguji 1 : Dr. Rukmaini, SST., M. Keb

A handwritten signature in black ink, consisting of a stylized 'H' followed by a dot, positioned above a dotted line.

Penguji 2 : Dr. Nurul Husnul Lail, S. ST., Bdn., M. Kes

A handwritten signature in black ink, appearing to be 'Nurul', positioned above a dotted line.

Penguji 3 : Putri Azahroh, SST., M.Kes

A handwritten signature in blue ink, consisting of a stylized 'P' followed by a dot, positioned above a dotted line.

LEMBAR KEASLIAN PENELITIAN

Yang bertanda tangan dibawah ini saya:

Nama Mahasiswa : Syaffitry Maryany

NPM : 225401446042

Program Studi : Sarjana Kebidanan

Saya menyatakan dengan sesungguhnya bahwa penelitian dengan judul :

**Pengaruh Pemberian Teknik Relaksasi *Deep Breathing* Dalam Menurunkan
Tingkat Kecemasan Pada Pasien Operasi *Sectio Caesarea* Di RSIA Pasutri
Bogor**

Menyatakan bahwa dalam skripsi ini tidak terdapat karya yang pernah diajukan untuk memperoleh gelar kesarjanaan yang lain atau di perguruan tinggi lain. Sepanjang pengetahuan saya, juga tidak terdapat karya atau pendapat yang pernah ditulis atau diterbitkan oleh orang lain, kecuali yang secara tertulis diacu dalam naskah ini dan disebut dalam daftar pustaka.

Jakarta, 18 Agustus 2023



(Syaffitry Maryany)

KATA PENGANTAR

Puji serta syukur Alhamdulillah penulis panjatkan kepada Allah SWT, karena atas berkat rahmat dan hidayah-Nya, penulis dapat menyelesaikan SKRIPSI ini sebagai salah satu pemenuhan syarat untuk menyelesaikan Program Pendidikan Sarjana Kebidanan di Universitas Nasional, yang berjudul “Pengaruh Pemberian Teknik Relaksasi *Deep Breathing* Dalam Menurunkan Tingkat Kecemasan Pada Pasien Operasi *Sectio Caesarea* di RSIA Pasutri Bogor”.

Penulis menyadari kemampuan dan keterbatasan ilmu pengetahuan yang penulis miliki, sehingga penyusunan SKRIPSI ini jauh dari sempurna. Namun, SKRIPSI ini diharapkan dapat memberi manfaat bagi kita semua. Untuk itu, dalam kesempatan ini, penulis mengucapkan terimakasih yang tiada terhingga serta penghargaan setinggi-tingginya kepada:

1. Allah SWT, yang telah memberikan kemudahan dan melimpahkan karunia-Nya yang sangat luar biasa sehingga SKRIPSI ini dapat penulis selesaikan
2. Kedua orang tua ayahanda tercinta Ayah H. Syafrizal dan ibunda tersayang Hj. Marnis, kakak Sri Eka Navianti, dan abang Ricky Wahyudi yang telah memberikan semua kasih sayang, dorongan serta semangat yang tiada batasnya tanpa pamrih, dan selalu mengingatkan kepada Allah SWT untuk selalu bersyukur, semoga Allah SWT memberikan kebahagiaan di dunia dan akhirat
3. Prof. Dr. Retno Widowati, M.Si, selaku Dekan Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas Nasional Jakarta
4. Dr. Vivi Silawati, SST, SKM, MKM, selaku Ketua Program Studi Kebidanan Program Sarjana Kebidanan Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas Nasional Jakarta
5. Dr. Nurul Husnul Lail, SST., Bdn., M.Kes., selaku pembimbing I yang telah memberikan bimbingan dan pengarahannya dalam penyusunan SKRIPSI ini
6. Putri Azzahroh, SST., M.Kes., selaku pembimbing II yang telah memberikan bimbingan dan pengarahannya dalam penyusunan SKRIPSI ini

7. Seluruh Dosen dan Staf Program Sarjana Kebidanan Universitas Nasional Jakarta yang telah membekali ilmu yang sangat bermanfaat kepada penulis juga memberikan petunjuk dan nasehat selama penulis menjalani pendidikan
8. RSIA Pasutri sebagai tempat bekerja dan pengambilan lahan sampel penelitian. Kepada para jajarannya dokter di kamar operasi dan para rekan kerja yang selalu mengajarkan dan membimbing saya sampai Skripsi ini terselesaikan dengan baik.
9. Sahabat serta teman-teman seperjuangan yang saling memberikan do'a, pelajaran, semangat dan motivasi selama masa perkuliahan hingga penyusunan SKRIPSI ini

Dalam penyusunan SKRIPSI penulis menyadari bahwa penelitian ini masih jauh dari sempurna dikarenakan terbatasnya pengalaman dan pengetahuan yang dimiliki penulis. Untuk itu, penulis mengharapkan masukan baik kritik maupun saran yang sifatnya membangun. Penulis sangat berharap Allah SWT berkenan membalas kebaikan semua pihak yang telah membantu. Semoga SKRIPSI ini dapat bermanfaat bagi kita semua.

Jakarta, 18 Agustus 2023



(Syaffitry Maryany)

ABSTRAK

PENGARUH PEMBERIAN TEKNIK RELAKSASI *DEEP BREATHING* DALAM MENURUNKAN TINGKAT KECEMASAN PADA PASIEN OPERASI *SECTIO CAESAREA* DI RSIA PASUTRI BOGOR

Syaffitry Maryany, Nurul Husnul Lail, Putri Azzahroh

Latar Belakang : Pada pasien yang akan melakukan operasi *sectio caesarea* pada umumnya merasakan perasaan cemas yang berlebih dikarenakan khawatir dalam proses operasi, dan takut pada peralatan yang digunakan di kamar operasi. **Tujuan :** Penelitian ini bertujuan untuk Mengetahui dan menganalisis pengaruh teknik relaksasi *deep breathing* dalam menurunkan tingkat kecemasan pasien operasi *sectio caesarea* di Kamar Operasi RSIA Pasutri Bogor. **Metode :** Penelitian ini menggunakan desain penelitian *quasy eksperiment* dengan One Group *pre test – post test*. Populasi pada penelitian adalah 55 Ibu yang dilakukan operasi *sectio caesarea* di kamar operasi RSIA Pasutri bogor. Tehnik sampel yang digunakan dalam penelitian ini adalah *purposive sampling*. **Hasil :** Dari hasil analisis pada penelitian ini dengan menggunakan uji *wilcoxon signed test* didapatkan *p value* = 0,000 ($\alpha < 0,05$). **Kesimpulan :** Sehingga dapat disimpulkan bahwa ada pengaruh signifikan pemberian teknik relaksasi *deep breathing* dalam menurunkan tingkat kecemasan pasien operasi *sectio caesarea* di RSIA Pasutri Bogor. **Saran :** Melakukan kajian lebih dan penerapannya teknik relaksasi *deep breathing* dalam menurunkan tingkat kecemasan pada pasien operasi *sectio caesarea*.

Kata kunci : Kecemasan, *Sectio Caesarea*, Teknik Relaksasi *Deep Breathing*



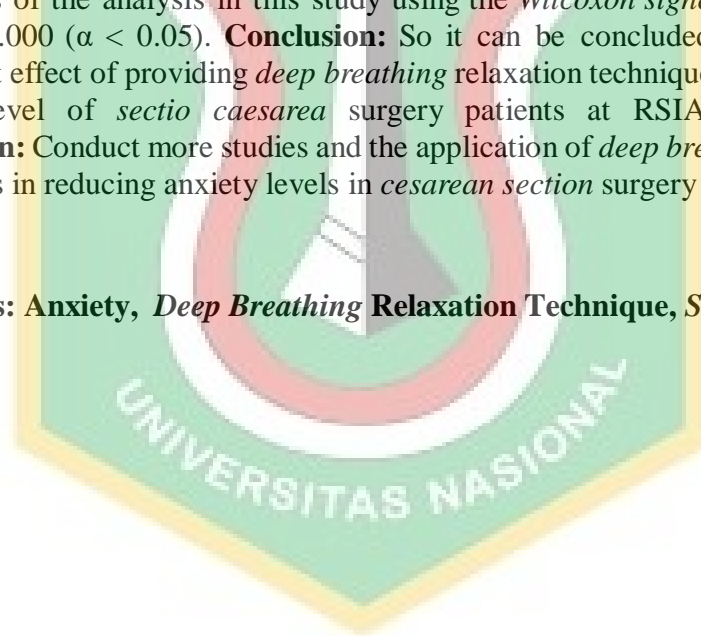
ABSTRACT

THE EFFECT OF PROVIDING *DEEP BREATHING* RELAXATION TECHNIQUES IN REDUCING ANXIETY LEVELS IN *SECTIO* *CAESAREAN* SURGERY PATIENTS AT RSIA PASUTRI BOGOR

Syaffitry Maryany , Nurul Husnul Lail , Putri Azahroh

Background: In patients who will perform *sectio caesarea* surgery in general feel feelings of excessive anxiety due to worry in the process of surgery, and fear of the equipment used in the operating room. **Objective:** This study aims to determine and analyze the effect of *deep breathing* relaxation techniques in reducing the anxiety level of *sectio caesarea* surgery patients in the Operating Room of RSIA Pasutri Bogor. **Method:** This study used a *quasy experimental* research design with One Group *pre test - post test*. The population in the study was 55 mothers who performed *sectio caesarea* surgery in the operating room of RSIA Pasutri Bogor. The sample technique used in this study was *purposive sampling*. **Results:** From the results of the analysis in this study using the *Wilcoxon signed test* obtained *p value* = 0.000 ($\alpha < 0.05$). **Conclusion:** So it can be concluded that there is a significant effect of providing *deep breathing* relaxation techniques in reducing the anxiety level of *sectio caesarea* surgery patients at RSIA Pasutri Bogor. **Suggestion:** Conduct more studies and the application of *deep breathing* relaxation techniques in reducing anxiety levels in *cesarean section* surgery patients.

Keywords: Anxiety, *Deep Breathing* Relaxation Technique, *Sectio Caesarea*



Abstract

THE EFFECT OF DEEP BREATHING RELAXATION TECHNIQUE IN REDUCING ANXIETY LEVELS OF CESAREAN SECTION PATIENTS AT RSIA PASUTRI BOGOR

Syaffitry Maryany, Nurul Husnul Lail, Putri Azzahroh

Background: Patients who are going to have a cesarean section generally feel excessive anxiety due to worry about the operation process and fear of the equipment used in the operating room. **Objective:** This study aims to identify and analyze the effect of deep breathing relaxation techniques in reducing the anxiety level of sectio caesarean surgery patients in the Operating Room of RSIA Pasutri, Bogor.

Methodology: This study used a quasy experimental research design with One Group pre test – post test. The population in the study were 55 mothers who underwent cesarean section surgery in the operating room of RSIA Couples, Bogor. The sample technique used in this study was purposive sampling.

Results: From the results of the analysis in this study using the Wilcoxon signed test obtained p value = 0.000 ($\alpha < 0.05$).

Conclusion: it can be concluded that there is a significant effect of deep breathing relaxation techniques in reducing the anxiety level of cesarean section patients' anxiety at RSIA Pasutri, Bogor.

Suggestion: Conduct more studies and apply deep breathing relaxation techniques in reducing anxiety levels in sectio caesarea surgery patients.

Keywords: anxiety, cesarean section, deep breathing relaxation technique



DAFTAR ISI

LEMBAR PENGESAHAN SKRIPSI	Error! Bookmark not defined.
LEMBAR PERSETUJUAN.....	Error! Bookmark not defined.
LEMBAR KEASLIAN PENELITIAN.....	Error! Bookmark not defined.
KATA PENGANTAR	7
ABSTRAK	9
ABSTRACT	10
DAFTAR ISI	Error! Bookmark not defined.
DAFTAR TABEL	14
DAFTAR GAMBAR	15
BAB I.....	Error! Bookmark not defined.
PENDAHULUAN	Error! Bookmark not defined.
1.1 Latar Belakang.....	Error! Bookmark not defined.
1.2 Rumusan Masalah.....	Error! Bookmark not defined.
1.3 Tujuan Penelitian.....	Error! Bookmark not defined.
1.4 Manfaat Penelitian.....	Error! Bookmark not defined.
1.4.1 Manfaat Teoritis	Error! Bookmark not defined.
1.4.2 Manfaat Praktis.....	Error! Bookmark not defined.
BAB II.....	Error! Bookmark not defined.
TINJAUAN PUSTAKA.....	Error! Bookmark not defined.
2.1 Kajian Teori.....	Error! Bookmark not defined.
2.1.1 Kecemasan	Error! Bookmark not defined.
2.1.2 Sectio Caesarea (SC)	Error! Bookmark not defined.
2.1.3 Teknik Relaksasi Deep Breathing ...	Error! Bookmark not defined.
2.2 Kerangka Teori.....	Error! Bookmark not defined.
2.3 Kerangka Konsep	Error! Bookmark not defined.
2.4 Hipotesis Penelitian	Error! Bookmark not defined.
BAB III.....	Error! Bookmark not defined.
METODOLOGI PENELITIAN	Error! Bookmark not defined.

3.1	Desain Penelitian	Error! Bookmark not defined.
3.2	Populasi dan Sampel	Error! Bookmark not defined.
3.2.1	Populasi.....	Error! Bookmark not defined.
3.2.2	Sampel.....	Error! Bookmark not defined.
3.3	Lokasi dan Waktu Penelitian.....	Error! Bookmark not defined.
3.4	Variabel Penelitian.....	Error! Bookmark not defined.
3.5	Definisi Operasional Penelitian	Error! Bookmark not defined.
3.6	Instrumen Penelitian	Error! Bookmark not defined.
3.7	Prosedur Pengumpulan Data	Error! Bookmark not defined.
3.7.1	Prosedur Administratif :	Error! Bookmark not defined.
3.7.2	Prosedur Teknis :	Error! Bookmark not defined.
3.8	Pengolahan Data	Error! Bookmark not defined.
3.8.1	Teknik pengolahan data	Error! Bookmark not defined.
3.8.2	Analisa Data	Error! Bookmark not defined.
3.9	Etika Penelitian.....	Error! Bookmark not defined.
BAB IV	Error! Bookmark not defined.
HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN	Error! Bookmark not defined.
4.1	HASIL PENELITIAN	Error! Bookmark not defined.
4.1.1	Hasil Analisa Univariat.....	Error! Bookmark not defined.
4.1.2	Hasil Analisa Bivariat.....	Error! Bookmark not defined.
4.2	Pembahasan.....	Error! Bookmark not defined.
4.2.1	Pembahasan Univariat	Error! Bookmark not defined.
4.2.2	Pembahasan Bivariat.....	Error! Bookmark not defined.
4.3	Keterbatasan Penelitian.....	Error! Bookmark not defined.
BAB V	Error! Bookmark not defined.
SIMPULAN DAN SARAN	Error! Bookmark not defined.
5.1	SIMPULAN	Error! Bookmark not defined.
5.2	Saran	Error! Bookmark not defined.
DAFTAR PUSTAKA	Error! Bookmark not defined.

DAFTAR TABEL

Tabel 3. 1	Error! Bookmark not defined.
Tabel 4. 1	Error! Bookmark not defined.
Tabel 4. 2	Error! Bookmark not defined.
Tabel 4. 3	Error! Bookmark not defined.
Tabel 4. 4	Error! Bookmark not defined.



DAFTAR GAMBAR

Gambar 2. 1 Rentang Respon Cemas **Error! Bookmark not defined.**

Gambar 2. 2 Kerangka Teori..... **Error! Bookmark not defined.**

Gambar 2. 3 Kerangka konsep penelitian **Error! Bookmark not defined.**



DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran 1	Error! Bookmark not defined.
Lampiran 2	Error! Bookmark not defined.
Lampiran 3	Error! Bookmark not defined.
Lampiran 4	Error! Bookmark not defined.
Lampiran 5	Error! Bookmark not defined.

