



Plagiarism Checker X Originality Report

Similarity Found: 28%

Date: Monday, May 27, 2019

Statistics: 742 words Plagiarized / 2664 Total words

Remarks: Medium Plagiarism Detected - Your Document needs Selective Improvement.

PENERAPAN TEHNIK NAFAS PADA IBU BERSALIN BERPENGARUH TERHADAP AMBANG NYERI DAN LAMA PERSALINAN KALA I Ni Wayan Ariani¹, Ni Luh Putu Erawati², Ni Nyoman Suindri³ 1,2,3 Dosen Jurusan Kebidanan Politehnik Kesehatan Denpasar Arianiwayan@gmail.com Abstract. Breathing technique is a non-pharmacological technique which is used to reduce pain, especially in labor.

This research aimed to determine the differences between child-birth mothers groups who do yoga breathing techniques with other group which mothers used breathing techniques conventional. This research was pre-experimental type static group comparison. Population in this study was all women that giving birth in the health center Dauh Puri. Midwifery clinic GW and GT, 2014. Sampling with consecutive sampling technique.

The number of samples that met the inclusion criteria was 32 respondents, 16 treatment group and 16 control group. The result of the data by normality data test shows the first stage of labor pains active phase of the opening > 10 cm and 8 cm, not normal so analyzed using Test Mann-Whitney. The result of the analysis found significant differences in labor pain on opening > 8cm-10cm (0.016), duration of the active phase of the first stage (0.001), while the length of second stage analysis showed no significant difference (0.611) between the treatment and control groups. The results of the analysis using T test, found no significant difference (0.871) at the opening of labor pain 4cm-8cm between the treatment groups and the control groups.

The result showed the breath effect on pain and duration of first stage labor. Keywords : breathing technique, labor pain. Abstrak. Teknik pernapasan merupakan salah satu Teknik non-farmakologi yang digunakan dalam mengurangi rasa nyeri khususnya dalam

persalinan. Tujuan penelitian untuk mengetahui perbedaan proses persalinan antara kelompok ibu bersalin yang melakukan Teknik bernafas yoga dengan kelompok ibu bersalin yang menggunakan Teknik pernapasan kompensional. Jenis penelitian pra eksperimen, perbandingan kelompok statis.

Populasi penelitian adalah semua ibu bersalin di puskesmas pembantu Dauh Puri, BPM GW dan BPM GT tahun 2014. Pengambilan sampel dengan Teknik consecutive sampling. Jumlah sampel yang memenuhi kriteria inklusi 32 responden, 16 responden kelompok perlakuan dan 16 responden kelompok control. Hasil uji normalitas data menunjukkan data nyeri persalinan kala 1 fase aktif pembukaan >8cm-10cm, lama kala 1 fase aktif dan lama kala 2 tidak berdistribusi normal sehingga dianalisis menggunakan Uji Man Whiney. Hasil analisis ditemukan perbedaan bermakna nyeri persalinan pada pembukaan > 8cm-10cm (0.016).

lama kala 1 fase aktif (0,001), sedangkan analisis lama kala 2 menunjukkan tidak terdapat perbedaan bermakna (0,871) nyeri persalinan pada pembukaan 4cm-8cm antara kelompok perlakuan dan kelompok control. Hasil penelitian menunjukkan Teknik nafas berpengaruh terhadap nyeri dan lama persalinan kala 1 fase aktif. Kata kunci : Teknik bernafas, nyeri persalinan Persalinan adalah proses pembukaan dan menipisnya serviks, dan janin turun kejalan lahir.

Kelahiran adalah proses dimana janin dan ketuban didorong keluar melalui jalan lahir. Persalinan dan kelahiran normal adalah proses pengeluaran janin yang terjadi pada usia kehamilan cukup bulan (37-42 minggu), lahir spontan dengan presentasi belakang kepala yang berlangsung dalam 18 jam, tanpa komplikasi baik pada ibu maupun pada janin. Hasil Survey Demografi Kesehatan Indonesia (SDKI) 2012, mendapatkan angka kematian ibu (AKI) mencapai 359 PER 100.000 kelahiran hidup. Angka tersebut, lebih tinggi dibandingkan dengan hasil survei 2007 (228 per 100.000 kelahiran hidup).

Angka kematian bayi menurun dari 34 menjadi 32 per 1000 kelahiran hidup. Walaupun menurun, tingkat kematian bayi di Indonesia masih tergolong tinggi jika dibandingkan dengan negara-negara ASEAN seperti Singapore, sebesar 3 per 1000KH, Brunei Darussalam sebesar 8 per 1000KH, Malaysia sebesar 10 per 1000KH, Vietnam sebesar 18 per 1000KH, dan Thailand sebesar 20 per 1000KH2.

AKI di Provinsi Bali tahun 2012 sebesar 89,69 per 100.000 KH sedangkan pencapaian AKB sebesar 5.09 per 1000 KH. Berdasarkan profil Kabupaten/Kota, pencapaian AKI per Kota Denpasar sebesar 59,12 per 100.000 KH dan pencapaian AKB sebesar 0,72 per 1000 KH. Pencapaian AKI dan AKB tersebut lebih rendah jika dibandingkan dengan target nasional akan tetapi diperhatikan dengan baik karena dalam 3 tahun terakhir AKI terus

mengalami peningkatan³. Penyebab kematian ibu di Indonesia adalah perdarahan, infeksi, eklamsi, partus lama, dan komplikasi abortus.

Partus lama merupakan penyebab kesakitan maternal dan perinatal utama disusul oleh perdarahan, panas tinggi dan eklamsi. Ada 3 faktor yang menyebabkan persalinan memanjang atau partus lama yaitu faktor tenaga ibu, jalan lahir, besarnya bayi⁴. Teknik pernafasan yoga merupakan salah satu Teknik non farmakologi yang digunakan dalam mengurangi rasa nyeri khususnya dalam persalinan.

Teknik pernafasan dapat memperbaiki relaksasi otot-otot abdomen, otot-otot genitalia menjadi rileks, sehingga otot-otot tersebut tidak mengganggu penurunan janin⁵. Nyeri bersalin dapat menimbulkan respons fisiologis yang mengurangi kemampuan Rahim berkontraksi sehingga memperpanjang waktu bersalin⁴. Teknik pernafasan yang tepat akan meningkatkan asupan oksigen yang masuk ke tubuh ibu.

Oksigen dibutuhkan untuk proses metabolisme ibu dan janin selain itu Teknik pernafasan yang tepat membuat ibu lebih nyaman (mengurangi nyeri) dan akhirnya meningkatkan hormone endorphin sehingga proses persalinan menjadi lancar⁶. Penelitian Thomas & Dihwar tahun 2011 menemukan Teknik pernafasan efektif menurunkan nyeri persalinan pada kala 1 sebuah survei terhadap ibu bersalin di Amerika Serikat pada tahun 2005, menemukan 77% menyatakan penggunaan Teknik pernafasan sangat membantu dalam proses persalinan, dan 23% tidak membantu⁸.

Hasilnya studi pendahuluan penelitian di Puskesmas Pembantu Dauh Puri, menemukan ibu bersalin tidak melakukan Teknik bernafas khusus, terutama di kala 1, sedangkan di kala 2 sudah menggunakan Teknik khusus. Teknik pernafasan yoga adalah salah satu Teknik bernafas saat persalinan dengan Teknik khusus pada persalinan kala 1 dan kala 2, sehingga mampu memasok oksigen secara efektif.

Berdasarkan kajian tersebut peneliti tertarik untuk meneliti tentang "Penerapan Teknik Nafas Pada Ibu Bersalin Berpengaruh Terhadap Mencegah Nyeri Dan Lama Persalinan Kala 1". Metode Penelitian Jenis penelitian ini adalah pra eksperimen, perbandingan kelompok statis, satu kelompok ibu bersalin diberikan perlakuan bernafas Teknik yoga, dan satu kelompok ibu bersalin tidak diinterferensi, tetapi melakukan Teknik bernafas secara konvensional (Teknik yang dilaksanakan di tempat penelitian), kemudian proses persalinan dan kondisi bayi dibandingkan.

Responden diberikan Pendidikan Teknik pernafasan yoga untuk kelompok perlakuan dan Teknik pernafasan konvensional (Teknik pernafasan yang diterapkan di tempat penelitian) untuk kelompok kontrol pada kehamilan trimester 3. Populasi dalam

penelitian ini seluruh ibu bersalin di Puskesmas Pembantu dauh Puri, BPM GW BPM GT tahun 2014. Unit analisis atau responden penelitian ini adalah ibu-ibu yang bersalin pada Mei sampai Agustus 2014, yang memenuhi kriteria inklusi yakni : ibu bersalin normal umur 20 sampai 35 tahun primigravida dengan usia kehamilan 37 sampai 42 minggu, janin tunggal normal, hidup, letak kepala, dating pada puncak serviks = 4cm, dapat membaca, menulis, dapat berkomunikasi dengan baik, tidak mengalami rasa takut dan cemas berlebih.

Kriteria Eksklusi : tidak bersedia menjadi responden, ibu yang mengalami komplikasi selama persalinan. Teknik sampling yang digunakan dalam penelitian ini adalah consecutive sampling yaitu semua subjek yang datang dan memenuhi kriteria penelitian dimasukkan sampai jumlah subjek yang dibutuhkan terpenuhi. Prosedur dimulai setelah melakukan seleksi terhadap sampel sesuai dengan kriteria inklusi.

Setelah itu peneliti memberikan informasi dengan menjelaskan tujuan dan prosedur penelitian kepada ibu, kemudian ibu memberikan persetujuan untuk dijadikan sampel berupa tanda tangan pada lembaran inform consent yang telah dipersiapkan. Setelah kelompok perlakuan diintervensi, dengan membimbing melakukan nafas yoga, dilakukan pengukuran intensitas nyeri dengan menggunakan instrument pengkajian nyeri numerical rating scale (NRS) ketika ibu berada diluar his dengan meminta ibu memilih sendiri salah satu angka yang ada dalam instrument sesuai dengan tingkatan nyeri yang dirasakannya. Untuk kelompok control pengukuran intensitas nyeri dilakukan setelah ibu melakukan nafas secara kompensional.

Nyeri persalinan diukur 2 kali, 1 kali diukur pada pembukaan 4 cm - 8 cm, dan 1 kali diukur pada pembukaan > 8 cm - 10 cm. Lama persalinan diukur dengan menggunakan jam, kemudian dicatat dalam format pengumpulan data yang telah disiapkan. Teknik analisis yang digunakan dalam penelitian ini, uji t ($p < 0.05$) tidak berpasangan dan di uji Mann-Whitey ($p < 0.05$).

Hasil Penelitian Lokasi penelitian ada tiga tempat, yaitu Puskesmas Pembantu Dauh Puri, BPM GW, dan BPM GT. Pada awalnya lokasi penelitian direncanakan dua lokasi, karena jumlah sampel yang ditemukan sedikit sehingga ditambah satu BPM yang mempunyai karakteristik sama. Subyek pada penelitian ini adalah ibu bersalin primigravda yang memenuhi kriteria inklusi yang berjumlah 32 orang, terdiri dari dua kelompok, kelompok perlakuan (mengggunakan teknis nafas yoga) 16 orang, dan kelompok control (mengggunakan teknis nafas kompensional) 16 orang.

Hasil Uji Normalitas Data Sebelum memilih uji hipotesa, dilakukan uji normalitas data. Hasil uji normalitas data dengan menggunakan Uji Shapiro Wilk diuraikan dalam table 1.

Tabel 1 Hasil Uji NOrmalitas Data Variabel N Nilai Shapiro Wilk P Kala I Fase Aktif Perlakuan Kontrol 16 16 0,92 0,77 0,19 0,00 Kala II Kelompok Kontrol 16 16 0,82 0,89 0,00 0,06 Tk Nyeri Pembukaan (4-9cm) Perlakuan Kontrol 16 16 0,85 0,86 0,22 0,20 Tk Nyeri Pembukaan =9-10cm Perlakuan Kontrol 16 16 0,93 0,75 0,30 0,00 Dari tabel 1 terlihat, hanya variable nyeri pada pembukaan 4-8cm yang berdistribusi normal, sementara yang lain tidak.

Perbedaan Nyeri kala I Fase aktif antar kelompok Gambaran nyeri persalinan yang terjadi pada kala I fase aktif antar kelompok disajikan pada tabel 2. Tabel 2 Perbedaan Nyeri Persalinan Padapembukaan 4 – 8 cm antar kelomok pengamatan. Tk Nyeri Pembukaan (4 – 8) Kelompok Perlakuan Kontrol Median SD 95% CI 6,31 1,13 6,37 1,02 Lower Upper Nilai t p 0,84 0,71 0,16 0,87 Data pada tabel 2 terlihat nilai Mean Nyeri persalinan pembukaan 4-8cm, kelompok perlakuan 6,312, dan kelompok control 6,375, nilai uji T -,163 dan nilai p 0,871 (95% CI) (-,844) – (-,719), Nilai P > 0,05 artinya tidak terdapat perbedaan yang bermakna nyeri persalinan pada pembukaan 4-8cm antara kelompok ibu bersalin yang melakukan pernapasan yoga dengan kelompok ibu bersalin yang menggunakan pernapasan kompensional. Tabel 3 Perbedaan Nyeri Persalinan Padapembukaan 8 – 10 cm antar kelomok pengamatan.

Tk Nyeri Pembukaan (4 – 8) Kelompok Perlakuan Kontrol Median Min Max Nilai Mann Whitney p 7,5 5 10 66,00 0,016 9 6 10 Pada tabel 3 terlihat nilai Median nyeri persalinan pada kala I Fase aktif, Pada Pembukaan >8cm – 10cm pada kelompok perlakuan 7,5 dan control 9. Tingkat nyeri terendah kelompok perlakuan 5, kelompok control 6, tingkat nyeri tertinggi pada kelompok perlakuan dan control 10.

Nilai Man Whitney 66,000 dan nilai p 0,016, Nilai p lebih kecil dari 0,05 artinya terdapat perbedaan bemakna nyeri persalinan pada kala I fase aktif, pada pembukaan >8cm – 10cm antara kelompok ibu bersalin yang melakukan pernapasan yoga dengan kelompok ibu bersalin yang menggunakan pernapasan kompensional. Perbedaan lama persalinan kala I fase aktif, antara kelompok Gambaran lama persalinan kala I fase aktif, antara kelompok ibu bersalin yang melakukan pernapasan yoga dengan ibu bersalin yang menggunakan pernapasan kompensional disajikan pada tabel 4.

Tabel 4 Perbedaan lama persalinan kala I fase aktif antar kelompok pengamatan Lama Persalinan Kelompok Perlakuan Kontrol Median Min Max Nilai Mann Whitney P 240 60 330 38,50 0,001 315 240 600 Data pada Tabel 4 terlihat, nilai median lama persalinan kala I fase aktif kelompok perlakuan 240 menit, kelompok control 315 menit, Waktu tercepat kelompok perlakuan 60 menit, kelompok control 240 menit, waktu terlama kelompok perlakuan 330 menit, kelompok control 600 menit.

Nilai Man Whitney 38,500, nilai p 0,001. Nilai p lebih kecil dari 0,05 artinya terdapat perbedaan bermakna antara kelompok ibu bersalin yang melakukan pernapasan yoga dengan kelompok ibu bersalin yang menggunakan pernapasan kompensional.

Perbedaan lama persalinan kala II antara kelompok Gambaran lama Persalinan kala II antara kelompok ibu bersalin yang melakukan pernapasan yoga dengan ibu bersalin yang menggunakan pernapasan kompensional disajikan pada tabel 5. Tabel 5 Perbedaan lama persalinan Kala II antar Kelompok pengamatan Lama Persalinan _Kelompok _ _Perlakuan _Kontrol _ _Median Min Max Nilai Mann Whitney P _30 7 45 115,00 0,61 _30 10 45 _ Pada tabel 5 terlihat nilai median lama persalinan kala II kelompok perlakuan 30 menit, kelompok kontrol 30 menit, waktu tercepat kelompok perlakuan 7 menit, kelompok kontrol 10 menit, waktu terlama kelompok perlakuan 45 menit, kelompok kontrol 45 menit. Nilai Man Whitney 115,00 dan nilai p 0,61.

Nilai p lebih dai 0,05 artinya tidak terdapat perbedaan bermakna lama persalinan kala II antara kelompok ibu bersalin yang melakukan pernapasan yoga dengan kelompok ibu bersalin yang menggunakan pernapasan kompensional. Pembahasan Hasil penelitian menunjukkan nilai mean tingkat nyeri pada kala I fase aktif antara kelompok perlakuan dan kontrol tidak jauh berbeda.

Hasil tersebut dipertegas dengan hasil analisis dengan uji T, yang menunjukkan tidak ada perbedaan bermakna tingkat nyeri persalinan pada kala I fase aktif pembukaan 4-8cm. Kelompok perlakuan melaksanakan teknik nafas yoga sejak awal masuk ruangan bersalin. Kemudian selama rentang pembukaan 4-8cm dilakukan pengukuran nyeri sebanyak satu kali.

Kelemahan penelitian ini adalah waktu pengukuran nyeri pada pembukaan 4-8cm dengan waktu mulai perlakuan terlalu dekat, yaitu rata-rata 30 – 60 menit, sehingga dampak perlakuan belum efektif. Selain itu, pengalaman seseorang dalam mengatasi rasa nyeri berpengaruh terhadap respon seseorang. Ketika ibu bersalin mengalami fase aktif, rasa nyeri lebih berat dibandingkan fase laten, sehingga ibu baru mulai merasakan nyeri dan baru mulai beradaptasi.

Hasil penelitian ini sejalan dengan pernyataan Potter (1997) dalam Mander (2004) menyatakan bahwa seseorang telah mengalami nyeri berulang dan berhasil mengatasinya maka orang tersebut lebih mudah menginterpretasikan perasaan nyeri dan akan lebih baik dalam menghasapi rasa nyeri selanjutnya.¹² Hasil penelitian yang berbeda ditemukan pada pembukaan >8-10cm. Hasil penelitian menunjukkan terdapat perbedaan bermakna nyeri persalinan antara kelompok perlakuan.

Teknik pernapasan yoga merupakan salah satu teknik non-farmakologi yang digunakan dalam mengurangi rasa nyeri khususnya dalam persalinan. Manajemen nyeri non farmakologis lebih aman, sederhana dan tidak menimbulkan efek merugikan serta mengacu kepada asuhan sayang ibu, dibandingkan dengan metode farmakologi yang berpotensi mempunyai efek yang merugikan. Teknik pernapasan yang tepat akan meningkatkan asupan oksigen yang masuk ke tubuh ibu.

Oksigen dibutuhkan untuk proses metabolisme ibu maupun janin. Selain itu, teknik pernapasan yang tepat membuat ibu lebih nyaman (mengurangi nyeri) dan akhirnya meningkatkan hormone endorphin sehingga proses persalinan menjadi lancar.^{6,10,11} Sejalan dengan penelitian ini, Thomas & Dhiwar (2011) menemukan teknik pernapasan efektif menurunkan nyeri persalinan pada kala I.

Sebuah survey terhadap ibu bersalin di Amerika Serikat pada tahun 2005, menemukan 77% menyatakan penggunaan teknik pernapasan sangat membantu dalam proses persalinan, dan 23% tidak membantu.⁷ Hasil penelitian menunjukkan nilai median kelompok perlakuan lebih kecil dibandingkan dengan kelompok kontrol. Diperkuat dengan hasil analisis menunjukkan terdapat perbedaan bermakna lama persalinan kala I fase aktif antara kelompok perlakuan dan kelompok kontrol.

Artinya, kelompok ibu bersalin yang menggunakan teknik nafas kompensional. Salah satu faktor yang berpengaruh terhadap lama persalinan adalah faktor psikologi. Teknik nafas yoga mempunyai kelebihan dibandingkan dengan teknik nafas kompensional, karena teknik nafas yoga memasok lebih banyak O₂ dibandingkan dengan teknik nafas kompensional. Asupan O₂ yang memadai memicu peningkatan pengeluaran hormone endorphin sehingga ibu menjadi lebih tenang merasakan rasa nyeri persalinan.

Selain itu pasokan O₂ yang memadai mencegah terjadinya metabolisme anaerob sehingga kontraksi uterus tidak terganggu dan proses persalinan berjalan lancar. Teknik pernafasan dapat memperbaiki relaksasi otot-otot abdomen, otot-otot genitalia menjadi rileks, sehingga otot-otot tersebut tidak mengganggu penurunan janin.⁵⁹ Sejalan dengan penelitian ini, menemukan terdapat perbedaan proses persalinan antara ibu yang menggunakan teknik nafas dengan yang kompensional.⁸

Hasil penelitian menunjukkan tidak terdapat perbedaan bermakna lama kala II antara kelompok ibu bersalin yang menggunakan nafas yoga dengan nafas kompensional. Teknik pernapasan yoga dan kompensional pada kala II secara prinsip tidak berbeda. Sehingga terlihat dari dampaknya, yang mana lama kala II pada kedua kelompok ibu bersalin tidak berbeda. Pada kala II selain faktor teknik nafas, faktor tenaga mendedan sangat mempengaruhi lama kala II.

Sehingga apabila teknik nafas benar namun tidak didukung oleh tenaga tidak akan efektif.^{10,12} Kesimpulan dan saran Tidak terdapat perbedaan bermakna nyeri persalinan pada pembukaan 4-8, namun pada pembukaan >8-10 cm terdapat perbedaan bermakna antara kelompok ibu bersalin yang menggunakan teknik nafas yoga dengan kelompok ibu yang menggunakan teknik nafas kompensional.

Terdapat perbedaan bermakna lama kala I fase aktif antara kelompok ibu bersalin yang menggunakan teknik nafas yoga dengan kelompok ibu yang menggunakan teknik nafas kompensional. Tidak terdapat perbedaan bermakna lama kala II antara kelompok ibu bersalin yang menggunakan teknik nafas yoga dengan kelompok ibu bersalin yang menggunakan teknik nafas kompensional.

Berdasarkan hasil dari penelitian ini, disarankan beberapa hal antara lain : teknik nafas yoga memberikan dampak baik terhadap proses persalinan, oleh karena itu diharapkan agar diterapkan dalam asuhan ibu bersalin.

INTERNET SOURCES:

12% -

<http://poltekkes-denpasar.ac.id/files/JSH/V12N1/Ni%20Wayan%20Ariyani,%20Ni%20Luh%20Putu%20Sri%20Erawati,%20Ni%20Nyoman%20Suindri.pdf>

<1% - <https://journals.sagepub.com/doi/full/10.1177/0004867416640967>

<1% - <https://www.ncbi.nlm.nih.gov/pmc/articles/PMC3769121/>

<1% -

<https://delimanandaanggieta.blogspot.com/2013/10/manajemen-nyeri-dalam-persalinan.html>

<1% -

http://eprints.undip.ac.id/53798/4/SHAHUMI_ANUN_PETRONAWATI_22010112140215_Lap.KTI_BAB_III.pdf

<1% - <http://2trik.jurnalelektronik.com/index.php/2trik/article/download/138/70>

<1% - <https://id.scribd.com/doc/306815816/Hospital-Majapahit-Vol-3-No-2>

1% - <https://olhachayo.files.wordpress.com/2014/05/askep-lengkap-post-matur.pdf>

1% -

<https://jurnalbidandiah.blogspot.com/2012/06/pengertian-persalinan-dan-tujuan-asuhan.html>

<1% -

https://www.researchgate.net/publication/327843976_EKSTENSIFIKASI_CUKAI_SEBAGAI_INOVASI_PENDANAAN_JKN-KIS_MENJUJU_INDONESIA_SEHAT_2025

1% - https://amriatiamu21.blogspot.com/2013/12/tugas-kia-1_18.html

<1% -

<http://web.rshs.or.id/pembangunan-sumber-daya-manusia-di-bidang-kesehatan-sebagai-dasar-pembangunan-kesehatan-seutuhnya/>

<1% -

<https://docobook.com/dinas-kesehatan-tahun-dinas-kesehatan-provinsi-jawa-timur-ta.html>

1% -

<https://bidan-stasiun.blogspot.com/2011/12/karakteristik-ibu-hamil-yang-mengalami.html>

1% -

<https://ekaakbidbup.blogspot.com/2009/08/fisiologi-dan-managemen-persalinan.html>

<1% -

<https://riztasaningsih.blogspot.com/2013/09/asuhan-kebidanan-intranatalcare.html>

<1% - <https://shofiahshofiah.wordpress.com/category/uncategorized/>

<1% -

<https://kebajikandalamkehidupan.blogspot.com/2014/10/bagaimana-cara-bernafas-yang-benar.html>

<1% - <http://karyailmiah.unisba.ac.id/index.php/psikologi/article/viewFile/1248/pdf>

<1% -

<https://www.scribd.com/document/318364675/Jurnal-Masyarakat-Epidemiologi-Vol-2-No-2>

<1% -

<http://www.fadhilza.com/2014/10/tadabbur/ayat-quran-untuk-menghilangkan-rasa-cemas-dan-gelisah-2.html>

<1% -

<http://digilib.unisayogya.ac.id/554/1/NASKAH%20PUBLIKASI%20-%20ASTIWI%20LITSMANASARI.pdf.pdf>

<1% - <http://digilib.unila.ac.id/6634/118/BAB%20III.pdf>

<1% -

http://gamel.fk.ugm.ac.id/pluginfile.php/72599/mod_folder/content/0/materi/Materi%2021a%20Penelitian%20Kuasi%20Eksperimental%20dan%20Eksperimental.pdf?forcedownload=1

<1% -

http://eprints.undip.ac.id/46194/5/Alfa_Ajinata_Afiv_Ananda_22010111120016_Lap.KTI_Bab4.pdf

<1% - <http://jurnal.fk.unand.ac.id/index.php/jka/article/viewFile/395/349>

<1% - https://www.academia.edu/12510317/ccontoh-contoh_uji_hipotesis

<1% - https://jkb.ub.ac.id/index.php/jkb/oai?verb=ListRecords&metadataPrefix=oai_dc

<1% - <https://tu.laporanpenelitian.com/2015/05/64.html>

<1% -

<https://id.scribd.com/doc/119572087/Prosiding-Seminar-Nasional-Keperawatan-Kebidanan>
<1% - <https://suaraforikes.webs.com/volume2%20nomor3.pdf>
<1% - <https://ejurnal.poltekkes-tjk.ac.id/index.php/JKEP/article/download/1013/732>
<1% -
<https://docplayer.info/20610295-Pengaruh-active-birth-terhadap-proses-persalinan-kala-i-fase-aktif.html>
<1% -
http://www.academia.edu/3229862/Hubungan_antara_Tingkat_Kecemasan_Ibu_dengan_Lama_Persalinan_Kala_II_di_Bidan_Praktik_Swasta_Kabupaten_Tuban
<1% - <http://e-prosiding.unw.ac.id/index.php/snk/article/download/41/41>
<1% -
<https://jasianakku-sampel.blogspot.com/2012/01/penerapan-metode-drill-pada-latihan.html>
<1% - <http://issn.pdiilipi.go.id/issn.cgi?daftar&1380347664>
<1% -
<https://www.slideshare.net/yabniellitjingga/80-pengaruh-pemberian-teknik-akupresur-terhadap-tingkat-nyeri-persalinan-kala-i-di-rumah-sakit-rajawali-citra-potorono-bangun-tapan-bantul-200714082009>
1% - <http://ojs.akbidylpp.ac.id/index.php/Prada/article/download/141/129>
<1% - <https://imronmendho.blogspot.com/2012/>
<1% - <https://id.scribd.com/doc/316999856/yoghurt-kedelai-hitam-pdf>
<1% - <http://ejr.stikesmuhkudus.ac.id/index.php/jikk/article/download/268/233>
<1% -
<https://dwiratna2611.wordpress.com/2012/12/07/pengaruh-teknik-nafas-dalam-terhadap-perubahan-tingkat-kecemasan-pada-ibu-persalinan-kala-i-di-pondok-bersalin-ngudisaras-trikilan-kali-jambe-sragen-oleh-abdul-ghofur-dan-eko-purwoko1/>
<1% - <https://shofiahshofiah.wordpress.com/author/shofiahshofiah/>
<1% - <https://kti-akbid.blogspot.com/2012/01/konsep-baru-paradigma-kesehatan.html>
<1% - <http://ejournal.poltekkes-smg.ac.id/ojs/index.php/jrk/article/download/355/292>
<1% - <https://kumpulan-makalah-kharim.blogspot.com/feeds/posts/default>