

LAMPIRAN

Lampiran 1

PENYATAAN KESEDIAAN MEMBIMBING


Saya, yang bertanda tangan dibawah ini:

- | | |
|---|--|
| 1. Nama dan gelar | : Dr. Heny Astutik, S.Kep. Ns., M.Kes |
| 2. NIP | : 196906211992032003 |
| 3. Pangkat dan Golongan | : Pembina/Tk IV a |
| 4. Jabatan | : Letkol Kepala |
| 5. Asal institusi | : Poltekkes Kemenkes Malang |
| 6. Pendidikan Terakhir | : S3 |
| 7. Alamat dan Nomor yang bisa dihubungi | |
| a. Rumah | : Jl. Kebun Sirih 2 Blok F3 No. 10 Perum
Asrikaton Pakis Malang |
| b. Telepon/HP | : 089680812673 |
| c. Alamat kantor | : Jl. Besar Ijen No. 77C Kota Malang |
| d. Telepon kantor | : (0341)551265 |

Dengan ini menyatakan (bersedia/~~tidak bersedia~~*) menjadi pembimbing Skripsi bagi mahasiswa:

Nama	: Khodijatun Nafisah
NIM	: P17311214068
Judul Skripsi	: Pengaruh Pemberian Edukasi Melalui WhatsApp Group Terhadap Tingkat Kesiapan Ibu Hamil Trimester III Menghadapi Persalinan

















Malang, Januari 2024


 Dr. Heny Astutik, S.Kep.Ns., M.Kes

Lampiran 2


LEMBAR KONSULTASI

Nama Mahasiswa : KHRISTIAN NAFISAH
 NIM : 1173121008
 Nama Pembimbing : Dr. Hery Asutic, S.Kep.Ns., M.Kes
 Judul Skripsi : Penerapan Pemberian edukasi melalui WhatsApp
 About terhadap tingkat kesiapan ibu hamil
 Trimester III Menanggapi Persalinan

Bimbingan ke	Tanggal	Pembimbing	
		Saran	Tanda tangan
1	10-09-2024	Pengajuan Judul	
2	13-09-2024	Perbaikan Judul	
3	14-09-2024	Presentasi Outline	
4	03-10-2024	ACC Judul	
5	18-12-2024	Revisi BAB I - latar belakang - Rumusan Masalah - Tujuan klinis - Manfaat Revisi BAB II - kerangka teori Revisi BAB III - Desain Penelitian - populasi dan sampling - Definisi Operasional - cara pengumpulan data - kerangka operasional	     
6	10-12-2024	Sistematika Penulisan	
7	30-12-2024	BAB I Perbaikan latar belakang BAB II Perbaikan kerangka teori BAB III Perbaikan kerangka teori, Definisi Operasional, cara pengumpulan data dan kerangka operasional.	 
8	15-01-2025	Perbaikan Latar belakang	
9	16-01-2025	Perbaikan latar belakang, rumusan Masalah, manfaat. BAB II Perbaikan kerangka teori BAB III Perbaikan cara pengumpulan data, DO, alat pengumpulan data.	 

LEMBAR KONSULTASI

Nama Mahasiswa : KHODIJATUN NAFISAH
 NIM : P1731214068
 Nama Pembimbing : Dr. Hery AsuhF, S. KEP.NS, M.Kes
 Judul Skripsi : Pengaruh Pemberian edukasi melalui WhatsApp group terhadap tingkat kesediaan ibu hamil trimester II menghadapi persalinan

Pembimbing			Tanda tangan
Bimbingan ke	Tanggal	Saran	
10.	05-02-2025	Revisi Bab II & BAB III	
11.	10-02-2025	ACC Proposal Penelitian	

LEMBAR KONSULTASI

Nama Mahasiswa : KHODIJATUN NAFICAH
 NIM : P17311214068
 Nama Pembimbing : DR. HENY ACTUTIE, S.KEP, Nc., M.Kec
 Judul Skripsi : PENGARUH PEMBERIAN EDUKASI MELALUI WHATSAPP GROUP TERHADAP TINGKAT PERSIAPAN IBU HAMIL TRIMESTER III MENGHADAPI PERALIHAN

Bimbingan ke	Tanggal	Pembimbing		Tanda tangan
			Saran	
12	16 Juni 2025		1. Menambahkan kesimpulan dan saran pada abstrak. 2. Menbenarkan format skripsi. 3. BAB III disesuaikan dengan bahasa laporan hasil bulan proposal. 4. BAB IV revisi penulisan. 5. BAB V kesimpulan dan saran lebih disingkat dan to the point.	
13	24 Juni 2025		1. Pada point analisis data tidak usah menggunakan tabel bisa langsung bentuk paragraf.	
14	26 Juni 2025		1. Revisi sistematika penulisan 2. Mengganti cara scoring 3. Revisi bab 3	
15	30 Juni 2025		1. Mencari Justifikasi mengenai Pembobotan pada kuisioner. 2. Mencari referensi dan Justifikasi dari penggunaan interval class terhadap kesiapan.	
15	08 Juli 2025		1. Menambahkan scoring di bab II!	
17	08 Juli 2025		ACC skripsi	

Lampiran 4

Persetujuan Setelah Penjelasan (*Informed Consent*):

Saya Khodijatun Nafisah adalah peneliti dari Politeknik Kesehatan Kemenkes Malang, dengan ini meminta anda untuk berpartisipasi dengan sukarela dalam penelitian yang berjudul ” Pengaruh Pemberian Edukasi Melalui WhatsApp Group Terhadap Tingkat Kesiapan Ibu Hamil Trimester III Menghadapi Persalinan” dengan beberapa penjelasan sebagai berikut :

1. Tujuan dari penelitian ini untuk mengetahui pengaruh pemberian edukasi menggunakan media *WhatsApp group* terhadap kesiapan menghadapi persalinan pada ibu hamil trimester III, dengan metode/prosedur Pre-eksperimen dengan jenis rancangan penelitian one group pretest posttest.
2. Anda dilibatkan dalam penelitian karena yaitu ibu hamil trimester III yang sedang menjalani kehamilan dan belum memasuki proses persalinan Keterlibatan anda dalam penelitian ini bersifat sukarela.
3. Seandainya anda tidak menyetujui cara ini maka anda dapat memilih cara lain yaitu mengundurkan diri atau anda boleh tidak mengikuti penelitian ini sama sekali. Untuk itu anda tidak akan dikenai sanksi apapun
4. Penelitian ini akan berlangsung selama 1 bulan dengan sampel yang diambil menggunakan teknik consecutive sampling.
5. Anda akan diberikan imbalan pengganti/ kompensasi berupa bingkisan senilai Rp50.000,00 atas kehilangan waktu/ketidaknyamanan lainnya yang mungkin timbul selama proses pengumpulan data, seperti pengisian kuesioner dan partisipasi dalam edukasi melalui WhatsApp Group.
6. Setelah selesai penelitian, anda akan diberikan informasi tentang hasil penelitian secara umum melalui laporan tertulis yang dapat diakses oleh peserta melalui bidan pendamping atau tempat pelayanan kesehatan tempat mengikuti edukasi.
7. Anda akan mendapatkan informasi tentang keadaan kesehatan anda selama pengambilan data/sampel melalui hasil pengisian kuesioner kesiapan persalinan yang akan dianalisis oleh peneliti. Peneliti akan memberikan umpan balik secara umum mengenai tingkat kesiapan Anda menghadapi persalinan berdasarkan data yang telah dikumpulkan, tanpa melakukan diagnosis medis.
8. Anda akan mendapatkan informasi bila ditemukan temuan yang tidak diharapkan selama penelitian ini, seperti tingkat kesiapan yang sangat rendah atau adanya indikasi kecemasan berlebihan menjelang persalinan berdasarkan hasil kuesioner selama penelitian ini.
9. Anda juga akan diinformasikan data lain yang berhubungan dengan keadaan anda yang kemungkinan ditemukan saat pengambilan sampel/data

berlangsung, kecuali data yang bersifat sangat pribadi dan tidak relevan dengan tujuan penelitian, seperti informasi kesehatan di luar konteks persiapan persalinan. Data tersebut tidak akan disampaikan untuk menjaga privasi dan kerahasiaan anda sebagai responden, serta sesuai dengan prinsip etika penelitian dalam menjaga kerahasiaan identitas dan informasi pribadi peserta.

10. Prosedur pengambilan sampel adalah dengan menggunakan metode *consecutive sampling* dimana pemilihan sampel dengan menetapkan subjek yang memenuhi kriteria inklusi dan dimasukkan dalam penelitian sampai kurun waktu tertentu, cara ini tidak menimbulkan rasa sakit secara fisik, namun kemungkinan dapat menimbulkan sedikit ketidaknyamanan psikologis, seperti rasa cemas saat mengisi kuesioner tentang kesiapan persalinan atau saat mengikuti diskusi edukatif yang membahas topik-topik sensitif terkait kehamilan dan persalinan.
11. Keuntungan yang anda peroleh dengan keikutsertaan anda adalah meningkatnya pengetahuan dan kesiapan anda dalam menghadapi persalinan, khususnya dalam hal kesiapan fisik, psikologis, finansial, dan kultural melalui edukasi yang diberikan dalam WhatsApp Group.
12. Penelitian dilakukan dengan harapan dapat memberikan manfaat bagi ibu hamil dalam kesiapan menghadapi persalinan.
13. Setelah penelitian ini selesai, anda tidak memerlukan perawatan setelah penelitian karena tidak terdapat intervensi dalam penelitian ini
14. Anda tidak mendapatkan intervensi dengan risiko tertentu yang memerlukan pengobatan atau tindakan kesehatan setelah penelitian ini karena penelitian ini hanya menggunakan kuesioner.
15. Anda tidak memerlukan pengobatan atau tindakan tertentu karena penelitian ini hanya menggunakan kuesioner
16. Anda akan diberikan informasi bila didapatkan informasi baru dari penelitian ini ataupun dari sumber lain.
17. Semua data dalam penelitian ini akan disimpan oleh peneliti dalam bentuk dokumen cetak yang disimpan dalam lemari arsip terkunci dan file digital yang diamankan dengan kata sandi pada perangkat komputer pribadi peneliti selama 1 tahun setelah penelitian selesai, dan setelah itu akan dimusnahkan untuk menjaga kerahasiaan data responden.
18. Semua informasi yang anda berikan dalam penelitian ini tidak akan disebar luaskan sehingga kerahasiaannya akan terjaga.
19. Penelitian ini merupakan penelitian pribadi dan tidak ada sponsor yang mendanai penelitian ini.
20. Peneliti menjadi peneliti sepenuhnya dalam penelitian ini.

21. Peneliti tidak memberikan jaminan kesehatan atau perawatan kepada subyek karena penelitian ini tidak mengandung unsur intervensi dan hanya pengisian kuisioner.
22. Tidak ada pengobatan atau rehabilitasi dan perawatan kesehatan pada individu / subyek karena penelitian ini tidak mengandung unsur intervensi terhadap subyek.
23. Peneliti tidak menjamin apabila terjadi resiko pada subyek karena penelitian ini non intervensi dan tidak ada organisasi yang bertanggung jawab karena ini merupakan penelitian pribadi.
24. Penelitian ini tidak melibatkan unsure-unsur yang membahayakan kepada individu/subyek sehingga tidak ada jaminan hukum untuk hal tersebut
25. Penelitian ini telah mendapat persetujuan laik etik dari komisi etik penelitian kesehatan politeknik kesehatan kemenkes malang.
26. Anda akan diberikan informasi apabila terjadi pelanggaran pelaksanaan protokol penelitian ini; dan jika terjadi pelanggaran, maka ketua peneliti akan segera menghentikan sementara atau seluruh kegiatan penelitian, melakukan evaluasi terhadap dampaknya, serta mengambil langkah korektif untuk memastikan keamanan dan kesejahteraan Anda sebagai subjek penelitian tetap terjamin.
27. Anda akan diberi tahu bagaimana prosedur penelitian ini berlangsung dari awal sampai selesai penelitian termasuk cara pengisian kuisioner.
28. Semua informasi penting akan diungkapkan selama penelitian berlangsung dan anda berhak untuk menarik data/informasi selam penelitian berlangsung
29. Penelitian ini hanya observasional menggunakan instrument kuisioner tidak menggunakan hasil tes genetik dan informasi genetik keluarga.
30. Penelitian ini hanya observasional menggunakan instrument kuisioner, tidak menggunakan catatan medis dan hasil laboratorium perawatan klinis milik anda.
31. Penelitian ini tidak menggunakan catatan medis dan hasil laboratorium perawatan klinis milik anda, sehingga tidak diperlukan pengumpulan, penyimpanan, dan penggunaan bahan biologi.
32. Penelitian ini hanya observasional menggunakan instrument kuisioner, semua responden mendapat perlakuan yang sama dan apabila ada yang membutuhkan tentang informasi tentang kesehatan akan dijellaskan oleh peneliti, termasuk bila ada wanita usia subur.
33. Penelitian ini hanya observasional menggunakan instrument kuisioner, semua responden mendapat perlakuan yang sama dan apabila ada yang membutuhkan tentang informasi tentang kesehatan akan dijellaskan oleh peneliti, termasuk bila ada wanita hamil/menyusui

34. Penelitian ini hanya observasional menggunakan instrument kuisisioner, semua responden mendapat perlakuan yang sama dan apabila ada yang membutuhkan tentang informasi tentang kesehatan akan dijellaskan oleh peneliti, termasuk disitu bila ada individu yang pernah mengalami atau menjadi korban bencana.
35. Penelitian ini dilakukan secara online dengan bantuan aplikasi WhatsApp Group, sesuai dengan protokol penelitian. Peneliti akan menggunakan pengaturan privasi dan keamanan pada aplikasi, termasuk penggunaan grup tertutup dan hanya diakses oleh anggota yang telah disetujui, untuk mencegah kebocoran data pribadi Anda.

Saya berharap Saudara bersedia untuk menjadi responden dalam penelitian ini dimana saudara akan melakukan pengisian kuesioner yang terkait dengan penelitian. Setelah Saudara membaca maksud dan tujuan penelitian diatas maka saya mohon untuk mengisi nama dan tanda tangan dibawah ini.

Saya setuju untuk ikut serta dalam penelitian ini.

Nama : _____

Tanda tangan : _____

Terimakasih atas kesediaan anda untuk ikut serta di dalam penelitian ini.

Saksi

Dengan hormat

Peneliti

.....

.....

Lampiran 5**INFORMED CONSENT**

Saya yang bertanda tangan dibawah ini menyatakan bahwa saya telah mendapatkan penjelasan secara rinci dan telah mengerti mengenai penelitian yang akan dilakukan oleh Khodijatun Nafisah NIM. P17311214068, mahasiswa Sarjana Terapan Kebidanan dari Jurusan Kebidanan Politeknik Kesehatan Kemenkes Malang yang berjudul “Pengaruh Pemberian Edukasi Melalui WhatsApp Group Terhadap Tingkat Kesiapan Ibu Hamil Trimester III Menghadapi Persalinan”.

Saya yakin bahwa penelitian ini tidak menimbulkan kerugian apapun pada saya dan keluarga. Dan saya telah mempertimbangkan serta memutuskan untuk berpartisipasi dalam penelitian ini.

Malang, 2025

Saksi

Yang Memberi Persetujuan

(.....)

(.....)

Malang, 2025

Mengetahui

Ketua Pelaksana Penelitian

(.....)

Lampiran 6



Kementerian Kesehatan
Poltekkes Malang

Jalan Besar Ijen 77C
Malang, Jawa Timur 65112
(0341) 566075
<https://poltekkes-malang.ac.id>

Nomor : PP.05.01/F.XXI.16/1242/2024 12 Desember 2024
Hal : Surat Ijin Studi Pendahuluan Mahasiswa
Program Studi Sarjana Terapan Kebidanan Malang

Kepada, Yth:
Kepala Dinas Kesehatan Kabupaten Malang
Di Malang

Dengan ini kami sampaikan bahwa sebagai salah satu syarat penyelesaian Pendidikan di Program Studi Sarjana Terapan Kebidanan Malang Jurusan Kebidanan Poltekkes Kemenkes Malang, setiap mahasiswa diwajibkan untuk menempuh mata kuliah Skripsi. Sehubungan dengan hal tersebut, maka bersama ini kami mohon dengan hormat untuk diterbitkan Surat Rekomendasi Pelaksanaan **Studi Pendahuluan** mahasiswa kami atas nama:

Nama : Khodijatun Nafisah
NIM : P17311214068
Program Studi : Sarjana Terapan Kebidanan Malang
Semester : VII (Tujuh)
Periode : 16 Desember 2024 s.d 16 Januari 2025
Judul : **" Pengaruh Pemberian Edukasi Melalui Whatsapp Group Terhadap Tingkat Kesiapan Ibu Hamil Trimester III Menghadapi Persalinan"**

Demikian atas perhatian, bantuan serta kerjasamanya disampaikan terima kasih.

Ketua Jurusan Kebidanan Poltekkes Kemenkes
Malang,



RITA YULIFAH, S.Kp, M.Kes

Kementerian Kesehatan tidak menerima suap dan/atau gratifikasi dalam bentuk apapun. Jika terdapat potensi suap atau gratifikasi silahkan laporkan melalui HALO KEMENKES 1500567 dan <https://wbs.kemkes.go.id>. Untuk verifikasi keaslian tanda tangan elektronik, silahkan unggah dokumen pada laman <https://tte.kominfo.go.id/verifyPDF>.



Lampiran 7



Kementerian Kesehatan
Direktorat Jenderal
Sumber Daya Manusia Kesehatan
 Politeknik Kesehatan Malang
 Jalan Besar Ijen 77C
 Malang, Jawa Timur 65112
 (0341) 566075
<https://poltekkes-malang.ac.id>

Nomor : PP.05.01/F.XIII.16/508/2025 14 Mei 2025
 Hal : Surat Ijin Pelaksanaan Penelitian Mahasiswa
 Program Studi Sarjana Terapan Kebidanan Malang

Kepada, Yth:
Pimpinan TPMB Inawati, S.Tr.Keb,Bd.
Di Malang

Dengan ini kami sampaikan bahwa sebagai salah satu syarat penyelesaian Pendidikan di Program Studi Sarjana Terapan Kebidanan Malang Jurusan Kebidanan Poltekkes Kemenkes Malang, setiap mahasiswa diwajibkan untuk menempuh mata kuliah Skripsi. Sehubungan dengan hal tersebut, maka bersama ini kami mohon dengan hormat untuk diterbitkan Surat Rekomendasi **Pelaksanaan Penelitian** mahasiswa kami atas nama:

Nama : Khodijatun Nafisah
 NIM : P17311214068
 Program Studi : Sarjana Terapan Kebidanan Malang
 Semester : VIII (Delapan)
 Periode : 16 Mei s.d 16 Juni 2025
 Judul : " **Pengaruh Pemberian Edukasi melalui Whatsapp Group terhadap Tingkat Kesiapan Ibu Hamil Trimester III Menghadapi Persalinan** "

Demikian atas perhatian, bantuan serta kerjasamanya disampaikan terima kasih.

Ketua Jurusan Kebidanan Poltekkes Kemenkes
 Malang,



RITA YULIFAH, S.Kp, M.Kes

Kementerian Kesehatan tidak menerima suap dan/atau gratifikasi dalam bentuk apapun. Jika terdapat potensi suap atau gratifikasi silahkan laporkan melalui HALO KEMENKES 1500567 dan <https://wbs.kemkes.go.id>. Untuk verifikasi keaslian tanda tangan elektronik, silahkan unggah dokumen pada laman <https://tte.kominfo.go.id/verifyPDF>.



Lampiran 8

Kementerian Kesehatan
Direktorat Jenderal
Sumber Daya Manusia Kesehatan
 Politeknik Kesehatan Malang
 Jalan Besar Ijen 77C
 Malang, Jawa Timur 65112
 (0341) 566075
<https://poltekkes-malang.ac.id>

Nomor : PP.05.01/F.XIII.16/536/2025 26 Mei 2025
 Hal : Permohonan Penerbitan Surat
Keterangan Lolos Kaji Etik Penelitian
 Mahasiswa Program Studi Sarjana Terapan Kebidanan Malang

Kepada, Yth:
Komisi Etik Poltekkes Kemenkes Malang
Di Malang

Dengan ini kami sampaikan bahwa sebagai salah satu syarat penyelesaian Pendidikan di Program Studi Sarjana Terapan Kebidanan Malang Jurusan Kebidanan Poltekkes Kemenkes Malang, setiap mahasiswa diwajibkan untuk menempuh mata kuliah Skripsi. Sehubungan dengan hal tersebut, maka bersama ini kami mohon dengan hormat untuk diterbitkan **Surat Keterangan Lolos Kaji Etik** mahasiswa kami sebagai berikut :

Judul Penelitian : ***"Pengaruh Pemberian Edukasi Melalui WhatsApp Group terhadap Tingkat Kesiapan Ibu Hamil Trimester III Menghadapi Persalinan"***
 Peneliti Utama : Khodijatun Nafisah
 Pendidikan/Pekerjaan : Mahasiswa
 Nomor Telepon : 085330350289
 Sumber Dana : Mandiri

Demikian atas perhatian, bantuan serta kerjasamanya disampaikan terima kasih.

Ketua Jurusan Kebidanan Poltekkes Kemenkes
 Malang,



RITA YULIFAH, S.Kp, M.Kes

Lampiran 9



Kementerian Kesehatan

Direktorat Jenderal
Sumber Daya Manusia Kesehatan
Politeknik Kesehatan Malang
Komisi Etik Penelitian Kesehatan
Jalan Besar Ijen Nomor 77 C Malang
(0341) 566075
komisietik@poltekkes-malang.ac.id

KETERANGAN LAYAK ETIK
DESCRIPTION OF ETHICAL APPROVAL
"ETHICAL APPROVAL"

No.DP.04.03/F.XXI.30/00673/2025

Protokol penelitian versi 2 yang diusulkan oleh :
The research protocol proposed by

Peneliti utama : KHODIJATUN NAFISAH
Principal In Investigator

Nama Institusi : Politeknik Kesehatan Kemenkes Malang
Name of the Institution

Dengan judul:
Title

"Pengaruh Pemberian Edukasi Melalui Whats.App Group Terhadap Tingkat Kesiapan Ibu Hamil Trimester III Menghadapi Persalinan"

"The Effect of Providing Education Through Whats.App Groups on the Level of Readiness of Pregnant Women in the Third Trimester to Face Childbirth"

Dinyatakan layak etik sesuai 7 (tujuh) Standar WHO 2011, yaitu 1) Nilai Sosial, 2) Nilai Ilmiah, 3) Pemerataan Beban dan Manfaat, 4) Risiko, 5) Bujukan/Eksploitasi, 6) Kerahasiaan dan Privacy, dan 7) Persetujuan Setelah Penjelasan, yang merujuk pada Pedoman CIOMS 2016. Hal ini seperti yang ditunjukkan oleh terpenuhinya indikator setiap standar.

Declared to be ethically appropriate in accordance to 7 (seven) WHO 2011 Standards, 1) Social Values, 2) Scientific Values, 3) Equitable Assessment and Benefits, 4) Risks, 5) Persuasion/Exploitation, 6) Confidentiality and Privacy, and 7) Informed Consent, referring to the 2016 CIOMS Guidelines. This is as indicated by the fulfilment of the indicators of each standard.

Pernyataan Laik Etik ini berlaku selama kurun waktu tanggal 30 Juni 2025 sampai dengan tanggal 30 Juni 2026.

This declaration of ethics applies during the period June 30, 2025 until June 30, 2026.



June 30, 2025
Chairperson,



Dr. Susi Milwati, S.Kp., M.Pd.

Lampiran 10**KUESIONER PENELITIAN
“KESIAPAN MENGHADAPI PERSALINAN PADA IBU HAMIL
TRIMESTER III”**

Isilah sesuai dengan data yang sebenarnya:

DATA UMUM:

Karakteristik Responden

Petunjuk pengisian: Berikan tanda check list () pada kolom jawaban yang telah tersedia

1. Responden :
2. Usia Ibu :
3. Pendidikan Terakhir : Tidak Sekolah
 SD
 SMP
 SMA
 Perguruan Tinggi
4. Pekerjaan : Bekerja
 Tidak Bekerja
5. Usia Kehamilan :

NO	PERTANYAAN	JAWABAN	
		YA	TIDAK
KESIAPAN FISIK			
Rencana Persalinan			
1	Saya telah merencanakan tempat bersalin (rumah bidan/puskesmas/rumah sakit/dukun)		
2	Saya mengetahui tanggal perkiraan persalinan saya		
3	Saat bersalin, saya ingin ditolong oleh tenaga kesehatan		
Nutrisi			
4	Saya selalu rajin makan 3 kali dalam sehari		
5	Saya selalu minum vitamin yang diberikan oleh tenaga kesehatan (Bidan/Dokter)		
Menghubungi Tenaga Kesehatan			
6	Saya mudah menghubungi bidan ketika mengalami keluhan selama hamil		
7	Saya rutin memeriksakan kehamilan		
Donor Darah			
8	Saya mengetahui golongan darah saya		
9	Saya mengetahui siapa yang akan menjadi pendonor darah untuk saya		
Pembuat Keputusan			
10	Saya sudah menyiapkan pembuat keputusan jika terjadi hal-hal yang tidak diinginkan		
Barang-barang yang Diperlukan			
11	Saya sudah menyiapkan keperluan saya dan bayi		
KESIAPAN PSIKOLOGIS			
Pendamping Persalinan			
12	Saya sudah merencanakan pendamping untuk mendampingi saat saya melahirkan		
Dukungan Emosional			
13	Suami saya selalu memberikan perhatian kepada saya		
14	Suami saya selalu mengantarkan saya periksa rutin ke bidan dokter		
15	Dukungan dan kasih sayang dari keluarga dan bidan sangat membantu saya merasa lebih nyaman menghadapi persalinan		
16	Suami saya selalu mengingatkan untuk kontrol kehamilan rutin ke bidan/dokter		
17	Suami saya bersedia untuk berdiskusi dengan saya mengenai perencanaan persalinan		
18	Suami saya membantu mempersiapkan keperluan saya dan calon bayi		
Pemikiran Positif dan Rilex			
19	Saya selalu berpikir positif (yang baik-baik) mengenai persalinan yang akan saya jalani		

20	Saya yakin dapat menghadapi proses persalinan dengan tenang dan baik		
21	Saya yakin jika proses persalinan nanti berjalan lancar		
22	Saya selalu relax dan tenang saat menanti tanda-tanda persalinan		
23	Saya selalu jalan-jalan di pagi hari/ olahraga ringan agar pikiran dan tubuh saya tetap rileks		
24	Saya dapat istirahat dengan cukup		
25	Saya tidak merasa cemas dan takut dalam menghadapi persalinan		
26	Saya percaya bahwa bayi saya nanti akan normal dan tidak kekurangan suatu apapun		
Bersikap Luwes			
27	Jika terdapat kesulitan saat proses persalinan, saya siap jika nanti harus melahirkan dengan tindakan (operasi caesar, vaccum)		
KESIAPAN FINANSIAL			
Tabungan			
28	Saya memiliki kartu BPJS/KIS untuk meringankan biaya Persalinan		
29	Saya memiliki tabungan untuk biaya persalinan		
30	Saya sudah menyiapkan persyaratan untuk menggunakan BPJS/ KIS		
Transportasi			
31	Saya sudah menyiapkan kendaraan pribadi untuk pergi ke fasilitas kesehatan		
Rujukan			
32	Saya siap dirujuk jika terjadi penyulit/kesulitan saat proses persalinan		
KESIAPAN KULTURAL			
Kepercayaan Budaya			
33	Saya percaya dengan membawa gunting, peniti yang diikatkan pada baju atau pakaian dalam ibu hamil dapat menjaga ibu dan bayinya dari gangguan roh jahat dan makhluk halus		
34	Saya percaya bahwa dipijat dapat membuat posisi bayi bagus		
35	Saya percaya bahwa menyiapkan keperluan bayi jauh sebelum waktu melahirkan akan menyebabkan hal buruk pada kehamilan		

Lampiran 11

Kisi-Kisi Kuesioner Kesiapan Menghadapi Persalinan					
Variabel	Indikator	Sub Indikator	No. Butir Soal		Bobot
			Favourable	Unfavourable	
Kesiapan menghadapi persalinan	b. Kesiapan Fisik	- Rencana Persalinan	1,2,3		3,2,3
		- Nutrisi	4,5		2
		- Cara menghubungi tenaga kesehatan	6,7		2,3
		- Donor darah	8,9		2,3
		- Pembuat Keputusan	10		3
		- Barang-barang yang diperlukan	11		2
		c. Kesiapan Psikologis	- Pendamping persalinan	12	
	- Dukungan emosional	13,14,15,16,17,18		3,2,3,2,3,2	
	- Pemikiran Positif dan rilex	19,20,21,22,23,24,25,26		3,2,2,2,2,2,3,2	
	- Bersikap Luwes	27		3	
	d. Kesiapan finansial	- Tabungan	28,29,30		2,3,2
	- Transportasi	31		2	
	- Rujukan	32		3	
	b. Kesiapan Kultural	- Kepercayaan budaya		33,34,35	1,2,1
Jumlah soal			32	3	80



*Lampiran 13***Tabel Master**

No.Resp	Nama Responden	Karakteristik Umum					
		Umur	Kode	Pendidikan	Kode	Pekerjaan	Kode
1	Ny. W	25	2	S1	4	Tidak Bekerja	2
2	Ny. J	20	2	SMA	3	Tidak Bekerja	2
3	Ny. L	32	2	SMP	2	Bekerja	1
4	Ny. F	27	2	S1	4	Bekerja	1
5	Ny. A	23	2	SMA	3	Bekerja	1
6	Ny. S	23	2	SMA	3	Tidak Bekerja	2
7	Ny. N	20	2	SMA	3	Bekerja	1
8	Ny. F	29	2	SMA	3	Bekerja	1
9	Ny. S	37	3	SD	1	Tidak Bekerja	2
10	Ny. P	31	2	SMA	3	Tidak Bekerja	2
11	Ny. A	27	2	SMP	2	Tidak Bekerja	2
12	Ny. A	25	2	S1	4	Tidak Bekerja	2
13	Ny. L	21	2	SMP	2	Tidak Bekerja	2
14	Ny. N	23	2	SMA	3	Tidak Bekerja	2
15	Ny. R	23	2	SMA	3	Tidak Bekerja	2
16	Ny. N	37	3	S1	4	Bekerja	1
17	Ny. S	26	2	SMA	3	Tidak Bekerja	2
18	Ny. A	22	2	SMA	3	Bekerja	1
19	Ny. C	23	2	SMP	2	Tidak Bekerja	2
20	Ny. F	26	2	SMA	3	Tidak Bekerja	2
21	Ny. Y	31	2	SMP	2	Tidak Bekerja	2
22	Ny. W	26	2	SMA	3	Tidak Bekerja	2
23	Ny. W	36	3	SMP	2	Tidak Bekerja	2
24	Ny. E	28	2	SMA	3	Tidak Bekerja	2
25	Ny. I	27	2	SMA	3	Bekerja	1
26	Ny. E	28	2	SMA	3	Tidak Bekerja	2
27	Ny. N	30	2	SMP	2	Tidak Bekerja	2
28	Ny. U	24	2	S1	4	Bekerja	1
29	Ny. S	29	2	SMA	3	Tidak Bekerja	2
30	Ny. N	27	2	SMA	3	Tidak Bekerja	2
31	Ny. N	35	2	SMA	3	Tidak Bekerja	2
32	Ny. L	33	2	SMA	3	Tidak Bekerja	2
33	Ny. B	32	2	SMP	2	Tidak Bekerja	2

Pretest	KESIAPAN PERSALINAN																																			Total Skor	Keterangan		
	No.Resp	Kesiapan Fisik										Kesiapan Psikologis															Kesiapan Finansial					Kesiapan Kultural							
		1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	21	22	23	24	25	26	27	28	29	30	31	32	33	34			35	
1	3	2	3	2	2	2	3	2	0	3	2	2	3	2	3	2	3	2	3	2	2	2	3	2	3	2	3	2	3	1	3	1	2	3	0	2	0	75	BAIK
2	3	2	3	2	2	2	0	2	0	3	2	2	3	0	3	0	3	2	3	2	2	2	0	0	3	2	0	0	3	0	3	0	2	0	0	0	0	53	CUKUP
3	3	2	3	0	2	0	3	0	0	0	0	2	3	2	3	2	3	2	0	0	0	0	3	2	0	2	3	0	3	0	2	3	0	0	0	48	CUKUP		
4	3	2	3	0	0	2	0	2	0	0	2	2	3	2	3	2	3	2	3	0	0	2	0	2	0	2	0	0	3	0	2	3	0	0	1	49	CUKUP		
5	3	2	3	2	2	2	3	2	0	3	2	2	3	2	3	2	3	2	3	2	2	2	3	2	3	2	3	1	3	1	2	3	1	2	1	77	BAIK		
6	3	2	3	2	2	2	3	2	0	3	2	2	3	2	3	2	3	2	3	2	2	2	3	2	3	2	3	0	3	0	2	3	1	2	1	75	BAIK		
7	3	2	3	2	2	2	3	2	3	3	2	2	3	2	3	2	3	2	3	2	2	2	0	2	3	2	3	1	3	1	2	3	1	2	1	77	BAIK		
8	3	2	3	2	2	2	3	2	0	0	2	2	3	2	3	2	3	2	3	2	2	2	3	2	3	2	3	1	3	1	2	3	1	2	1	74	BAIK		
9	0	2	0	0	0	2	0	2	0	0	2	2	3	0	0	0	0	2	0	0	2	2	0	2	0	2	0	0	0	1	2	0	0	0	0	26	KURANG		
10	3	2	3	2	2	2	3	2	0	3	2	2	3	2	3	2	3	2	3	2	2	2	3	2	3	2	3	1	3	1	2	3	1	2	1	77	BAIK		
11	3	2	3	2	2	2	3	2	0	3	2	2	3	0	3	0	3	2	3	2	2	2	0	0	3	2	3	0	3	0	2	3	0	2	0	64	BAIK		
12	3	2	3	2	2	2	3	2	3	3	2	2	3	2	3	2	3	2	3	2	2	2	3	2	3	2	3	1	3	1	2	3	1	2	1	80	BAIK		
13	3	2	3	0	0	2	3	2	3	3	2	2	3	0	3	0	3	2	3	0	2	2	0	0	0	2	0	0	3	0	2	0	0	2	0	52	CUKUP		
14	3	2	3	0	0	2	0	2	0	3	0	2	3	0	3	0	0	0	3	0	2	2	3	2	0	2	3	0	3	0	2	3	0	2	1	51	CUKUP		
15	3	2	3	2	2	2	3	2	0	3	2	2	3	2	3	2	3	2	3	2	2	2	3	2	3	2	3	1	3	1	2	3	1	2	1	77	BAIK		
16	3	2	3	2	2	2	3	2	0	3	2	2	3	2	3	2	3	2	3	2	2	2	3	2	3	2	3	1	3	1	2	3	1	2	1	77	BAIK		
17	3	2	3	2	2	2	3	2	3	3	2	2	3	2	3	2	3	2	3	2	2	2	3	2	3	2	3	1	3	1	2	3	1	2	1	80	BAIK		
18	3	2	3	2	2	2	3	2	3	3	2	2	3	2	3	0	3	2	3	2	2	2	3	2	3	2	3	1	3	1	2	3	0	2	1	77	BAIK		
19	3	2	3	0	0	2	3	2	3	3	2	2	3	2	3	2	3	2	3	0	0	0	0	0	2	0	0	3	0	2	3	0	0	0	0	53	CUKUP		
20	3	2	3	2	2	2	3	2	3	3	2	2	3	0	3	2	3	2	3	2	2	2	3	2	3	2	3	1	3	1	2	3	1	2	1	78	BAIK		
21	3	2	3	0	0	2	0	2	0	0	0	2	3	2	3	2	3	2	3	0	0	0	3	2	0	2	0	1	3	1	2	0	1	2	1	50	CUKUP		
22	0	2	3	0	0	2	3	2	0	3	0	2	0	0	3	0	0	0	3	2	2	2	0	2	3	2	0	0	3	0	2	3	0	0	1	45	CUKUP		
23	3	2	3	2	2	2	3	2	0	3	2	2	3	0	3	2	3	2	3	2	2	2	3	2	3	2	3	1	3	1	2	3	1	2	1	75	BAIK		
24	3	2	3	0	0	0	0	0	3	0	2	3	2	3	0	3	2	3	2	2	2	0	2	3	2	0	0	3	0	2	3	0	0	1	51	CUKUP			
25	3	2	3	2	2	2	3	2	3	3	2	2	3	2	3	2	3	2	3	2	2	2	3	2	3	2	3	1	3	1	2	3	1	2	1	80	BAIK		
26	3	2	3	2	2	2	3	2	0	3	2	2	3	0	3	2	3	2	3	0	2	0	0	2	3	0	3	0	3	0	2	3	0	2	1	63	BAIK		
27	3	2	3	2	2	2	3	2	3	3	2	2	3	2	3	2	3	2	3	2	2	2	3	2	3	2	3	1	3	1	2	3	1	2	1	80	BAIK		
28	3	2	3	2	2	2	3	2	3	3	2	2	3	2	3	0	3	2	3	2	2	2	3	2	3	2	3	1	3	1	2	3	1	2	1	78	BAIK		
29	3	2	3	2	2	2	3	2	3	3	2	2	3	2	3	2	3	2	3	2	2	2	3	2	3	2	3	1	3	1	2	3	1	2	1	80	BAIK		
30	3	2	3	2	2	2	3	0	0	3	2	2	3	0	3	2	3	2	3	2	2	2	3	2	3	2	3	1	3	1	2	3	1	2	1	73	BAIK		
31	3	2	3	2	2	2	3	2	3	3	2	2	3	0	3	0	3	2	3	2	2	2	3	2	3	2	3	1	3	1	2	3	1	2	1	76	BAIK		
32	3	2	3	0	2	2	3	2	3	3	2	2	3	2	3	2	3	2	3	2	2	2	0	2	3	2	3	1	3	1	2	3	1	2	1	75	BAIK		
33	3	2	3	2	2	2	3	2	0	3	2	2	3	0	3	0	3	2	3	2	2	2	3	2	3	2	3	1	3	1	2	3	1	2	1	73	BAIK		

Posttest No.Resp	KESIAPAN PERSALINAN																																	Total Skor	Keterangan			
	Kesiapan Fisik											Kesiapan Psikologis											Kesiapan Finansial						Kesiapan Kultural									
	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	21	22	23	24	25	26	27	28	29	30	31	32	33	34	34			
1	3	2	3	2	2	2	3	2	0	3	2	2	3	2	3	2	3	2	3	2	2	2	3	2	3	2	3	1	3	1	2	3	1	2	1	77	BAIK	
2	3	2	3	2	2	2	3	2	0	3	2	2	3	2	3	2	3	2	3	2	2	2	3	2	3	2	3	0	3	0	2	3	1	2	1	75	BAIK	
3	3	2	3	2	2	2	3	2	3	3	2	2	3	2	3	2	3	2	3	2	2	2	3	2	3	2	3	0	3	0	2	3	1	2	1	78	BAIK	
4	3	2	3	2	2	2	3	2	3	3	2	2	3	2	3	2	3	2	3	2	2	2	3	2	3	2	3	0	3	0	2	3	1	2	1	78	BAIK	
5	3	2	3	2	2	2	3	2	0	3	2	2	3	2	3	2	3	2	3	2	2	2	3	2	3	2	3	1	3	1	2	3	1	2	1	77	BAIK	
6	3	2	3	2	2	2	3	2	0	3	2	2	3	2	3	2	3	2	3	2	2	2	3	2	3	2	3	1	3	1	2	3	1	2	1	77	BAIK	
7	3	2	3	2	2	2	3	2	3	3	2	2	3	2	3	2	3	2	3	2	2	2	0	2	3	2	3	1	3	1	2	3	1	2	1	77	BAIK	
8	3	2	3	2	2	2	3	2	0	0	2	2	3	2	3	2	3	2	3	2	2	2	2	3	2	3	2	3	1	3	1	2	3	1	2	1	74	BAIK
9	3	2	3	0	0	2	3	2	0	3	2	2	3	2	3	0	3	2	3	0	0	0	0	2	0	2	0	0	3	0	2	3	0	2	1	53	CUKUP	
10	3	2	3	2	2	2	3	2	3	3	2	2	3	2	3	2	3	2	3	2	2	2	3	2	3	2	3	1	3	1	2	3	1	2	1	80	BAIK	
11	3	2	3	2	2	2	3	2	3	3	2	2	3	2	3	2	3	2	3	2	2	2	3	2	3	2	3	0	3	0	2	3	1	2	1	78	BAIK	
12	3	2	3	2	2	2	3	2	3	3	2	2	3	2	3	2	3	2	3	2	2	2	3	2	3	2	3	1	3	1	2	3	1	2	1	80	BAIK	
13	3	2	3	2	2	2	3	2	3	3	2	2	3	2	3	2	3	2	3	2	2	2	3	2	3	2	3	0	3	0	2	3	1	2	1	78	BAIK	
14	3	2	3	2	2	2	3	2	3	3	2	2	3	2	3	2	3	2	3	2	2	2	3	2	3	2	3	0	3	0	2	3	1	2	1	78	BAIK	
15	3	2	3	2	2	2	3	2	3	3	2	2	3	2	3	2	3	2	3	2	2	2	3	2	3	2	3	1	3	1	2	3	1	2	1	80	BAIK	
16	3	2	3	2	2	2	3	2	3	3	2	2	3	2	3	2	3	2	3	2	2	2	3	2	3	2	3	1	3	1	2	3	1	2	1	80	BAIK	
17	3	2	3	2	2	2	3	2	3	3	2	2	3	2	3	2	3	2	3	2	2	2	3	2	3	2	3	1	3	1	2	3	1	2	1	80	BAIK	
18	3	2	3	2	2	2	3	2	3	3	2	2	3	2	3	2	3	2	3	2	2	2	3	2	3	2	3	1	3	1	2	3	1	2	1	80	BAIK	
19	3	2	3	2	2	2	3	2	3	3	2	2	3	2	3	2	3	2	3	2	2	2	3	2	3	2	3	0	3	0	2	3	1	2	1	78	BAIK	
20	3	2	3	2	2	2	3	2	3	3	2	2	3	2	3	2	3	2	3	2	2	2	3	2	3	2	3	1	3	1	2	3	1	2	1	80	BAIK	
21	3	2	3	2	2	2	3	2	3	3	2	2	3	2	3	2	3	2	3	2	2	2	3	2	3	2	3	1	3	1	2	3	1	2	1	80	BAIK	
22	3	2	3	2	2	2	3	2	3	3	2	2	3	2	3	2	3	2	3	2	2	2	3	2	3	2	3	0	3	0	2	3	1	2	1	78	BAIK	
23	3	2	3	2	2	2	3	2	3	3	2	2	3	2	3	2	3	2	3	2	2	2	3	2	3	2	3	1	3	1	2	3	1	2	1	80	BAIK	
24	3	2	3	2	2	2	3	2	3	3	2	2	3	2	3	2	3	2	3	2	2	2	3	2	3	2	3	0	3	0	2	3	1	2	1	78	BAIK	
25	3	2	3	2	2	2	3	2	3	3	2	2	3	2	3	2	3	2	3	2	2	2	3	2	3	2	3	1	3	1	2	3	1	2	1	80	BAIK	
26	3	2	3	2	2	2	3	2	3	3	2	2	3	2	3	2	3	2	3	2	2	2	3	2	3	2	3	0	3	0	2	3	1	2	1	78	BAIK	
27	3	2	3	2	2	2	3	2	3	3	2	2	3	2	3	2	3	2	3	2	2	2	3	2	3	2	3	1	3	1	2	3	1	2	1	80	BAIK	
28	3	2	3	2	2	2	3	2	3	3	2	2	3	2	3	2	3	2	3	2	2	2	3	2	3	2	3	1	3	1	2	3	1	2	1	80	BAIK	
29	3	2	3	2	2	2	3	2	3	3	2	2	3	2	3	2	3	2	3	2	2	2	3	2	3	2	3	1	3	1	2	3	1	2	1	80	BAIK	
30	3	2	3	2	2	2	3	2	0	3	2	2	3	0	3	2	3	2	3	2	2	2	3	2	3	2	3	1	3	1	2	3	1	2	1	75	BAIK	
31	3	2	3	2	2	2	3	2	3	3	2	2	3	0	3	2	3	2	3	2	2	2	3	2	3	2	3	1	3	1	2	3	1	2	1	78	BAIK	
32	3	2	3	2	2	2	3	2	3	3	2	2	3	2	3	2	3	2	3	2	2	2	0	2	3	2	3	1	3	1	2	3	1	2	1	77	BAIK	
33	3	2	3	2	2	2	3	2	0	3	2	2	3	0	3	2	3	2	3	2	2	2	3	2	3	2	3	1	3	1	2	3	1	2	1	75	BAIK	

Lampiran 14

MITOS DAN KEPERCAYAAN YANG TIDAK BENAR SAAT HAMIL



1

Mitos: Gunting dan Peniti Bisa Menjaga Ibu dari Gangguan Roh atau Makhluk Halus

Kehamilan adalah proses biologis, bukan hal mistis. Tidak ada bukti ilmiah bahwa benda logam seperti gunting atau peniti bisa melindungi dari gangguan roh. Sebaliknya, benda tajam justru bisa membahayakan ibu jika tidak sengaja menusuk atau melukai tubuh.

Pesan Positif:

- Lindungi kehamilan dengan cara yang aman dan terbukti secara medis: periksa rutin, istirahat cukup, dan makan bergizi.
- Kepercayaan spiritual bisa dijaga dengan cara positif, seperti doa dan dzikir, bukan dengan benda-benda berisiko.

2

Mitos: Pijat Dapat Memperbaiki Posisi Bayi

Pijat oleh orang yang tidak terlatih bisa membahayakan ibu dan janin, terutama di trimester akhir. Posisi janin lebih dipengaruhi oleh aktivitas ibu, jumlah air ketuban, dan usia kehamilan.

Apa yang bisa dilakukan untuk mendukung posisi bayi?

- Lakukan senam hamil atau gerakan "menungging" yang direkomendasikan tenaga kesehatan.
- Rutin kontrol untuk memantau posisi bayi.
- Hindari pijat sembarangan yang bisa memicu kontraksi atau trauma janin.



3

Mitos: Menyiapkan Keperluan Bayi Terlalu Awal Bisa Membawa Nasib Buruk

Menyiapkan kebutuhan bayi lebih awal justru membantu ibu lebih tenang dan siap menjelang persalinan. Tidak ada hubungan logis maupun ilmiah antara persiapan awal dengan kejadian buruk.

Mengapa harus disiapkan sejak usia kehamilan 36 minggu?

- Menghindari kepanikan saat tanda persalinan muncul.
- Memastikan barang-barang penting (baju bayi, selimut, perlengkapan mandi, dll.) tersedia.
- Mempersiapkan mental ibu dan suami untuk menyambut kelahiran dengan penuh kesiapan.



Kehamilan adalah anugerah yang dijaga dengan pengetahuan yang benar dan tindakan yang tepat. Mitos dan kepercayaan yang tidak berdasar justru dapat membahayakan ibu dan bayi. Selalu konsultasikan setiap informasi dengan tenaga kesehatan yang terpercaya

KESIAPAN FINANSIAL, TRANSPORTASI, DAN RUJUKAN PERSALINAN

Kesiapan Finansial dan Administratif

Persalinan, terutama jika terjadi komplikasi, bisa membutuhkan biaya tambahan. Kartu jaminan kesehatan seperti BPJS/KIS sangat membantu untuk meringankan beban biaya.

- Pastikan kartu BPJS/KIS aktif dan sesuai faskes.
- Siapkan fotokopi KTP, KK, buku KIA, dan surat rujukan bila diperlukan.
- Jika tidak punya BPJS, sisihkan tabungan untuk biaya tak terduga.
- Diskusikan rencana keuangan dengan pasangan sejak trimester kedua.

Transportasi Menuju Tempat Persalinan

Keterlambatan menuju fasilitas kesehatan adalah salah satu penyebab utama kematian ibu dan bayi. Kendaraan harus tersedia, siap pakai, dan sopirnya jelas.

- Pastikan ada kendaraan yang siap digunakan 24 jam (motor, mobil, atau ojek yang sudah disepakati).
- Simpan kontak sopir atau tetangga yang bisa membantu.
- Pastikan kendaraan memiliki bahan bakar dan kondisi baik.

Kesiapan untuk Dirujuk

Beberapa kondisi seperti perdarahan, tekanan darah tinggi, atau letak janin tidak normal membutuhkan pertolongan di rumah sakit dengan fasilitas lengkap.

- Kenali tanda-tanda bahaya saat hamil dan bersalin.
- Pastikan tempat bersalin Anda memiliki sistem rujukan jelas.
- Siapkan surat rujukan jika sudah direkomendasikan oleh bidan/dokter.

Persalinan yang aman bukan hanya soal kesiapan fisik dan mental, tapi juga perencanaan keuangan, transportasi, dan kesiapan rujukan. Semakin matang persiapan, semakin kecil risiko keterlambatan yang dapat membahayakan nyawa ibu dan bayi.



RENCANA PERSALINAN DAN KESIAPAN IBU HAMIL

Rencana Tempat dan Penolong Persalinan

Merencanakan tempat bersalin dan penolong sejak awal menghindari keterlambatan saat kondisi darurat. Persalinan yang ditolong oleh tenaga kesehatan terbukti lebih aman bagi ibu dan bayi.

Apa yang perlu dilakukan?

- Pilih tempat bersalin terdekat dan terjangkau.
- Diskusikan pilihan dengan suami dan keluarga.
- Pastikan tempat bersalin memiliki fasilitas rujukan jika dibutuhkan.

Mengetahui Hari Perkiraan Lahir (HPL)

Mengetahui HPL membantu ibu dan keluarga bersiap dari segi fisik, mental, dan logistik.

Apa yang perlu dilakukan?

- Catat HPL berdasarkan hasil pemeriksaan tenaga kesehatan.
- Siapkan tas bersalin dan rencana transportasi mulai usia kehamilan 36 minggu.

Nutrisi dan Asupan Tambahan

Nutrisi dan vitamin seperti tablet tambah darah menjaga daya tahan tubuh ibu dan mencegah komplikasi seperti anemia.

Apa yang perlu dilakukan?

- Konsumsi makanan seimbang (karbohidrat, protein, sayur, buah).
- Jangan melewatkan vitamin dan tablet tambah darah, terutama saat trimester 2 dan 3.

Kontak dan Kunjungan ke Tenaga Kesehatan

Deteksi dini komplikasi hanya bisa dilakukan jika ibu rutin periksa dan tahu ke mana harus menghubungi jika ada keluhan.

Apa yang perlu dilakukan?

- Simpan nomor bidan di tempat yang mudah diakses.
- Lakukan minimal 6 kali kunjungan ANC (1x trimester 1, 2x trimester 2, 3x trimester 3).

Donor Darah dan Golongan Darah

Persalinan dapat menyebabkan perdarahan. Mengetahui dan menyiapkan pendonor darah dapat menyelamatkan nyawa ibu.

Apa yang perlu dilakukan?

- Periksa dan catat golongan darah ibu dan suami.
- Koordinasi dengan calon pendonor dari keluarga.



KESIAPAN MENTAL, EMOSIONAL, DAN SOSIAL MENGHADAPI PERSALINAN

01

Pendamping Persalinan

Pendamping, seperti suami atau anggota keluarga dekat, dapat memberi dukungan emosional, komunikasi dengan tenaga medis, dan membantu pengambilan keputusan selama proses persalinan.

- Diskusikan dan tunjuk secara jelas siapa yang akan mendampingi Anda.
- Pastikan pendamping bisa hadir dan siap secara fisik serta emosional.

02

Dukungan Emosional dari Suami dan Keluarga

Dukungan dari orang terdekat membantu ibu merasa tidak sendirian, meningkatkan rasa aman dan tenang, serta menurunkan risiko stres dan kecemasan selama kehamilan.

- Libatkan suami dalam setiap sesi periksa kehamilan atau kelas ibu hamil.
- Komunikasikan kebutuhan emosional dengan keluarga secara terbuka.
- Ajak suami berdiskusi soal rencana persalinan dan keperluan bayi.

03

Pemikiran Positif dan Relaksasi

Pikiran positif dan tubuh yang rileks memicu produksi hormon oksitosin yang memperlancar kontraksi dan menurunkan hormon stres (kortisol). Ini sangat membantu dalam memperlancar persalinan.

- Lakukan afirmasi positif setiap hari (“Saya kuat. Saya mampu.”).
- Praktikkan teknik relaksasi: napas dalam, dzikir, atau mendengarkan musik lembut.
- Jaga pola tidur dan konsumsi makanan bernutrisi.
- Hindari cerita menakutkan seputar persalinan.

04

Bersikap Luwes dan Siap terhadap Kemungkinan Medis

Proses persalinan bisa berbeda pada setiap ibu. Memiliki sikap terbuka dan siap terhadap kemungkinan tindakan medis akan membantu ibu tetap tenang dan fokus pada keselamatan diri dan bayi.

- Diskusikan berbagai skenario persalinan dengan bidan/dokter.
- Pelajari secara ringkas tentang prosedur caesar, vakum, dan indikasinya.
- Tetap fokus pada tujuan utama: ibu dan bayi sehat.

Persalinan bukan hanya tentang fisik yang kuat, tapi juga mental yang siap, dukungan yang kuat, dan hati yang tenang. Suami dan keluarga adalah tim terbaik ibu hamil. Bersiaplah dengan keyakinan, relaksasi, dan keterbukaan terhadap segala kemungkinan.

*Lampiran 15***Descriptive Statistics**

	N	Minimum	Maximum	Mean	Std. Deviation
Pretest	33	26	80	67.24	14.182
Posttest	33	53	80	77.48	4.731
Valid N (listwise)	33				

Tests of Normality

	Kolmogorov-Smirnov ^a			Shapiro-Wilk		
	Statistic	df	Sig.	Statistic	df	Sig.
Pretest	.294	33	<.001	.798	33	<.001
Posttest	.308	33	<.001	.468	33	<.001

a. Lilliefors Significance Correction

Test Statistics^a

	Posttest - Pretest
Z	-4.392 ^b
Asymp. Sig. (2-tailed)	<.001

a. Wilcoxon Signed Ranks Test

b. Based on negative ranks.