

## DAFTAR ISI

HALAMAN JUDUL .....	i
LEMBAR PEGESAHAN.....	ii
HALAMAN PERNYATAAN .....	iii
KATA PENGANTAR .....	iv
HALAMAN PERSEMBAHAN .....	vi
DAFTAR ISI .....	vii
DAFTAR GAMBAR .....	x
DAFTAR TABEL .....	xi
DAFTAR LAMPIRAN.....	xii
ABSTRAK .....	xiii
<b>BAB I PENDAHULUAN</b>	
A. Latar Belakang Masalah .....	1
B. Rumusan Masalah .....	4
C. Tujuan Penelitian.....	5
D. Manfaat Penelitian.....	6
E. Keaslian Penelitian.....	6
<b>BAB II TINJAUAN PUSTAKA</b>	
A. Yoga Prenatal	
1. Pengertian .....	10
2. Prinsip Yoga .....	10
3. Manfaat Yoga .....	11
4. Kontra Indikasi Latihan Fisik .....	13
5. Resiko Yoga Terhadap Hasil Kehamilan .....	13
6. Yoga Ibu Hamil Trimester III .....	14
B. Persalinan	
1. Pengertian Persalinan .....	19
2. Adaptasi Fisiologis Terhadap Persalinan .....	20
a. Kardiovaskuler .....	20

b. Pernafasan .....	20
c. Gastrointestinal .....	21
d. Ginjal .....	21
e. Hemapoetik .....	21
f. Cairan Dan Elektrolit .....	22
g. Nyeri .....	22
3. Adaptasi Psikologis Terhadap Persalinan .....	22
4. Proses Persalinan .....	23
C. Nyeri	
1. Pengertian Nyeri .....	27
2. Penyebab Nyeri Persalinan .....	29
3. Fisiologi Nyeri Persalinan .....	30
4. Rentang Nyeri Persalinan .....	31
5. Pengukuran Rentang Nyeri .....	31
6. Manajemen Nyeri .....	37
D. Kecemasan	
1. Pengertian .....	39
2. Faktor Penyebab Kecemasan .....	40
3. Fisiologi Kecemasan .....	42
4. Rentang Kecemasan .....	42
5. Pengukuran Kecemasan .....	43
6. Manajemen Kecemasan.....	46
E. Kerangka Teori .....	48
F. Kerangka Konsep Penelitian .....	49
G. Hipotesis .....	49
<b>BAB III METODE PENELITIAN</b>	
A. Jenis Dan Rancangan Penelitian .....	50
B. Tempat Dan Waktu Penelitian .....	51
C. Populasi Dan Sampel .....	51
D. Variabel Penelitian .....	54
E. Definisi Operasional .....	54

F. Alat Ukur Dan Cara Pengukuran.....	57
G. Etika Penelitian.....	59
H. Jalannya Penelitian.....	60
I. Analisis Data .....	64
J. Hambatan dan Keterbatasan.....	66
<b>BAB IV HASIL PENELITIAN</b>	
A. Hasil Penelitian .....	67
1. Karakteristik Subyek Penelitian Dan Homogenitas.....	68
2. Analisis Bivariat.....	70
3. Analisis Multivariat .....	73
B. Pembahasan.....	78
1. Karakteristik Responden Dan Homogenitas.....	78
2. PengaruhYoga Terhadap Nyeri Fase Laten .....	79
3. PengaruhYoga Terhadap Nyeri Fase Aktif.....	80
4. PengaruhYoga Terhadap Nyeri Fase Transisi/Deselerasi.....	82
5. PengaruhYoga Terhadap Kecemasan <i>State</i> Fase Laten .....	84
6. PengaruhYoga Terhadap Kecemasan <i>Trait</i> Fase Laten .....	86
7. Hubungan Usia, Paritas, Kecemasan Pada Nyeri .....	87
8. Hubungan Usia Ibu, Paritas dan Usia Kehamilan Pada Kecemasan Fase Laten.....	88
9. Pengaruh Yoga Terhadap Nyeri Dipengaruhi Variabel Luar.....	88
10. Pengaruh Yoga Terhadap Kecemasan Dipengaruhi Variabel Luar ....	93
<b>BAB V KESIMPULAN DAN SARAN</b>	
A. Kesimpulan .....	95
B. Saran .....	96

Daftar Pustaka

Lampiran

## DAFTAR GAMBAR

1. Rentang Respon Nyeri.....	31
2. Skala Penilaian Numerik .....	32
3. Skala Nyeri Wong .....	32
4. Skala Analog Visual (VAS) .....	33
5. Rentang Respon Kecemasan .....	42
6. Kerangka Teori .....	48
7. Kerangka Konsep Penelitian.....	49
8. Skema Pengambilan Sampel Di Masing-masing Kelompok .....	68

## DAFTAR TABEL

1. Pengkajian Non Verbal .....	33
2. Rancangan Penelitian .....	50
3. Perhitungan Besar Sampel .....	53
4. Definisi Operasional .....	56
5. Penyebaran Item-Item Kuesionair <i>State Trait Anxiety Inventory</i> .....	58
6. Karakteristik Subyek Penelitian Dan Homogenitas.....	69
7. Pengaruh Yoga Terhadap Nyeri Fase Laten, Fase Aktif Dan Fase Transis .....	70
8. Pengaruh Yoga Terhadap Kecemasan Ibu Bersalin di Puskesmas Mergangsan dan Tegalrejo Yogyakarta.....	71
9. Hubungan Usia Ibu, Paritas Pada Nyeri Fase Laten, Fase Aktif Dan FaseTransisi/Deselerasi Ibu Bersalin Di Puskesmas Kota Yogyakarta....	72
10. Hubungan Kecemasan Dengan Nyeri Fase Laten ... ..	72
11. Hubungan Usia Ibu, Paritas Dan Usia Kehamilan Pada Kecemasan Ibu Bersalin Di Puskesmas Kota Yogyakarta .....	73
12. Analisis Regresi Linier: Pengaruh Yoga Terhadap Nyeri Fase Laten Dengan Mengontrol Variabel Luar .....	74
13. Analisis Regresi Linier: Pengaruh Yoga Terhadap Nyeri Fase Aktif Dengan Mengontrol Variabel Luar .....	75
14. Analisis Regresi Linier: Pengaruh Yoga Terhadap Nyeri FaseTransisi/Deselerasi Dengan Mengontrol Variabel Luar .....	76
15. Analisis Regresi Linier: Pengaruh Yoga Terhadap Kecemasan <i>State</i> Fase Laten Dengan Mengontrol Variabel Luar .....	77

## DAFTAR LAMPIRAN

1. Permohonan Ijin Penelitian
2. Persetujuan Dari Komite Etik Fakultas Kedokteran Universitas Gadjah Mada
3. Pernyataan Kesiediaan Menjadi Responden
4. Identitas Responden
5. Alat Ukur Nyeri Ibu Bersalin
6. Alat Ukur *State-Trait Anxiety Inventory*
7. Standar Operasional Prosedur