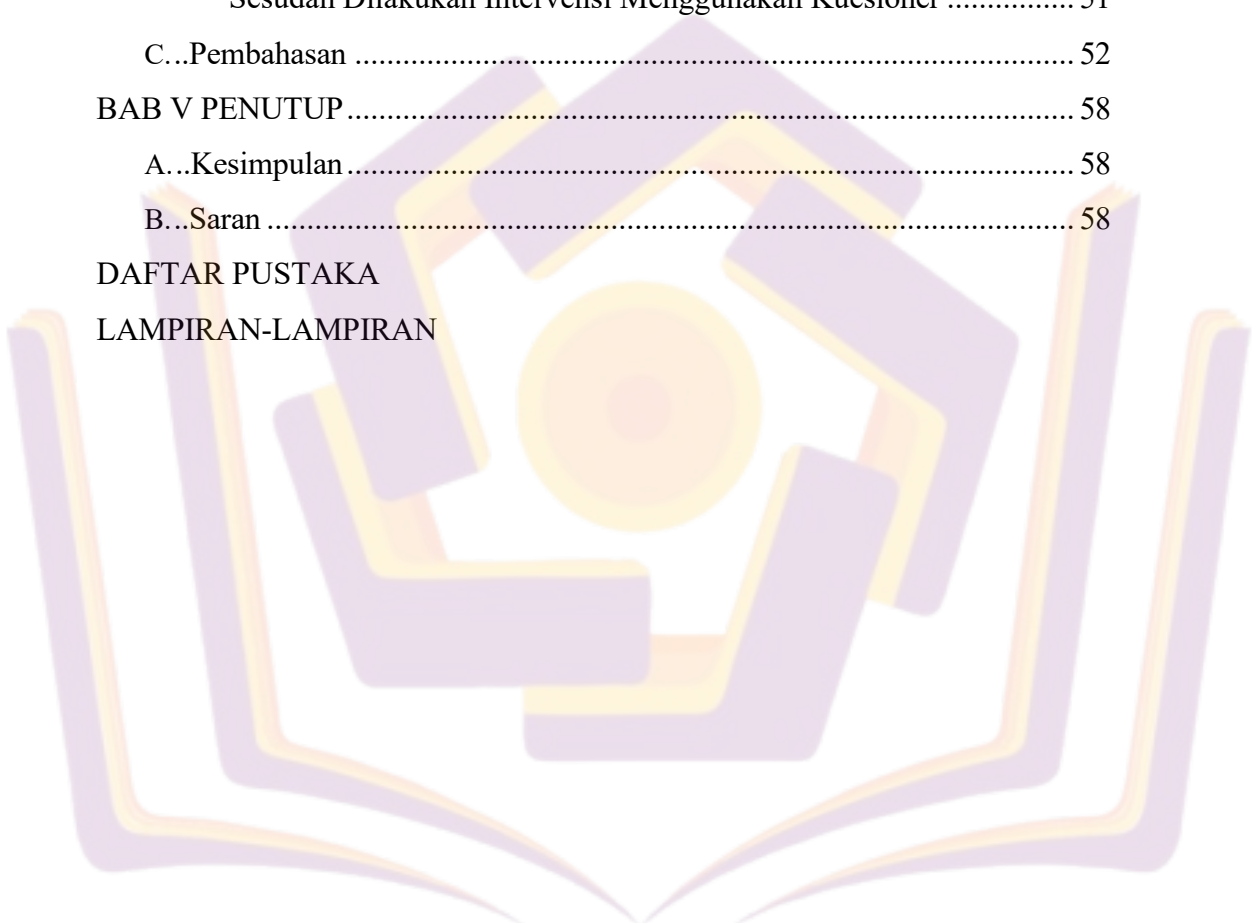


## DAFTAR ISI

HALAMAN SAMPUL .....	i
HALAMAN JUDUL .....	ii
HALAMAN PERSETUJUAN .....	iii
HALAMAN PENGESAHAN .....	iv
HALAMAN PERNYATAAN KEASLIAN.....	v
HALAMAN PERSEMBAHAN.....	vi
HALAMAN MOTTO .....	vii
KATA PRNGANTAR.....	viii
DAFTAR ISI .....	x
DAFTAR TABEL .....	xiii
DAFTAR GAMBAR .....	xiv
DAFTAR LAMPIRAN .....	xv
ABSTRAK .....	xvi
<i>ABSTRACT</i> .....	xvii
BAB I PENDAHULUAN .....	1
A...Latar Belakang Masalah .....	1
B...Rumusan Masalah .....	5
C...Tujuan Penelitian.....	6
D...Manfaat Penelitian .....	6
BAB II TINJAUAN PUSTAKA .....	8
A. ..Konsep Kehamilan .....	8
1.. Pengertian .....	8
2.. Tahap Kehamilan .....	9
3.. Status Kehamilan .....	11
4.. Ketidaknyamanan.....	11
B. ..Kecemasan .....	17
1....Pengertian .....	17
2....Klasifikasi Kecemasan .....	18
3....Tingkatan Kecemasan .....	20
4....Cara Pengukuran Kecemasan .....	21
5... Faktor Yang Mempengaruhi Kecemasan Ibu Hamil	

<i>Primigravida</i> Trimester III.....	22
6... Perubahan Anatomi Tubuh Yang Berkaitan Dengan Kecemasan.....	28
7...Penatalaksanaan Kecemasan .....	29
C. .. <i>Massage Endorphine</i> .....	31
1.. Pengertian .....	31
2.. Mekanisme.....	32
3.. Anatomi .....	34
D. ..Relaksasi Benson.....	36
1...Pengertian .....	36
2...Manfaat Relaksasi Benson .....	38
3...Anatomi Pernapasan.....	38
4...Teknik.....	40
E. .. Keterkaitan Efektivitas <i>Massage Endorphine</i> Dan Relaksasi Benson Terhadap Kecemasan Pada Ibu Hamil Trimester III.....	40
F. .. Penelitian Terdahulu.....	41
G. ..Kerangka Berpikir .....	43
BAB III METODOLOGI PENELITIAN.....	44
A. ..Desain Penelitian .....	44
B. ..Tempat dan Waktu Penelitian.....	44
1.. Tempat Penelitian .....	44
2.. Waktu Penelitian.....	44
C. ..Setting Penelitian.....	44
1...Tempat.....	44
2...Sarana dan Prasarana.....	44
3...Jumlah Pasien .....	44
D. ..Subyek Penelitian .....	45
E. .. Metode Pengumpulan Data .....	46
F... Metode Keabsahan Data.....	46
G...Metode Analisa Data .....	46
H. ..Etika Penelitian.....	47
I... Instrumen Penelitian .....	47
BAB IV HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN.....	48

A...Informasi Umum Partisipan.....	48
1..Partisipan 1 .....	48
2..Partisipan 2 .....	48
3..Partisipan 3 .....	49
B...Hasil Penelitian.....	49
1.. Data Responden Berdasarkan Karakteristik Umur, Paritas, Pekerjaan, Pendidikan .....	50
2.. Data Hasil Pengukuran Skor Kecemasan Sebelum Dan Sesudah Dilakukan Intervensi Menggunakan Kuesioner .....	51
C...Pembahasan .....	52
<b>BAB V PENUTUP .....</b>	<b>58</b>
A...Kesimpulan .....	58
B...Saran .....	58
<b>DAFTAR PUSTAKA</b>	
<b>LAMPIRAN-LAMPIRAN</b>	



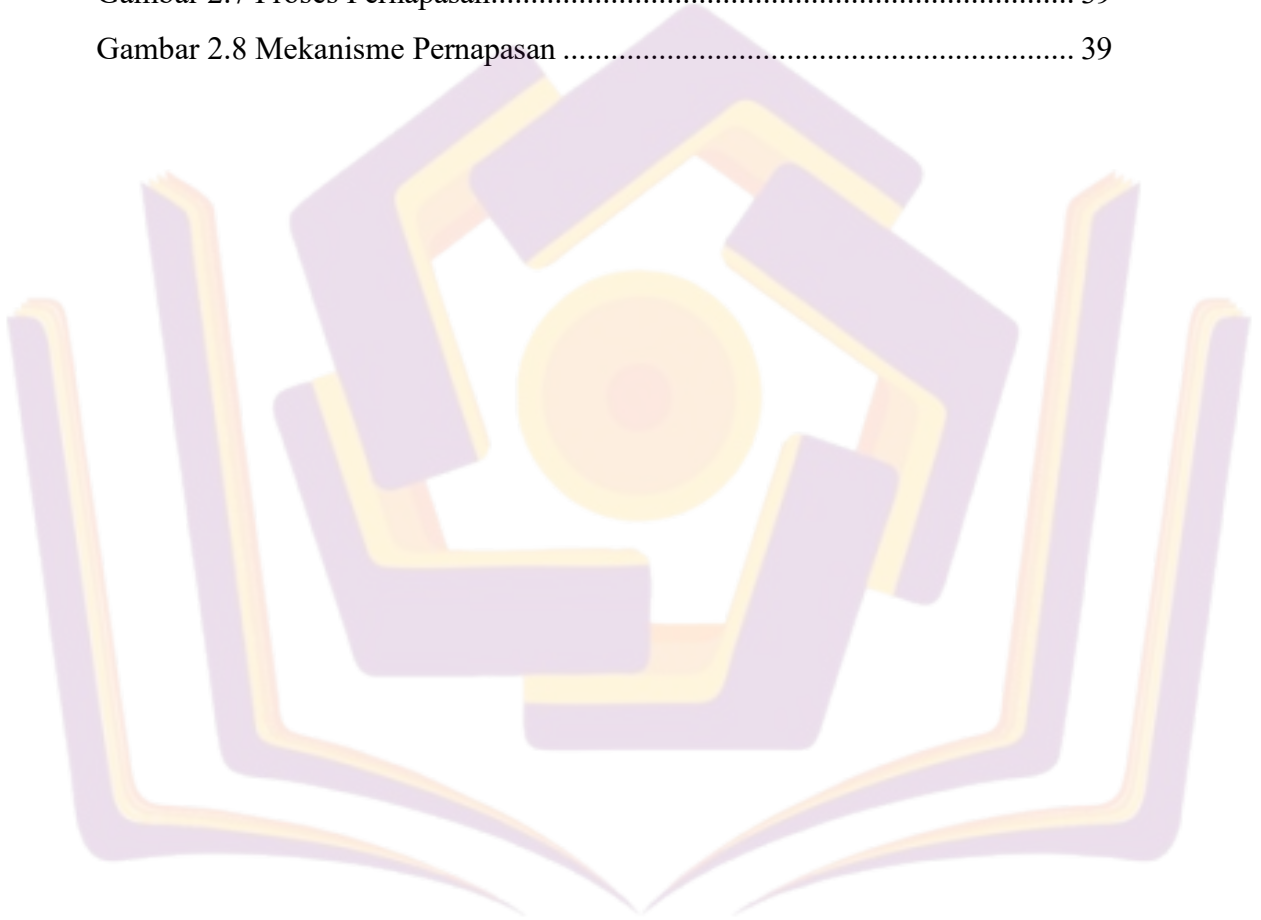
## DAFTAR TABEL

Tabel 4.1 Data Responden Berdasarkan Karakteristik Umur, Paritas, Pekerjaan, Pendidikan .....	50
Tabel 4.2 Data Hasil Pengukuran Skor Kecemasan Sebelum Dan Sesudah Dilakukan Intervensi Menggunakan Kuesioner .....	51



## DAFTAR GAMBAR

Gambar 2.1 <i>Massage</i> Lengan.....	32
Gambar 2.2 <i>Massage</i> Punggung.....	33
Gambar 2.3 <i>Massage</i> Bagian Belakang .....	34
Gambar 2.4 <i>Massage Endorphine</i> .....	34
Gambar 2.5 Otot Trapezius .....	35
Gambar 2.6 Gerakan Relaksasi .....	37
Gambar 2.7 Proses Pernapasan.....	39
Gambar 2.8 Mekanisme Pernapasan .....	39



## DAFTAR BAGAN

Bagan 2.1 Kerangka Berpikir.....	33
----------------------------------	----



## DAFTAR LAMPIRAN

- Lampiran 1 Permohonan Calon Responden
- Lampiran 2 Persetujuan Menjadi Responden Ny. A
- Lampiran 3 Persetujuan Menjadi Responden Ny. E
- Lampiran 4 Persetujuan Menjadi Responden Ny. K
- Lampiran 5 SOP *Massage Endorphine*
- Lampiran 6 Relaksasi Benson
- Lampiran 7 Hasil Kuesioner Ny. A
- Lampiran 8 Hasil Kuesioner Ny. E
- Lampiran 9 Hasil Kuesioner Ny. E
- Lampiran 10 Asuhan Kebidanan dan Data Perkembangan Ny. A
- Lampiran 11 Asuhan Kebidanan dan Data Perkembangan Ny. E
- Lampiran 12 Asuhan Kebidanan dan Data Perkembangan Ny. K
- Lampiran 13 Dokumentasi
- Lampiran 14 Lembar Kartu Bimbingan Pembimbing 1
- Lampiran 15 Lembar Kartu Bimbingan Pembimbing 2
- Lampiran 16 Biodata Penulis