

DAFTAR ISI

	Halaman
ABSTRAK	i
KATA PENGANTAR	ii
UCAPAN TERIMAKASIH	iii
DAFTAR ISI	vi
DAFTAR TABEL	viii
DAFTAR GAMBAR	ix
DAFTAR LAMPIRAN	xi
BAB I PENDAHULUAN	1
A. Latar Belakang masalah.....	1
B. Rumusan Masalah.....	5
C. Tujuan Penelitian.....	5
D. Manfaat penelitian.....	6
E. Batasan penelitian.....	7
F. Definisi istilah.....	8
G. Asumsi Dasar.....	9
H. Hipotesis.....	11
BAB II KAJIAN PUSTAKA	12
A. Kehamilan	12
1. Definisi kehamilan.....	12
2. Perubahan fisiologis dalam kehamilan.....	14
3. Perubahan dan adaptasi psikologis pada kehamilan.....	16
a. Perubahan dan adaptasi psikologis pada kehamilan	
trimester I.....	16
b. Perubahan dan adaptasi psikologis pada kehamilan	
trimester II.....	17
c. Perubahan dan adaptasi psikologis pada kehamilan	
trimester III.....	18
B. Senam hamil.....	18
1. Pengertian senam hamil.....	19
2. Tujuan senam hamil.....	20
3. Manfaat Senam Hamil	22
4. Tahapan-Tahapan Senam Hamil	23
5. Gerakan Senam Hamil	23
C. Kecemasan.....	25
1. Pengertian kecemasan.....	26
2. Bentuk - bentuk kecemasan.....	27
3. Faktor yang mempengaruhi kecemasan.....	27

4. Aspek - aspek kecemasan.....	29
5. Gejala-Gejala Kecemasan pada Ibu Hamil	29
6. Sumber-Sumber Kecemasan pada Ibu Hamil	31
D. Persalinan	32
1. Definisi Persalinan	32
2. Bentuk Persalinan	33
3. Proses Persalinan	33
4. Pembagian Tahap Persalinan	34
5. Tahap-Tahap Persalinan	35
BAB III METODE PENELITIAN	36
A. Prosedur Penelitian.....	36
B. Populasi dan Sampel Penelitian.....	37
C. Desain Penelitian	38
D. Instrumen Penelitian.....	39
E. Uji Coba Angket.....	41
F. Pelaksanaan Pengumpulan Data.....	41
G. Teknik Perhitungan dan Analisis Data.....	42
BAB IV HASIL PENGOLAHAN DAN ANALISIS DATA.....	43
A. Deskripsi Hasil Pengolahan Data.....	43
1. Responden Berdasarkan Usia Kehamilan	43
2. Responden Berdasarkan Paritas.....	45
3. Responden Berdasarkan Usia.....	47
4. Responden Berdasarkan Latar Belakang Pendidikan.....	49
B. Uji Persyaratan.....	51
1. Uji Normalitas	51
2. Uji Homogenitas.....	52
3. Uji-t.....	53
C. Pengujian Hipotesis.....	55
D. Analisis Data Angket Berdasarkan Rerata Setiap Indikator	56
1. Rerata Respon Ibu Hamil terhadap Indikator Fisik	57
2. Rerata Respon Ibu Hamil terhadap Indikator Emosional	58
3. Rerata Respon Ibu Hamil terhadap Indikator Mental	59
E. Analisis Data Angket Berdasarkan Persentase Setiap Indikator ...	60
F. Diskusi Penemuan.....	63
BAB V KESIMPULAN DAN SARAN	67
A. Kesimpulan	67
B. Saran.....	67
DAFTAR PUSTAKA	69
LAMPIRAN	71

DAFTAR TABEL

Tabel	Halaman
3.1. Kisi-kisi Angket Kecemasan Ibu Hamil.....	39
4.1. Hasil Pengujian Normalitas Data.....	52
4.2. Hasil Uji Homogenitas.....	53
4.3.a. Hasil Uji Signifikansi.....	54
4.3.b. Hasil Uji Signifikansi.....	55
4.4. Rerata Respon Ibu Hamil terhadap Indikator Fisik	57
4.5. Rerata Respon Ibu Hamil terhadap Indikator Emosional	58
4.6. Rerata Respon Ibu Hamil terhadap Indikator Mental	59
4.7. Kriteria Interpretasi Skor	61
4.8. Persentase Respon Ibu Hamil terhadap Indikator Fisik	61
4.9. Persentase Respon Ibu Hamil terhadap Indikator Emosional	62
4.10. Persentase Respon Ibu Hamil terhadap Indikator Fisik	62

DAFTAR GAMBAR

Gambar	Halaman
3.1. Desain Penelitian.....	38
4.1.a. Diagram Batang Responden Berdasarkan Usia Kehamilan yang Mengikuti Senam Hamil.....	44
4.1.b. Diagram Batang Responden Berdasarkan Usia Kehamilan yang Mengikuti Senam Hamil.....	45
4.2.a. Diagram Batang Responden Berdasarkan Paritas yang Mengikuti Senam Hamil.....	46
4.2.b. Diagram Batang Responden Berdasarkan Paritas yang Mengikuti Senam Hamil.....	46
4.3.a. Diagram Batang Responden Berdasarkan Usia yang Mengikuti Senam Hamil.....	47
4.3.b. Diagram Batang Responden Berdasarkan Usia yang Mengikuti Senam Hamil.....	48
4.4. Diagram Batang Responden Berdasarkan Latar Belakang Pendidikan.....	49
4.5. Diagram Batang Nilai Pernyataan Angket Kecemasan.....	50
4.6. Diagram Batang Hasil Uji Signifikansi.....	54

4.7	Skala Ordinal untuk Skor Tingkat Kecemasan	60
4.8	Skala Ordinal untuk Persentase Skor Tingkat Kecemasan	61



DAFTAR LAMPIRAN

	Halaman
A. Instrumen Penelitian	71
A.1 Angket Penelitian.....	71
B. Hasil Uji Coba Angket.....	75
B.1 Data Hasil Uji Coba Angket.....	75
B.2 Uji Validitas Instrumen.....	77
C. Hasil Penelitian.....	79
C.1 Data Hasil Angket Kecemasan.....	79
C.2 Hasil Pengolahan Data	83
D. Surat Penelitian.....	85
D.1 Surat Pengesahan Judul	85
D.2 Surat Penunjukkan Dosen Pembimbing Skripsi.....	86
D.3 Surat Permohonan Izin Penelitian.....	87
D.4 Surat Jawaban Penelitian.....	88
E. Daftar Riwayat Hidup	91