

**EFEKTIVITAS INTERVENSI HOLISTIK TERHADAP
TINGKAT KECEMASAN PADA IBU BERSALIN
KALA I DI WILAYAH KERJA UPTD
PUSKESMAS SUKAMULYA
KABUPATEN KUNINGAN
TAHUN 2026**

SKRIPSI

Diajukan untuk Memenuhi Salah Satu Syarat Memperoleh Gelar Sarjana
Pada Program Studi S1 Kebidanan Fakultas Kesehatan
Universitas Bhakti Husada Indonesia

Oleh :
Nia Setiawati
CBR0220020



**PROGRAM STUDI S1 KEBIDANAN
FAKULTAS ILMU KESEHATAN
UNIVERSITAS BHAKTI HUSADA INDONESIA
TAHUN 2026**

LEMBAR PERSETUJUAN

SKRIPSI

EFEKTIVITAS INTERVENSI HOLISTIK TERHADAP TINGKAT KECEMASAN PADA IBU BERSALIN KALA I DI WILAYAH KERJA UPTD PUSKESMAS SUKAMULYA KABUPATEN KUNINGAN TAHUN 2026

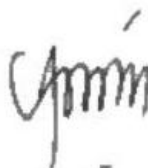
Diajukan Oleh:

Nama : Nia Setiawati

NIM : CBR0220020

Kuningan, Juni 2026
Telah disetujui Oleh,

Pembimbing I



Dr. Al Nurasiah, S.ST., MKM
NIDN. 0410128601

Pembimbing II



Fera Riswida H., S.ST., M.Kes
NIDN. 0403028803

LEMBAR PENGESAHAN

EFEKTIVITAS INTERVENSI HOLISTIK TERHADAP TINGKAT KECEMASAN PADA IBU BERSALIN KALA I DI WILAYAH KERJA UPTD PUSKESMAS SUKAMULYA KABUPATEN KUNINGAN TAHUN 2026

Skripsi ini telah diujikan oleh Tim Penguji Program Studi S1 Kebidanan
Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas Bhakti Husada Indonesia
Pada Juni 2026

Mengesahkan,

Penguji I

Penguji II

Penguji III

Agus Kartikasari, S.Si.T., M.Kes

NIDN. 0416078601

Dr. Ai Nurasih, S.ST., MKM

NIDN. 0410128601

Fera Riswidaatami H, S.ST, M.Kes

NIDN. 0403028803

Mengetahui,

Dekan Fakultas Ilmu Kesehatan
Bhakti Husada Indonesia

Ketua Program Studi
S1 Kebidanan

Ns. Heri Hermaniyah, S.Kep., M.KM
NIK. 831102.200904.024

Dr. Ai Nurasih, S.ST., M.KM
NIK. 861210.200811.021

LEMBAR PERNYATAAN KEASLIAN

Yang bertanda tangan di bawah ini :

Nama : Nia Setiawati

Program Studi : CBR0220020

Perguruan Tinggi : S1 Kebidanan

Judul Skripsi : Efektivitas Intervensi Holistik Terhadap Tingkat

Kecemasan Ibu Bersalin Kala I Di Wilayah Kerja UPTD

Puskesmas Sukamulya Kabupaten Kuningan Tahun

2026

Dengan ini saya menyatakan bahwa skripsi ini sepenuhnya karya saya sendiri. Tidak ada bagian di dalamnya yang merupakan plagiat dari karya penelitian lain dan saya tidak melakukan pengutipan dengan cara-cara yang tidak sesuai dengan etika keilmuan yang berlaku.

Dengan pernyataan ini saya buat dengan sesungguhnya. Apabila terdapat pelanggaran terhadap etika keilmuan dalam skripsi ini, maka saya bersedia menanggung sanksi sesuai dengan norma yang berlaku di perguruan tinggi.

Kuningan, juli 2026

Yang menyatakan,

Nia Setiawati

LEMBAR PERSEMBAHAN

Saya pernah berpikir bahwa menyelesaikan skripsi hanyalah tentang menulis, melakukan penelitian, lalu lulus. Namun, setelah benar-benar menjalaninya, saya menyadari bahwa perjalanan ini jauh lebih dari itu. Skripsi mengajarkan saya bagaimana menghadapi rasa malas, melawan kebiasaan menunda pekerjaan, mengelola waktu yang sering kali habis hanya karena terlalu lama menikmati *screen time*, serta belajar berdamai dengan rasa lelah dan keraguan yang datang silih berganti.

Ada banyak hari ketika saya merasa tidak membuat kemajuan apa pun. Ada saat-saat ketika saya menatap layar laptop tanpa tahu harus menulis apa, merasa tertinggal dari teman-teman yang sudah lebih dahulu menyelesaikan skripsinya, bahkan beberapa kali bertanya kepada diri sendiri apakah saya benar-benar mampu sampai di garis akhir. Namun, sedikit demi sedikit, satu halaman demi satu halaman akhirnya terselesaikan. Hingga hari ini, saya dapat melihat bahwa setiap langkah kecil yang dulu terasa tidak berarti ternyata membawa saya sampai di titik ini.

Dengan penuh rasa syukur dan kasih sayang, karya sederhana ini saya persembahkan kepada orang-orang yang telah menjadi bagian dari perjalanan tersebut :

1. Kedua orang tua tercinta, Bapak Nadi dan Ibu Juheti. Terima kasih atas cinta yang tidak pernah berkurang, doa yang tidak pernah putus, dan perjuangan yang mungkin tidak akan pernah mampu saya balas. Terima kasih karena selalu memberikan kepercayaan kepada saya, bahkan ketika saya sendiri masih sering

meragukan kemampuan saya. Semoga pencapaian sederhana ini menjadi salah satu bentuk kebahagiaan dan kebanggaan yang dapat saya persembahkan untuk Bapak dan Ibu.

2. Kakak saya tercinta, Ading Herdiana. Terima kasih telah menjadi tempat saya bercerita, mendengarkan setiap keluh kesah, memberikan semangat ketika saya mulai kehilangan motivasi, dan selalu mengingatkan bahwa setiap proses pasti akan menemukan akhirnya. Terima kasih karena selalu percaya bahwa saya mampu menyelesaikan semua ini.
3. Seluruh keluarga besar yang saya cintai. Terima kasih atas doa, perhatian, dukungan, dan kasih sayang yang selalu mengiringi perjalanan saya. Kehadiran kalian menjadi pengingat bahwa saya tidak pernah benar-benar berjuang sendirian.
4. Bapak dan Ibu dosen, khususnya dosen pembimbing, serta seluruh dosen Program Studi S1 Kebidanan Fakultas Ilmu Kesehatan UBHI. Terima kasih atas ilmu, kesabaran, bimbingan, kritik, dan saran yang telah diberikan selama proses penyusunan skripsi ini. Setiap arahan yang diberikan telah menjadi bagian penting dalam proses belajar dan perkembangan saya sebagai seorang mahasiswa.
5. Teman-teman seperjuangan. Terima kasih telah mengisi perjalanan ini dengan begitu banyak cerita. Terima kasih atas setiap diskusi, bantuan, tawa, semangat, dan kebersamaan yang membuat proses yang melelahkan ini terasa lebih ringan. Semoga setiap usaha yang telah kita perjuangkan bersama mengantarkan kita menuju impian masing-masing.

6. Dan yang terakhir, untuk diri saya sendiri.

Sejujurnya, saya tidak pernah benar-benar menyangka bisa sampai di titik ini. Saya mengenal diri saya sebagai seseorang yang cenderung pendiam dan lebih nyaman berada di balik layar daripada menjadi pusat perhatian. Dulu, saya tidak pernah membayangkan bahwa saya mampu melakukan penelitian secara langsung, bertemu dengan responden, berdiskusi dengan tenaga kesehatan, memahami metodologi penelitian, mengolah data statistik, hingga berdiri di depan dosen penguji untuk mempertanggungjawabkan hasil penelitian yang saya tulis sendiri.

Skripsi ini tidak mengubah siapa saya. Saya tetaplah Nia yang sama. Namun, proses panjang ini mengubah cara saya memandang diri sendiri. Saya belajar bahwa kemampuan tidak selalu dimiliki sejak awal. Kemampuan tumbuh ketika seseorang mau mencoba, mau belajar, dan tidak berhenti meskipun berkali-kali merasa tidak mampu.

Hari ini, yang paling saya syukuri bukan hanya karena skripsi ini selesai, tetapi karena saya berhasil membuktikan kepada diri sendiri bahwa saya mampu melakukan hal-hal yang sebelumnya saya anggap berada di luar batas kemampuan saya.

Terima kasih, karena sudah terus melangkah. Tidak dengan sempurna, tidak selalu dengan percaya diri, tetapi tetap memilih untuk melanjutkan setiap langkah hingga akhirnya sampai di titik ini.

UNIVERSITAS BHAKTI HUSADA INDONESIA
PROGRAM STUDI S1 KEBIDANAN
SKRIPSI, JULI 2026

NIA SETIAWATI
CBR0220020

**EFEKTIVITAS INTERVENSI HOLISTIK TERHADAP TINGKAT
KECEMASAN PADA IBU BERSALIN KALA I DI WILAYAH KERJA
UPTD PUSKESMAS SUKAMULYA KABUPATEN KUNINGAN TAHUN
2026**

6 BAB + 123 halaman + 6 tabel + 2 bagan + 15 lampiran

ABSTRAK

Latar Belakang: Menurut *World Health Organization* (WHO, 2023), sekitar 287.000 perempuan meninggal akibat komplikasi kehamilan dan persalinan pada tahun 2020. Selain kondisi fisik, kecemasan pada ibu bersalin kala I dapat memengaruhi kelancaran proses persalinan. Intervensi holistik berupa dukungan suami, aromaterapi lavender, dan murottal Al-Qur'an merupakan salah satu alternatif nonfarmakologis untuk membantu menurunkan tingkat kecemasan.

Tujuan: Mengetahui gambaran tingkat kecemasan ibu bersalin kala I sebelum dan sesudah diberikan intervensi holistik serta efektivitas intervensi holistik terhadap tingkat kecemasan ibu bersalin kala I di wilayah kerja UPTD Puskesmas Sukamulya Kabupaten Kuningan Tahun 2026.

Metode: Penelitian ini menggunakan desain *quasi experiment* dengan pendekatan *pretest-posttest with two-group design*. Sampel berjumlah 36 responden yang dipilih menggunakan teknik *purposive sampling*, terdiri atas 18 responden kelompok intervensi dan 18 responden kelompok kontrol. Tingkat kecemasan diukur menggunakan instrumen *Fear of Childbirth Questionnaire* (FCQ). Intervensi holistik diberikan selama 60 menit dan dianalisis menggunakan uji Wilcoxon.

Hasil: Terjadi penurunan tingkat kecemasan dari kategori sedang menjadi ringan pada sebagian besar responden kelompok intervensi. Sebelum intervensi, sebagian besar responden pada kelompok intervensi mengalami kecemasan sedang sebanyak 12 orang (66,7%), sedangkan setelah intervensi sebagian besar mengalami kecemasan ringan sebanyak 10 orang (55,6%). Pada kelompok kontrol, sebagian besar responden tetap berada pada kategori kecemasan sedang saat *pre-test* (72,2%) maupun *post-test* (66,7%). Hasil uji Wilcoxon menunjukkan nilai $p = 0,000$ ($p < 0,05$) sehingga intervensi holistik efektif menurunkan tingkat kecemasan ibu bersalin kala I.

Simpulan: Intervensi holistik efektif menurunkan tingkat kecemasan ibu bersalin kala I di wilayah kerja UPTD Puskesmas Sukamulya Kabupaten Kuningan Tahun 2026.

Kata kunci: intervensi holistik, tingkat kecemasan, ibu bersalin kala I.

BHAKTI HUSADA UNIVERSITY OF INDONESIA
STUDY PROGRAM OF MIDWIFERY
SKRIPSI, JULY 2026

NIA SETIAWATI
CBR0220020

THE EFFECTIVENESS OF HOLISTIC INTERVENTION ON ANXIETY LEVELS AMONG WOMEN IN THE FIRST STAGE OF LABOR IN THE WORKING AREA OF THE SUKAMULYA COMMUNITY HEALTH CENTER, KUNINGAN REGENCY IN 2026

6 chapter + 123 pages + 6 table + 2 charts + 15 attachments

ABSTRACT

Background: According to the World Health Organization (WHO, 2023), approximately 287,000 women died from pregnancy and childbirth-related complications in 2020. Anxiety during the first stage of labor may affect the childbirth process. A holistic intervention consisting of husband support, lavender aromatherapy, and murottal (Qur'anic recitation) is a non-pharmacological approach to reduce maternal anxiety.

Objective: To describe anxiety levels before and after a holistic intervention and to determine its effectiveness in reducing anxiety among women in the first stage of labor at the working area of the Sukamulya community Health Center, Kuningan Regency, in 2026.

Methods: A quasi-experimental study with a pretest-posttest two-group design was conducted among 36 respondents selected by purposive sampling (18 intervention and 18 control). Anxiety was measured using the Fear of Childbirth Questionnaire (FCQ). The intervention was provided for 60 minutes, and data were analyzed using the Wilcoxon signed-rank test.

Results: Anxiety levels decreased from moderate to mild in most respondents in the intervention group. Before the intervention, 66.7% of respondents had moderate anxiety, while after the intervention 55.6% had mild anxiety. In the control group, most respondents remained in the moderate anxiety category during both the pre-test (72.2%) and post-test (66.7%). The Wilcoxon test showed a significant result ($p = 0.000$; $p < 0.05$), indicating that the holistic intervention effectively reduced anxiety levels.

Conclusion: The holistic intervention effectively reduced anxiety among women in the first stage of labor at the UPTD Sukamulya Public Health Center, Kuningan Regency, in 2026.

Keywords: holistic intervention, anxiety level, first stage of labor.

KATA PENGANTAR

Assalamu'alaikum wr wb

Dengan memanjatkan puji dan syukur kehadiran Allah SWT, karena atas rahmat dan karunia-Nya sehingga peneliti dapat menyelesaikan skripsi yang berjudul “Efektivitas Intervensi Holistik Terhadap Tingkat Kecemasan Pada Ibu Bersalin Kala I Di Wilayah Kerja UPTD Puskesmas Sukamulya Kabupaten Kuningan Tahun 2026”.

Terwujudnya skripsi ini tidak lepas dari bimbingan dan motivasi dari berbagai pihak. Oleh karena itu dalam kesempatan ini peneliti ingin mengucapkan terima kasih yang sebesar0besarnya kepada yang terhormat :

1. Prof. Dr. Hj. Dewi Laelatul Badriah, M.Kes.,AIFO, selaku Ketua Yayasan Universitas Bhakti Husada Indonesia.
2. Dr. H. Abdal Rohim, S.Kep.,MH, selaku Rektor Universitas Bhakti Husada Indonesia.
3. Ns. Heri Hermasyah, S.Kep.MKM., selaku Dekan Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas Bhakti Husada Indonesia.
4. Dr. Ai Nurasih, S.ST.,M.KM, selaku Ketua Program Studi S1 Kebidanan Universitas Bhakti Husada Indonesia dan selaku Pembimbing I yang telah berkenan memberikan ilmu, motivasi, bimbingan dan pengarahan sehingga peneliti dapat menyelesaikan skripsi ini.
5. Fera Riswidaautami H, S.ST, M.Kes, Selaku Pembimbing II yang juga telah memberikan ilmu, motivasi, bimbingan dan pengarahan dalam skripsi ini.

6. Staf Dosen Universitas Bhakti Husada Indonesia yang telah mendidik dan memberi dorongan moril selama mengikuti Pendidikan.
7. Staf Administrasi dan Pengelola Perpustakaan Universitas Bhakti Husada Indonesia yang telah membantu peneliti selama masa Pendidikan dan menyelesaikan skripsi ini.
8. Kedua Orang Tua yang sangat saya cintai, Bapak Nadi dan Juheti dan kakak Ading Herdiana, terima kasih selalu memberikan motivasi, doa, moril, materil, serta kasih sayang yang tiada henti-hentinya, semoga selalu diberikan Kesehatan dan perlindungan dari Allah SWT.
9. Rekan-Rekan mahasiswa Program Studi S1 Kebidanan yang selalu menjadi pendorong bagi peneliti untuk menyelesaikan skripsi ini. Terima kasih atas dukungan dan persahabatan yang terjalin dengan baik selama ini.

Besar harapan peneliti, semoga skripsi ini bermanfaat khususnya bagi peneliti dan umumnya bagi pembaca. Aamiin Allahumma Aamiin.

Kuningan, Juni 2026

Peneliti

DAFTAR ISI

LEMBAR PERSETUJUAN	Error! Bookmark not defined.
LEMBAR PENGESAHAN	ii
LEMBAR PERNYATAAN KEASLIAN	iv
LEMBAR PERSEMBAHAN	v
ABSTRAK	viii
ABSTRACT	ix
KATA PENGANTAR.....	x
DAFTAR ISI.....	xii
DAFTAR TABEL	xv
DAFTAR BAGAN	xvi
DAFTAR LAMPIRAN	xvii
BAB I PENDAHULUAN.....	1
1.1 Latar Belakang	1
1.2 Rumusan Masalah	7
1.3 Tujuan	7
1.3.1 Tujuan umum.....	7
1.3.2 Tujuan khusus.....	7
1.4 Manfaat	8
1.4.1 Manfaat Teoritis	8
1.4.2 Manfaat Praktis.....	8
1.5 Keaslian Penelitian	9
BAB II TINJAUAN PUSTAKA.....	14
2.1 Konsep Persalinan	14
2.1.1 Definisi Persalinan.....	14
2.1.2 Tahapan Persalinan.....	15
2.1.3 Faktor-Faktor Penentu Keberhasilan Proses Persalinan	16
2.2 Konsep Kecemasan dalam Persalinan	18
2.2.1 Definisi Kecemasan.....	18
2.2.2 Jenis-Jenis Kecemasan	19
2.2.3 Faktor-Faktor Yang Mempengaruhi Kecemasan.....	21
2.2.4 Dampak Kecemasan pada Persalinan	23
2.2.5 Pengukuran Kecemasan.....	25
2.3 Konsep Holistik dalam persalinan	26

2.3.1 Dukungan Suami dalam Persalinan	27
2.3.2 Aromaterapi Lavender dalam Persalinan.....	31
2.3.3 Murottal Al-qur'an dalam Persalinan	38
2.4 Kerangka teori.....	43
BAB III KERANGKA KONSEP, DEFINISI OPERASIONAL, DAN HIPOTESIS PENELITIAN.....	44
3.1 Kerangka Konsep Penelitian	44
3.2 Definisi Operasional Penelitian	45
3.3 Hipotesis Penelitian	46
BAB IV METODE PENELITIAN	47
4.1 Jenis penelitian dan desain penelitian	47
4.1.1 Jenis penelitian	47
4.1.2 Desain Penelitian	47
4.2 Variabel Penelitian	48
4.2.1 Variabel Independent (Bebas)	48
4.2.2 Variabel Dependent (Terikat).....	48
4.3 Populasi dan Sampel Penelitian	48
4.3.1 Populasi Penelitian	48
4.3.2 Sampel Penelitian	48
4.3.3 Kriteria Penelitian.....	50
4.4 Instrumen Penelitian	51
4.5 Teknik Pengumpulan Data	54
4.5.1 Sifat Data dan Sumber Data	54
4.5.2 Prosedur Pengumpulan Data.....	54
4.6 Pengolahan dan Analisis Data	56
4.6.1 Pengolahan Data	56
4.6.2 Analisis Data.....	58
4.7 Etika Penelitian.....	60
4.7.1 Lembar Persetujuan (<i>Informed Consent</i>).....	60
4.7.2 Tanpa Nama (<i>Anonymity</i>).....	60
4.7.3 Kerahasiaan Informasi (<i>Confidentiality</i>)	61
4.8 Waktu dan lokasi Penelitian	61
4.8.1 Waktu Penelitian.....	61
4.8.2 Lokasi Penelitian	61
4.8.3 Jadwal Penelitian	61
BAB V HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN	62
5.1 Hasil Penelitian	62

5.1.1 Hasil Analisis Univariat.....	62
5.1.2 Analisis Bivariat	65
5.2 Pembahasan	66
5.2.1 Gambaran Tingkat Kecemasan Ibu Bersalin Sebelum Dan Sesudah Intervensi Pada Kelompok Intervensi.....	66
5.2.2 Gambaran Tingkat Kecemasan Ibu bersalin Sebelum dan Sesudah Pada Kelompok Kontrol.....	69
5.2.3 Efektivitas Intervensi Holistik Terhadap Tingkat Kecemasan Ibu Bersalin Kala I.....	71
5.3 Kelebihan dan keterbatasan penelitian	76
BAB VI SIMPULAN DAN SARAN	78
6.1 Simpulan.....	78
6.2 Saran.....	79
DAFTAR PUSTAKA.....	80
LAMPIRAN.....	83

DAFTAR TABEL

Tabel 1. 1 Keaslian Penelitian.....	9
Tabel 2. 1 Kandungan Lavender	32
Tabel 3. 1 Definisi Operasional Penelitian	45
Tabel 5. 1 Gambaran Tingkat Kecemasan Ibu Bersalin Kelompok Intervensi Sebelum dan Sesudah Intervensi	63
Tabel 5. 2 Gambaran Tingkat Kecemasan Ibu Bersalin Pada Kelompok Kontrol Sebelum dan Sesudah	64
Tabel 5. 3 Efektivitas Intervensi Holistik Terhadap Tingkat Kecemasan Pada Ibu Bersalin Kala I	65

DAFTAR BAGAN

Bagan 2. 1 Kerangka Teori	43
Bagan 3. 2 Kerangka Konsep Penelitian.....	44

DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran 1 Daftar Riwayat Hidup.....	84
Lampiran 2 Permohonan Menjadi Responden.....	85
Lampiran 3 <i>Informed Consent</i>	86
Lampiran 4 Kuesioner Penelitian.....	87
Lampiran 5 Lembar Observasi Penelitian.....	90
Lampiran 6 Lembar Standar Operasional Prosedur (SOP).....	92
Lampiran 7 <i>Form</i> Pengajuan Judul Skripsi.....	94
Lampiran 8 Surat Ijin Studi Pendahuluan	95
Lampiran 9 Surat Balasan Ijin Studi Pendahuluan	96
Lampiran 10 Surat Ijin Penelitian	97
Lampiran 11 Surat Balasan Ijin Penelitian.....	98
Lampiran 12 Jadwal Kegiatan.....	99
Lampiran 13 Hasil Penelitian.....	100
Lampiran 14 Dokumentasi Penelitian.....	105