



Kemenkes
Poltekkes Tasikmalaya

SKRIPSI

**PENGARUH KOMBINASI TEKNIK
BUTTERFLY HUG DAN TERAPI
DZIKIR TERHADAP KECEMASAN
IBU HAMIL PRIMIGRAVIDA
TRIMESTER III DI WILAYAH
KERJA PKM KAHURIPAN**

SILVY KHAERUNNISA
NIM. P2.06.20.5.21.001

**PROGRAM STUDI SARJANA TERPAN KEPERAWATAN
DAN PENDIDIKAN PROFESI NERS
JURUSAN KEPERAWATAN
POLITEKNIK KESEHATAN TASIKMALAYA
KEMENTERIAN KESEHATAN REPUBLIK INDONESIA
TAHUN 2025**



SKRIPSI

PENGARUH KOMBINASI TEKNIK *BUTTERFLY HUG* DAN TERAPI DZIKIR TERHADAP KECEMASAN IBU HAMIL PRIMIGRAVIDA TRIMESTER III DI WILAYAH KERJA PKM KAHURIPAN

Untuk Memenuhi Persyaratan Mencapai Derajat Sarjana Terapan Keperawatan (S.Tr.Kep)
pada Program Studi Sarjana Terapan Keperawatan dan Pendidikan Profesi Ners
Jurusan Keperawatan Poltekkes Kemenkes Tasikmalaya

**SILVY KHAERUNNISA
NIM. P2.06.20.5.21.001**

**PROGRAM STUDI SARJANA TERAPAN KEPERAWATAN
DAN PENDIDIKAN PROFESI NERS
JURUSAN KEPERAWATAN
POLITEKNIK KESEHATAN TASIKMALAYA
KEMENTERIAN KESEHATAN REPUBLIK INDONESIA
TAHUN 2025**

KATA PENGANTAR

Puji serta syukur penulis panjatkan ke hadirat Allah SWT yang telah memberikan Rahmat dan Karunia-Nya, sehingga penulis dapat menyelesaikan penulisan skripsi dengan judul “Pengaruh Kombinasi Teknik *Butterfly Hug* dan Terapi Dzikir terhadap Kecemasan Pada Ibu Hamil Primigravida Trimester III Di Wilayah Kerja PKM Kahuripan”. Dalam penyusunan skripsi ini tentunya tidak terlepas dari bantuan, bimbingan dan dukungan dari berbagai pihak. Oleh karena itu, penulis mengucapkan terima kasih kepada :

1. Ibu Dr. Dini Mariani, S.Kep., Ners., M.Kep. selaku Direktur Politeknik Kesehatan Kementerian Kesehatan Tasikmalaya.
2. Bapak Ridwan Kustiawan, M.Kep., Ns., Sp.Kep.Jiwa., selaku Ketua Jurusan Keperawatan Politeknik Kesehatan Kementerian Kesehatan Tasikmalaya.
3. Bapak Yudi Triguna, S.Kep., Ners., M.Kep selaku Ketua Program Studi Sarjana Terapan Keperawatan & Pendidikan Profesi Ners Jurusan Keperawatan Politeknik Kesehatan Kementerian Kesehatan Tasikmalaya
4. Ibu Dr. Tetet Kartilah, S.Kp., M.Kes selaku pembimbing I, saya ucapkan terima kasih yang sebesar-besarnya karena telah senantiasa meluangkan waktu dan sabar untuk membimbing penulis serta memberikan arahan, saran, masukan serta motivasi yang membangun selama penyusunan skripsi ini.
5. Ibu Sofia Februanti, S.Kep., Ns., M.Kep selaku pembimbing II, saya ucapkan terima kasih yang mendalam karena telah senantiasa memberikan bimbingan dan arahan yang berharga, setiap saran yang telah diberikan telah membentuk saya menjadi lebih baik, baik secara akademik maupun pribadi.
6. Ayah, Mamah dan keluarga tercinta yang selalu mensupport dalam segala bidang, baik dengan do'a, waktu, tenaga dan materi.
7. Seluruh staf Pendidikan dan dosen di lingkungan Jurusan Keperawatan Politeknik Kesehatan Kementerian Kesehatan Tasikmalaya, yang telah

memberikan bantuan dan bimbingan selama penulis menjalankan perkuliahan

8. Para sahabat saya yang selalu memberikan do'a dan dukungan, serta senantiasa mendengar keluh kesah saya dalam proses membuat skripsi ini
9. Semua pihak yang tidak bisa disebutkan satu persatu yang telah membantu dalam penulisan skripsi ini.

Penulis menyadari bahwa dalam penulisan skripsi ini masih jauh dari kata sempurna. Hal ini tidak luput dari kekurangan maupun keterbatasan dalam kemampuan, pengalaman, dan literatur yang penulis miliki. Oleh karena itu, penulis sangat mengharapkan kritik dan saran yang membangun guna perbaikan di masa yang akan datang.

Penulis

**Pengaruh Kombinasi Teknik *Butterfly Hug* Dan Terapi Dzikir Terhadap
Kecemasan Pada Ibu Hamil Primigravida Trimester III
Di Wilayah PKM Kahuripan**

INTISARI

Silvy Khaerunnisa¹, Tetet Kartilah², Sofia Februanti³

¹²³Program Studi Sarjana Terapan Keperawatan dan Pendidikan Profesi Ners
Poltekkes Kemenkes Tasikmalaya

Latar belakang : Kehamilan pertama dapat menjadi pengalaman yang menimbulkan kecemasan, terutama pada trimester III menjelang persalinan. Kecemasan yang tidak dikelola dengan baik dapat berdampak negatif pada kesehatan ibu dan janin. Intervensi non-farmakologis seperti teknik *butterfly hug* dan dzikir merupakan pendekatan yang dapat membantu menurunkan tingkat kecemasan secara aman dan mudah dilakukan. **Tujuan :** Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui pengaruh kombinasi teknik *butterfly hug* dan terapi dzikir terhadap kecemasan pada ibu hamil primigravida trimester III di wilayah kerja PKM Kahuripan. **Metode :** Penelitian ini menggunakan desain *pre-eksperimental* dengan pendekatan *one group pretest-posttest without control*. Populasi terdapat 15 orang ibu hamil primigravida trimester III, sampel berjumlah 15 orang, teknik sampling *total sampling*. Skor kecemasan diukur menggunakan *Perinatal Anxiety Screening Scale* (PASS) sebelum dan sesudah intervensi, analisis data dilakukan dengan uji *Wilcoxon*. **Hasil :** Hasil analisis data menggunakan uji *Wilcoxon Signed Rank Test* menunjukkan adanya penurunan yang signifikan setelah intervensi dengan rata-rata skor kecemasan 30,07 dan menurun menjadi 19,67 dengan nilai *sig. (2-tailed)* 0,001 ($p < 0,05$) berarti H_0 diterima yang menunjukkan terdapat pengaruh kombinasi teknik *butterfly hug* dan dzikir terhadap kecemasan ibu hamil primigravida trimester III. **Kesimpulan :** Teknik *butterfly hug* dan dzikir berpengaruh dalam menurunkan kecemasan pada ibu hamil primigravida trimester III. **Saran :** Intervensi ini dapat dijadikan alternatif non-farmakologis dalam upaya promotif dan preventif di pelayanan kesehatan maternal.

Kata Kunci : *Butterfly hug*, Ibu hamil, Kecemasan

The Effect of the Combination of Butterfly Hug Technique and Dhikr Therapy on Anxiety in Third Trimester Primigravida Pregnant Women in the Working Area of Kahuripan Public Health Center

ABSTRACT

Silvy Khaerunnisa¹, Tetet Kartilah², Sofia Februant³

¹²³*Bachelor of Applied Nursing and Professional Nurse Education Program,
Ministry Of Health Tasikmalaya Health Polytechnic*

Background: First-time pregnancy can be an anxiety-inducing experience, especially in the third trimester approaching labor. Poorly managed anxiety may negatively affect both maternal and fetal health. Non-pharmacological interventions such as the Butterfly Hug technique and dhikr (Islamic remembrance) are safe and simple approaches that can help reduce anxiety levels. **Objective :** This study aims to determine the effect of the combination of the Butterfly Hug technique and dhikr therapy on anxiety in third-trimester primigravida pregnant women in the working area of Kahuripan Public Health Center. **Methods:** his study used a pre-experimental design with a one-group pretest-posttest without control approach. The population consisted of 15 third-trimester primigravida women, all of whom were included as samples using total sampling. Anxiety levels were measured using the Perinatal Anxiety Screening Scale (PASS) before and after the intervention. Data were analyzed using the Wilcoxon Signed Rank Test. **Results:** The Wilcoxon test showed a significant decrease in anxiety scores after the intervention, with the average score dropping from 30.07 to 19.67. The significance value (2-tailed) was 0.001 ($p < 0.05$), indicating that the alternative hypothesis was accepted, and there was a significant effect of the combination of the Butterfly Hug technique and dhikr therapy on reducing anxiety in third-trimester primigravida women. **Conclusion:** The Butterfly Hug technique and dhikr therapy are effective in reducing anxiety in third-trimester primigravida pregnant women. **Recommendation** This intervention may serve as a non-pharmacological alternative for promotive and preventive efforts in maternal health care.

Keywords: Anxiety, Butterfly Hug, Pregnant

DAFTAR ISI

LEMBAR PENGESAHAN	ii
HALAMAN PERNYATAAN ORIGINALITAS.....	iii
HALAMAN PERSETUJUAN PUBLIKASI.....	iv
INTISARI.....	v
<i>ABSTRACT</i>	vi
KATA PENGANTAR.....	vii
DAFTAR ISI.....	ix
DAFTAR TABEL	xii
DAFTAR GAMBAR	xiii
DAFTAR LAMPIRAN	xiv
BAB I PENDAHULUAN.....	1
A. Latar Belakang.....	1
B. Rumusan Masalah.....	6
C. Tujuan Penelitian	7
1. Tujuan Umum	7
2. Tujuan Khusus	7
D. Manfaat Penelitian.....	8
1. Manfaat Teoritis.....	8
2. Manfaat Praktis.....	8
E. Keaslian Penelitian.....	9
BAB II TINJAUAN PUSTAKA.....	12
A. Konsep Kehamilan	12
1. Definisi Kehamilan	12
2. Perubahan Psikologis Ibu Hamil.....	13
3. Status Kehamilan	15
B. Konsep Kecemasan.....	16
1. Definisi Kecemasan	16
2. Patofisiologi Kecemasan Pada Kehamilan	17
3. Tingkat Kecemasan.....	19
4. Tanda dan Gejala Kecemasan	21

5. Faktor yang Mempengaruhi Kecemasan Ibu Hamil Primigravida	22
6. Dampak Kecemasan Pada Ibu Hamil	23
7. Penanganan Kecemasan Ibu Hamil	24
8. Pengukuran Kecemasan.....	26
C. Konsep <i>Butterfly Hug</i>	27
1. Pengertian <i>Butterfly Hug</i>	27
2. Mekanisme <i>Butterfly Hug</i> terhadap Kecemasan.....	27
3. Pelaksanaan <i>Butterfly Hug</i>	29
D. Konsep Terapi Dzikir.....	31
1. Pengertian Dzikir	31
2. Keutamaan Dzikir	32
3. Macam-Macam Dzikir.....	32
4. Mekanisme Dzikir terhadap Kecemasan	33
E. Kerangka Teori.....	34
F. Hipotesis	34
BAB III METODE PENELITIAN	36
A. Desain Penelitian	36
B. Kerangka Konsep Penelitian.....	37
C. Populasi, Sampel dan Sampling.....	37
1. Populasi.....	37
2. Sampel dan Sampling	37
3. Teknik Sampling	38
D. Variabel Penelitian	38
1. Variabel Independen	38
2. Variabel Dependen.....	39
E. Definisi Operasional	39
F. Tempat Penelitian	41
G. Waktu Penelitian.....	41
H. Instrumen Penelitian.....	41
1. Kuesioner Karakteristik Responden	41
2. Kuesioner Observasi Harian Responden	41
3. Instrumen Teknik <i>Butterfly Hug</i> dan Terapi Dzikir	42

4. Instrumen Kecemasan.....	42
I. Prosedur Pengumpulan Data	43
1. Tahap persiapan	43
2. Tahap Pelaksanaan	44
J. Teknik Pengolahan dan Analisa Data.....	45
1. Pengolahan data	45
2. Analisis Data	47
K. Etika Penelitian.....	48
1. <i>Autonomy</i>	48
2. <i>Confidentiality</i>	49
3. <i>Justice</i>	49
4. <i>Beneficence and Nonmaleficence</i>	49
BAB IV HASIL DAN PEMBAHASAN.....	51
A. Hasil Penelitian.....	51
1. Analisis Univariat	51
2. Analisis Bivariat.....	54
B. Pembahasan	55
1. Univariat	55
2. Bivariat.....	60
C. Keterbatasan Penelitian.....	62
D. Implikasi Keperawatan	63
BAB V PENUTUP	64
A. Kesimpulan.....	64
B. Saran	65
DAFTAR PUSTAKA.....	67
LAMPIRAN.....	73
BIODATA PENELITI.....	105

DAFTAR TABEL

Table 1. 1 Keaslian Penelitian	8
Tabel 3. 1 Desain Penelitian	36
Tabel 3. 2 Definisi Operasional	39
Tabel 3. 3 Skor Kecemasan PASS	42
Tabel 4. 1 Distribusi Responden Berdasarkan Karakteristik Usia	51
Tabel 4. 2 Distribusi Responden Berdasarkan Karakteristik Pendidikan.....	52
Tabel 4. 3 Distribusi Responden Berdasarkan Karakteristik Pekerjaan.....	52
Tabel 4. 4 Distribusi Responden Berdasarkan Karakteristik Usia Kehamilan.....	53
Tabel 4. 5 Rata - Rata Skor Sebelum dan Sesudah dilakukan Teknik <i>Butterfly Hug</i> dan Terapi Dzikir.....	53
Tabel 4. 6 Uji Statistic Pre Intervensi – Post Intervensi	54

DAFTAR GAMBAR

Gambar 2.1 <i>HPA Axis Maternal dan Fetal</i>	17
Gambar 2.2 Teknik <i>Butterfly Hug</i>	30
Gambar 2.3 Kerangka Teori	34
Gambar 3. 1 Kerangka Konseptual	37

DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran 1 Surat Permohonan Pelaksanaan Studi Pendahuluan.....	74
Lampiran 2 Surat Permohonan Pengambilan Data	75
Lampiran 3 Surat Balasan Permohonan Penelitian.....	76
Lampiran 4 Surat Tanda Selesai Penelitian.....	77
Lampiran 5 Surat Etika Penelitian	78
Lampiran 6 Permohonan Untuk Menjadi Responden.....	79
Lampiran 7 <i>Informed Consent</i>	80
Lampiran 8 Lembar <i>Cheklis</i> Identitas Responden	81
Lampiran 9 Kuesioner Penelitian <i>Perinatal Anxiety Screening Scale</i> (PASS)	82
Lampiran 10 Standar Operasional Prosedur (SOP) Teknik <i>Butterfly Hug</i> dan Terapi Dzikir	85
Lampiran 11 Data Hasil Penelitian	88
Lampiran 12 Data Hasil SPSS	89
Lampiran 13 Logbook Kegiatan	92
Lampiran 14 Dokumentasi Penelitian	98
Lampiran 15 Hasil Turnitin.....	99
Lampiran 16 Lembar Bimbingan Skripsi.....	100
Lampiran 17 Jadwal Penelitian.....	104