

LAMPIRAN

Lampiran 1

LEMBAR PERSETUJUAN MENJADI RESPONDEN

Saya yang bertandatangan dibawah ini menyatakan bersedia menjadi responden penelitian yang dilakukan oleh:

Nama : Wilda Shafira

Judul Penelitian: Hubungan Kecemasan dengan Kualitas Tidur Ibu Hamil

Pembimbing : Yuni Astuti, S.Kep., Ns., M.Kep., Sp.Kep.Mat

Saya telah mendapat penjelasan dari peneliti tentang tujuan penelitian ini.

Saya mengerti bahwa data mengenai penealitian ini akan dirahasiakan. Semua berkas yang mencantumkan identitas responden hanya akan digunakan untuk keperluan penelitian dan pengembangan ilmu keperawatan Apabila ada pertanyaan dan respon emosional yang tidak nyaman atau berakibat negatif pada saya, maka peneliti akan menghentikan pengumpulan data dan peneliti memberikan hak kepada saya untuk mengundurkan diri dari penilitian ini.

Demikian surat pernyataan ini saya tanda tangani tanpa suatu paksaan. Saya bersedia untuk menjadi responden dalam penelitian ini secara sukarela.

Yogyakarta, 2018

()

Lampiran 2

KUESIONER PENELITIAN

Assalamualaikum wr.wb

Saya adalah mahasiswa tingkat akhir Program Studi Ilmu Keperawatan Universitas Muhammadiyah Yogyakarta angkatan 2015. Saat ini saya sedang melakukan penelitian mengenai “Hubungan Kecemasan dengan Kualitas Tidur Ibu Hamil”. Mohon kesediaan anda untuk mengisi kuisisioner dibawah ini dengan sejujur-jujurnya dan apa adanya sesuai dengan pengalaman anda. Jawaban anda dijamin kerahasiaannya. Tujuan dari pengisian kuesioner ini adalah untuk mengetahui tingkat kecemasan dan mengukur kualitas tidur pada ibu hamil. Harap tidak ada pertanyaan terlewatkan. Terimakasih atas partisipasi dan bantuan anda.

Hormat saya,

Wilda Shafira

20150320109

LEMBAR KUESIONER

Petunjuk pengisian :

1. Semua pertanyaan harus dijawab
 2. Berilah tanda (v) pada kolom yang disediakan
 3. Bila ada yang kurang dimengerti dapat ditanyakan pada peneliti
-

I. Data Demografi

- a. Nama Inisial :
- b. Usia Ibu : tahun
- c. Kehamilan ke :
- d. Usia kehamilan : minggu

II. Kualitas Tidur Ibu Hamil

KUESIONER PITTSBURG SLEEP QUALITY INDEX

Petunjuk pengisian :

- Mohon diingat, ini bukan TES! Kami mengharapkan jawaban sesuai dengan keadaan yang sebenarnya.
- Tidak ada jawaban yang salah ataupun benar.
- Jangan khawatir mengenai data penelitian anda, data yang diperoleh akan dijaga kerahasiaannya dan hanya digunakan untuk kepentingan ilmiah.
- Jika ada pertanyaan yang sulit untuk dipahami, harap menanyakan kepada peneliti.
- Tolong diingat kembali mengenai kebiasaan tidur anda selama sebulan terakhir

Jawablah pertanyaan berikut pada tempat yang telah disediakan	
<p>1. Dalam sebulan terakhir, jam berapa anda biasanya tidur pada malam hari ?</p> <p>Waktu tidur biasanya</p>	<p>Jam : Menit</p> <p>(missal 22.00)</p> <p>__ : __</p>
<p>2. Dalam sebulan terakhir, berapa lama (dalam menit) waktu yang anda perlukan untuk dapat tertidur setiap malam ?</p> <p>Waktu yang dibutuhkan saat mulai berbaring hingga tertidur</p>	<p>(missal 30 menit)</p> <p>__ menit</p>
<p>3. Dalam sebulan terakhir jam berapa biasanya anda bangun di pagi hari ?</p> <p>Waktu bangun tidur biasanya</p>	<p>(missal 07.00)</p> <p>__ : __</p>
<p>4. Dalam sebulan terakhir, berapa jam anda tidur pada malam hari ? (ini mungkin berbeda dengan lama waktu yang anda habiskan di tempat tidur)</p> <p>Jumlah jam tidur per malam</p>	<p>(contoh : 6jam)</p> <p>__ jam</p>

Berilah tanda “v” pada salah satu jawaban yang anda anggap paling sesuai

5. Dalam sebulan terakhir, seberapa sering anda mengalami kesulitan tidur karena mengalami...	Tidak pernah	Kurang dari seminggu	1 atau 2x seminggu	3x atau lebih seminggu
a. Tidak bisa tidur dalam jangka waktu 30 menit setelah berbaring				
b. Terbangun tengah malam atau dini hari				
c. Harus bangun untuk ke kamar mandi				
d. Sulit bernapas dengan nyaman				
e. Batuk atau mendengkur keras				
f. Merasa kedinginan				
g. Merasa kepanasan/ gerah				
h. Mengalami mimpi buruk				
i. Merasa nyeri				
j. Alasan lain yang mengganggu, tolong jelaskan : _____ _____ Seberapa sering anda mengalami gangguan tidur karena hal tersebut				

<p>6. Dalam sebulan terakhir bagaimanakah anda menilai kualitas tidur anda secara keseluruhan?</p>	<p>Sangat baik</p> <input data-bbox="863 450 938 521" type="checkbox"/>	<p>Cukup baik</p> <input data-bbox="1011 450 1086 521" type="checkbox"/>	<p>Kurang baik</p> <input data-bbox="1171 450 1246 521" type="checkbox"/>	<p>Sangat buruk</p> <input data-bbox="1337 450 1412 521" type="checkbox"/>
<p>7. Dalam sebulan terakhir, seberapa sering anda mengkonsumsi obat (dengan atau tanpa resep dokter) untuk membantu agar bisa tidur?</p>	<p>Tidak pernah</p> <input data-bbox="863 808 938 880" type="checkbox"/>	<p>Kurang dari 1x seminggu</p> <input data-bbox="1011 808 1086 880" type="checkbox"/>	<p>1 atau 2x seminggu</p> <input data-bbox="1171 808 1246 880" type="checkbox"/>	<p>3x atau lebih seminggu</p> <input data-bbox="1337 808 1412 880" type="checkbox"/>
<p>8. Dalam sebulan terakhir, seberapa sering anda mengalami kesulitan untuk tetap terjaga/segar/tidak merasa ngantuk ketika berkendara, makan atau dalam aktivitas social ?</p>	<p>Tidak pernah</p> <input data-bbox="863 1099 938 1171" type="checkbox"/>	<p>Kurang dari 1x seminggu</p> <input data-bbox="1011 1099 1086 1171" type="checkbox"/>	<p>1 atau 2x seminggu</p> <input data-bbox="1171 1099 1246 1171" type="checkbox"/>	<p>3x atau lebih seminggu</p> <input data-bbox="1337 1099 1412 1171" type="checkbox"/>
<p>9. Pada sebulan terakhir, adakah masalah yang anda hadapi untuk bisa berkonsentrasi atau menjaga rasa antusias guna menyelesaikan suatu pekerjaan atau tugas?</p>	<p>Tidak ada masalah sama sekali</p> <input data-bbox="863 1525 938 1597" type="checkbox"/>	<p>Sedikit sekali masalah</p> <input data-bbox="1011 1525 1086 1597" type="checkbox"/>	<p>Ada masalah</p> <input data-bbox="1171 1525 1246 1597" type="checkbox"/>	<p>Masalah besar</p> <input data-bbox="1337 1525 1412 1597" type="checkbox"/>

III. Kecemasan pada Ibu Hamil

Kuesioner Zung-Self Anxiety Rating Scale (ZSAS)

Berilah tanda centang (v) pada kolom yang telah tersedia.

Pertanyaan	Sangat jarang	Kadang-kadang	Sering	Selalu
Saya merasa lebih gugup dan cemas dari biasanya				
Saya mudah merasa takut/khawatir tanpa alasan				
Saya mudah marah atau merasa panik				
Saya merasa seperti tidak berdaya				
Saya merasa baik-baik saja dan tidak ada sesuatu hal buruk yang akan terjadi				
Tangan dan kaki saya gemetar akhir-akhir ini				
Saya merasa terganggu dengan sakit kepala, leher dan nyeri punggung				
Saya merasa lemah dan cepat Lelah				
Saya merasa tenang dan dapat duduk dengan santai				
Saya merasa jantung saya berdetak dengan cepat				
Saya terganggu karena pusing yang saya alami				
Saya pingsan atau merasa seperti mau pingsan				
Saya dapat bernafas dengan mudah				
Saya merasa mati rasa dan kesemutan di jari tangan dan jari kaki				
Saya merasa perut saya terganggu (sakit perut, perut tidak nyaman, sembelit)				
Saya sering kencing				

Tangan saya kering dan hangat				
Wajah saya terasa panas dan kemerahan				
Saya dapat tidur dengan mudah				
Saya mengalami mimpi buruk				

Lampiran 3



Program Studi Ilmu Keperawatan
Fakultas Kedokteran dan Ilmu Kesehatan
Universitas Muhammadiyah Yogyakarta

Status: Terakreditasi A
SK BAN-PT
No. 851/SK/BAN-PT/AK-SURV/PN/III/2015

Nomor : 202/ C.6-III/PSIK /XI/2018
Hal : **Permohonan Ijin Penelitian**
Lamp. : -0-

Kepada Yth. :
Kepala Badan Kesatuan Bangsa dan Politik
di-

YOGYAKARTA.

Assalamu 'alaikum Wr. Wb.

Bersama ini kami sampaikan dengan hormat, bahwa untuk memperoleh derajat sarjana Keperawatan, mahasiswa Fakultas Kedokteran dan Ilmu Kesehatan Universitas Muhammadiyah Yogyakarta diberi tugas Penulisan Karya Tulis Ilmiah (KTI). Untuk itu diperlukan penelitian di lapangan guna mendapatkan kebenaran dalam penulisan.

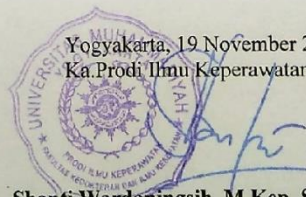
Sehubungan dengan hal tersebut, kami mohon mahasiswa tersebut di bawah ini dapat diijinkan untuk mencari data dan informasi sebagai penyusunan Karya Tulis Ilmiah.

Nama : Wilda Shafira
NIM : 20150320109
Pembimbing : Yuni Astuti, M. Kep., Ns., Sp. Kep. Mat
Judul KTI : "*Hubungan Kecemasan Dengan Kualitas Tidur Ibu*
Hamil."

Demikian surat permohonan ijin ini kami ajukan, atas terkabulnya serta kerjasamanya yang baik kami ucapkan terima kasih.

Wassalamu 'alaikum Wr. Wb.

Yogyakarta, 19 November 2018
Ka.Prodi Ilmu Keperawatan




Shanti Wardaningsih, M.Kep.,Sp.Jiwa., Ph.D

Kampus:

Jl. Lingkar Selatan, Tamanlirto, Kasihan, Bantul, Yogyakarta 55183
Telp. (0274) 387656 ext. 215 Fax. FKIK (0274) 387658, Fax. Universitas (0274) 387646

Muda mendunia

Lampiran 4


Program Studi Ilmu Keperawatan
Fakultas Kedokteran dan Ilmu Kesehatan
Universitas Muhammadiyah Yogyakarta

Status: Terakreditasi A
SK BAN-PT
No. 851/SK/SAN-PT/AK-SURV/PRK/II/2015

Nomor : 059/ C.6-III/PSIK / X /2018
Hal : **Permohonan Pengajuan Ethical Clearance**
Lamp. : -0-

Kepada Yth. :
Ketua KEPK FKIK
Universitas Muhammadiyah Yogyakarta

di-

YOGYAKARTA.

Assalamu 'alaikum Wr. Wb.

Bersama ini kami sampaikan dengan hormat, bahwa untuk memperoleh derajat sarjana Keperawatan, mahasiswa Fakultas Kedokteran dan Ilmu Kesehatan Universitas Muhammadiyah Yogyakarta diberi tugas Penulisan Karya Tulis Ilmiah (KTI). Untuk itu diperlukan penelitian di lapangan guna mendapatkan kebenaran dalam penulisan.

Sehubungan dengan hal tersebut, kami mengajukan permohonan pembuatan surat *ethical clearance* adapun data mahasiswa sebagai berikut :


Nama	: Wilda Shafira
NIM	: 20150320109
Pembimbing	: Yuni Astuti, M. Kep., Ns., Sp. Kep. Mat
	: -

Judul KTI : *"Hubungan Kecemasan Dengan Kualitas Tidur Pada Ibu Hamil."*

Demikian surat permohonan ijin ini kami ajukan, atas terkabulnya serta kerjasamanya yang baik kami ucapkan terima kasih.

Wassalamu 'alaikum Wr. Wb.

Yogyakarta, 15 Oktober 2018
Ka.Prodi Ilmu Keperawatan


Shanti Wardaningsih, Ns., M.Kep.,Sp.Kep.Jiwa

Kampus:
Jl. Lingkar Selatan, Tamantirto, Kasihan, Bantul, Yogyakarta 55183
Telp (0274) 387656 Ext. 215 Fax FKIK (0274) 387658 Fax Universitas (0274) 387626

Unggu
Isia

Lampiran 5



Program Studi Ilmu Keperawatan
Fakultas Kedokteran dan Ilmu Kesehatan
Universitas Muhammadiyah Yogyakarta

Status: Terakreditasi A
SK BAN-PT
No. 051/06/2014/SURV/PN/III/2015

Nomor : 216/ C.6-III/PSIK /XII/2018
Hal : **Permohonan Ijin Penelitian**
Lamp. : -0-

Kepada Yth. :
Kepala Bappeda Kabupaten Bantul
di-

YOGYAKARTA.

Assalamu 'alaikum Wr. Wb.

Bersama ini kami sampaikan dengan hormat, bahwa untuk memperoleh derajat sarjana Keperawatan, mahasiswa Fakultas Kedokteran dan Ilmu Kesehatan Universitas Muhammadiyah Yogyakarta diberi tugas Penulisan Karya Tulis Ilmiah (KTI). Untuk itu diperlukan penelitian di lapangan guna mendapatkan kebenaran dalam penulisan.

Schubungan dengan hal tersebut, kami mohon mahasiswa tersebut di bawah ini dapat diijinkan untuk mencari data dan informasi sebagai penyusunan Karya Tulis Ilmiah.

Nama : Wilda Shafira
NIM : 20150320109
Pembimbing : Yuni Astuti, M. Kep., Ns., Sp. Kep. Mat

Judul KTI : *"Hubungan Kecemasan Dengan Kualitas Tidur Ibu Hamil."*

Demikian surat permohonan ijin ini kami ajukan, atas terkabulnya serta kerjasamanya yang baik kami ucapkan terima kasih.

Wassalamu 'alaikum Wr. Wb.

Yogyakarta, 7 Desember 2018
Ka.Prodi Ilmu Keperawatan

Shanti Wardaningsih, M.Kep.,Sp.Jiwa., Ph.D

Lampiran 6

**PEMERINTAH KABUPATEN BANTUL**
BADAN PERENCANAAN PEMBANGUNAN DAERAH

Jalan Robert Wolter Monginsidi 1 Bantul 55711, Telp. 367533, Faks. (0274) 367796
Laman: www.bappeda.bantulkab.go.id Posel: bappeda@bantulkab.go.id

SURAT KETERANGAN/IZIN
Nomor : 070 / Reg / 3473 / S1 / 2018

Dasar : 1. Peraturan Menteri Dalam Negeri Nomor 64 Tahun 2011 jo Peraturan Menteri Dalam Negeri Nomor 7 Tahun 2014 tentang Pedoman Penerbitan Rekomendasi Penelitian;
2. Peraturan Daerah Kabupaten Bantul Nomor 12 Tahun 2016 tentang Pembentukan dan Susunan Perangkat Daerah Kabupaten Bantul
3. Peraturan Bupati Bantul Nomor 108 Tahun 2017 tentang Pemberian Izin Penelitian, Kuliah Kerja Nyata (KKN) dan Praktik Kerja Lapangan (PKL)
4. Surat Keputusan Kepala Bappeda Nomor 120/KPTS/BAPPEDA/2017 Tentang Prosedur Pelayanan Izin Penelitian, KKN, PKL, Survey, dan Pengabdian Kepada Masyarakat di Kabupaten Bantul.

Memperhatikan : Surat dari : Fakultas Kedokteran dan Ilmu Kesehatan, UMY
Nomor : 216/C.6-III/PSIK/XII/2018
Tanggal : 07 Desember 2018
Perihal : Pemohonan Ijin Penelitian

Kepala Badan Perencanaan Pembangunan Daerah Kabupaten Bantul, memberikan izin kepada :

1 Nama : WILDA SHAFIRA
2 NIP/NIM/No.KTP : 3214014901980001
3 No. Telp/ HP : 08987328893

Untuk melaksanakan izin Penelitian dengan rincian sebagai berikut :

a. Judul : HUBUNGAN KECEMASAN DENGAN KUALITAS TIDUR IBU HAMIL
b. Lokasi : Puskesmas Kasihan 1
c. Waktu : 10 Desember 2018 s/d 10 Juni 2019
d. Status izin : Baru
e. Jumlah anggota : -
f. Nama Lembaga : Fakultas Kedokteran dan Ilmu Kesehatan, UMY

Ketentuan yang harus ditaat :

1. Dalam melaksanakan kegiatan tersebut harus selalu berkoordinasi dengan instansi terkait untuk mendapatkan petunjuk seperlunya;
2. Wajib mematuhi peraturan perundangan yang berlaku;
3. Izin hanya digunakan untuk kegiatan sesuai izin yang diberikan;
4. Menjaga ketertiban, etika dan norma yang berlaku di lokasi kegiatan;
5. Izin ini tidak boleh disalahgunakan untuk tujuan tertentu yang dapat mengganggu ketertiban umum dan kestabilan pemerintah;
6. Pemegang izin wajib melaporkan pelaksanaan kegiatan bentuk *hardcopy (hardcover)* dan *softcopy (CD)* kepada Pemerintah Kabupaten Bantul c.q Bappeda Kabupaten Bantul setelah selesai melaksanakan kegiatan
7. Surat ijin penelitian dapat diperpanjang maksimal 2 (dua) kali dengan menunjukkan surat izin sebelumnya, paling lambat 7 (tujuh) hari kerja sebelum berakhirnya surat izin; dan
8. Izin dapat dibatalkan sewaktu-waktu apabila tidak memenuhi ketentuan tersebut di atas;

Dikeluarkan di : Bantul
Pada tanggal : 10 Desember 2018

Kepala,
Kantor Bidang Pengendalian Penelitian
dan Pengembangan u.b. Kasubbid
Penelitian dan Pengembangan


TRI SUMIATI, SH
NIP. 196806261999032002

Tembusan disampaikan kepada Yth.

1. Bupati Bantul (sebagai laporan)
2. Ka. Kantor Kesatuan Bangsa dan Politik Kab. Bantul
3. Ka. Dinas Kesehatan Kab. Bantul
4. Ka. Puskesmas Kasihan 1
5. Dekan Fakultas Kedokteran dan Ilmu Kesehatan, UMY
6. Yang Bersangkutan (Pemohon)

Lampiran 7

PROGRAM STUDI ILMU KEPERAWATAN

FAKULTAS KEDOKTERAN DAN ILMU KESEHATAN

UNIVERSITAS MUHAMMADIYAH YOGYAKARTA

KARTU BIMBINGAN KTI

Nama Mahasiswa : Wilda Shafira

Nomor Mahasiswa : 20150320109

Judul KTI : Hubungan Kecemasan dengan Kualitas Tidur Ibu Hamil

Pembimbing : Yuni Astuti, M.Kep., Ns., Sp.Kep.Mat

No	Tanggal	Materi Bimbingan	Tanda Tangan Dosen Pembimbing
1	16-08-2018	Revisi BAB I & II	
2	20-08-2018	Revisi BAB II & III	
3	5-09-2018	Revisi BAB III & Lampiran	
4	10-09-2018	Revisi BAB III, Lampiran & Kuliahorier	
5	10-09-2018	SEMPRO	
6	25-01-2019	Konsultasi SPSS	
7	25-02-2019	Revisi BAB IV	
8	15-03-2019	Revisi BAB IV	