

DAFTAR PUSTAKA

- Abraham, S. B. *et al.* (2013) 'Cortisol , Obesity , and the Metabolic Syndrome : A Cross-Sectional Study of Obese Subjects and Review of the Literature', 21(1). doi: 10.1002/oby.20083.
- Aini & N (2016) *Asuhan Keperawatan Pada sistem Endokrin dengan Pendekatan NANDA NIC NOC*. Jakarta: Salemba Medika.
- Amalia. A (2015) *Tetap Sehat Dengan Yoga*. Jakarta Selatan: Panda Medika.
- Aprillia (2010) *Hipnostetri: rileks, nyaman, dan aman saat hamil & melahirkan*. Jakarta: Gagas Medika.
- Asmarani D. (2011) *Yoga Untuk Semua Panduan Berlatih Yoga Yang Lengkap Dan Aman*. Jakarta: PT. Gramedia Pustaka Utama.
- Bolten, M. I. and Wurmser, H. (2011) 'Cortisol levels in pregnancy as a psychobiological predictor for birth weight', pp. 33–41. doi: 10.1007/s00737-010-0183-1.
- Bronstei, M.D (2011) *Physiology and pathophysiology of the HPA Axis In:Cushing's syndrome*. 1 st Ed. New York: Springer.
- Budhyastuti R. (2011) *Yoga Untuk Kehamilan : Sehat, Bahagia, dan Penuh Makna*. Jakarta: PT. Mizan Pustaka.
- Cascio, C. J. (2010) 'Somatosensory processing in neurodevelopmental disorders', (February), pp. 62–69. doi: 10.1007/s11689-010-9046-3.
- Centre, N. C. (no date) 'Multiple pregnancy : the management of twin and triplet pregnancies in the antenatal period Multiple pregnancy : the management of twin and triplet pregnancies in the antenatal period'.



. *et al.* (2017) 'Complementary Therapies in Medicine Effects of antenatal yoga on women ' s stress and immune function across pregnancy: A randomized controlled trial', *Complementary*

Therapies in Medicine. Elsevier Ltd, 31, pp. 109–117. doi: 10.1016/j.ctim.2017.03.003.

Claesson, I., Josefsson, A. and Sydsjö, G. (2010) 'Prevalence of anxiety and depressive symptoms among obese pregnant and postpartum women : an intervention study'.

Cunningham FG. *et al.* (2014) *Kelahiran kurang bulan* (terjemaham) William Obstetric. Jakarta: EGC

Depkes, R. (2010) *Strategi akselerasi pencapaian target MDGS*. retrieved from http://www.target_mdgs.

Dewi, V. S. (2011) *Asuhan Kehamilan untuk kebidanan*. Jakarta: Salemba Medika.

Dipietro, J. A. and Ph, D. (2012) 'Maternal Stress in Pregnancy: Considerations for Fetal Development', *JAH*. Elsevier Inc., 51(2), pp. S3–S8. doi: 10.1016/j.jadohealth.2012.04.008.

Emmanuel E, W. St John. (2010) ' Maternal distress: A concept analysis', *Journal of Advanced Nursing*,66(9)2104-2115.doi:10.1111/j.1365-2648.2010.05371.x

Essex, M. J. (2008) 'Concurrent and Longitudinal Associations of Basal and Diurnal Cortisol With Mental Health Symptoms in Early Adolescence'. doi: 10.1002/dev.20336.

Ganong, W, F (2012) *Buku ajar fisiologi kedokteran*. Jakarta: EGC.

Gong, H. *et al.* (2015) 'Yoga for prenatal depression : a systematic review and meta-analysis', pp. 1–8. doi: 10.1186/s12888-015-0393-1.

Guyton A. C. & Hall J. E (2012) *Buku ajar fisiologi Kedokteran*. Jakarta: EGC.

(2013) *Manajemen Stress Cemas dan Depresi*. Jakarta: FKUI.



Husin, Farid. *Auhan Kehamilan Berbasis Bukti*. Jakarta: Sagung Seto, 2015.

Janiwarty B, P. H. (2013) *Pendidikan Psikologi Untuk Bidan: Suatu Teori dan Terapannya*. Yogyakarta: Rapha Publishing.

Jiang, Q. *et al.* (2015) 'Effects of Yoga Intervention during Pregnancy : A Review for Current Status', 1(212).

Jung C, J.Ho, D. Torpy *et al.* (2011) ' A longitudinal study of plasma and urinary cortisol in pregnancy and postpartum', *journal of Clinical Endocrinology and Metabolism*, may 2011,96(5):1533-1540.doi:10.1210/jc.2010-2395

Kendall-tackett, K. (2009) 'Psychological Trauma and Physical Health : A Psychoneuroimmunology Approach to Etiology of Negative Health Effects and Possible Interventions', 1(1), pp. 35–48. doi: 10.1037/a0015128.

Kristiyanasari W. 2010. *Gizi Ibu Hamil*. Yogyakarta: Nuha Medika

Krisnadi, dkk. (2009). *Prematuritas*. Bandung: Refika Aditama.

Kuni Lafifah (2014) 'Hubungan usia ibu hamil dengan kejadian preeklamsia di wilayah kerja puskesmas kapongan kabupaten situbondo'.

Laili R. (2010) 'Hubungan Usia, Tingkat Pendidikan, Dukungan Suami, Dan Dukungan Keluarga Dengan Tingkat Kecemasan Menjelang Persalinan Pada Ibu Primigravida Trimester Iii Di Poliklinik Kebidanan Rsup Dr. M. Djamil Padang', *Jurnal Penelitian. Padang Universitas Andalas*.

E. (2015) *Yoga Atasi Backpain*. (Cetakan 1. Jakarta: Pustaka Bunda Grup Puspa Swara.

a, I. A. C. (2013) *Ilmu Kebidanan, Penyakit Kandungan, dan KB*.



Jakarta: EGC.

Maulana, Mirza. (2010). *Panduan Lengkap Kehamilan: Memahami Kesehatan Reproduksi, Cara Menghadapi Kehamilan, dan Kiat Mengasuh Anak*. Jogjakarta: Kata Hati.

Megasari M. (2015) *Panduan Belajar Asuhan Kebidanan I*. Yogyakarta: Depublish.

Monferrer, A. and Herv, D. (2017) 'A preliminary study to assess the impact of maternal age on stress-related variables in healthy nulliparous women', *Psychoneuroendocrinology*. Elsevier Ltd. doi: 10.1016/j.psyneuen.2017.01.018.

Moreu G, Tellez L. (2011) 'Relationship between maternal periodontal disease and low birth-weight preterm infants' *J Clin Periodontol* 2011;32:622-27

Nugroho (2014) *Buku Ajar ASKEB I Kehamilan*. Yogyakarta: Nuha Medika.

Nursalam. (2015) *Metodologi Penelitian Ilmu Keperawatan : Pendekatan Praktis*. ed 3. Jakarta: Salemba Medika.

Oxorn, Harry. (2013) *Patologi dan Fisiologi Persalinan*. Jakarta:Yayasan Essentia Medika

Perry (2014) *Maternal child nursing care*. Canada: Mosby: Elsevier.

Pieter H.Z, Lubis N.L. (2010) *Pengantar Psikologi Untuk Kebidan*. Medan: Rapha Publishing

Prastowo W.Y. (2011) Perbedaan Tingkat Kecemasan dan Stres Dalam Menghadapi Persalinan Pada Ibu Hamil Di Puskesmas Diyono Kota Malang.

o (2014) *Yoga ibu hamil plus postnatal yoga*. Jakarta: Pustaka unda.



- Prawirohardjo S, A. S. (2014) *Ilmu Kebidanan*. Jakarta: PT. Bina Pustaka.
- Puty, I. and Wibowo, A. (2012) 'Pengaruh Keikutsertaan Senam Hamil Terhadap Kecemasan Primigravida Trimester Ketiga Dalam Menghadapi Persalinan', 1, pp. 26–31.
- Rusmita, E. (2015) 'Pengaruh Senam Hamil Yoga Terhadap Persalinan Di Rsia Limijati Bandung', III(2), Pp. 80–86.
- Saefudin AB. (2010) *Buku Panduan Praktis Pelayanan Kesehatan Maternal Neonatal*. Jakarta: Yayasan Bina Pustaka Sarwono Prawiroharjo
- Santoso O. (2011) 'Mekanisme hubungan periodontitis dan bayi prematur berat lahir rendah' *jurnal kedokteran indonesia*: 1;23-8
- Setiati S (2014) *Ilmu Penyakit Dalam*. Jakarta: Interna Publishing.
- Setta W (2015) *Panduan Dasar Yoga*. Jakarta: PT. Kawan Pustaka.
- Sharon Chan and Miguel Debono (2010) 'Replication of cortisol circadian rhythm: new advances in hydrocortisone replacement therapy', *Ther Adv Endocrinol Metab*, p. 1(3) 129 — 138. doi: DOI: 10.1177/2042018810380214.
- Sherwood (2014) *Fisiologi manusia dari sel ke sistem*. Jakarta: EGC.
- Silveira, M. L. *et al.* (2013) 'Correlates of High Perceived Stress Among Pregnant Hispanic Women in Western Massachusetts', pp. 1138–1150. doi: 10.1007/s10995-012-1106-8.
- Sindhu P. (2011) *Yoga Untuk Kehamilan: Sehat, Bahagia, Dan Penuh Makna*. Bandung: PT. Mizan Pustaka.
- Siveto S. & Sodik A (2015) *Dasar Metode Penelitian*. Jakarta: Literasi Media Publishing.
- M (2007) *Cognitive Psychology; Terjemahan*. ed8 edn. Jakarta:



Erlangga.

Stocker (2012) *Studies Link Stress and Drug Addiction. NIDA Research Finding.*

Sugiyono. (2015) *Metode Penelitian Kombinasi.* Bandung: Alfabeta.

Suliswati. (2012). *Konsep Dasar Keperawatan Kesehatan Jiwa.* Jakarta: EGC

Sulistiyawati, Ari. (2009). *Asuhan Kebidanan pada Masa Kehamilan.* Jakarta: Salemba Medika.

Svetlana B, MA. *et al.* (2014) 'The effect of prenatal hatha yoga on effect, cortisol and depressive symptoms', *NIH Public Access. Elsevier Ltd*, 20(2):106-113. doi:10.1016/j.ctcp.2014.01.002.

Varney H, K. J. (2009) *Buku Ajar Asuhan Kebidanan.* Jakarta: EGC.

Vianna, P. *et al.* (2011) 'Distress conditions during pregnancy may lead to pre-eclampsia by increasing cortisol levels and altering lymphocyte sensitivity to glucocorticoids', *Medical Hypotheses. Elsevier Ltd*, 77(2), pp. 188–191. doi: 10.1016/j.mehy.2011.04.007.

Wiadnyana M. (2011) *the power of yoga for pregnancy and post pregnancy.* Jakarta: Taruna Grafika.

Widya S (2015) *Panduan Dasar Yoga.* Jakarta: PT. Kawan Pustaka.

Wijayanegara H. (2009) *Prematuritas.* Bandung: PT. Refika Aditama

Wirth, M. M. (2016) 'Aging and the HPA axis: Stress and resilience in older adults', *Neuroscience and Biobehavioral Reviews. Elsevier Ltd.* doi: 10.1016/j.neubiorev.2016.05.036.

S. M. *et al.* (2010) 'Psychosocial stress during pregnancy', *YMOB. Elsevier Inc.*, 202(1), p. 61.e1-61.e7. doi: 10.1016/j.ajog.2009.07.041.



Yuliarti N. (2010) *Panduan Lengkap Olahraga Bagi Ibu Hamil dan Menyusui*. ed1 edn. Yogyakarta: ANDI.

Zang Y. *et al.* (2012) ' Risk Factors for Preterm Birth in Five Maternal and Child Health Hospitals in Beijing', PLoS ONE,7(12):1-7.
doi:10.1371/journal.pone.0052780



LAMPIRAN LAYOUT HASIL PENGOLAHAN DATA
Frequency Table

Case Processing Summary

RESPONDEN	Cases					
	Valid		Missing		Total	
	N	Percent	N	Percent	N	Percent
UMUR	80	100.0%	0	.0%	80	100.0%

UMUR * RESPONDEN Crosstabulation

			RESPONDEN		Total
			<20 Tahun	21-30 Tahun	
UMUR	Intervensi	Count	13	27	40
		% within RESPONDEN	48.1%	50.9%	50.0%
	kontrol	Count	14	26	40
		% within RESPONDEN	51.9%	49.1%	50.0%
Total		Count	27	53	80
		% within RESPONDEN	100.0%	100.0%	100.0%

Chi-Square Tests

	Value	df	Asymp. Sig. (2-sided)	Exact Sig. (2-sided)	Exact Sig. (1-sided)
Pearson Chi-Square	.056 ^a	1	.813		
Continuity Correction ^b	.000	1	1.000		
Likelihood Ratio	.056	1	.813		
Fisher's Exact Test				1.000	.500
Linear-by-Linear Association	.055	1	.814		
N of Valid Cases ^b	80				

a. 0 cells (.0%) have expected count less than 5. The minimum expected count is 13.50.

^b Continuity Correction is only for a 2x2 table



Case Processing Summary

RESPONDEN	Cases					
	Valid		Missing		Total	
	N	Percent	N	Percent	N	Percent
PENDIDIKAN	80	100.0%	0	.0%	80	100.0%

PENDIDIKAN * RESPONDEN Crosstabulation

			RESPONDEN		Total
			SD-SMA	PERGURUAN TINGGI (PT)	
PENDIDIKAN	Intervensi	Count	37	3	40
		% within RESPONDEN	50.0%	50.0%	50.0%
	kontrol	Count	37	3	40
		% within RESPONDEN	50.0%	50.0%	50.0%
Total		Count	74	6	80
		% within RESPONDEN	100.0%	100.0%	100.0%

Chi-Square Tests

	Value	df	Asymp. Sig. (2-sided)	Exact Sig. (2-sided)	Exact Sig. (1-sided)
Pearson Chi-Square	.000 ^a	1	1.000		
Continuity Correction ^b	.000	1	1.000		
Likelihood Ratio	.000	1	1.000		
Fisher's Exact Test				1.000	.662
Near Association	.000	1	1.000		



N of Valid Cases ^b	80			
-------------------------------	----	--	--	--

a. 2 cells (50.0%) have expected count less than 5. The minimum expected count is 3.00.

b. Computed only for a 2x2 table

Case Processing Summary

RESPONDEN	Cases					
	Valid		Missing		Total	
	N	Percent	N	Percent	N	Percent
PEKERJAAN	80	100.0%	0	.0%	80	100.0%

PEKERJAAN * RESPONDEN Crosstabulation

			RESPONDEN		Total
			Bekerja	Tidak Bekerja	
PEKERJAAN	Intervensi	Count	3	37	40
		% within RESPONDEN	20.0%	56.9%	50.0%
	kontrol	Count	12	28	40
		% within RESPONDEN	80.0%	43.1%	50.0%
Total		Count	15	65	80
		% within RESPONDEN	100.0%	100.0%	100.0%

Chi-Square Tests

	Value	df	Asymp. Sig. (2-sided)	Exact Sig. (2-sided)	Exact Sig. (1-sided)
Chi-Square	6.646 ^a	1	.010		
Continuity Correction ^b	5.251	1	.022		



Likelihood Ratio	7.033	1	.008		
Fisher's Exact Test				.020	.010
Linear-by-Linear Association	6.563	1	.010		
N of Valid Cases ^b	80				

a. 0 cells (.0%) have expected count less than 5. The minimum expected count is 7.50.

b. Computed only for a 2x2 table

Case Processing Summary

RESPONDEN	Cases					
	Valid		Missing		Total	
	N	Percent	N	Percent	N	Percent
LILA	80	100.0%	0	.0%	80	100.0%

LILA * RESPONDEN Crosstabulation

			RESPONDEN		Total
			<23,5 (GIZI KURANG)	>23.5 (GIZI BAIK)	
LILA	Intervensi	Count	7	33	40
		% within RESPONDEN	41.2%	52.4%	50.0%
	kontrol	Count	10	30	40
		% within RESPONDEN	58.8%	47.6%	50.0%
		Count	17	63	80
		% within RESPONDEN	100.0%	100.0%	100.0%



Chi-Square Tests

	Value	Df	Asymp. Sig. (2-sided)	Exact Sig. (2-sided)	Exact Sig. (1-sided)
Pearson Chi-Square	.672 ^a	1	.412		
Continuity Correction ^b	.299	1	.585		
Likelihood Ratio	.675	1	.411		
Fisher's Exact Test				.586	.293
Linear-by-Linear Association	.664	1	.415		
N of Valid Cases ^b	80				

a. 0 cells (.0%) have expected count less than 5. The minimum expected count is 8.50.

b. Computed only for a 2x2 table

Crosstabs

Kadar Kortisol * Kelompok Sampel

Crosstab

		Kelompok Sampel		Total	
		Senam Yoga	Kontrol		
Kadar Kortisol	Tinggi	Count	0	37	37
		% within Kadar Kortisol	0.0%	100.0%	100.0%
		% within Kelompok Sampel	0.0%	92.5%	46.3%
	% of Total	0.0%	46.3%	46.3%	
	Rendah	Count	40	3	43
		% within Kadar Kortisol	93.0%	7.0%	100.0%
% within Kelompok Sampel		100.0%	7.5%	53.8%	
% of Total	50.0%	3.8%	53.8%		
Total	Count	40	40	80	
	% within Kadar Kortisol	50.0%	50.0%	100.0%	
	% within Kelompok Sampel	100.0%	100.0%	100.0%	
% of Total	50.0%	50.0%	100.0%		



Chi-Square Tests

	Value	df	Asymp. Sig. (2-sided)	Exact Sig. (2-sided)	Exact Sig. (1-sided)
Chi-Square	68.837 ^a	1	.000		

Continuity Correction ^b	65.167	1	.000		
Likelihood Ratio	89.142	1	.000		
Fisher's Exact Test				.000	.000
Linear-by-Linear Association	67.977	1	.000		
N of Valid Cases	80				

a. 0 cells (0.0%) have expected count less than 5. The minimum expected count is 18.50.

b. Computed only for a 2x2 table

T-Test

Group Statistics

	Kelompok Sampel	N	Mean	Std. Deviation	Std. Error Mean
Kadar Kortisol	Senam Yoga	40	13.1430	4.98978	.78895
	Kontrol	40	40.9645	12.85063	2.03186

Independent Samples Test

	Levene's Test for Equality of Variances	t-test for Equality of Means								
		F	Sig.	t	df	Sig. (2-tailed)	Mean Difference	Std. Error Difference	95% Confidence Interval of the Difference	
									Lower	Upper
Kadar Kortisol	Equal variances assumed	22.768	.000	-12.764	78	.000	-27.82150	2.17966	-32.16087	-23.48213
	Equal variances not assumed			-12.764	50.499	.000	-27.82150	2.17966	-32.19840	-23.44460

Hasil Luaran * Kelompok Sampel

Crosstab

			Kelompok Sampel		Total
			Senam Yoga	Kontrol	
Hasil Luaran	Normal	Count	40	38	78
		% within Hasil Luaran	51.3%	48.7%	100.0%
		% within Kelompok Sampel	100.0%	95.0%	97.5%
	% of Total	50.0%	47.5%	97.5%	
	Premature	Count	0	2	2
		% within Hasil Luaran	0.0%	100.0%	100.0%
% within Kelompok Sampel		0.0%	5.0%	2.5%	
% of Total	0.0%	2.5%	2.5%		
Total	Count	40	40	80	
	% within Hasil Luaran	50.0%	50.0%	100.0%	
	% within Kelompok Sampel	100.0%	100.0%	100.0%	
% of Total	50.0%	50.0%	100.0%		

Chi-Square Tests

	Value	df	Asymp. Sig. (2-sided)	Exact Sig. (2-sided)	Exact Sig. (1-sided)



Pearson Chi-Square	2.051 ^a	1	.152		
Continuity Correction ^b	.513	1	.474		
Likelihood Ratio	2.824	1	.093		
Fisher's Exact Test				.494	.247
Linear-by-Linear Association	2.026	1	.155		
N of Valid Cases	80				

a. 2 cells (50.0%) have expected count less than 5. The minimum expected count is 1.00.

b. Computed only for a 2x2 table

T-Test

Group Statistics

	Kelompok	N	Mean	Std. Deviation	Std. Error Mean
Kortisol	intervensi	40	2.00	.000	.000
	kontrol	40	1.08	.267	.042
Hasil Luaran	intervensi	40	1.00	.000	.000
	kontrol	40	1.05	.221	.035

Independent Samples Test

	Levene's Test for Equality of Variances	t-test for Equality of Means							
		F	Sig.	T	df	Sig. (2-tailed)	Mean Difference	Std. Error Difference	95% Confidence Interval of the Difference
									Lower
Equal variances assumed	14.979	.000	21.932	78	.000	.925	.042	.841	



	Equal variances not assumed			21.932	39.000	.000	.925	.042	.840
Hasil Luaran	Equal variances assumed	9.148	.003	-1.433	78	.156	-.050	.035	-.119
	Equal variances not assumed			-1.433	39.000	.160	-.050	.035	-.121

Kortisol * Hasil Luaran

Crosstab

			Hasil Luaran		Total
			normal	prematuur	
Kortisol	tinggi	Count	35	2	37
		% within Hasil Luaran	44.9%	100.0%	46.2%
	rendah	Count	43	0	43
		% within Hasil Luaran	55.1%	.0%	53.8%
Total		Count	78	2	80
		% within Hasil Luaran	100.0%	100.0%	100.0%

Chi-Square Tests

	Value	df	Asymp. Sig. (2-sided)	Exact Sig. (2-sided)	Exact Sig. (1-sided)
Chi-Square	2.051 ^a	1	.152		



Continuity Correction ^b	.513	1	.474		
Likelihood Ratio	2.824	1	.093		
Fisher's Exact Test				.494	.247
Linear-by-Linear Association	2.026	1	.155		
N of Valid Cases ^b	80				

a. 2 cells (50.0%) have expected count less than 5. The minimum expected count is 1.00.

b. Computed only for a 2x2 table

UK * HL

Crosstab

			HL		Total
			normal	prematuur	
UK	28-32 minggu	Count	19	0	19
		% within HL	24.4%	.0%	23.8%
	33-36 minggu	Count	59	2	61
		% within HL	75.6%	100.0%	76.2%
Total		Count	78	2	80
		% within HL	100.0%	100.0%	100.0%

Chi-Square Tests

	Value	df	Asymp. Sig. (2-sided)	Exact Sig. (2-sided)	Exact Sig. (1-sided)
Pearson Chi-Square	.639 ^a	1	.424		
Continuity Correction ^b	.000	1	1.000		
Likelihood Ratio	1.100	1	.294		
Fisher's Exact Test				1.000	.579
Linear-by-Linear Association	.631	1	.427		
N of Valid Cases ^b	80				

a. 2 cells (50.0%) have expected count less than 5. The minimum expected count is .48.

b. Computed only for a 2x2 table



BB * HL

Crosstab

			HL		Total
			normal	prematuur	
BB	normal	Count	73	0	73
		% within HL	93.6%	.0%	91.2%
	tidak normal	Count	5	2	7
		% within HL	6.4%	100.0%	8.8%
Total	Count	78	2	80	
	% within HL	100.0%	100.0%	100.0%	

Chi-Square Tests

	Value	df	Asymp. Sig. (2-sided)	Exact Sig. (2-sided)	Exact Sig. (1-sided)
Pearson Chi-Square	21.392 ^a	1	.000		
Continuity Correction ^b	11.276	1	.001		
Likelihood Ratio	10.329	1	.001		
Fisher's Exact Test				.007	.007
Linear-by-Linear Association	21.125	1	.000		
N of Valid Cases ^b	80				

a. 2 cells (50.0%) have expected count less than 5. The minimum expected count is .18.

b. Computed only for a 2x2 table



LEMBAR DATA RESPONDEN

Kode/Inisial Responden :

Hari/tanggal :

Kelompok : Kontrol / Perlakuan*

Berilah tanda (√) dalam kolom yang telah disediakan sesuai dengan jawaban responden. Pertanyaan dengan tanda (*) akan diisi oleh peneliti.

1. Usia : tahun
2. Agama :
3. Kehamilan ke : Usia kehamilan :

4. Tinggi Badan :

5. Tekanan Darah :

6. Berat Badan

 Berat Badan sebelum hamil :

 Berat Badan sekarang :

7. LILA* :

8. Status perkawinan :

 () belum kawin

 () kawin

 () janda

9. Pendidikan terakhir :

 () Tidak Sekolah

 Sekolah Dasar (SD)

 SMP / SLTP



SMA / SMU / SLTA

Diploma

Sarjana

10. Pekerjaan :

Ibu Rumah Tangga

Pelajar

Petani

Pedagang

PNS

lain-lain, sebutkan:.....

11. Penghasilan perbulan :

< 1.500.000

1.500.000-2.500.000

> 2.500.000 – 3.500.000

> 3.500.000

12. Ibu mengandung bayi kembar:

Iya

Tidak

13. Ibu memiliki riwayat mengandung bayi kembar pada kehamilan sebelumnya:

Iya

Tidak

memiliki riwayat hipertensi pada kehamilan sebelumnya:



Iya

Tidak

15. Ibu menderita kelainan pada ginjal:

Iya

Tidak

16. Ibu menderita penyakit diabetes :

Iya

Tidak

17. Anggota keluarga yang menderita hipertensi :

Tidak ada

Ada, sebutkan:.....

18. Selama kehamilan ibu pernah merokok/alkohol (jika Ya, seberapa sering ibu merokok) :

Tidak

Ya

19. Riwayat mengikuti senam hamil yoga

Tidak

Ya

20. Berapa lama ibu tidur di siang hari : jam

21. Berapa lama ibu tidur di malam hari : jam

22. Keluhan yang dirasakan selama kehamilan :

.....
siran Berat Janin* :



LEMBAR HASIL KADAR KORTISOL RESPONDEN

Tanggal pemeriksaan kadar hormon kortisol

No	Kode Responden	Nama Responden	Kelompok Intervensi	Kelompok Kontrol



LEMBAR PERSETUJUAN MENJADI RESPONDEN

Saya yang bertanda tangan dibawah ini :

No. responden :

Nama :

Usia :

Alamat / No Telepon :

Setelah mendengar, membaca dan memahami penjelasan yang diberikan oleh peneliti, maka saya bersedia menjadi responden pada penelitian yang dilakukan oleh Ade Sriwahyuningsih yang berjudul **“PENGARUH SENAM YOGA TERHADAP KADAR HORMON KORTISOL DAN HASIL LUARAN PADA IBU HAMIL”**.

Saya menjadi responden karena keinginan saya sendiri tanpa ada paksaan dari pihak manapun dan saya akan menjawab seluruh pertanyaan yang bersangkutan dalam penelitian ini dengan sejujur – sesuai dengan kondisi dan perasaan saya yang sebenarnya.



Adapun data yang diperoleh dalam penelitian ini yang bersumber dari saya sebagai responden, dapat dipublikasikan dengan tidak akan mencantumkan nama kecuali nomor responden.

Nama Tanda Tangan Tgl/Bln/Thn

Responden :

Saksi I :

Saksi II :

Penanggung Jawab Penelitian

Nama : Ade Sriwahyuningsih

Alamat : Jl. Karaeng Bonto Tangnga Blok B No.4

Telpon : 085 333 469 689

Emai : adesriwahyuningsih91@gmail.com



LEMBAR PENJELASAN UNTUK RESPONDEN

Assalamu'alaikum Warahmatullahi Wabarakatuh.

Perkenalkan nama saya **Ade Sriwahyuningsih**. Saya adalah Mahasiswa Program Studi Magister Kebidanan Sekolah Pascasarjana Universitas Hasanuddin, Saat ini sedang melakukan penelitian sebagai bagian dari tugas akhir program pendidikan dengan judul tesis **“PENGARUH SENAM YOGA TERHADAP KADAR HORMON KORTISOL DAN HASIL LUARAN PADA IBU HAMIL”**.

Yoga adalah sejenis olah tubuh, pikiran dan mental yang sangat membantu ibu hamil melenturkan persendian dan menenangkan pikiran terutama dalam trimester III. Senam yoga memiliki lima cara yaitu kesadaran nafas dalam yoga, pemanasan penuh kesadaran, gerakan inti senam yoga, relaksasi penuh kesadaran dan meditasi dan afirmasi positif

apat digunakan untuk mendapatkan manfaat dalam kehamilan dan n anak secara alami. Hormon kortisol adalah hormon yang n oleh kelenjar anak ginjal yang berperan dalam proses adaptasi



terhadap stress dan juga dipengaruhi oleh irama diurnal, yaitu kadar hormon ini akan meningkat pada pagi hari saat seseorang mulai beraktifitas dan akan menurun saat malam hari.

Tujuan penelitian ini adalah untuk menganalisis kadar hormon kortisol pada ibu yang melakukan yoga prenatal. Bila terbukti ada hubungan antara yoga yang diteliti dengan kadar hormon kortisol, maka hasil penelitian ini dapat dijadikan sebagai data penunjang, sehingga dapat digunakan untuk melakukan sebagai upaya pencegahan dengan meminimalkan kejadian stress pada ibu hamil.

Pengambilan data dalam penelitian ini dilakukan dengan skrining awal menggunakan kuesioner data demografi responden, kemudian dilakukan pemeriksaan yang dilakukan oleh peneliti untuk mendapatkan responden sesuai dengan kriteria inklusi dan eksklusi. Setelah itu selanjutnya dilakukan pengambilan sampel darah ibu sebanyak 1 cc pada jam 08.00-09.00 wita dengan beberapa syarat pengambilan. Kemudian sampel darah diperiksa oleh peneliti bersama petugas Lab. RSP. Unhas dengan metode ELISA untuk mengetahui kadar hormon kortisol ibu. Dan akan diikuti sampai pada persalinan. Biaya pemeriksaan laboratorium yang akan dilakukan pada ibu, seluruhnya menjadi tanggung jawab peneliti.

Jika Ibu bersedia menjadi responden penelitian ini maka peneliti menanyakan identitas dan beberapa hal yang mungkin ibu alami, sangat berharap ibu dapat memberikan jawaban dengan sejujur –



jujurnya sesuai dengan kondisi yang ibu alami atau rasakan. Tetapi jika ibu merasa tidak berkenan dengan alasan tertentu, ibu dapat mengungkapkan langsung kepada peneliti dan ibu berhak untuk mengundurkan diri dari penelitian ini. Keikutsertaan Ibu dalam penelitian ini bersifat sukarela dan tanpa paksaan. Sebagai bentuk terimakasih peneliti pada ibu atas partisipasinya dalam penelitian ini, peneliti akan memberikan *reward* berupa barang yang akan diberikan setelah pengambilan sampel darah ibu.

Identitas Ibu maupun data lainnya serta semua informasi yang diberikan akan dijamin kerahasiaannya dengan menyamarkan identitas dan dibuat dalam logbook, data disajikan hanya untuk kepentingan penelitian serta pengembangan ilmu. Bila ada hal-hal yang tidak jelas, Ibu dapat menanyakan langsung kepada peneliti. Jika ibu bersedia mengikuti penelitian ini, silahkan menandatangani lembar persetujuan responden.

Makassar, 2019

Peneliti utama

(Ade Sriwahyuningsih)



