



**LITERATUR REVIEW : PENGARUH TEKNIK RELAKSASI
OTOT PROGRESIF TERHADAP PENURUNAN ANSIETAS
PADA PASIEN INTRANATAL**

KARYA ILMIAH AKHIR

Diajukan Sebagai Salah Satu Syarat Untuk Memperoleh Gelar NERS

Oleh:

Ninik Sumarini, S.Kep

2001032040

**PROGRAM STUDI PROFESI NERS
FAKULTAS ILMU KESEHATAN
UNIVERSITAS MUHAMMADIYAH JEMBER**

2022

HALAMAN JUDUL



**LITERATUR REVIEW : PENGARUH TEKNIK RELAKSASI
OTOT PROGRESIF TERHADAP PENURUNAN ANSIETAS
PADA PASIEN INTRANATAL**

KARYA ILMIAH AKHIR

Diajukan Sebagai Salah Satu Syarat Untuk Memperoleh Gelar NERS

Oleh:

Ninik Sumarini, S.Kep

2001032040

PROGRAM STUDI PROFESI NERS

FAKULTAS ILMU KESEHATAN

UNIVERSITAS MUHAMMADIYAH JEMBER

2022

PERSETUJUAN PEMBIMBING

LITERATUR REVIEW : PENGARUH TEKNIK RELAKSASI OTOT PROGRESIF TERHADAP PENURUNAN ANSIETAS PADA PASIEN INTRANATAL

**Ninik Sumarini, S.Kep
2001032040**

Karya Ilmiah Akhir ini telah diperiksa oleh pembimbing dan telah disetujui untuk dipertahankan di Tugas Akhir Profesi Ners Program Studi Profesi Ners Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas Muhammadiyah Jember

Jember, Maret 2022

Pembimbing Akademik



Ns. Restu Utami, M.Kep
NPK. 1989022211803860

Mengetahui,
Dekan Fakultas Ilmu Kesehatan
Universitas Muhammadiyah Jember



Ns. Sasmiyanto, S.Kep.,M.Kes
NPK. 1979041610305358

HALAMAN PENGESAHAN

Nama : Ninik Sumarini, S. Kep
NIM : 2001032040
Judul Karya Ilmiah : *Literatur Review* : Pengaruh Teknik Relaksasi
Otot Progresif Terhadap Penurunan Ansietas Pada
Pasien Intranatal

Karya Ilmiah Akhir (KIA) ini
telah Disetujui, Disahkan

Jember, Maret 2022

Pembimbing Akademik



Ns. Resti Utami, M.Kep
NPK. 1989022211803860


Mengetahui,



Ns. Susi Wahyuning Asih, S.Kep., M.Kep
NPK. 19750920 1 0804491

Disahkan oleh:

Dekan Fakultas Ilmu Kesehatan
Universitas Muhammadiyah Jember



Ns. Sasmiyanto, S.Kep., M.Kes
NPK. 19790416 1 0305358

PERNYATAAN KARYA SENDIRI

Karya Ilmiah Akhir (KIA) ini adalah hasil karya sendiri dan semua sumber, baik yang dikutip, artikel jurnal yang ditelaah maupun dirujuk telah saya nyatakan dengan benar, jika dikemudian hari didapatkan bukti bahwa KIA saya hasil plagiasi orang lain, saya bersedia menerima sanksi sesuai undang – undang dan peraturan yang berlaku.

Jember, 12 Maret 2022

Nama : Ninik Sumarini

NIM : 2001032040

Tanda Tangan :



MOTTO

**SETIAP HEMBUSAN NAFAS YANG DIBERIKAN ALLAH
PADAKU BUKAN HANYA BERKAH TAPI JUGA
TANGGUNG JAWAB**

**Keberhasilan Datang Dengan Kerja Keras Dan Berdoa "Tidak
Dengan Mengeluh dan Bermalas-malasan"**



LEMBAR PERSEMBAHAN

Karya Ilmiah Akhir (KIA) ini saya persembahkan untuk:

1. Allah S.W.T yang telah memberikan anugerah sehat, akal serta fikiran sehingga saya menjadi makhluk yang paling tinggi kedudukannya dari makhluk lainnya.
2. Suami dan kedua Anakku tercinta yang selalu mendukung selama proses penyelesaian Karya Ilmiah Akhir ini.
3. Kedua orang tua saya, yang telah memberikan semangat, perhatian, kasih sayang, bantuan secara moril, materi, maupun spiritual sehingga Karya Ilmiah Akhir (KIA) ini dapat terselesaikan.
4. Kepada guru-guru saya yang tidak bisa saya sebutkan yang telah memberikan dukungan moril, spiritual, serta pengarahan dalam menyelesaikan Karya Ilmiah Akhir (KIA) ini.
5. Kepada teman-teman sesama mahasiswa Fakultas Ilmu Kesehatan yang telah memberikan semangat dan dukungan kepada saya.

KATA PENGANTAR

Puji dan syukur penulis panjatkan kehadirat Allah SWT atas segala limpahan rahmat, taufiq dan hidayah-Nya sehingga penulis dapat menyelesaikan Karya Ilmiah Akhir yang berjudul “*Literatur Review : Pengaruh Teknik Relaksasi Otot Progresif terhadap Penurunan Ansietas Pada Pasien Intranatal*”. Atas terselesainya karya ilmiah akhir ini . saya mengucapkan terima kasih kepada:

1. Dr. Ir. Hanafi, M.Pd selaku Rektor Universitas Muhammadiyah Jember.
2. Ns. Sasmiyanto, S.Kep., M.Kes. selaku Dekan Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas Muhammadiyah Jember.
3. Ns. Susi Wahyuning Asih, M.Kep, selaku Kaprodi Profesi Ners Universitas Muhammadiyah Jember.
4. Ns. Resti Utami, M. Kep. selaku dosen pembimbing akademik Karya Ilmiah Akhir
5. Semua pihak yang telah mendukung dan membantu kelancaran selama praktik profesi Ners.

Seiring doa dan ucapan terima kasih penulis, semoga Allah SWT membalas budi baik kepada semua yang membantu. Penulis menyadari bahwa belum sempurnanya penyusunan karya ilmiah akhir ini. Oleh karena itu, penulis sangat mengharapkan masukan dari semua pihak yang bersifat membangun demikesempurnaan karya ilmiah Akhir ini.

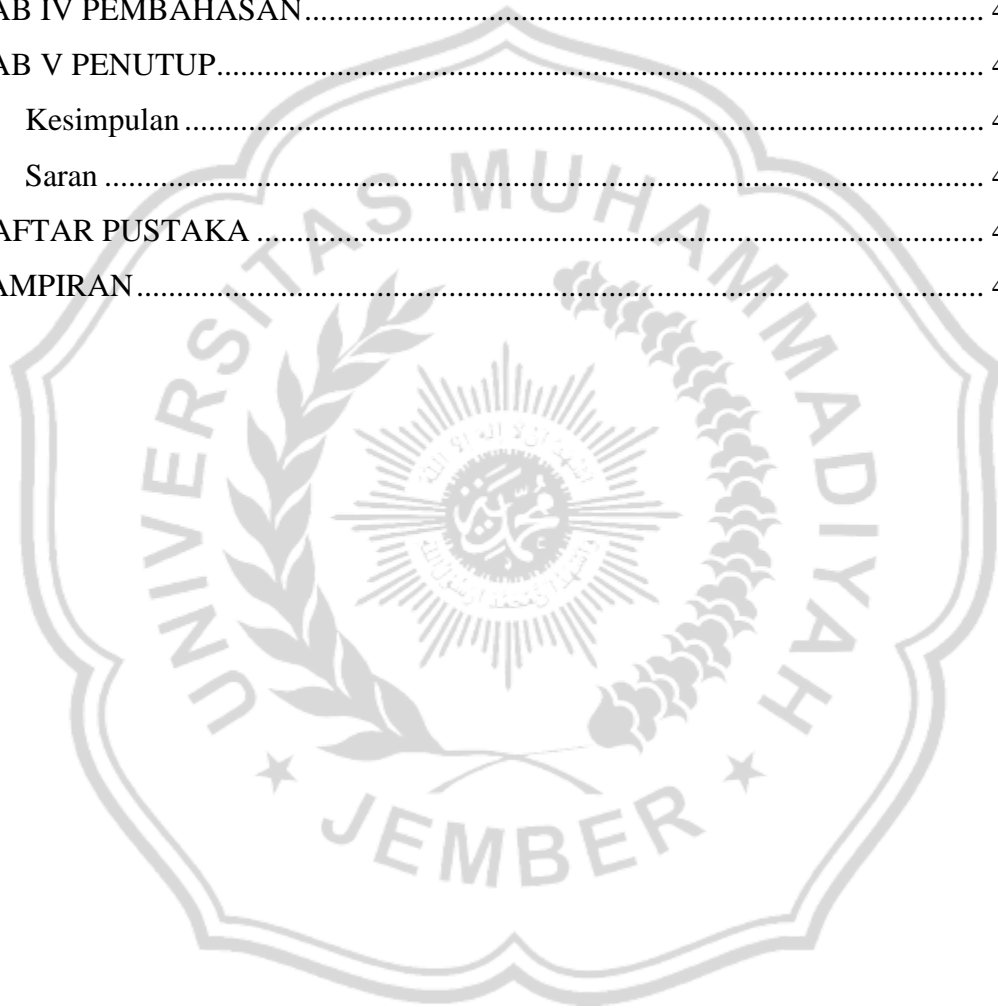
Jember, 12 Maret 2022

Penulis

DAFTAR ISI

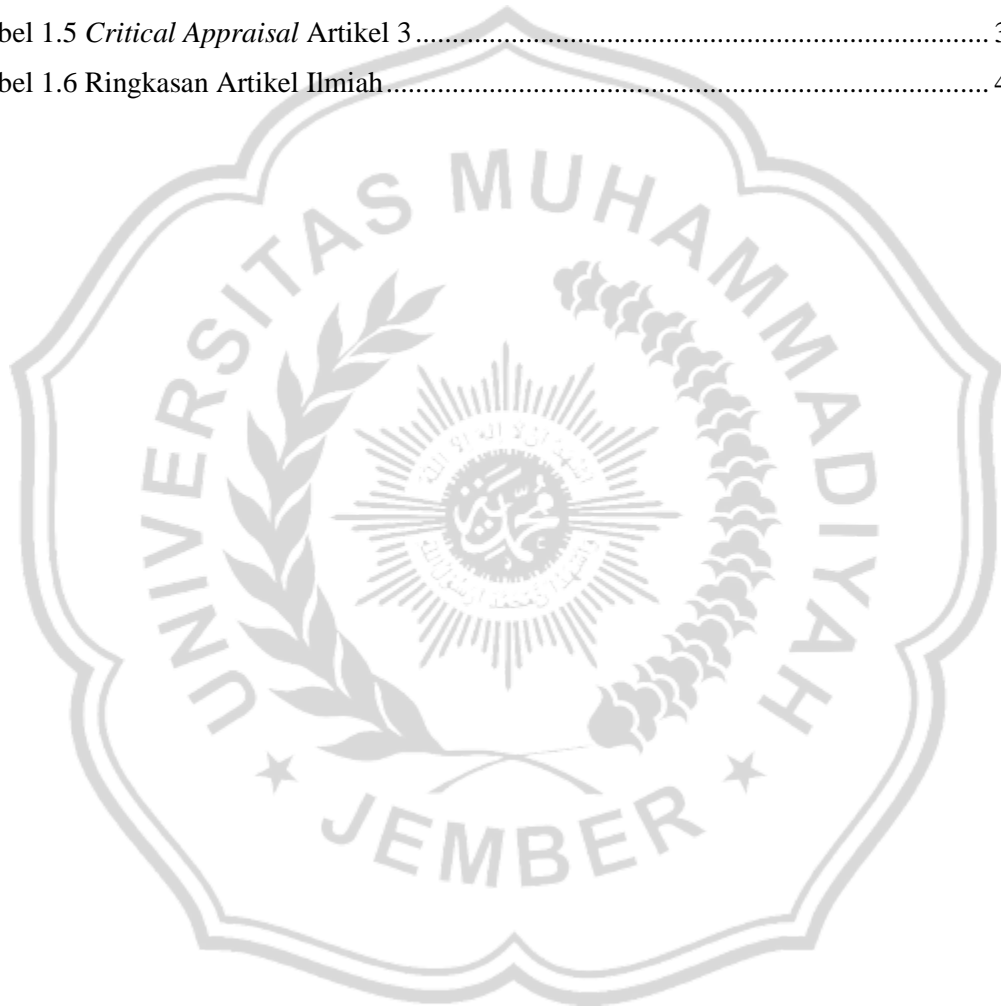
HALAMAN SAMPUL	i
HALAMAN JUDUL.....	i
HALAMAN PERSETUJUAN PEMBIMBING	ii
HALAMAN PENGESAHAN.....	iii
HALAMAN PERYATAAN KARYA SENDIRI	iv
MOTTO	v
HALAMAN PERSEMBAHAN	vi
KATA PENGANTAR	vii
DAFTAR ISI.....	viii
DAFTAR TABEL.....	x
DAFTAR LAMPIRAN.....	xi
PENDAHULUAN	1
A. Latar Belakang	1
B. Tujuan	3
C. Manfaat	4
BAB II TINJAUAN PUSTAKA.....	5
A. Konsep Relaksasi Otot Progresif	5
B. Konsep Intranatal	8
BAB III LITERATUR REVIEW.....	21
A. Metode.....	21
a. Kata Kunci Pencarian Literatur	21
b. Kriteria Inklusi Pencarian Literatur	21
B. Artikel Ilmiah 1	22
a. Abstrak	22
b. Ringkasan Artikel Ilmiah	23
c. <i>Critical Apraisal</i>	24
C. Artikel Ilmiah 2.....	28
a. Abstrak	28
b. Ringkasan Artikel Ilmiah	29

c. <i>Critical Appraisal</i>	30
D. Artikel Ilmiah 3	34
a. Abstrak	34
b. Ringkasan Artikel Ilmiah	35
c. <i>Critical Appraisal</i>	36
BAB IV PEMBAHASAN.....	40
BAB V PENUTUP.....	42
A. Kesimpulan	42
B. Saran	42
DAFTAR PUSTAKA	43
LAMPIRAN.....	44



DAFTAR TABEL

Tabel 1. 1 Kata Kunci Literatur	21
Tabel 1. 2 Kriteria Inklusi Pencarian Literatur Berdasarkan PICOS	21
Tabel 1.3 <i>Critical Appraisal</i> Artikel 1	24
Tabel 1.4 <i>Critical Appraisal</i> Artikel 2	30
Tabel 1.5 <i>Critical Appraisal</i> Artikel 3	36
Tabel 1.6 Ringkasan Artikel Ilmiah.....	44



DAFTAR LAMPIRAN

1. Ringkasan Artikel Ilmiah	44
2. Fulltext 3 Artikel Ilmiah.....	46
a. Artikel 1	46
b. Artikel 2.....	54
c. Artikel 3.....	55
3. Standar Operasional Prosedur.....	56

