# LAMPIRAN

1. Lembar Permohonan dan Persetujuan Partisipasi dalam Penelitian

**PENJELASAN KEPADA RESPONDEN PENELITIAN**

**Yth.**

Saudara/i responden dalam penelitian “Pengaruh Tingkat Kecemasan Terhadap Kualitas Tidur Ibu Hamil Trimester Tiga Di Puskesmas Tanjung Karang Mataram” kami mengucapkan terima kasih atas kesediaannya untuk menjadi responden dalam penelitian ini. Kami juga mengucapkan selamat atas terpilihnya sebagai responden dalam penelitian ini. Segala informasi yang kami dapatkan dalam penelitian ini akan dijaga kerahasiannya.

**Maksud dan Tujuan Penelitian:**

Penelitian ini dilakukan oleh mahasiswa Fakultas Kedokteran Universitas Mataram yang bertujuan untuk mengetahui “Pengaruh Tingkat Kecemasan Terhadap Kualitas Tidur Ibu Hamil Trimester Tiga Di Puskesmas Tanjung Karang Mataram”.

**Manfaat Penelitian:**

Manfaat penelitian ini dapat menambah wawasan masyarakat mengenai pengaruh kecemasan terhadap kualitas tidur pada ibu hamil trimester ketiga.

**Tata Cara:**

1. Responden akan dikumpulkan di aula Puskesmas Tanjung Karang Mataram dengan tetap menerapkan protokol kesehatan berupa menggunakan masker, menjaga jarak, dan mencuci tangan. Peneliti akan menyediakan *hand sanitizier* dan juga mengatur jarak antara responden selama responden mengisi lembar kuisioner serta menyediakan kursi tunggu di depan aula untuk mencegah kerumunan.
2. Peneliti memberikan penjelasan kepada ibu hamil trimester tiga mengenai tujuan serta manfaat penelitian
3. Responden yang bersedia dipersilahkan untuk menandatangani *informed consent*
4. Responden dipersilahkan untuk mengisi kuesioner *Hamilton Anxiety Rating Scale (HARS)* dan *Pittsburgh Sleep Quality Index* (PSQI). Pada pengisian kuisioner akan didampingi oleh peneliti
5. Apabila data tidak dapat diambil akibat kurangnya sumber daya atau waktu yang tidak mencukupi atau tempat tidak dapat menampung semua responden, maka responden yang belum mengisi kuisioner dan telah setuju untuk mengikuti penilitian akan mengisi kuisioner melalui telefon. Perkiraan waktu yang dibutuhkan untuk mengisi kuisioner adalah 15 menit.

**Hak Suka Rela:**

Keikutsertaan responden dalam penelitian ini bersifat sukarela. Apabila bersedia responden menandatangi formulir persetujuan (*informed consent)* tidak dalam tekanan maupun paksaan dari pihak manapun.

**Hak Pengunduran Diri:**

Responden bersifat sukarela, apabila selama proses pengambilan data merasa kurang aman dan nyaman, responden dapat mengundurkan diri dengan sebelumnya memberitahukan terlebih dahulu kepada peneliti. Pengunduran diri dalam penelitian ini tidak akan mendapatkan sanksi apapun.

**Informasi Lebih Lanjut:**

Apabila mempunyai keluhan, masalah, ataupun pertanyaan, dapat menghubungi peneliti atas nama Siti Annisa Rahmasita di nomor HP 081239583481.

Mataram, ........................ 2021

|  |
| --- |
| **Responden**(……….……………) |

Data Umum Responden

**KUESIONER PENELITIAN**

Data Umum

1. Nama :
2. Usia :
3. Pekerjaan :
4. Tingkat Pendidikan terakhir :
5. Usia Kehamilan Saat Ini : .... Minggu
6. Kehamilan yang Keberapa :
7. Apakah sebelumnya pernah terdiagnosis mengalami gangguan psikiatri? (sebelumnya pernah ke poli jiwa atau mengonsumsi obat untuk gangguan jiwa): .....
8. Kuisioner Penelitian

**KUESIONER TINGKAT KECEMASAN : *Hamilton Rating Scale for Anxiety* (HRS-A)**

PETUNJUK: Berilah tanda silang (X) pada kolom nilai angka (score). 0 🡪 jika tidak ada gejala, 1🡪 jika gejala ringan, 2 🡪 jika gejala sedang, 3 🡪 jika gejala berat, 4 🡪 jika gejala berat sekali.

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| No. | **Gejala kecemasan** | Nilai angka (score) |
| 0 = tidakada gejala | 1=ringan | 2=sedang | 3= berat | 4=beratsekali |
| 1. | *Perasaan cemas (anxietas)* |  |
|  | * Cemas
 |  |  |  |  |  |
| * Firasat buruk
 |
| * Takut akan pikiran sendiri
 |
| * Mudah tersinggung
 |
| 2. | *Ketegangan* |  |
|  | * Merasa tegang
 |  |  |  |  |  |
| * Lesu
 |
| * Tidak bisa istirahat tenang
 |
| * Mudah terkejut
 |
| * Mudah menangis
 |
| * Gemetar
 |
| * Gelisah
 |
| 3. | *Ketakutan* |  |
|  | * Pada gelap
 |  |  |  |  |  |
| * Pada orang asing
 |
| * Ditinggal sendiri
 |
| * Pada binatang besar
 |
| * Pada keramaian lalu lintas
 |
| * Pada kerumunan orang banyak
 |
| 4. | *Gangguan tidur* |  |
|  | * Sukar tidur
 |  |  |  |  |  |
| * Terbangun malam hari
 |
| * Tidur tidak nyenyak
 |
| * Bangun dengan lesu
 |
| * Banyak mimpi-mimpi
 |
| * Mimpi buruk
 |
| * Mimpi menakutkan
 |
| 5. | *Gangguan kecerdasan* |  |
|  | * Sukar konsentrasi
 |  |  |  |  |  |
| * Daya ingat menurun
 |
| * Daya ingat buruk
 |

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| 6. | *Perasaan depresi (murung)* |  |
|  | * Hilangnya minat
 |  |  |  |  |  |
| * Berkurangnya kesenangan pada hobi
 |
| * Sedih
 |
| * Bangun dini hari
 |
| * Perasaan berubah-ubah sepanjang hari
 |
| 7. | Gejala somatik atau fisik (otot) |  |
|  | * Sakit dan nyeri di otot-otot
 |  |  |  |  |  |
| * Kaku
 |
| * Kedutan otot
 |
| * Gigi gemerutuk
 |
| * Suara tidak stabil
 |
| 8. | Gejala somatic atau fisik(sensorik) |  |
|  | * Tinnitus (telinga berdenging)
 |  |  |  |  |  |
| * Penglihatan kabur
 |
| * Muka merah atau pucat
 |
| * Merasa lemas
 |
| * Perasaan ditusuk-tusuk
 |
| 9. | Gejala kardiovaskuler (jantungdan pembuluh darah) |  |
|  | * Takikardi (denyut jantung cepat)
 |  |  |  |  |  |
| * Berdebar-debar
 |
| * Nyeri di dada
 |
| * Denyut nadi mengeras
 |
| * Rasa lesu atau lemas seperti mau pingsan
 |
| * Detak jantung menghilang (berhenti sekejap)
 |
| 10. | Gejala respiratory (pernafasan) |  |
|  | * Rasa tertekan atau sempit di dada
 |  |  |  |  |  |
| * Tercekik
 |
| * Sering menarik nafas
 |
| * Nafas pendek atau sesak
 |
| 11. | Gejala gastrointestinal(pencernaan) |  |
|  | * Sulit menelan
 |  |  |  |  |  |
| * Perut melilit
 |
| * Gangguan pencernaan
 |
| * Nyeri sebelum dan sesudah makan
 |  |  |  |  |  |
| * perasaan terbakar di perut
 |
| * Rasa penuh (kembung)
 |
| * Mual
 |
| * Muntah
 |
| * BAB lembek
 |
| * Sukar BAB (konstipasi)
 |
| * Kehilangan berat badan
 |
| 12. | *Gejala urogenital (perkemihan**dan kelamin)* |  |
|  | * Sering buang air kecil
 |  |  |  |  |  |
| * Tidak dapat menahan air seni
 |
| * Tidak datang bulan (haid)
 |
| * Darah haid berlebihan
 |
| * Darah haid amat sedikit
 |
| * Masa haid berkepanjangan
 |
| * Masa haid amat pendek
 |
| * Haid beberapa kali dalam sebulan
 |
| 13. | *Gejala autonom* |  |
|  | * Mulut kering
 |  |  |  |  |  |
| * Muka merah
 |
| * Mudah berkeringat
 |
| * Kepala pusing
 |
| * Kepala terasa berat
 |
| * Kepala terasa sakit
 |
| * Bulu-bulu berdiri
 |
| 14. | *Tingkah laku* |  |
|  | * Gelisah
 |  |  |  |  |  |
| * Tidak tenang
 |
| * Jari gemetar
 |
| * Kerut kening
 |
| * Muka tegang
 |
| * Otot tegang (mengeras)
 |
| * Nafas pendek dan cepat
 |
| * Muka merah
 |

**KUESIONER KUALITAS TIDUR: *The Pittsburgh Sleep Quality Index* (PSQI)**

Selama sebulan ini :

|  |  |
| --- | --- |
| No | Pertanyaan |
| 1 | Sekitar pukul berapa anda biasanya tidur di malam hari? ………………… |
| 2 | Berapa menit anda membutuhkan waktu untuk dapat tertidur di malam hari?………… |
| 3 | Sekitar pukul berapa anda biasanya bangun tidur di pagi hari? …………. |
| 4 | Berapa menit anda terjaga sebelum bangun dari tempat tidur ?…………. |
| 5 | Seberapa sering anda terjaga karena… | Tidak Pernah | Kurang dari sekali dalamseminggu | 1 atau 2 kali dalam seminggu | 3 kali atau lebih dalamseminggu |
| 1. Tidak dapat tertidur dalam waktu 30 menit
 |  |  |  |  |
| b. Terbangun ditengah malam atau pagi- pagi sekali |  |  |  |  |
| c. Terbangun karena ingin ke kamar mandi |  |  |  |  |
| d. Terganggu pernafasan |  |  |  |  |
| e. Batuk/mendengkur terlalu keras |  |  |  |  |
| f. Merasa kedinginan |  |  |  |  |
| g. Merasa kepanasan |  |  |  |  |
| h. Mimpi buruk |  |  |  |  |
| i. Merasa kesakitan |  |  |  |  |
| j. Alasan lain :  |  |  |  |  |
| 6 | Seberapa sering anda mengkonsumsi obat untuk membantu agar anda dapat tertidur(resep/bebas) ? |  |  |  |  |
| 7 | Berapa sering anda tidak dapat menahan kantuk ketika bekerja, makan atau aktifitas lainnya ? |  |  |  |  |
| 8 | Berapa sering anda mengalami kesukaran berkonsentrasi ke pekerjaan ? |  |  |  |  |
|  |  | Baik Sekali | Baik | Buruk | Buruk sekali |
| 9 | Bagaiman anda menilai kualitas tidur anda selama sebulan ini? |  |  |  |  |
| 10. | Bagaiman anda menilai kualitas tidur anda selama seminggu ini? |  |  |  |  |

1. Hasil Kuisioner

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| No | Nama | Skor Kecemasan | Tingkat Kecemasan | Skor Kualitas Tidur | Kualitas Tidur | Usia | Pekerjaan | Pendidikan Terakhir | Usia Kehamilan | Kehamilan Ke - |
| 1 | ZW | 13 | kecemasan ringan | 4 | baik | 21 | IRT | SMA | 37 minggu | I |
| 2 | I | 17 | kecemasan ringan | 8 | buruk | 35 | IRT | SMP | 36 minggu | III |
| 3 | R | 13 | kecemasan ringan | 5 | baik | 37 | IRT | SD | 30 minggu | II |
| 4 | IH | 17 | kecemasan ringan | 6 | buruk | 25 | IRT | SMA | 31 minggu | III |
| 5 | AS | 23 | kecemasan sedang | 7 | buruk | 28 | IRT | SMA | 27 minggu | I |
| 6 | R | 7 | kecemasan ringan | 3 | baik | 31 | IRT | SMA | 32 minggu | IV |
| 7 | HH | 26 | kecemasan berat | 7 | buruk | 27 | IRT | S1 | 28 minggu | III |
| 8 | MS | 19 | kecemasan sedang | 9 | buruk | 25 | IRT | D4 | 28 minggu | II |
| 9 | R | 26 | kecemasan berat | 11 | buruk | 27 | IRT | SMP | 38 minggu | II |
| 10 | WF | 27 | kecemasan berat | 7 | buruk | 25 | IRT | D3 | 38 minggu | I |
| 11 | S | 6 | kecemasan ringan | 3 | baik | 35 | IRT | Tidak tamat SD | 29 minggu | II |
| 12 | NPT | 6 | kecemasan ringan | 3 | baik | 25 | IRT | S1 | 37 minggu | I |
| 13 | SA | 20 | kecemasan sedang | 7 | buruk | 26 | IRT | D3 | 38 minggu | I |
| 14 | WR | 8 | kecemasan ringan | 4 | baik | 21 | IRT | SD | 39 minggu | III |
| 15 | NH | 24 | kecemasan sedang | 12 | buruk | 26 | IRT | SMA | 38 minggu | II |
| 16 | MA | 15 | kecemasan ringan | 3 | baik | 20 | IRT | SMA | 36 minggu | I |
| 17 | LEH | 20 | kecemasan sedang | 6 | buruk | 20 | IRT | SMA | 28 minggu | I |
| 18 | SA | 9 | kecemasan ringan | 5 | baik | 26 | IRT | SMA | 36 minggu | II |
| 19 | Y | 6 | kecemasan ringan | 1 | baik | 38 | Pedagang | SD | 32 minggu | IV |
| 20 | NA | 5 | kecemasan ringan | 3 | baik | 21 | IRT | SD | 30 minggu | II |
| 21 | BM | 8 | kecemasan ringan | 8 | buruk | 25 | Guru | S1 | 27 minggu | I |
| 22 | YI | 2 | kecemasan ringan | 3 | baik | 31 | Swasta | SMK | 29 minggu | II |
| 23 | HS | 25 | kecemasan berat | 8 | buruk | 16 | Pelajar | SMP | 31 minggu | I |
| 24 | DS | 1 | kecemasan ringan | 5 | baik | 26 | Swata | S1 | 27 minggu | I |
| 25 | M | 4 | kecemasan ringan | 7 | buruk | 27 | ART | SD | 30 minggu | III |
| 26 | M | 14 | kecemasan ringan | 4 | baik | 39 | Swasta | SMA | 36 minggu | III |
| 27 | TS | 18 | kecemasan sedang | 10 | buruk | 21 | IRT | SMP | 28 minggu | II |
| 28 | J | 9 | kecemasan ringan | 2 | baik | 31 | ART | SMP | 28 minggu | III |
| 29 | EH | 13 | kecemasan ringan | 7 | buruk | 25 | IRT | S1 | 35 minggu | I |
| 30 | M | 4 | kecemasan ringan | 5 | baik | 25 | IRT | SMA | 27 minggu | II |
| 31 | A | 18 | kecemasan sedang | 12 | buruk | 28 | IRT | SD | 28 minggu | II |
| 32 | DW | 25 | kecemasan berat | 7 | buruk | 33 | IRT | SMA | 27 minggu | II |

1. Ethical Clearance

KEMENTERIAN PENDIDIKAN DAN KEBUDAYAAN UNIVERSITAS MATARAM

**F A K U L T A S K E D O K T E R A N**

**KOMISI ETIK PENELITIAN KESEHATAN**

**Jalan Pendidikan No.37, Telp. 640874 Fax. 641717 Mataram 83125 - NTB**

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| Formulir Keputusan Telaah Etik |  |  |
| **Komisi Etik Penelitian Kesehatan Universitas Mataram** | **Keputusan Penelaahan** | No**:** 146/UN18.F7/ETIK/2021 |
| **Judul Penelitian:**Pengaruh Tingkat Kecemasan terhadap Kualitas Tidur Ibu Hamil Trimester Tiga di Puskesmas Tanjung Karang Mataram. |
| **Peneliti Utama**Siti Annisa Rahmasita**Peneliti**dr. Agustine Mahardika, M.Kes, SpKJ dr. M. Rizkinov Jumsa, Sp.OG.,M.Kes. |
| **Tanggal Penelitian:** April – Mei 2021 |
| **Kesimpulan:**þDisetujui Ditolak Perlu diperbaiki Belum dapat dibahas |
| **Butir alasan, perbaikan/perubahan/keterangan tambahan yang diperlukan:*** Mohon dilengkapi di bagian informed consent terkait:
	1. Perkiraan lama / jangka waktu partisipasi?
	2. Kedalaman kerahasiaan catatan?
* Penelitian dapat dilaksanakan, tidak ada potensi pelanggaran etika.
 |
| **Ketua Panitia Komisi Etik Penelitian Kesehatan Universitas Mataram Date**dr. Herpan Syafii Harahap, M.Biomed., Sp.S 15 April 2021 |

**Catatan :**

Peneliti wajib menyerahkan hasil penelitian selambat – lambatnya 1 (satu) bulan setelah selesai penelitian kepada Komisi Etik Penelitian Kesehatan Fakultas Kedokteran Unram. Apabila laporan penelitian tidak diserahkan, maka Komisi Etik berhak untuk membatalkan persetujuan yang diberikan.

Apabila pelaksanaan penelitian tidak sesuai dengan usulan kegiatan, Komisi Etik tidak bertanggung jawab terhadap kelayakan etik penelitian tersebut. Apabila ada perubahan prosedur/kegiatan penelitian, mohon agar mengusulkan kembali proposal kelayakan etik kepada Komisi Etik.