

**PENGARUH PRENATAL YOGA DAN MUROTTAL  
TERHADAP PENURUNAN KECEMASAN  
PADA IBU HAMIL TRIMESTER III**



**LAPORAN TUGAS AKHIR**

Oleh:

**SYIFA KUSUMANINGTYAS**

**NIM. 202322139**

**PROGRAM STUDI SARJANA KEBIDANAN  
FAKULTAS ILMU KESEHATAN  
UNIVERSITAS 'AISYIAH SURAKARTA  
2024**

**PENGARUH PRENATAL YOGA DAN MUROTTAL  
TERHADAP PENURUNAN KECEMASAN  
PADA IBU HAMIL TRIMESTER III**



**LAPORAN TUGAS AKHIR**

Oleh:  
**SYIFA KUSUMANINGTYAS**  
NIM. 202322139

**PROGRAM STUDI SARJANA KEBIDANAN  
FAKULTAS ILMU KESEHATAN  
UNIVERSITAS 'AISYIAH SURAKARTA  
2024**

**PENGARUH PRENATAL YOGA DAN MUROTTAL  
TERHADAP PENURUNAN KECEMASAN  
PADA IBU HAMIL TRIMESTER III**

**Disusun untuk Memperoleh Gelar Sarjana Kebidanan  
Pada Program Studi Sarjana Kebidanan  
Universitas 'Aisyiyah Surakarta**



**LAPORAN TUGAS AKHIR**

**Oleh:**

**SYIFA KUSUMANINGTYAS**

**NIM. 202322139**

**PROGRAM STUDI SARJANA KEBIDANAN  
FAKULTAS ILMU KESEHATAN  
UNIVERSITAS 'AISYIYAH SURAKARTA  
2024**

## **PERNYATAAN KEASLIAN PENELITIAN**

Saya menyatakan dengan sesungguhnya bahwa Skripsi dengan judul:

### **PENGARUH PRENATAL YOGA DAN MUROTTAL TERHADAP PENURUNAN KECEMASAN PADA IBU HAMIL TRIMESTER III**

yang dibuat untuk melengkapi sebagian persyaratan menjadi Sarjana pada Program Studi S1 Kebidanan Universitas 'Aisyiyah Surakarta, sejauh yang saya ketahui bukan merupakan tiruan atau duplikasi dari Skripsi yang sudah dipublikasikan dan atau pernah dipakai untuk mendapatkan gelar kesarjanaan di lingkungan Universitas 'Aisyiyah Surakarta maupun di Perguruan Tinggi atau Instansi manapun. Apabila ternyata di kemudian hari penulisan Skripsi ini merupakan hasil plagiat atau penjiplakan terhadap karya orang lain, maka saya bersedia mempertanggung jawabkan sekaligus bersedia menerima sanksi berdasarkan aturan tata tertib di Universitas 'Aisyiyah Surakarta

Surakarta, 22 Januari 2024

Yang membuat pernyataan



**SYIFA KUSUMANINGTYAS**

NIM. 202322139

## PERNYATAAN PERSETUJUAN PUBLIKASI

Sebagai civitas akademik Universitas 'Aisyiyah Surakarta, saya bertanda tangan di bawah ini:

Nama : Syifa Kusumaningtyas

NIM : 202322139

Jenis Karya : Skripsi

Judul : Pengaruh Prenatal Yoga Dan Murottal Terhadap Penurunan Kecemasan Pada Ibu Hamil Trimester III

Dengan ini menyetujui dan memberikan Hak Bebas Royalti Noneksklusif (*Non-Exclusive Royalty-Free Right*) kepada Universitas 'Aisyiyah Surakarta atas karya ilmiah saya beserta perangkat yang ada didalamnya demi pengembangan ilmu pengetahuan, mengelola dalam bentuk pangkalan data (*data base*), merawat dan mempublikasikan tugas akhir saya selama masih mencantumkan nama saya sebagai penulis / pencipta dan sebagai pemilik hak cipta.

Demikian pernyataan ini saya buat dengan sebenarnya.

Surakarta, 22 Januari 2024

Yang membuat pernyataan



**SYIFA KUSUMANINGTYAS**

NIM. 202322139

## **PERSETUJUAN PEMBIMBING**

Skripsi dengan judul:

### **PENGARUH PRENATAL YOGA DAN MUROTTAL TERHADAP PENURUNAN KECEMASAN PADA IBU HAMIL TRIMESTER III**

Dinyatakan telah disetujui untuk diujikan seminar Skripsi Program Studi Alih  
Jenjang S1 Kebidanan Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas 'Aisyiyah Surakarta

Surakarta, 08 Juli 2024  
Pembimbing

(Rita Riyanti Kusumadewi, S.ST., M.Kes)  
NIDN. 0624068803

Mengetahui,  
Ketua Program Studi Kebidanan

(Dr. Sri Handayani, S.SiT., M.Keb)  
NIDN. 0627017401

## PENGESAHAN PENGUJI

Skripsi dengan judul:

### **PENGARUH PRENATAL YOGA DAN MUROTTAL TERHADAP PENURUNAN KECEMASAN PADA IBU HAMIL TRIMESTER III**

Dibuat untuk melengkapi sebagian persyaratan menjadi Sarjana Kebidanan pada Program Studi Sarjana Kebidanan Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas 'Aisyiyah Surakarta.

Skripsi ini telah diujikan pada sidang skripsi pada tanggal 08 Juli 2024 dan dinyatakan memenuhi syarat/sah sebagai Skripsi pada Program Studi Sarjana Kebidanan Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas 'Aisyiyah Surakarta.

Surakarta, 08 Juli 2024

Mengesahkan, Penguji

1. Winarni., S.SiT., M.PH. (.....)   
NIDN. 0622087101
2. Enny Yuliaswati., S.SiT., M.Keb. (.....)   
NIDN. 0619078001
3. Rita Riyanti Kusumadewi., S.ST., M.Kes (.....)   
NIDN. 0624068803

Mengetahui  
Ketua Program Studi Sarjana Kebidanan

  
  
Dr. Sri Handayani, S.SiT., M.Keb  
NIDN. 0627017401

## **KATA PENGANTAR**

*Assalamu'alaikum Warrohmatullahi Wabarokatuh*

Alhamdulillahirobbil'alamin, puji syukur kehadiran Allah SWT yang telah memberikan rahmat dan karunia-Nya sehingga penulis dapat menyelesaikan Laporan Tugas Akhir yang berjudul "Pengaruh Prenatal Yoga Dan Murottal Terhadap Penurunan Kecemasan Pada Ibu Hamil Trimester III di Klinik Utama Karya Rini". Laporan Tugas Akhir ini disusun untuk memenuhi syarat mencapai gelar Sarjana Kebidanan Program Studi Sarjana Kebidanan, Fakultas Ilmu Kesehatan, Universitas 'Aisyiyah Surakarta.

Dalam penyusunan Laporan Tugas Akhir ini penulis mendapatkan banyak doa, dukungan, bimbingan, dan bantuan dari berbagai pihak. Untuk itu, penulis mengucapkan terimakasih kepada:

1. Riyani Wulandari, S.Kep., Ns., M.Kep selaku Rektor Universitas 'Aisyiyah Surakarta.
2. Sri Kustiyati, SST., M.Keb selaku Dekan Fakultas Ilmu Kesehatan 'Aisyiyah Surakarta dan dosen pembimbing yang selalu memberikan bimbingan serta arahan sehingga penulisan Laporan Tugas Akhir ini dapat terselesaikan dengan baik.
3. Dr. Sri Handayani, S.SiT., M.Keb selaku ketua program studi kebidanan Universitas 'Aisyiyah Surakarta.
4. Rita Riyanti Kusumadewi, S.ST., M.Kes. selaku dosen pembimbing dalam penyusunan Laporan Tugas Akhir yang telah memberikan banyak bimbingan, masukan, motivasi, dan arahan kepada penulis.
5. Winarni., S.SiT., M.PH. selaku dosen penguji yang telah memberikan masukan dan arahan sehingga Laporan Tugas Akhir ini dapat terselesaikan dengan baik.
6. Enny Yuliaswati., S.SiT., M.Keb. selaku dosen penguji yang telah memberikan masukan dan arahan sehingga Laporan Tugas Akhir ini dapat terselesaikan dengan baik.
7. Seluruh Dosen Universitas 'Aisyiyah Surakarta yang telah memberikan bekal



ilmu pengetahuan selama penulis menuntut ilmu di Universitas ‘Aisyiyah Surakarta.

8. Orangtua dan keluarga saya yang selalu mendoakan, mendukung dan memberikan semangat serta motivasi dalam proses penyusunan Laporan Tugas Akhir ini.
9. Bidan dan Karyawan Klinik Utama Karya Rini yang telah membantu dalam penyusunan Laporan Tugas Akhir ini.
10. Para Ibu Hamil yang berkenan menjadi responden sehingga penulis dapat menyelesaikan Laporan Tugas Akhir ini dengan lancar
11. Teman-teman Program Studi Sarjana Kebidanan Universitas ‘Aisyiyah Surakarta tahun 2023-2024 yang saya sayangi.

Semoga Allah SWT memberikan pahala atas kebaikan yang diberikan dan semoga Laporan Tugas Akhir ini bermanfaat bagi semua pihak. Penulis menyadari bahwa dalam penulisan Laporan Tugas Akhir ini masih terdapat kekurangan, oleh karena itu penulis mengharapkan kritik dan saran yang membangun dari semua pihak.

*Wassalamu’alaikum Warrahmatullahi Wabarokaatuh*

Surakarta, 22 Januari 2024

Penulis



Syifa Kusumaningtyas