



**DEEP BREATHING DENGAN PENURUNAN NYERI DAN STRES PADA IBU
POSTPARTUM
DEEP BREATHING WITH REDUCED PAIN AND STRESS IN POSTPARTUM
MOTHERS**

Vidya Wati Dwi Ramadhani
221520100012

Dosen Pembimbing
Dr. Nurul Azizah, S.Keb., Bd., M.Sc

Dosen Penguji
Hesty Widowati, S.Keb., Bd., M.Keb
Evi Rinata, S.ST., M.Keb

**Program Studi
Fakultas
Universitas Muhammadiyah Sidoarjo
Bulan, Tahun**

LEMBAR PENGESAHAN

Judul : Deep Breathing Dengan Penurunan Nyeri Dan Stres Pada Ibu Postpartum
Nama Mahasiswa : Vidya Wati Dwi Ramadhani
NIM : 221520100012

Disetujui oleh

Dosen Pembimbing
Dr. Nurul Azizah, S.Keb., Bd., M.Sc



Dosen Penguji 1
Hesty Widowati, S.Keb., Bd., M.Keb



Dosen Penguji 2
Evi Rinata, S.ST., M.Keb



Diketahui oleh

Ketua Program Studi
Siti Cholifah, S.ST., M.Keb
214389



Dekan
Evi Rinata, S.ST., M.Keb
213375



Tanggal Ujian
(24/07/26)

Tanggal Lulus
(24/07/26)

DAFTAR ISI

LEMBAR PENGESAHAN	ii
DAFTAR ISI	iii
SURAT PERNYATAAN PUBLIKASI ILMIAH.....	iv
PERNYATAAN MENGENAI KARYA TULIS ILMIAH DAN SUMBER INFORMASI SERTA PELIMPAHAN HAK CIPTA.....	v
I. PENDAHULUAN.....	1
II. METODE.....	2
III. HASIL DAN PEMBAHASAN	3
IV. SIMPULAN.....	4
UCAPAN TERIMA KASIH.....	5
REFERENSI.....	6

SURAT PERNYATAAN PUBLIKASI ILMIAH

Yang bertanda tangan dibawah ini, saya:

Nama Mahasiswa : Vidya Wati Dwi Ramadhani
NIM : 221520100012
Program Studi : S1 Pendidikan dan Profesi Bidan
Fakultas : Fakultas Ilmu Kesehatan dan Psikologi

DAN

Dosen Pembimbing : Dr. Nurul Azizah, S.Keb., Bd., M.Sc
NIK/NIP : 214392
Program Studi : S1 Pendidikan dan Profesi Bidan
Fakultas : Fakultas Ilmu Kesehatan dan Psikologi

MENYATAKAN bahwa, karya tulis ilmiah dengan rincian:

Judul : Deep Breathing dengan Penurunan Nyeri dan Stres pada Ibu Postpartum

Kata Kunci : deep breathing, intensitas nyeri, tingkat stres, ibu postpartum.

TELAH:

1. Disesuaikan dengan petunjuk penulisan di Universitas Muhammadiyah Sidoarjo. Berdasarkan Surat Keputusan Rektor UMSIDA tentang Pedoman Karya Tulis Ilmiah Mahasiswa.
2. Lolos uji cek kesamaan sesuai ketentuan yang berlaku di Universitas Muhammadiyah Sidoarjo.

SERTA*:

- ☐ Bertanggung jawab untuk melakukan publikasi karya tulis ilmiah tersebut ke jurnal ilmiah/prosiding sesuai ketentuan Surat Keputusan Rektor UMSIDA tentang Pedoman Karya Tulis Ilmiah. Khususnya Lampiran Huruf B.
- ☒ Menyerahkan tanggung jawab untuk melakukan publikasi karya tulis ilmiah tersebut ke jurnal ilmiah/prosiding sesuai ketentuan Surat Keputusan Rektor UMSIDA tentang Pedoman Karya Tulis Ilmiah khususnya Lampiran Huruf B kepada Bidang Pengembangan Publikasi Ilmiah DRPM UMSIDA.

Demikian pernyataan dari saya, untuk dipergunakan sebagaimana mestinya. Terima Kasih

Menyetujui,
Dosen Pembimbing



(Dr. Nurul Azizah, S.Keb., Bd., M.Sc)
214392

Sidoarjo, (24/07/2026)
Mahasiswa



Vidya Wati Dwi Ramadhani
221520100012

*Centang salah satu.

**PERNYATAAN MENGENAI KARYA TULIS ILMIAH DAN SUMBER INFORMASI
SERTA PELIMPAHAN HAK CIPTA**

Dengan ini saya menyatakan bahwa karya tulis ilmiah tugas akhir saya dengan judul **“Deep Breathing dengan Penurunan Nyeri dan Stres pada Ibu Postpartum”** adalah karya saya dengan arahan dari dosen pembimbing dan belum diajukan dalam bentuk apapun kepada perguruan tinggi mana pun. Sumber informasi yang berasal atau dikutip dari karya yang diterbitkan maupun tidak diterbitkan dari penulis lain telah disebutkan dalam teks dan dicantumkan dalam Daftar Pustaka di bagian akhir karya tulis ilmiah tugas akhir saya ini.

Dengan ini saya melimpahkan hak cipta dari karya tulis saya kepada Universitas Muhammadiyah Sidoarjo

Sidoarjo, 24 Juli 2026



Vidya Wati Dwi Ramadhani

221520100012