

SKRIPSI

**PENGARUH LATIHAN TARI REJANG RENTENG
TERHADAP PENURUNAN TINGKAT STRES
PADA IBU PKK DI BANJAR PETANG SUCI
DESA ADAT PETANG**



I GUSTI AYU NOVITA CHANDRA DEVY

**FAKULTAS KESEHATAN
PROGRAM STUDI SARJANA KEPERAWATAN
INSTITUT TEKNOLOGI DAN KESEHATAN (ITEKES) BALI
DENPASAR
2019**

SKRIPSI

**PENGARUH LATIHAN TARI REJANG RENTENG
TERHADAP PENURUNAN TINGKAT STRES
PADA IBU PKK DI BANJAR PETANG SUCI
DESA ADAT PETANG**



**Diajukan Untuk Memperoleh Gelar Sarjana Keperawatan (S.Kep.)
Pada Institut Teknologi Dan Kesehatan Bali**

Diajukan Oleh :

I GUSTI AYU NOVITA CHANDRA DEVY

NIM.15C11578

**FAKULTAS KESEHATAN
PROGRAM STUDI SARJANA KEPERAWATAN
INSTITUT TEKNOLOGI DAN KESEHATAN (ITEKES) BALI
DENPASAR
2019**

PERNYATAAN PERSETUJUAN BIMBINGAN

Skripsi dengan judul “Pengaruh Latihan Tari Rejang Renteng terhadap Penurunan Tingkat Stres Ibu PKK di Banjar Petang Suci Desa Adat Petang”, telah mendapatkan persetujuan pembimbing dan disetujui untuk diajukan dihadapan Tim Penguji Skripsi pada Program Studi Sarjana Keperawatan Institut Teknologi dan Kesehatan Bali.

Pembimbing I



IGA Rai Rahayuni S.Kep., MNS
NIDN. 0806048001

Denpasar, 16 Mei 2019
Pembimbing II



Gusti Ayu Dwina Mastryagung, S.Si.T., M.Keb
NIDN. 0817018601

LEMBAR PENETAPAN PANITIA UJIAN SKRIPSI

Skripsi ini telah Diuji dan Dinilai oleh Panitia Penguji pada Program Studi
Sarjana Keperawatan Institut Teknologi dan Kesehatan Bali (ITEKES BALI)
pada Tanggal 16 Mei 2019

Panitia Penguji Skripsi Berdasarkan SK Rektor ITEKES Bali
Nomor: DL.02.02.1103.TU.V.19

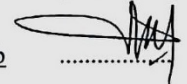
Ketua : Ni Ketut Noriani S.Si.T..M.Kes
NIDN.0817117901



Anggota : 1. Ns. I GA Rai Rahayuni S.Kep.,MNS
NIDN.0806048001



2. Gusti Ayu Dwina Mastryagung S.Si.T.,M.Keb
NIDN.0817018601



LEMBAR PERNYATAAN PENGESAHAN

Skripsi dengan judul “Pengaruh Latihan Tari Rejang Renteng Terhadap Penurunan Tingkat Stress pada Ibu PKK Di Banjar Petang Suci Desa Adat Petang” , telah disajikan di depan dewan penguji pada 16 Mei 2019 dan telah diterima serta disahkan oleh Dewan Penguji Skripsi dan Rektor Institut Teknologi dan Kesehatan Bali.

Denpasar, 16 Mei 2019

Disahkan oleh
Dewan Penguji Skripsi

1. Ni Ketut Noriani S.Si.T.,M.Kes
NIDN.0817117901
2. Ns. I GA Rai Rahayuni S.Kep.,MNS
NIDN.0806048001
3. Gusti Ayu Dwina Mastryagung S.Si.T.,M.Keb
NIDN.0817018601



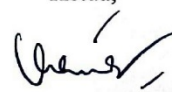
Mengetahui

Fakultas Kesehatan
Institut Teknologi dan Kesehatan Bali
Dekan,



Ns. I Kadek Nuryanto.S.Kep.,MNS
NIDN. 0823077901

Program Studi Sarjana Keperawatan
Institut Teknologi dan Kesehatan Bali
Ketua,



AA Ayu Yuliati Darmini,S.Kep.Ns.,MNS
NIDN. 0821076701

Institut Teknologi dan Kesehatan Bali
Rektor,



Rektor,

Gede Putu Dharma Suyasa.S.Kp.,M.Ng.,Ph.D
NIDN. 0823067802



LEMBAR PERNYATAAN KEASLIAN TULISAN

Saya yang bertandatangan di bawah ini :

Nama : I Gusti Ayu Novita Chandra Devy

NIM : 15C11578

Menyatakan dengan sesungguhnya bahwa Skripsi yang berjudul “Pengaruh Latihan Tari Rejang Renteng Terhadap Penurunan Tingkat Stres Pada Ibu PKK di Banjar Petang Suci Desa Adat Petang”, yang saya tulis ini adalah benar-benar hasil karya saya sendiri. Semua sumber baik yang dikutip maupun yang dirujuk telah saya catumkan dengan benar. Apabila dikemudian hari dapat dibuktikan bahwa hasil jiplakan, maka saya bersedia menerima sanksi atas perbuatan tersebut.

Demikian pernyataan ini saya buat dengan sebenar-benarnya, tanpa adanya tekanan dan paksaan dari pihak manapun serta bersedia mendapatkan sanksi akademik jika dikemudian hari pernyataan ini tidak benar.

Dibuat di : Denpasar
Pada tanggal : 16 Juni 2019
Yang Menyatakan,



(I Gusti Ayu Novita Chandra Devy)



**PERNYATAAN PERSETUJUAN PUBLIKASI SKRIPSI
UNTUK KEPENTINGAN AKADEMIS**

Sebagai sivitas akademik Institut Teknologi dan Kesehatan (ITEKES) Bali , saya yang bertandatangan di bawah ini :

Nama : I Gusti Ayu Novita Chandra Devy
NIM : 15C11578
Program Studi : Sarjana Keperawatan
Jenis Karya : Skripsi

Demi pengembangan ilmu pengetahuan, menyetujui memberikan kepada ITEKES Bali Hak Bebas Royalty Noneklusif (*Non-exclusive Royalty Free Right*) atas karya saya yang berjudul: “Pengaruh Latihan Tari Rejang Renteng Terhadap Penurunan Tingkat Stres Pada Ibu PKK di Banjar Petang Suci Desa Adat Petang”.

Dengan Hak Bebas Royalty Noneksklusif ini ITEKES Bali berhak menyimpan, mengalih media/formatkan, mengelola dalam bentuk pangkalan data (database), merawat dan mempublikasikan Skripsi saya selama tetap mencatumkan nama saya sebagai penulis/pencipta dan sebagai pemilik Hak Cipta.

Demikian pernyataan ini saya buat dengan sebenarnya.

Dibuat di : Denpasar
Pada Tanggal : 16 mei 2019

Yang Menyatakan,



(I Gusti Ayu Novita Chandra Devy)

KATA PENGANTAR

Puji syukur penulis panjatkan kepada Tuhan Yang Maha Esa atas berkat rahmat-Nya sehingga penulis bisa menyelesaikan Skripsi yang berjudul “Pengaruh Latihan Tari Rejang Renteng terhadap Penurunan Tingkat Stres Pada Ibu PKK di Banjar Petang Suci Desa Adat Petang.”

Dalam penyusunan skripsi ini, penulis banyak mendapat bimbingan, pengarahan dan bantuan dari semua pihak sehingga skripsi ini bisa diselesaikan tepat pada waktunya. Untuk itu penulis ingin menyampaikan ucapan terima kasih yang sebesar-besarnya kepada:

1. Bapak I Gede Putu Darma Suyasa, S.Kp., M.Ng., Ph.D selaku Rektor Institut Teknologi Dan Kesehatan Bali yang telah memberikan ijin dan kesempatan kepada penulis menyelesaikan skripsi ini.
2. Ibu Ida Ayu Lysandari, SE., MM selaku Sekretaris Rektor Institut Teknologi Dan Kesehatan Bali yang telah memberikan ijin dan kesempatan kepada penuli smenyelesaikan skripsi ini.
3. Bapak Ns. I Kadek Nuryanto, S.Kep., MNS., selaku Dekan Fakultas Kesehatan Institut Teknologi Dan Kesehatan Bali pembimbing I yang memberikan dukungan moral kepada penulis.
4. Ibu AA Ayu Yulianti Darmini, S.Kep., Ns., MNS., selaku Ketua Program Studi Sarjana Keperawatan sekaligus pembimbing I yang memberikan dukungan moral kepada penulis.
5. Ibu IGA Rai Rahayuni S.Kep., MNS., selaku pembimbing I yang telah banyak memberikan bimbingan dalam menyelesaikan skripsi ini.
6. Ibu Gusti Ayu Dwina Mastryagung, S.Si.T., M.Keb., selaku pembimbing II yang telah banyak memberikan bimbingan dalam menyelesaikan skripsi ini.
7. Ibu Ni Ketut Noriani S.Si.T., M.Kes selaku Penguji tamu yang telah memberi masukan serta saran dalam penyusunan skripsi ini
8. Ibu Anak Agung Istri Mas Padmiswari, S.Si., M.Si., selaku pembimbing akademik yang memberikan dukungan dan semangat kepada penulis.

9. Bapak dan Ibu Dosen beserta seluruh staf STIKES Bali atas ijin dan dukungannya dalam penyusunan skripsi ini.
10. Perpustakaan STIKES Bali yang telah menyediakan buku-buku sebagai referensi dalam penyusunan skripsi ini.
11. Bapak I Wayan Suryantara, SH selaku Kepala Desa Petang yang telah memberikan ijin penelitian di Desa Adat Petang
12. Seluruh keluarga terutama I Gusti Ayu Suartini (Ibu), I Gusti Ngurah Ketut Kartana. Alm (Ayah), I Gusti Ngurah Bagus Angga Widyathatha, I Gusti Ngurah Sudiana dan keluarga yang banyak memberikan dukungan, doa serta dorongan moral dan materiil hingga selesainya skripsi ini.
13. Seluruh teman-teman seperjuangan Prodi Ilmu Keperawatan Angkatan 2015 yang memberikan semangat dan dukungan kepada penulis terutama untuk (Dwik Apriliani, Putri Tirta, Dwi Putri, Kusuma Wati, Dwi Ananda dan Budi Riantari).
14. Serta semua pihak yang tidak dapat penulis sebutkan satu persatu yang telah membantu penyusunan skripsi ini.

Penulis menyadari dalam penyusunan skripsi ini masih belum sempurna, untuk itu dengan hati terbuka, penulis menerima kritik dan saran yang sifatnya konstruktif untuk kesempurnaan skripsi ini.

Denpasar,

Penulis

**PENGARUH LATIHAN TARI REJANG RENTENG TERHADAP
PENURUNAN TINGKAT STRES PADA IBU PKK
DI BANJAR PETANG SUCI
DESA ADAT PETANG**

I Gusti Ayu Novita Chandra Devy
Program Studi Sarjana Keperawatan
Institut Teknologi Dan Kesehatan Bali
E-mail: gekchan24@gmail.com

ABSTRAK

Tujuan. Untuk mengetahui pengaruh latihan tari rejang renteng terhadap penurunan tingkat stress pada ibu PKK di Banjar Petang Suci Desa Adat Petang.

Metode. Penelitian ini menggunakan *Pre experimental* dengan desain *One Group Pretest Posttest*. Intervensi yang diberikan berupa latihan tari rejang renteng sebanyak 8 kali dalam 1bulan dengan waktu 15 menit kepada 20 ibu-ibu PKK yang memenuhi kriteria inklusi diambil menggunakan teknik *total sampling*. Data dikumpulkan menggunakan kuesioner *DASS*. Data dianalisa menggunakan *Paried t-test*.

Hasil. Didapat nilai p-value $0,001 < 0,05$ yang berarti ada pengaruh latihan tari rejang renteng terhadap penurunan tingkat stress pada ibu PKK.

Kesimpulan. Tari rejang renteng dapat dijadikan intervensi yang tepat serta dapat direkomendasikan menjadi alternatif kegiatan rutin dalam kegiatan organisasi PKK.

Kata kunci: Tingkat Stres, Tari Rejang Renteng, Ibu PKK

THE EFFECT OF EXERCISING REJANG RENTENG DANCE TOWARD DECREASING STRESS LEVEL OF WOMAN ORGANIZATION AT BANJAR PETANG SUCI PETANG VILLAGE

I Gusti Ayu Novita Chandra Devy
Bachelor of Nursing Program
Institute of Technology and Health Bali
E-mail: gekchan24@gmail.com

ABSTRACT

Aim. To identify the effect of exercising Rejang Renteng dance toward decreasing stress level of woman organization at Banjar Petang Suci, Petang Village.

Method. This research employed pre experimental with one group pretest posttest design. The intervention was exercising Rejang Renteng 8 times in 15 minutes during a month to the woman organization. The samples were taken by using total sampling technique. The data were collected by using DASS questionnaire and analyzed by using paired t-test.

Finding. The result of the research showed that $p\text{-value } 0,001 < 0,05$ which means that there is an effect of exercising Rejang Renteng dance toward decreasing stress level of woman organization.

Conclusion. Rejang Renteng dance can be used as an appropriate intervention and can be recommended as an alternative routine activity in empowering woman organization.

Keywords: stress level, Rejang Renteng dance, woman organization

DAFTAR ISI

	Halaman
HALAMAN SAMPUL DEPAN	i
HALAMAN SAMPUL DALAM	ii
PERNYATAAN PERSETUJUAN PEMBIMBING	iii
LEMBAR PENETAPAN PANITIA UJIAN SKRIPSI	iv
LEMBAR PERNYATAAN PENGESAHAN	v
LEMBAR PERNYATAAN KEASLIAN TULISAN.....	vi
PERNYATAAN PERSETUJUAN PUBLIKASI.....	vii
KATA PENGANTAR	viii
ABSTRAK	x
ABSTRACT	xi
DAFTAR ISI	xii
DAFTAR GAMBAR	xiv
DAFTAR TABEL	xv
DAFTAR LAMPIRAN	xvi
DAFTAR SINGKATAN	xvii
BAB I PENDAHULUAN	1
A. Latar Belakang	1
B. Rumusan Masalah	5
C. Tujuan Penelitian	5
D. Manfaat Penelitian	5
BAB II TINJAUAN PUSTAKA	7
A. Tinjauan Tingkat Stres.....	7
B. Tinjauan Tari	13
C. Konsep Tentang PKK	18
D. Penelitian Terkait	19
BAB III KERANGKA KONSEP DAN VARIABEL PENELITIAN	23
A. Kerangka Konsep	23
B. Hipotesis	24

	C. Variabel Penelitian.....	24
	D. Definisi Operasional	25
BAB IV	METODE PENELITIAN	26
	A. Desain Penelitian	26
	B. Tempat dan Waktu Penelitian	27
	C. Populasi, Sampel, Sampling	27
	D. Alat dan Teknik Pengumpulan Data	28
	E. Teknik Pengolahan dan Analisa Data	32
	F. Etika Penelitian	35
BAB V	HASIL PENELITIAN	36
	A. Gambaran Umum Lokasi Penelitian	36
	B. Karakteristik Responden	37
	C. Hasil Penelitian Terhadap Variabel	37
BAB VI	PEMBAHASAN	44
	A. Tingkat Stres Sebelum Diberikan Latihan Tari Rejang Renteng	44
	B. Tingkat Stres Setelah Diberikan Latihan Tari Rejang Renteng	45
	C. Pengaruh Latihan Tari Rejang Renteng	46
	D. Keterbatasan Penelitian	47
BAB VII	KESIMPULAN DAN SARAN	48
	A Kesimpulan	48
	B. Saran	48
DAFTAR PUSTAKA		
LAMPIRAN		

DAFTAR GAMBAR

	Halaman
Gambar 3.1 Kerangka Konsep	23
Gambar 4.1 Model Metode Penelitian	26

DAFTAR TABEL

	Halaman
Tabel 2.1 Hasil Pengukuran DASS	11
Tabel 3.1 Definisi Operasional	25
Tabel 5.1 Distribusi Frekuensi Karakteristik Responden Berdasarkan Umur dan Pekerjaan di Banjar Petang Suci Desa Adat Petang.....	37
Tabel 5.2 Distribusi Frekuensi Tingkat Stres Ibu Sebelum Diberikan Latihan Tari Rejang Renteng di Banjar Petang Suci Desa Adat Petang....	38
Tabel 5.3 Distribusi Frekuensi Tingkat Stres Ibu Sebelum Diberikan Latihan Tari Rejang Renteng di Banjar Petang Suci Desa Adat Petang....	38
Tabel 5.4 Distribusi Frekuensi Tingkat Stres Ibu Setelah Diberikan Latihan Tari Rejang Renteng di Banjar Petang Suci Desa Adat Petang....	39
Tabel 5.5 Distribusi Frekuensi Tingkat Stres Ibu Setelah Diberikan Latihan Tari Rejang Renteng di Banjar Petang Suci Desa Adat Petang....	40
Tabel 5.6 Hasil Uji Normalitas Tingkat Stres Pada Ibu PKK Sebelum dan Setelah diberikan Latihan Tari Rejang Renteng Di Banjar Petang Suci Desa Adat Petang.....	42
Tabel 5.7 Distribusi Frekuensi dan Hasil Perbedaan Tingkat Stres Sebelum dan Setelah Diberikan Latihan Tari Rejang Renteng Pada Ibu PKK Di Banjar Petang Suci Desa Adat Petang.....	42

DAFTAR LAMPIRAN

- Lampiran 1. Jadwal Penelitian
- Lampiran 2. Lembar Informasi Responden
- Lampiran 3. Lembar Permohonan Menjadi Responden
- Lampiran 4. Lembar Persetujuan Menjadi Responden
- Lampiran 5. Instrument Penelitian
- Lampiran 6. Panduan Acara Intervensi Tari Rejang Renteng
- Lampiran 7. Lembar Observasi Kegiatan Penelitian
- Lampiran 8. Daftar Absensi Kehadiran
- Lampiran 9. Lembar Persetujuan Pembimbing Untuk Analisa Data
- Lampiran 10. Lembar Pernyataan Analisa Data
- Lampiran 11. Surat Rekomendasi Penelitian dari Ketua Stikes Bali
- Lampiran 12. Surat Ijin Penelitian dari Dinas Perijinan dan Penanaman Modal Dan Pelayanan Terpadu Satu Pintu
- Lampiran 13. Surat Ijin Penelitian Dari Kesatuan Bangsa dan Politik Kabupaten Badung
- Lampiran 14. Surat Keterangan dari Kepala Desa Petang
- Lampiran 15. Hasil Analisa Data
- Lampiran 16. Persyaratan Mengikuti Ujian Skripsi
- Lampiran 17. Persyaratan Pengajuan Ujian Skripsi
- Lampiran 18. Lembar Persetujuan Pembimbing Untuk *Translate Abstract*
- Lampiran 19. Surat Pernyataan *Abstract Translator*
- Lampiran 20. Persetujuan Perbaikan Skripsi
- Lampiran 21. Lembar Bimbingan Skripsi

DAFTAR SINGKATAN

DASS	: <i>Depression Anxiety Stres Scale</i>
DMT	: <i>Dance Movement Therapy</i>
IRT	: Ibu Rumah Tangga
ITEKES	: Institut Teknologi dan Kesehatan
Kesbangpol	: Kesatuan Bangsa Politik
KK	: Kepala Keluarga
PKK	: Pemberdayaan dan Kesejahteraan Keluarga
PNS	: Pegawai Negeri Sipil
POA	: <i>Plant Of Actions</i>
SPSS	: Statistical Package for the Sosial Sciences
STIKES	: Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan
UPT	: Unit Pelayanan Terpadu
WHO	: <i>World of Health Organizaton</i>

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Saat ini fenomena wanita bekerja bukan hal yang aneh lagi di kalangan masyarakat. Bekerja merupakan salah satu cara untuk mengembangkan kemampuan, memenuhi kebutuhan serta potensi yang dimiliki. Pekerjaan dijamin sekarang tidak hanya dilakukan oleh kaum pria akan tetapi dapat dilakukan oleh wanita, bahkan rakyat Indonesia pernah dipimpin oleh presiden wanita yang diberi kesempatan besar untuk berkiprah di dunia kerja (Temitope, 2015). Menurut Undang-Undang Perkawinan No. 1 Tahun 1974 Pasal 31 menjelaskan bahwa suami adalah kepala keluarga dan istri adalah ibu rumah tangga. Kewajiban mencari nafkah adalah tanggung jawab seorang suami, sedangkan tugas pokok seorang istri adalah bertanggung jawab mengurus kebutuhan rumah tangga.

Kedudukan istri tidak kalah pentingnya dengan seorang suami. Seorang istri tidak hanya menjalani perannya sebagai ibu rumah tangga, melainkan membantu suami dalam mencari nafkah sehingga tanggung jawab yang harus dilaksanakan istri semakin bertambah, yakni menjalankan peran sebagai ibu rumah tangga dan bekerja (Lusia dalam Kompas, 2011). Peran menjadi ibu rumah tangga dan bekerja seringkali menimbulkan tekanan yang dapat membuat stres. Hasil penelitian dari Apreviadizy & Puspitacandri (2014) menjelaskan bahwa terdapat perbedaan stres antara ibu bekerja dan ibu tidak bekerja. Stres yang dialami ibu yang bekerja lebih tinggi dari pada ibu yang tidak bekerja, karena tekanan-tekanan yang berasal dari dalam komunitas dan lingkungan yang dapat menimbulkan stres. Hasil dari penelitian Wulanyani & Sudiajeng (2016) di Provinsi Bali menyatakan bahwa pekerjaan ibu rumah tangga merupakan salah satu dari 3 masalah

yang menyebabkan stress pada ibu rumah tangga yang bekerja maupun tidak bekerja.

Stress merupakan kondisi yang disebabkan oleh interaksi antara individu dengan lingkungan yang dapat menimbulkan persepsi jarak antara tuntutan-tuntutan situasi yang bersumber pada system biologis, psikologis dan sosial seseorang (Sarafino, 2018). Stres juga dapat diartikan sebagai tekanan, ketegangan atau gangguan tidak menyenangkan yang berasal dari luar diri seseorang. Prevalensi stress di Dunia cukup tinggi, di Amerika sekitar 75% orang dewasa mengalami stress berat dan jumlahnya cenderung meningkat (*American Psychological Association 2013*). Data Riset Kesehatan Dasar tahun 2013 tentang gangguan emosional atau stress menyebutkan bahwa Indonesia sekitar 1,33 juta penduduk diperkirakan mengalami gangguan kesehatan mental atau stress. Angka stress tersebut mencapai 14% dari total penduduk dengan tingkat stress akut (stress berat) mencapai 1-3%.

Prevalensi penduduk yang mengalami gangguan mental emosional atau stress menurut Riskesdas tahun 2018 secara nasional adalah Sulawesi tengah (19,8%), Bali berada di posisi ke 26 yaitu (9,5%) meningkatkan dari tahun 2013 dan yang terendah adalah jambi (3,6%) (Riskesdas, 2018). Prevalensi penduduk yang mengalami gangguan mental emosional atau stress tertinggi menurut Riskesdas Provinsi Bali tahun 2013 adalah kabupaten Bangli (12,6%), Klungkung (9,5%), Karangasem (7,6%), Jembrana (6,5%), Buleleng (5,0%), Tabanan (3,6%), Badung (3,2%), Kota Denpasar (2,3%) dan yang mengalami gangguan mental emosional atau stress terendah adalah Gianyar yaitu (0,5%). Usia yang paling tinggi mengalami gangguan mental emosional atau stress yaitu usia 75 tahun ke atas (19,0%), jenis kelamin yang paling banyak mengalami gangguan mental emosional atau stress yaitu perempuan dan tempat tinggal yang paling banyak mengalami gangguan mental emosional atau stress yaitu di perdesaan dari pada di perkotaan (Riskesdas Provinsi Bali, 2013)

Stress dapat dipicu karena ibu yang bekerja tidak dapat menjalankan kedua peran dengan seimbang, sehingga menimbulkan tekanan. Ibu harus memiliki usaha-usaha untuk mengurangi tekanan tersebut dan dapat menjalankan kedua perannya dengan seimbang (Fitriani & Ambarini, 2013). Usaha-usaha yang dapat dilakukan untuk mengurangi stress secara non farmakologis diantaranya melalui rekreasi, relaksasi dan meditasi, tertawa, istirahat atau tidur, aktivitas dan olahraga. Olahraga dapat meredakan emosi negatif seperti stress, karena olahraga mampu melepas hormon serotonin yang dapat membuat seseorang merasa senang (Mumpuni & Wulandari, 2010).

Hasil dari penelitian Rahmawati, Wibowo & Lestari tahun (2018) mengatakan bahwa pemberian *dance movement therapy* melalui tari dapat membantu dalam mengatasi tekanan/stress, mood dan emosi. Latihan tari juga dapat meningkatkan sirkulasi oksigen, membawa darah ke otot dan otak serta membantu menginduksi pelepasan endorfin yang bermanfaat dalam menciptakan rasa senang. Tarian adalah ekspresi jiwa yang di tuangkan lewat gerak melalui tubuh manusia yang mempunyai makna tertentu untuk saling mencurahkan perasaan (Hartono 2013). Hasil penelitian dari Lais tahun (2012) mengatakan bahwa *dance movement therapy* sangat pengaruh terhadap penurunan tingkat stress pada mahasiswa.

Tari rejang adalah salah satu dari jenis tarian bali. Tari Rejang adalah tari klasik yang gerak-gerik tarinya sangat sederhana dan penuh pengabdian kepada leluhur. Tari rejang yang sedang trend hampir seluruh kabupaten di bali adalah tari rejang renteng. Tari rejang renteng kini sudah memasuki hampir seluruh desa dan mulai dikenal oleh masyarakat karena adanya pengkajian khusus. Tari rejang renteng juga dapat menampilkan ibu-ibu PKK sebagai ajang untuk ngaturang ngayah, meningkatkan kepercayaan diri, interaksi sosial antara ibu dengan lainnya. Tari rejang renteng mempunyai gerak gerik tarian yang sangat sederhana namun progresif dan lincah. Tari rejang renteng menggunakan gamelan yang sederhana tidak banyak kotekan (polos), halus, ritmis dan dapat menghayut (Puji, 2018)

Berdasarkan Peraturan Daerah Provinsi Bali No. 16 tahun 2009, tentang rencana tata ruang Provinsi Bali, wilayah pariwisata dan budaya tertinggi diantaranya Kabupaten Badung, salah satu desa yang sedang dikembangkan oleh Bapak Bupati Badung menjadi kawasan pariwisata pertanian dan kebudayaan adalah Desa Petang. Desa Petang yang masih sangat kental akan budaya kesenian sehingga banyak tari-tarian yang masih ditampilkan disetiap piodalan ataupun acara penting lainnya. Salah satunya adalah tari Rejang Renteng. Fenomena yang terjadi saat ini di Desa Petang adalah sedang berlangsungnya kegiatan upacara agama (Dewa Yadnya). Upacara ini melibatkan seluruh ibu PKK untuk ngaturang ayah dan ngayah dimulai dari pukul 08.00-17.00 Wita. Hasil wawancara yang dilakukan pada ibu PKK yang sedang ngaturang ayah di pura desa lan puseh, desa Adat Petang tanggal 18 november 2018 tentang tingkat stress ibu, dari 10 orang ibu yang dilakukan wawancara 8 orang mengatakan terbebani dengan kegiatan upacara yang sedang berlangsung seperti ayah-ayah desa, waktu ngayah yang terlalu panjang dan tanggung jawab sebagai ibu rumah tangga yang belum terselesaikan, 2 ibu mengatakan bahwa tidak terbebani dengan kegiatan upacara yang berlangsung karena dapat membagi beban pekerjaan dengan mertua.

Hasil studi pendahuluan yang dilakukan di kantor Desa Petang didapatkan data bahwa Desa Petang terdiri dari 7 banjar, sedangkan Desa Adat Petang terdiri dari 3 banjar yaitu banjar petang suci, banjar petang tengah dan banjar petang dalem. Data jumlah ibu PKK yang berumur 25-45 tahun yaitu banjar petang suci 65 orang, banjar petang 45 orang dan banjar petang dalem 45 orang, dari data tersebut jumlah ibu PKK yang terbanyak dan mengikuti latihan tari rejang renteng adalah banjar petang suci. Hasil wawancara yang dilakukan dengan Ketua Panitia penyelenggara piodalan bahwa tarian rejang renteng akan di pentaskan pada puncak karya.

Berdasarkan uraian diatas maka peneliti tertarik untuk melakukan penelitian dengan judul “Pengaruh Latihan Tari Rejang Renteng Terhadap Penurunan Tingkat Stres Ibu PKK di Banjar Petang Suci Desa Adat Petang”

B. Rumusan Masalah

Berdasarkan latar belakang diatas, dapat di rumuskan masalah penelitian yaitu, “Apakah ada pengaruh latihan tarian rejang renteng terhadap penurunan tingkat stres ibu PKK di Banjar Petang Suci Desa Adat Petang”?

C. Tujuan Penelitian

1. Tujuan Umum

Untuk mengetahui pengaruh tarian rejang renteng terhadap penurunan tingkat stress ibu PKK di Banjar Petang Suci Desa Adat Petang

2. Tujuan Khusus

- a. Untuk mengidentifikasi tingkat stress ibu sebelum diberikan latihan tarian rejang renteng.
- b. Untuk mengidentifikasi tingkat stress ibu setelah diberikan latihan tarian rejang renteng.
- c. Untuk menganalisa pengaruh tarian rejang renteng terhadap penurunan tingkat stress.

D. Manfaat Penelitian

1. Manfaat Teoritis

Hasil penelitian ini dapat menambah informasi dan referensi bagi penelitian selanjutnya mengenai penerapan tarian terhadap penurunan stress.

2. Manfaat Praktis

a. Bagi Institusi Kesehatan

Hasil penelitian ini dapat digunakan sebagai referensi bagi dunia pendidikan tentang terapi untuk menurunkan stress

b. Peneliti selanjutnya

Hasil dari penelitian ini dapat digunakan sebagai acuan untuk penelitian selanjutnya, seperti mengetahui pengaruh tarian lain terhadap penurunan stress.

c. Bagi ibu

Hasil dari penelitian ini dapat digunakan sebagai satu cara untuk menurunkan tingkat stress sehingga dapat membantu menjaga dan meningkatkan kesehatanya.

BAB II

TINJAUAN PUSAKA

A. Tinjauan Tingkat Stres

1. Definisi stres

Stres adalah respons tubuh yang tidak spesifik terhadap setiap kebutuhan tubuh yang terganggu dan suatu fenomena universal yang terjadi dalam kehidupan sehari-hari, yang tidak dapat dihindari dan dialami oleh setiap orang. Stres memberi dampak secara total pada individu yaitu terhadap fisik, psikologis, intelektual, sosial dan spiritual (Hans Seyle, Davis, *et al.*; Barbara Kozier, *et al.*, dalam Hawari, 2013).

2. Sumber – sumber stres

Menurut Priyoto (2014) menyatakan, bahwa secara umum sumber stress dapat dibagi menjadi tiga yaitu:

a. Stressor fisik

Sumber dari stressor fisik adalah pengaturan suhu tubuh, suara bising atau yang mengganggu, polusi, keracunan dan obat-obatan.

b. Stress sosial

1) Stressor sosial

Stressor sosial, ekonomi dan politik, misalnya pekerjaan tentang perpajakan, tentang teknologi dan kejahatan.

2) Keluarga

Sumber stress pada keluarga biasanya terjadi karena ada kematian anggota keluarga, masalah keuangan, atau kecemburuan pada anggota keluarga lainnya.

c. Stress psikologis

1) Frustasi

Frustrasi terjadi karena tidak tercapainya keinginan atau tujuan yang diinginkan

2) Ketidakpastian

Ketidakpastian terjadi saat seseorang sering merasakan keraguan, merasa selalu bingung dan tertekan, merasa bersalah dan perasaan khawatir.

3. Gejala Stres

Menurut Priyoto (2014) menyatakan, stress terdiri dari dua gejala yaitu gejala fisik dan psikis.

- a. Gejala fisik meliputi nyeri dada, diare, sakit kepala, mual, jantung berdebar, lelah, susah tidur.
- b. Gejala psikis meliputi cepat marah, ingatan melemah, tidak mampu berkonsentrasi, tidak mampu menyelesaikan tugas, perilaku impulsive, reaksi berlebihan terhadap hal sepele, tidak mampu santai pada saat yang tepat, tidak tahan terhadap suara atau gangguan lain dan emosi yang tidak terkendali.

4. Tahapan Stress

Menurut Titik Lestari (2014) penelitiannya membagi tahapan-tahapan stress sebagai berikut:

a. Stress tahap I

Tahap ini merupakan tahap stress yang paling ringan, dan biasanya disertai dengan perasaan-perasaan sebagai berikut:

- 1) Semangat bekerja besar, berlebihan (over acting)
- 2) Penglihatan “tajam” tidak sebagaimana biasa
- 3) Merasa mampu menyelesaikan pekerjaan lebih dari biasanya; namun tanpa disadari cadangan energy dihabiskan (all out) disertai rasa gugup yang berlebihan
- 4) Merasa senang dengan pekerjaannya itu dan semakin bertambah semangat, namun tanpa disadari cadangan energy semakin menipis.

b. Stress tahap II

Dalam tahapan ini dampak stress yang semula “menyenangkan “ sebagaimana diuraikan dalam tahap 1 diatas mulai menghilang, dan

timbul keluhan-keluhan yang disebabkan karena cadangan energy tidak lagi cukup sepanjang hari karena tidak cukup waktu untuk beristirahat. Keluhan-keluhan yang sering dikemukakan oleh seseorang yang berada pada stress tahap II adalah sebagai berikut:

- 1) Merasa letih sewaktu bangun pagi , yang seharusnya segar
- 2) Merasa mudah lelah sesudah makan siang
- 3) Lekas merasa capek menjelang sore hari
- 4) Sering mengeluh lambung atau perut tidak nyaman
- 5) Detakan jantung lebih keras dari biasanya (berdebar-debar)
- 6) Otot punggung dan tengkuk terasa tegang

c. Stress Tahap III

Bila seseorang itu tetap memaksakan diri dalam pekerjaannya tanpa menghiraukan keluhan-keluhan sebagaimana diuraikan pada stress tahap II tersebut diatas maka yang bersangkutan akan menunjukan keluhan-keluhan yang semakin nyata dan mengganggu yaitu:

- 1) Gangguan lambung dan usus misalnya keluhan “maag” (gastritis), buang air besar yang tidak teratur (diare)
- 2) Ketegangan otot-otot semakin terasa
- 3) Perasaan ketidaktenangan dan ketagangan emosional semakin meningkat
- 4) Gangguan pola tidur (insomnia) Koordinasi tubuh terganggu (badan tersa oyong dan serasa mau pingsan)

d. Stress tahap IV

Tidak jarang seseorang pada waktu kedokter sehubungan dengan keluhan-keluhan stress tahap III dan memaksakan diri untuk bekerja tanpa mengenal istirahat, maka gelaka tahap IV akan muncul:

- 1) Aktivitas pekerjaan yang semula menyenangkan dan mudah diselesaikan menjadi membosankan dan terasa lebih sulit
- 2) Ketidakmampuan untuk melaksanakan kegiatan rutin sehari-hari

- 3) Gangguan pola tidur disertai dengan mimpi-mimpi yang menegangkan
- 4) Daya konsentrasi dan daya ingat menurun
- 5) Timbul perasaan ketakutan dan kecemasan yang tidak dapat dijelaskan apa penyebabnya

e. Stress tahap V

Bila keadaan berlanjut, maka seseorang itu akan jatuh dalam stress tahap V yang ditandai dengan hal-hal berikut:

- 1) Kelelahan fisik dan mental yang semakin mendalam
- 2) Ketidakmampuan untuk menyelesaikan pekerjaan sehari-hari yang ringan dan sederhana
- 3) Gangguan system pencernaan yang semakin berat
- 4) Timbul perasaan ketakutan dan kecemasan yang semakin meningkat, mudah binggung dan panic

f. Stress tahap VI

Tahapan ini merupakan tahapan yang paling klimaks, seseorang mengalami serangan panik (panic attack) dan perasaan takut mati.

Gambaran stress tahap VI ini adalah sebagai berikut:

- 1) Debaran jantung teramat keras
- 2) Susah bernafas (sesak dan megap-megap)
- 3) Sekujur badan terasa gemetar, dingin, dan keringat bercucuran
- 4) Ketidaan tenaga untuk hal-hal yang ringan
- 5) Pingsan atau kolaps.

5. Tingkat dan bentuk stress

Menurut priyoto (2014) tingkat stress dibagi menjadi tiga tingkat stress yaitu:

a. Stress Ringan

Stress ringan adalah stressor yang dihadapi setiap orang secara teratur, Situasi seperti ini biasanya berlangsung beberapa menit atau jam. Stressor ringan biasanya tidak disertai timbulnya gejala yang berat. Ciri-cirinya yaitu semangat meningkat, penglihatan tajam,

energy meningkat namun cadangan energinya menurun, kemampuan menyelesaikan pelajaran meningkat, sering merasa liti tanpa sebab, kadang-kadang terdapat gangguan system seperti pencernaan. Stress yang ringan berguna karena dapat memacu seseorang untuk berpikir dan berusaha lebih tangguh menghadapi tantangan hidup.

b. Stress sedang

Stress sedang berlangsung lebih lama dari beberapa jam sampai beberapa hari. Situasi perselisihan yang tidak terselesaikan dengan rekan, anak yang sakit, atau ketidakhadiran yang lama dari anggota keluarga merupakan penyebab stress sedang. Ciri-cirinya yaitu sakit perut, mules, otot-otot terasa tegang, perasaan tegang, gangguan tidur, badan terasa ringan.

c. Stress berat

Stress berat adalah situasi yang lama dirasakan oleh seseorang dapat berlangsung beberapa minggu sampai beberapa bulan, seperti perselisihan perkawinan secara terus menerus, kesulitan finansial yang berlangsung lama karena tidak ada perbaikan, berpisah dengan keluarga, berpindah tempat tinggal, memiliki penyakit kronis. Ciri-cirinya yaitu sulit beraktivitas, gangguan hubungan sosial, sulit tidur, negativistik, penurunan konsentrasi, takut tidak jelas, kelelahan meningkat, tidak mampu melakukan pekerjaan sederhana, gangguan system meningkat, perasaan takut meningkat.

6. Pengukuran Tingkat Stres menggunakan *Depression Anxiety Stress Scale* (DASS)

Depression Anxiety Stress Scale 42 (DASS 42) dikembangkan oleh Lovibond & Lovibond tahun 1995. DASS 42 adalah kuesioner berisi 42 item pertanyaan yang dibentuk untuk mengukur status emosional menjadi 3 skala yaitu skala depresi, skala kecemasan dan skala stres dan masing-masing skala berisi 14 item pertanyaan. Indikator skala depresi yaitu tidak ada perasaan positif, tidak bisa berkembang, tidak ada

harapan, tidak ada minat, seperti orang yang tidak berharga, seperti hidup tidak berguna, tidak mendapat kesenangan, tidak antusias, sulit berinisiatif, sedih, musung dan tertekan. Indikator skala kecemasan yaitu mulut kering, susah nafas, sering gemetar, berada disituasi cemas, pusing, berkeringat tanpa sebab, ketakutan, sulit menelan, sadar akan aksi gerak jantung dan dekat dengan kepanikan. Indikator skala stres yaitu jengkel pada hal yang kecil, reaksi yang berlebihan, sulit rileks, energi yang terbuang, merasa menjengkelkan bagi orang lain, sulit mentolelir gangguan, tegang dan gelisah.

DASS 42 adalah alat untuk mengukur 3 skala yang dimodifikasi menjadi 3 bagian. Skala depresi menggunakan pertanyaan nomor 3, 5, 10, 13, 16, 17, 21, 24, 26, 31, 34, 37, 38, 42. Skala kecemasan menggunakan pertanyaan nomor 2, 4, 7, 9, 15, 19, 20, 23, 25, 28, 30, 36, 40, 41. Skala stres menggunakan pertanyaan nomor 1, 6, 8, 11, 12, 14, 18, 22, 27, 29, 32, 33, 35, 39. Dalam penelitian ini menggunakan kuesioner DASS 42 pertanyaan yang sudah dimodifikasi menjadi 14 pertanyaan pada skala stres, kemudian tidak mencantumkan pertanyaan untuk skala depresi dan skala kecemasan.

Diantara skala depresi, skala kecemasan dan skala stres memiliki nilai skor yang berbeda-beda, dengan kriteria hasil sebagai berikut :

Tabel 2.1 Tabel hasil pengukuran DASS 42

	Depresi	Kecemasan	Stres
Normal	0-9	0-7	0-14
Ringan	10-13	8-9	15-18
Sedang	14-20	10-14	19-25
Berat	21-27	15-19	26-33
Sangat Berat	Lebih dari 28	Lebih dari 20	Lebih dari 34

Sumber: Kholifah, 2013

Dari tabel diatas, dikatakan normal apabila skor 0-14, dikatakan stres ringan apabila skor 15-18, dikatakan stres sedang apabila skor 19-25, dikatakan stres berat apabila skor 26-33 dan dikatakan stres sangat berat

apabila skor lebih dari 33. Semakin tinggi skor yang didapat maka semakin tinggi tingkat stres yang dialami oleh responden (Kholifah, 2013).

B. Tinjauan Tari

1. Pengertian Tari

Tari merupakan salah satu warisan kebudayaan Indonesia, yang harus di kembangkan dan dilestarikan selaras dengan masyarakat yang selalu mengalami perubahan. (Kuswarsanty, 2012) mengemukakan pendapatnya mengenai arti seni tari, yakni “tari adalah salah satu cabang seni yang dalam ungkapannya menggunakan bahasa gerak tubuh”.

Pangeran Suryadiningrat dalam (Mulyani, 2016) seorang ahli tari dari Jawa, menjelaskan bahwa tari adalah “gerak dari seluruh anggota tubuh manusia yang disusun selaras dengan irama musik, serta mempunyai maksud tertentu”. Bagong Kusudiarjo dalam (Apriliani, 2014) mengemukakan bahwa pengertian tari “keindahan bentuk dari anggota badan manusia yang bergerak, berirama musik dan berjiwa yang harmonis.

2. Fungsi Tari

Beberapa fungsi tari menurut Soedarsono dalam (Sekarningsih & Heny, 2006:5) yaitu:

a. Fungsi tari sebagai Upacara Ritual

Seni tari untuk keperluan harus memenuhi kaidah-kaidah ritual yang telah turun temurun yang telah menjadi tradisi. Kaidah-kaidah tari yang berfungsi sebagai sarana ritual harus diselenggarakan pada saat tertentu, penarinya pun dipilih orang-orang tertentu.

b. Fungsi tari sebagai hiburan

Sebagai sarana hiburan digunakan dalam rangka memeriahkan suasana pesta perkawinan, khitan, syukuran, penringatan hari besar nasional, dan peresmian-peresmian gedung. Seni tari dalam acara tersebut sebagai ungkapan rasa senang dan bersyukur yang diharapkan memberikan hiburan kepada orang lain.

c. Fungsi tari sebagai tontonan

Tari sebagai tontonan ini juga disebut dengan tari pertunjukan, pelaksanaannya di sajikan khusus untuk dinikmati. Hal ini dapat diamati paa pertunjukan tari untuk kemasan pariwisata, untuk penyambutan tamu-tamu penting atau tamu pejabat, dan untuk festival seni.

3. Unsur Dasar dalam tari

Menurut Murtono & Sri (2010:33) menjelaskan ada 3 unsur dasar dalam tari, yaitu:

a. Unsur Gerak

Gerak merupakan medium utama dalam tari, walaupun secara visual, karya seni selalu ditangkap lewat bentuk visualnya, seperti gerak, rias, busana, property, dan sebagainya. Bentuk gerak tari berdasarkan jumlah penari dibagi menjadi 3, yaitu:

- 1) Gerak tunggal, gerak tari tunggal (perorangan) adalah gerak tari yang dibawakan oleh seorang penari, baik putra maupun putri. Dalam membawakan tari seorang diri, penari harus lebih berani, percaya diri, serta harus dapat menguasai gerak tari yang akan di tampilkan. Contohnya: tari baris tunggal, tari condong dan lain-lain.
- 2) Gerak berpasangan, gerak ini biasanya dibawakan oleh dua orang penari, yaitu seorang penari putra dan seorang penari putru, atau dapat juga berpasangan putri-putri dan putra-putra. Dalam melakukan gerak berpasangan, gerak kita dengan pasangan menari belum tentu sama. Gerak biasanya dilakukan kearah berlawanan atau menghadap kea rah yang berbeda. Menari berpasangan lebih sulit dari pada menari tunggal. Jika gerakan tari dilakukan dengan kompak maka akan lebih indah. Contohnya : tari oleg temulilingan dan lain-lain.
- 3) Gerakan kelompok, dibawakan oleh tiga penari atau lebih. Dalam melakukan gerak kelompok, setiap penari tidak boleh

menonjokan dirinya sendiri karena terikat dengan atauran yang ada. Aturan-aturan itu harus dipatuhi oleh seluruh penari agar tercipta keserasian. Gerak tari yang dilakukan secara berkelompok mengutamakan komposisi yang baik dan seimbang. Contohnya: tari rejang renteng, tari rejang sari dan lain-lain.

b. Tenaga

Tenaga dalam tari adalah kekuatan yang akan mengawali, mengendalikan dan menghentikan gerak. Perubahan – perubahan yang terjadi oleh penggunaan tenaga yang berbeda dalam gerak tari, akan membangkitkan atau mempengaruhi penghayatan dalam sebuah tarian. Penggunaan tenaga dalam tari meliputi beberapa aspek, yaitu:

- 1) Intensitas, berkaitan dengan banyak sedikitnya penggunaan tenaga sehingga menghasilkan tingkatan ketegangan.
- 2) Aksen/tekanan, terjadi apabila perubahan penggunaan tenaga dilakukan tiba-tiba dan konteks.
- 3) Kualitas, adalah efek gerak yang diakibatkan oleh cara penggunaan atau penyaluran tenaga, misalnya gerak menganyun, gerak perkusi, gerak lamban, gerak bergetar, dan gerak menahan.

c. Ruang

Ruang adalah salah satu unsur pokok yang menentukan terwujudnya suatu gerak, karena setiap gerak yang dibuat memiliki desain ruangan dan berhubungan dengan benda-benda lain dalam dimensi ruang dan waktu.

Ruang di dalam tari dapat dibedakan dari ruang yang diciptakan oleh penari oleh ruang pentas atau tempat penari melakukan gerak, yaitu:

- 1) Ruang yang diciptakan oleh penari, adalah ruang yang langsung berhubungan dengan penari, yang batas imajinasinya adalah batas

yang paling jauh dan dapat dijangkau oleh tangan dan kaki penari dalam keadaan tidak berpindah tempat.

- 2) Ruang pentas atau tempat penari melakukan gerak, adalah wujud ruang secara nyata, merupakan arena yang dilalui penari saat melakukan gerak.

d. Waktu

Waktu adalah elemen yang membentuk gerak tari. Selain unsur tenaga, unsur waktu ini tidak dapat dipisahkan antara satu dan lainnya, karena merupakan suatu struktur yang saling berhubungan dengan ritme lingkungan. Unsur waktu saling berkaitan dengan unsur irama yang memberi nafas sehingga unsur tampak hidup. Gerak yang dilakukan dalam waktu sedang, cepat, maupun lambat akan memberikan daya hidup pada sebuah.

4. Teori Tari Rejang dan Tari Rejang Renteng

Tari Rejang adalah tari klasik yang gerak-gerik tarinya sangat sederhana (polos) dan penuh pengabdian kepada leluhur. Penarinya laki-laki dan perempuan yang diiringi dengan tabuh Gegaboran. Tari Rejang ada bermacam-macam bentuknya, misalnya: Rejang Dewa, Rejang Reteng, Rejang Bengkol, Rejang Regong, Rejang Lilit, Rejang Renteng dan lain-lain. Tabuhnya terdiri atas beberapa gabor, misalnya: Gabor Longgor, Gabor Selisir, Gabor Bebancangan, dan Gabor Ganjur. Bagian terakhir dari tari Rejang biasanya dilanjutkan dengan tari perang yang mempergunakan senjata bermacam-macam, seperti tombak, gada, cakra, bajra, bandrang dan lain-lain. Tari Perang ini diakhiri dengan siratan tirtha amerta oleh Sang Sulinggih.

Dalam artikel yang dibuat oleh (Puji, 2018) Mengenai Filosofi Tari Rejang Renteng. Tari rejang renteng adalah sebuah tarian kesenian rakyat yang ditampilkan secara khusus oleh perempuan dan untuk perempuan. Gerak-gerik tarian ini sangat sederhana namun progresif dan lincah. Biasanya pertunjukan tari rejang renteng diselenggarakan di pura pada waktu berlangsungnya suatu upacara adat atau upacara keagamaan.

Hindu Dharma. Tari rejang mempunyai arti penting bagi masyarakat penyusung pura.

Tari rejang renteng berasal dari Nusa Penida, Banjar saren, Klungkung. Renteng berasal dari kata rente yang berarti tua. Rejang renteng di tarikan oleh orang yang sudah kawin (tua). Tua mempunyai arti luas, yaitu dilihat dari gerakannya dan kostum yang sederhana serta tidak memakai gelungan, hanya memakai sanggul bali, baju kebaya putih, kain kuning dan selendang kuning. Aslinya memakai tapih putih, music atau gamelan sederhana tidak banyak kotekan (polos), halus, ritmis dan dapat menghayut.

Tarian ini kompak ditarikan kaum ibu di pelosok Bali, kecendrungan ini dinilai sangat baik karena disamping ngayah dan bakti juga dapat terlibat langsung dalam melestarikannya. “Semenjak menarikan rejang renteng, ibu-ibu PKK terlihat semakin kompak”. Pada bagian gerak tari rejang renteng lanjutnya, selalu memberikan makna sebagai sarana untuk menghubungkan diri dengan Sang Mahapencinta.

Gerakan utama tarian ini adalah nyalud dan ngelung. Nyalud adalah gerak tangan yang mengarah kedalam dengan kedua lengan menutup dan membuka di depan dada dan pada posisi kaki secara bergantian kanan dan kiri berada didepan. Ngelung adalah gerakan merebahkan diri ke kanan dan ke kiri di sertai satu tangan lurus kesamping dan satu menekuk ke dada. Pada bagian akhir tarian ini dinamakan memande, yakni gerakan dalam bentuk melingkar (renteng), dimana para penari memegang selendang penari lainnya yang ada didepannya membentuk lingkaran yang tak putus.

Rejang renteng sekarang mulai di kenal oleh masyarakat karena ada pengkajian khusus, selain ajang ngaturan ngayah, juga dapat menampilkan ibu-ibu PKK. Cara ini diakuinya sangat positif karena dalam proses tarian tersebut, memerlukan waktu untuk ngayah dibanjar, sehingga interaksi sosial ibu-ibu terjalin kuat antara satu dengan lainnya.

C. Konsep Tentang Pemberdayaan dan Kesejahteraan Keluarga (PKK)

1. Pengertian Pemberdayaan dan Kesejahteraan Keluarga (PKK)

Berdasarkan Permendagri Nomor 1 Tahun 2013 Pasal 1 bahwa: Gerakan Pemberdayaan dan Kesejahteraan Keluarga, selanjutnya disingkat Gerakan PKK adalah gerakan nasional dalam pembangunan masyarakat yang tumbuh dari bawah yang pengelolaannya dari, oleh dan untuk masyarakat, menuju terwujudnya keluarga yang beriman dan bertaqwa kepada Tuhan Yang Maha Esa, berakhlak mulia dan berbudi luhur, sehat sejahtera, maju dan mandiri, kesetaraan dan keadilan gender serta kesadaran hukum dan lingkungan.

Dalam melakukan kegiatan tersebut perlu adanya pengelolaan PKK baik kegiatan pengorganisasian maupun pelaksanaan program-program, yang disesuaikan dengan situasi dan kondisi masyarakat (Sutedjo, 2006: 3). Dengan adanya kegiatan PKK diharapkan dapat meningkatkan kesetaraan keluarga pada umumnya yang berpedoman pada pelaksanaan kegiatan 10 Program Pokok PKK. Selain memiliki program-program pokok, PKK juga memiliki panca dharma PKK. Isi dari panca dharma ini tentang peranan-peranan wanita dalam kehidupan, yaitu sebagai berikut:

- 1) Wanita sebagai pendamping suami
- 2) Wanita sebagai pengelola rumah tangga
- 3) Wanita sebagai penerus keturunan dan pendidik anak
- 4) Wanita sebagai pencari nafkah tambahan
- 5) Wanita sebagai warga negara dan anggota masyarakat

2. Peranan Pemberdayaan dan Kesejahteraan Keluarga (PKK)

Peranan PKK tersebut sejalan dengan visi dan misi PKK, dan didukung dengan sepuluh program pokok yang dimiliki PKK, kemudian lebih dikenal sebagai “Sepuluh Program Pokok PKK”. Kesepuluh program pokok tersebut adalah: (1) Penghayatan dan pengamalan Pancasila; (2) Gotong royong; (3) Pangan; (4) Sandang; (5) Perumahan dan tata laksana rumah tangga; (6) Pendidikan dan ketrampilan; (7) Kesehatan; (8)

Pengembangan kehidupan koperasi; (9) Kelestarian lingkungan hidup; (10) Perencanaan sehat (Shalfiah, 2013)

D. Penelitian terkait

Penelitian mengkaji tentang pengaruh tarian terhadap penurunan tingkat stress pada ibu, dimana sebelumnya beberapa peneliti telah melakukan penelitian berhubungan dengan tingkat stress ibu dan pengaruh tarian , yaitu :

1. Hasil penelitian Apreviadizy & Puspitacandri (2014)

Penelitian yang di lakukan oleh Apreviadizy & Puspitacandri (2014) dengan judul “Perbedaan stress ditinjau dari ibu bekerja dan ibu tidak bekerja”. Penelitian ini bertujuan untuk melihat perbedaan stress antara ibu yang bekerja dan ibu yang tidak bekerja di Perumahan PDAM Kelurahan Sidokare. Sampel dalam yang digunakan dalam penelitian ini berjumlah 80 reponden. Teknik pengambilan sampel dalam penelitian ini menggunakan teknik sampel jenuh, yaitu dimana dalam teknik pengambilan sampel menggunakan anggota populasi seluruhnya digunakan sebagai sampel. Metode pengumpulan data dalam penelitian ini dengan menggunakan skala. Skala yang digunakan adalah skala stress dibuat berdasarkan gejala-gejala stress. Peneliti mengembangkan skala stress dari teori Hardjana (dalam Setyawati, 2008) untuk mengungkapkan stress yang dialami ibu. Komponen skala stress terdiri dari fisikal, intelektual, emosional dan perilaku.

Pada skala ini terdiri dari 61 pernyataan dengan dua alternative jawaban, untuk aitem favourbale skor yang bergerak jawaban “ya” bernilai angka 1 (satu) dan “tidak” bernilai angka 0 (nol). Sebaliknya pada unfavourable, skor yang bergerak jawaban “tidak” diberikan nilai 1 (satu) dan bernilai angka 0 (nol) untuk yang jawaban “ya”. Analisa data untuk mengetahui ada tidaknya perbedaan stress dalam penelitian ini menggunakan analisis uji-t. Hasil penelitian didapat kan $t\text{-hitung} = 8,257$; $\text{sig} = 0,000 < 0,05$ yang menunjukan bahwa terdapat perbedaan

stress ibu yang bekerja dan ibu yang tidak bekerja, dimana stress banyak dialami pada ibu yang bekerja (mean 35,88) daripada ibu yang tidak bekerja (mean 25,85).

2. Hasil penelitian Putri & Sudhana (2012)

Penelitian ini dilakukan oleh Putri & Sudhana (2012) dengan judul “Perbedaan tingkat stress pada ibu rumah tangga yang menggunakan dan tidak menggunakan pembantu rumah tangga”. Tujuan dari penelitian ini untuk melihat perbedaan tingkat stress pada ibu rumah tangga yang menggunakan atau tidak pembantu rumah tangga. Responden dalam penelitian ini berjumlah 180 responden yaitu ibu rumah tangga berusia 30-50 tahun yang tidak bekerja dan berdomisili di daerah Denpasar. Teknik pengambilan sampel dalam penelitian ini yaitu purposive sampling. Skala yang digunakan yaitu skala stress pada ibu rumah tangga. Dari 54 item yang tersedia, 28 item dinyatakan valid dengan nilai reliabilitas 0,901 dan 26 dinyatakan gugur.

Metode analisis data yang digunakan dalam penelitian ini yaitu analisis nonparametrik Two Independent Samples. Hasil dari uji analisis data yaitu terdapat nilai signifikan $p=0,000$ yang mengindikasikan adanya perbedaan yang signifikan pada kedua kelompok ibu rumah tangga, sehingga kesimpulan dalam penelitian ini adanya perbedaan tingkat stress pada ibu rumah tangga yang menggunakan dan tidak menggunakan pembantu. Maka dari hipotesis alternative (H_a) dalam penelitian ini dapat diterima.

3. Hasil penelitian Rahmawati, Wibowo & Lestari tahun (2018)

Penelitian ini dilakukan oleh Rahmawati, Wibowo & Lestari tahun (2018) dengan judul “Menari sebagai Media *Dance Movement Therapy* (DMT)”. Tujuan dari penelitian ini adalah untuk mendapatkan informasi mendalam tentang manfaat dan pentingnya pemberian *Dance Movement Therapy* (DMT) kepada peserta didik melalui pembelajaran menari. Penelitian ini menggunakan metode studi kuantitatif dengan survey langsung dan studi literature.

Hasil dari pemerian DMT melalui tari dapat membantu dalam (1) peningkatan integrasi kognisi, afeksi dan pengalaman fisik; (2) ekspresi kompetensi, (3) meningkatkan kesadaran diri; (4) sebagai bentuk koping dalam upaya mengatasi masalah tekanan, stress, mood dan emosi; (5) membantu dalam meningkatkan self-efficacy; (6) merupakan bentuk dukungan sosial. Selain itu didapatkan hasil studi literature tentang panduan pemberian DMT. Hasil tersebut dapat digunakan sebagai dasar kuat akan pentingnya pemberian terapi DMT melalui pembelajaran tari di sekolah kepada para siswa guna membantu dalam proses peningkatan proses pembelajaran di sekolah dan membantu untuk meningkatkan mood akibat stress serta tekanan belajar.

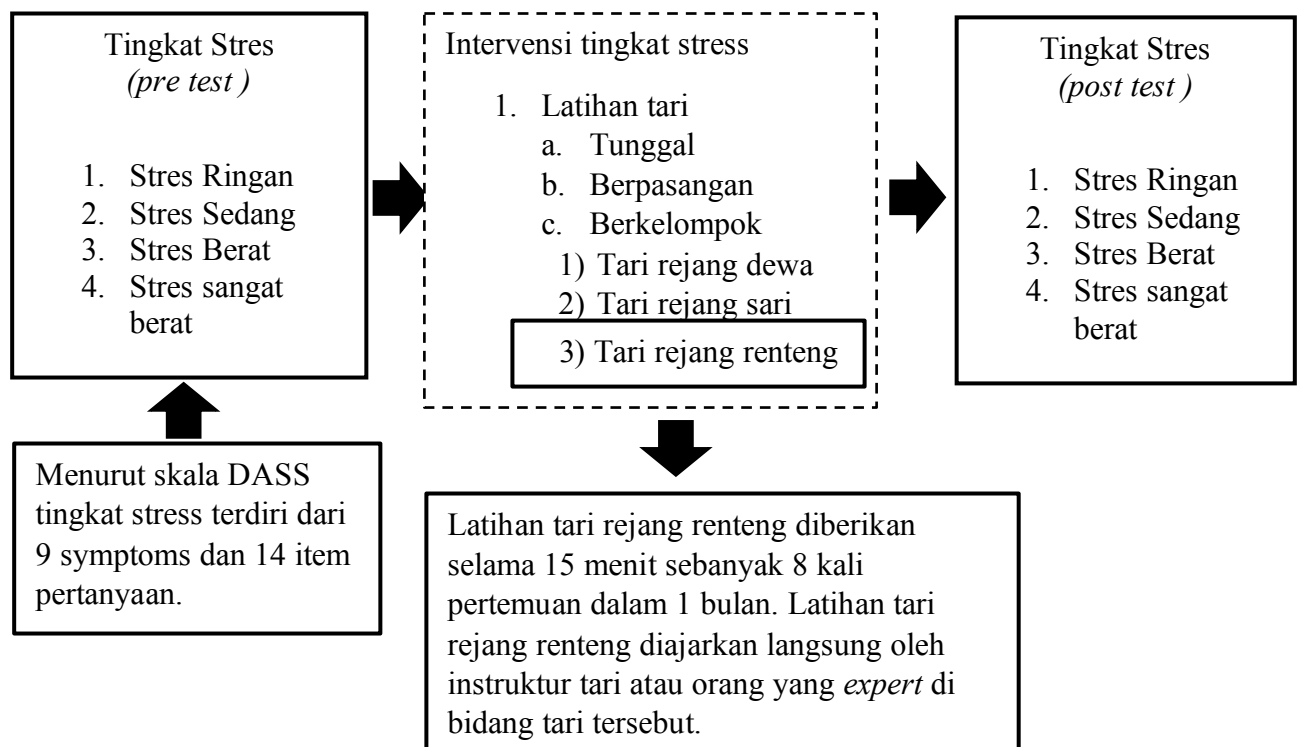
4. Penelitian ini dilakukan oleh Titi Iman Sari (2012) dengan judul “Tingkat Penurunan Depresi Melalui Tradisional *Dance Movement Therapy* Pada Lansia Di UPT Pelayanan Sosial Lanjut Usia Blitar Di Tulungagung”. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui tingkat penurunan depresi melalui tradisional dance movement therapy. Metode yang digunakan dalam penelitian ini adalah pra ekperimental dengan metode pengambilan data one group pre-post test desain. Dilakukan selama 4 minggu dengan 12 kali pertemuan. Teknik sampling yang digunakan adalah purposive sampling dengan jumlah sampel 19 orang. Analisa yang digunakan adalah uji Wilcoxon. Hasil analisis data didapatkan nilai $P = 0,000$ ($P < \alpha$) sehingga H_1 diterima, artinya ada tingkat penurunan depresi melalui Tradisional *Dance Movement Therapy* (DMT) pada lansia di UPT pelayanan sosial usia lanjut Blitar di Tulungagung.
5. Penelitian ini dilakukan oleh Deny Lais (2012) dengan judul “Efektivitas *Dance/Movement Therapy* Terhadap Penurunan Tingkat Stres Mahasiswa Martikulasi Penerimaan Mahasiswa Baru Fakultas Kedokteran Universitas Sumatra Utara 2012 Berdasarkan *Hassles Assement Scale For Student In College*”. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui seberapa efektif *Dance/ movement therapy* sebagai salah

satu terapi stress. Jenis penelitian yang digunakan eksperimental yang digunakan adalah quasi eksperimental. Total sampel yang digunakan adalah 61 reponden. Data hasil penelitian diolah menggunakan uji statistik t-dependent. Skor rata-rata *Hassles Assesment Scale for Student in College* dari 61 responden sebelum dan sesudah terapi adalah 80,89 dan 52,54. Hasil dari penelitian ini ditemukan bahwa adanya pengaruh Dance/movement therapy dengan penurunan tingkat stress yang ditunjukkan dengan nilai $p=0,000$ ($p<0,05$).

BAB III

KERANGKA KONSEP, HIPOTESIS DAN VARIABEL PENELITIAN

A. Kerangka Konsep



Gambar 3.1 Kerangka Konsep Pengaruh Latihan Tari Rejang Renteng Terhadap Penurunan Tingkat Stress Pada Ibu PKK di Banjar Petang Suci Desa Adat Petang

Keterangan:



: Variabel yang direliti



: Variabel yang tidak di teliti



: Alur pikiran yang diteliti

Dalam skema diatas jelaskan bahwa tingkat stress terdiri dari empat yaitu stress ringan, stress sedang, stress berat dan stress sangat berat. Intervensi yang dapat dilakukan untuk mengurangi stress salah satunya dengan latihan tari. Latihan tari yang diberikan adalah tari rejang renteng, dimana tari rejang renteng dapat digunakan untuk mengurangi stress. Latihan tari rejang renteng diberikan selama 15 menit dalam 8 kali pertemuan selama 1 bulan. Latihan tari rejang renteng diajarkan langsung oleh instruktur tari atau orang yang *expert* di bidang tari tersebut. Tingkat stress dapat diukur menggunakan Skala DASS yang terdiri dari 9 symptoms dan 14 item pernyataan yaitu jengkel pada hal yang kecil, reaksi yang berlebihan, sulit rileks, energy yang terbuang percuma, tidak sabaran, menjengkelkan bagi orang lain, sulit mentolelir gangguan, tegang dan gelisah. Tingkat stress ini dapat diukur sebelum dan setelah diberikan intervensi.

B. Hipotesis

Hipotesis adalah hasil yang diharapkan. Hipotesis dibuat berdasarkan teori atau studi empiris berdasarkan pada alasan yang logis dan memprediksi hasil dari studi Swarjana, (2015). Hipotesis pada penelitian ini adalah Hipotesis Alternatif (Ha) yaitu adanya pengaruh latihan tari rejang renteng terhadap penurunan tingkat stress pada ibu PKK di Banjar Petang Suci Desa Adat Petang.

C. Variabel Penelitian

Variabel adalah sebuah konsep yang dioperasikan (Swarjana, 2015) variabel yang digunakan dalam penelitian ini, yaitu sebagai berikut :

1. Variabel Independen (variabel bebas)

Variabel Independen dalam penelitian ini adalah latihan tari rejang renteng

2. Variabel Dependent (variabel terikat)

Variabel Dependent dalam penelitian ini adalah tingkat stress

D. Definisi Operasional

Tabel 3.1 Definisi Operasional Pengaruh Latihan Tari Rejang Renteng Terhadap Penurunan Tingkat Stress Pada Ibu PKK di Banjar Petang Suci Desa Adat Petang

No	Variabel Penelitian	Definisi Operasional	Cara Ukur dan Alat Ukur	Hasil Ukur	Skala
1.	Variabel dependent: Tingkat Stres	Tingkat stress adalah gangguan psikologis yang terdiri dari 9 symptoms dan 14 pertanyaan menurut skala DASS	a. Alat ukur yang digunakan Kuesioner DASS (<i>Depression Anxiety Stres Scale</i>) yang terdiri dari 14 item pernyataan dan skala yang digunakan adalah skala likert b. Memberikan kuesioner kepada ibu PKK sebelum dan sesudah diberikan latihan	Kriteria skor a. 0-14 : normal b. 15-18 : stress ringan c. 19-25 : stress sedang d. 26-33 : stress berat e. >34 : stress sangat berat	Interval

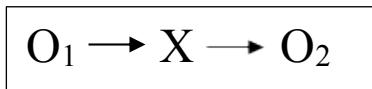
BAB IV

METODE PENELITIAN

Dalam Bab IV ini diuraikan mengenai desain penelitian yang digunakan oleh peneliti, tempat dan waktu penelitian, populasi, sampel, pengumpulan data, metode pengumpulan data, alat pengumpulan data, teknik pengumpulan data, teknik analisa data serta etika penelitian.

A. Desain Penelitian

Desain penelitian yang digunakan dalam penelitian ini adalah *Pre experimental* dengan *one group pretest posttest design* yang bertujuan untuk melakukan pengukuran sebelum intervensi (*pretest*) dan setelah intervensi (*posttest*). Peneliti menggunakan desain ini untuk mengetahui pengaruh latihan tari rejang renteng terhadap penurunan tingkat stress pada ibu PKK.



Keterangan :

- O₁ : *Pretest* (sebelum diberikan latihan tari rejang renteng)
X : Perlakuan (latihan tari rejang renteng)
O₂ : *Posttest* (setelah diberikan latihan tari rejang renteng)

Gambar 4.1 Model Metode Penelitian Pengaruh Latihan Tari Rejan Renteng Terhadap Penurunan Tingkat Stress Pada Ibu PKK di Banjar Petang Suci Desa Adat Petang

B. Tempat dan Waktu Penelitian

1. Tempat Penelitian

Pengambilan data dilakukan di Banjar Petang Suci Desa Adat Petang pemilihan tempat ini atas dasar pertimbangan yaitu:

- a. Berdasarkan Peraturan Daerah Provinsi Bali No. 16 tahun 2009, tentang rencana tata ruang Provinsi Bali, wilayah pariwisata dan budaya tertingi diantaranya Kabupaten Badung, salah satu desa yang sedang dikembangkan oleh Bapak Bupati Badung menjadi kawasan pariwisata dan budaya adalah Desa Petang. Desa Petang yang masih sangat kental akan budaya kesenian sehingga banyak tari-tarian yang masih ditampilkan disetiap piodalan ataupun acara penting lainnya. Salah satunya adalah tari Rejang Renteng.
- b. Berdasarkan Fenomena yang terjadi saat ini di Desa Petang adalah sedang berlangsungnya kegiatan upacara agama (Dewa Yadnya) dan hasil wawancara yang dengan Ketua Panitia penyelenggara piodalan bahwa tarian Rejang Renteng akan di pentaskan pada puncak karya.

2. Waktu Penelitian

Pengambilan data dilaksanakan pada tanggal 28 Februari sampai 28 Maret 2019. Seluruh proses penelitiaang terlampir pada POA

C. Populasi, Sampel dan Sampling

1. Populasi

Populasi merupakan seluruh rangkian orang, benda atau peristiwa yang diinginkan oleh peneliti untuk dilakukan penelitian (*Macnee and Forister*, dalam Swarjana 2016). Populasi yang digunakan dalam penelitian ini adalah Seluruh Ibu PKK yang mengikuti latihan tari rejang renteng di Banjar Petang Suci Desa Adat Petang berjumlah 20 orang

2. Sampel

Menurut Sugiyono (2014:81) sampel adalah bagian dari jumlah dan karakteristik yang dimiliki oleh populasi tersebut. Sampel dalam penelitian ini adalah ibu yang mengikuti latihan tari rejang renteng di Banjar Petang Suci Desa Adat Petang berjumlah 20 orang.

a. Kriteria Sampel

Kriteria sampel dibagi menjadi dua bagian yang akan ditentukan oleh peneliti, yaitu :

1) Kriteria Inklusi

- a) Ibu yang bersedia menjadi responden yang telah menandatangani *informed consent*
- b) Ibu-ibu yang berusia 25-45 tahun
- c) Ibu yang mengalami stress dengan rentang skor ≥ 14
- d) Ibu – ibu yang rutin untuk mengikuti latihan tari rejang renteng yang diberikan selama delapan kali jika dalam latihan tidak mengikui sekali maka responden akan didrop out.

2) Kriteria Eksklusi

- a) Ibu-ibu yang tidak ada ditempat saat pengisian kuesioner

3. Sampling

Sampling merupakan sebuah strategi yang digunakan untuk memilih bagian dari populasi untuk diteliti (Nasir, 2011). Teknik pengambilan sampel menggunakan teknik total sampling, karena populasi yang digunakan relatif kecil yaitu sebanyak 20 responden. Teknik penentuan sampel ini digunakan bila semua jumlah populasi digunakan sebagai sampel (Sugiyono, 2014).

D. Alat dan Teknik Pengumpulan Data

1. Metode Pengumpulan Data

Metode pengumpulan data yang digunakan adalah lembar kuesioner yang diisi oleh responden. Responden diberikan informasi mengenai maksud dan tujuan dari penelitian yang dilakukan. Responden yang telah memahami informasi dari peneliti, selanjutnya diberikan lembar

persetujuan (*informed consent*) untuk ditandatangani sebagai bentuk kesediaan responden yang terlibat langsung dalam penelitian ini. Responden yang sudah menandatangani lembar persetujuan langsung diberikan kuesioner (*pretest*) oleh peneliti. Kuesioner ini diberikan sebelum dan setelah diberikan latihan Tari Rejang Renteng.

2. Alat Pengumpulan Data

Alat pengumpulan data yang digunakan dalam penelitian ini adalah alat ukur berupa lembar kuesioner. Kuesioner merupakan sebuah form yang berisi beberapa pernyataan atau pertanyaan yang telah ditentukan serta dapat digunakan untuk mengumpulkan informasi (data) dari responden sebagai bagian dari sebuah survey (Swarjana, 2015).

Kuesioner yang digunakan untuk pengumpulan data dalam penelitian ini adalah *Depression Anxiety Stres Scale 42 (DASS 42)* oleh Lovibond & Lovibond (1995). Kuesioner ini terdiri dari 42 item pernyataan yang sudah dimodifikasi, untuk pengukuran tingkat stress sebanyak 14 item pernyataan dengan menggunakan skala likert. DASS mempunyai tingkatan *discrimant validity* dan mempunyai nilai reliabilitas sebesar 0,91 yang diolah berdasarkan penilaian *Chonbach's Alpha*. Original kuesioner DASS telah diterjemahkan dalam bahasa Indonesia oleh Bapak Wim Salampessy (73 tahun) yang berprofesi sebagai penerjemah di Financial Consultan Prudential dan juga pernah bekerja di Kedutaan RI United State og America.

3. Teknik Pengumpulan Data

a. Tahap Persiapan

- 1) Menentukan topik dan konsep penelitian
- 2) Peneliti membuat surat studi pendahuluan dan permohonan data dengan nomor surat DL.02.02.2192.TU.XI.18, untuk memohon data ke Kantor Desa Petang
- 3) Peneliti melakukan penyusunan proposal penelitian yang telah disetujui oleh kedua pembimbing.
- 4) Mengurus surat izin penelitian

Sebelum penelitian dilakukan, peneliti membuat surat izin untuk memohon dilakukannya penelitian dengan nomor surat DL.02.02.0350.TU.II.19 yang sudah ditanda tangani Ketua Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan (STIKES Bali).

- 5) Peneliti kemudian mengajukan surat izin penelitian ke Badan Penanaman Modal Provinsi Bali
- 6) Setelah surat Badan Penanaman Modal Provinsi Bali dengan nomor surat: 070/05765/DPMPTSP-B/2019 keluar, peneliti kemudian menyerahkan surat izin tersebut ke Badan Kesatuan Bangsa dan Politik Kabupaten Badung.
- 7) Kemudian setelah surat izin penelitian dari Badan Kesatuan Bangsa dan Politik Kabupaten Badung dengan nomor surat: 070/181/Kesbang keluar, peneliti membawa surat izin ke tembusan.
- 8) Kemudian peneliti membawa surat dari Badan Kesatuan Bangsa dan Politik Kabupaten Badung ke Kepala Desa Petang
- 9) Setelah mendapat izin dari Kepala Desa Petang, kemudian peneliti membawa surat izin ke Kelian Banjar Petang Suci.
- 10) Setelah surat diserahkan, peneliti menjelaskan maksud dan tujuan penelitian ke Kelian Banjar Adat Petang Suci.
- 11) Peneliti telah mempersiapkan lembar *inform consent* sesuai dengan jumlah responden
- 12) Peneliti telah mempersiapkan kuesioner sesuai dengan jumlah responden
- 13) Peneliti telah mempersiapkan alat-alat yang digunakan dalam penelitian.

b. Tahap Pelaksanaan

Setelah ijin di peroleh, dilanjutkan ke tahap pelaksanaan yaitu:

- 1) Pengumpulan data dilakukan setelah mendapat ijin dari ketua STIKES Bali kemudian surat ijin diberikan ke Badan Penanaman Modal Provinsi Bali, kemudian surat dibawa ke

Kesbang Pol Kabupaten Badung. Setelah surat izin keluar peneliti membawa tembusan surat izin penelitian ke Kepala Desa Petang.

- 2) Sebelum penelitian, peneliti meminta izin kepada Kelian Banjar Petang Suci untuk melakukan penelitian di Banjar Petang Suci dan memberikan surat-surat izin penelitian.
- 3) Setelah mendapat izin dari Kelihan Banjar Petang Suci peneliti berkoordinasi dengan Kelihan Banjar dan Instruktur tari untuk membahas jadwal tari yang dilaksanakan.
- 4) Kemudian peneliti mencari responden dengan mendatangi rumah-rumah sesuai dengan data yang diberikan oleh Kelian Banjar Petang Suci dan Instruktur tari dengan membawa undangan untuk hadir ke tempat penelitian yaitu di Banjar Petang Suci Desa Adat Petang.
- 5) Pada tanggal yang telah ditentukan peneliti mengumpulkan responden di Balai Banjar Petang Suci
- 6) Peneliti selajutnya mengucapkan salam dan memperkenalkan diri kepada responden.
- 7) Kemudian peneliti menjelaskan maksud dan tujuan penelitian yang akan dilakukan kepada responden.
- 8) Peneliti membagikan lembar *informed consent* kepada ibu sebagai bukti persetujuan untuk menjadi responden
- 9) Peneliti mengumpulkan lembar *informed consent* dan menyeleksi ibu-ibu yang bersedia menjadi responden dan tidak bersedia menjadi responden.
- 10) Peneliti menjelaskan tata cara pengisian kuesioner dan mengukur tingkat stress ibu menggunakan kuesioner *Depression Anxiety Stres Scale 42 (DASS 42)* oleh Lovibond & Lovibond (1995). Setelah mengetahui hasil *pretest* peneliti memberikan latihan tari rejang renteng yang pertama selama 15

menit yang akan di lakukan oleh instruktur penari yang *expert* dibidang tersebut.

- 11) Latihan tari dilakukan sebanyak delapan kali pertemuan, setiap 2 kali seminggu selama 1 bulan
- 12) Pada hari terakhir diberikan latihan tari Rejang Renteng, responden diberikan istirahat selama 15 menit kemudian peneliti kembali mengukur tingkat stress ibu (*posttest*) dengan menggunakan kuesioner *Depression Anxiety Stress Scale 42 (DASS 42)* oleh Lovibond & Lovibond (1995).
- 13) Setelah selesai pengumpulan data, peneliti mengucapkan terimakasih kepada responden, instruktur karena telah ikut berpartisipasi dalam penelitian ini. Peneliti juga mengucapkan terimakasih kepada Kelian Banjar Petang Suci yang telah memberikan izin dan tempat penelitian. Peneliti memberikan kenang-kenangan kepada seluruh responden, instruktur dan Kelian Banjar Petang Suci.

E. Teknik Pengolahan Data dan Analisa Data

1. Teknik Pengolahan Data

Setelah data terkumpul, kemudian data diolah dengan teknik sebagai berikut:

a. *Editing*

Editing adalah tahap untuk memeriksa kembali kebenaran data yang diperoleh melalui alat pengumpulan data (Swarjana, 2015). Peneliti melakukan pemeriksaan kembali kebenaran dan kelengkapan data yang diperoleh yaitu inisial responden, umur, alamat, hasil *pretest* dan *posttest* serta memastikan setiap jawaban dalam kuesioner telah terisi semua.

b. *Coding*

Coding merupakan tahap yang dilakukan peneliti untuk mengubah huruf menjadi data berbentuk angka atau bilangan. Peneliti

memberikan kode pada karakteristik responden berdasarkan dengan untuk memudahkan proses pengolahan data. Peneliti akan melakukan coding yaitu :

- 1) Pada karakteristik responden, antara lain :
 - a) Berdasarkan umur dibagi menjadi 25-30 tahun kode 1, 31-35 tahun kode 2, 36-40 tahun kode 3, 41-45 tahun kode 4
 - b) Berdasarkan pekerjaan dibagi menjadi IRT kode 1, Swasta kode 2, PNS kode 3, lain- lain kode 4.
 - c) Berdasarkan status pernikahan dibagi menjadi menikah kode 1, tidak menikah kode 2
- 2) Pada variabel penurunan tingkat stress ibu PKK, dimana pernyataan tidak pernah kode 0, kadang-kadang kode 1, lumayan sering kode 2 dan sering sekali kode 3

c. *Entry*

Entry data adalah tahap memasukan data yang telah dikumpulkan dalam master tabel. Peneliti memasukan data berbentuk tabel kedalam aplikasi *Microsoft Excel* sesuai dengan *coding* sehingga data dapat dianalisis dengan bantuan *program SPSS version 20 for windows*.

d. *Tabulating*

Peneliti membuat tabel induk yang memuat susunan data penelitian sehingga lebih mudah untuk dianalisis lebih lanjut. Terdapat 4 tabel yaitu tabel karakteristik umum responden, tabel frekuensi tingkat stress pre, tabel frekuensi tingkat stress post dan tabel hasil pengukuran pre dan post.

e. *Cleaning*

Peneliti memeriksa kembali apakah kode yang dimasukan sudah benar dan melihat apakah ada missing data, lalu dilanjutkan dengan analisa data. Setelah dilakukan *cleaning* didapatkan tidak ada lagi *missing data*.

2. Analisa Data

Penelitian ini menggunakan dua analisa data yaitu analisa univariat dan analisa bivariat.

a. Analisa Univariat

Analisa univariat adalah data yang terkait dengan pengukuran satu variabel pada waktu tertentu (Swarjana, 2016). Variabel penelitian ini adalah tingkat stress dan disajikan dalam bentuk tabel dengan rentang skor. Rentang skor pada kuesioner tingkat stress (0-34) semakin tinggi rentang skor responden maka semakin tinggi tingkat stress yang dialami sedangkan semakin rendah rentang skor responden maka semakin rendah tingkat stress yang dialami. Penelitian ini variabel tingkat stress disajikan dalam tabel distribusi frekuensi. Pada penelitian ini data berkontribusi normal maka nilai yang dicantumkan nilai mean dan standar deviasi.

b. Analisa Bivariat

Analisa bivariat adalah data yang terkait dengan pengukuran dua variabel pada waktu tertentu (Swarjana, 2016). Penelitian ini dilakukan untuk mengetahui pengaruh latihan tari rejang renteng terhadap penurunan tingkat stress. Sebelum dilakukan analisa data terlebih dahulu dilakukan uji normalitas. Uji normalitas yang digunakan pada penelitian ini adalah Shapiro Wilk karena sampel berjumlah 20 orang. Hasil dari uji normalitas tingkat stress pada ibu sebelum dan setelah diberikan latihan tari rejang renteng menggunakan uji Shapiro Wilk mengatakan bahwa data berdistribusi normal, dimana pada pretest 0,124 dan posttest 0,276. Maka pada penelitian ini analisa statistik yang digunakan adalah uji parametrik yaitu *Paried Sample t-test*. Jika nilai alpha atau p value $\leq 0,05$ maka H_a di terima yang menunjukkan bahwa ada pengaruh yang signifikan terhadap intervensi pada saat *pretest* dan *posttest*.

F. Etika Penelitian

Etika penelitian dalam penelitian ini yaitu :

1. Perijinan

Peneliti membuat surat ijin permohonan yang ditandatangani oleh ketua STIKES Bali. Kemudian surat ditunjukkan kepada Kepala Dinas Penanaman Modal dan Perijinan Provinsi Bali. Surat rekomendasi dari Kepala Dinas Penanaman Modal dan Perijinan Provinsi Bali ditunjukkan kepada Kesbang Pol Kabupaten Badung. Tembusan dari Kesbang Pol Kabupaten Badung kemudian diteruskan kepada Kepala Desa Petang.

2. Tanpa nama (*Anonymity*)

Peneliti telah menjelaskan kepada responden untuk tidak mencantumkan nama pada lembar kuesioner. Penelitian juga menjelaskan kepada responden untuk mengisi nama dengan inisial saja pada lembar kuesioner sehingga kerahasiaan identitas responden yang berpartisipasi dalam penelitian tetap terjaga.

3. Kerahasiaan (*Confidentiality*)

Peneliti wajib menjaga kerahasiaan informasi atau data yang diberikan oleh responden termasuk menjaga privasi responden. Peneliti tetap menjaga kerahasiaan data yang diberikan oleh responden. Hasil penelitian disimpan sebagai arsip oleh peneliti.

4. *Informed Consesnt* (lembar persetujuan)

Informed Consesnt adalah bentuk persetujuan atau kesepakatan antara peneliti dan responden dengan memberikan lembar persetujuan. Bagi calon responden yang bersedia menjadi responden telah mengisi nama, jenis kelamin, alamat, pekerjaan, dan mendandatangani lembar *informed consent*.

BAB V

HASIL PENELITIAN

A. Gambaran Umum Lokasi Penelitian

Desa Petang terletak di Kecamatan Petang, Kabupaten Badung, Provinsi Bali. Desa Petang memiliki jumlah penduduk sebanyak 4369 jiwa atau 1116 KK dengan luas wilayah desa petang 1,325 hektar dengan batas-batas desa antara lain:

1. Sisi Utara berbatasan dengan Desa Mungsengan
2. Sisi Selatan berbatasan dengan Desa Gerana
3. Sisi Timur berbatasan dengan Desa Selat
4. Sisi Barat berbatasan dengan Desa Poyan

Desa Petang yang memiliki 7 banjar, terdiri dari Banjar Petang Suci, Banjar Petang, Banjar Petang Dalem, Banjar Kerta, Banjar Lipah, Banjar Munduk Damping, Banjar Angantiga dan Banjar Dinas yaitu Kampung Muslim Angantiga.

Berdasarkan Peraturan Daerah Provinsi Bali No. 16 tahun 2009, tentang rencana tata ruang Provinsi Bali, wilayah pariwisata dan budaya tertingi diantaranya Kabupaten Badung, salah satu desa yang sedang dikembangkan oleh Bapak Bupati Badung menjadi kawasan pariwisata pertanian dan kebudayaan adalah Desa Petang. Desa Petang yang masih sangat kental akan budaya kesenian sehingga banyak tari-tarian yang masih ditampilkan disetiap piodalan ataupun acara penting lainnya. Tempat penelitian dilakukan di Banjar Petang Suci, karena Banjar Petang Suci merupakan bagian dari Desa Adat Petang yang sedang melaksanakan upacara agama (Dewa Yadnya). Tempat penelitian ini menampilkan tarian yang berkaitan dengan penelitian yaitu latihan tari rejang renteng. Hal ini merupakan suatu upaya dalam mendukung kreatifitas ibu-ibu dan juga mempertahankan nilai serta tradisi. Upacara ini melibatkan seluruh ibu PKK untuk ngaturang ayah dan ngayah dimulai dari pukul 08.00-17.00 Wita.

B. Karakteristik Responden

Responden pada penelitian tentang pengaruh latihan tari rejang renteng terhadap penurunan tingkat stres yang dilaksanakan pada tanggal 28 februari – 28 Maret 2019 adalah ibu PKK di Banjar Petang Suci Desa Adat Petang. Setelah dilakukan pemilihan sampel yang sesuai dengan kriteria penelitian didapatkan sebanyak 20 responden. Adapun karakteristik responden berdasarkan umur dan pekerjaan.

Tabel. 5.1 Distribusi Frekuensi Karakteristik Responden Berdasarkan Umur dan pekerjaan di Banjar Petang Suci Desa Adat Petang (n=20)

Karakteristik	Frekuensi	Persentase (%)
Umur (tahun)		
25-30 tahun	1	5.0
31-35 tahun	2	10.0
36-40 tahun	10	50.0
41-45 tahun	7	35.0
Pekerjaan		
IRT	11	55.0
Swasta	7	35.0
Lain-lain	2	10.0

Berdasarkan tabel 5.1 diatas dapat dijelaskan sebagian besar responden berusia 36-40 tahun yaitu sebanyak 10 (50%). Berdasarkan pekerjaan sebagian besar responden adalah IRT yaitu sebanyak 11 responden (55%).

C. Hasil Penelitian Terhadap Variabel

Pada sub ini dipaparkan hasil penelitian terhadap variabel penelitian yaitu tingkat stress sebelum diberikan latihan tari rejang renteng, tingkat stress setelah latihan latihan tari rejang renteng, dan tingkat stress sebelum dan setelah diberikan latihan tari rejang renteng pada ibu PKK.

1. Tingkat Stres Ibu Sebelum Diberikan Latihan Tari Rejang Renteng (*Pretest*) hasil penetian dapat dilihat pada tabel berikut:

Tabel 5.2 Distribusi Frekuensi Tingkat Stres Ibu Sebelum Diberikan Latihan Tari Rejang Renteng di Banjar Petang Suci Desa Adat Petang (n=20)

Tingkat Stres <i>Pretest</i>	Frekuensi	Persentase (%)
Stres Ringan	7	35
Stres Sedang	11	55
Stress Berat	2	10
Total	20	100

Berdasarkan tabel 5.2 diatas menunjukan hasil pengukuran tingkat stress pada ibu sebelum diberikan latihan tari rejang renteng didapat hasil yaitu 7 responden mengalami stres ringan (35%), 11 responden mengalami stress sedang (55%) dan 2 responden mengalami stres berat (10%).

Tabel 5.3 Distribusi Frekuensi Tingkat Stres Ibu Sebelum Diberikan Latihan Tari Rejang Renteng di Banjar Petang Suci Desa Adat Petang (n=20)

	PERNYATAAN	0	1	2	3
1	Saya merasa diri saya mudah marah karena hal-hal sepele	-	40%	60%	-
2	Saya cenderung bereaksi berlebihan terhadap suatu situasi	-	80%	20%	-
3	Saya merasa sulit bersantai	20%	45%	30%	5%
4	Saya menemukan diri saya mudah kesal	-	45%	55%	-
5	Saya merasa telah menghabiskan banyak waktu untuk merasa cemas	-	90%	10%	-
6	Saya menemukan diri saya menjadi tidak sabar ketika mengalami penundaan (misalkan kemacetan atau menunggu sesuatu)	-	5%	70%	25%
7	Saya merasa bahwa saya mudah tersinggung	-	50%	45%	5%
8	Saya merasa sulit untuk beristirahat	5%	55%	40%	-
9	Saya merasa bahwa saya mudah marah	-	45%	50%	5%
10	Saya merasa sulit untuk tenang setelah sesuatu membuat saya kesal	-	45%	45%	10%
11	Saya sulit untuk sabar dalam menghadapi gangguan terhadap hal yang sedang saya lakukan	-	45%	40%	15%

12	Saya sedang merasa gelisah	5%	75%	15%	5%
13	Saya tidak dapat memaklumi hal apapun yang menghalangi saya untuk menyelesaikan hal yang sedang saya lakukan	-	45%	50%	5%
14	Saya menemukan diri saya mudah gelisah	5%	70%	15%	10%

Keterangan:

Indikator

- 0 : Tidak sesuai dengan saya sama sekali, atau tidak pernah
 1 : Sesuai dengan saya sampai tingkat tertentu, atau kadang-kadang
 2 : Sesuai dengan saya sampai batas yang dapat dipertimbangkan, atau lumayan sering
 3 : Sangat sesuai dengan saya, atau sering sekali

Berdasarkan tabel 5.3 diatas didapatkan hasil responden yang menjawab sangat setuju dengan saya atau sering sekali yaitu saya merasa sulit bersantai (5%), Saya menemukan diri saya menjadi tidak sabar ketika mengalami penundaan (25%), Saya merasa bahwa saya mudah tersinggung (5%), Saya merasa bahwa saya mudah marah (5%), Saya merasa sulit untuk tenang setelah sesuatu membuat saya kesal (10%), Saya sulit untuk sabar dalam menghadapi gangguan terhadap hal yang sedang saya lakukan (15%), Saya sedang merasa gelisah (5%), Saya tidak dapat memaklumi hal apapun yang menghalangi saya untuk menyelesaikan hal yang sedang saya lakukan (5%) dan Saya menemukan diri saya mudah gelisah (10%).

2. Tingkat Stres Ibu Setelah Diberikan Latihan Tari Rejang Renteng (*Posttest*) hasil penelitian dapat dilihat pada tabel berikut:

Tabel 5.4 Distribusi Frekuensi Tingkat Stres Ibu Setelah Diberikan Latihan Tari Rejang Renteng di Banjar Petang Suci Desa Adat Petang (n=20)

Tingkat Stres <i>Posttest</i>	Frekuensi	Persentase (%)
Tidak Stres	17	85
Stres Ringan	3	15
Total	20	100

Berdasarkan tabel 5.4 diatas diketahui hasil pengukuran tingkat stress pada ibu setelah diberikan latihan tari rejang renteng didapat hasil yaitu 17 responden tidak stress (85%) dan 3 responden mengalami stress ringan (15%) menunjukan bahwa keseluruhan responden mengalami penurunan tingkat stress.

Tabel 5.5 Distribusi Frekuensi Tingkat Stres Ibu Setelah Diberikan Latihan Tari Rejang Renteng di Banjar Petang Suci Desa Adat Petang (n=20)

	PERNYATAAN	0	1	2	3
1	Saya merasa diri saya mudah marah karena hal-hal sepele	-	100%	-	-
2	Saya cenderung bereaksi berlebihan terhadap suatu situasi	5%	90%	5%	-
3	Saya merasa sulit bersantai	65%	35%	-	-
4	Saya menemukan diri saya mudah kesal	-	100%	-	-
5	Saya merasa telah menghabiskan banyak waktu untuk merasa cemas	5%	90%	5%	-
6	Saya menemukan diri saya menjadi tidak sabar ketika mengalami penundaan (misalkan kemacetan atau menunggu sesuatu)	60%	40%	-	-
7	Saya merasa bahwa saya mudah tersinggung		100%	-	-
8	Saya merasa sulit untuk beristirahat	85%	15%	-	-
9	Saya merasa bahwa saya mudah marah	-	95%	5%	-
10	Saya merasa sulit untuk tenang setelah sesuatu membuat saya kesal	5%	85%	10%	-
11	Saya sulit untuk sabar dalam menghadapi gangguan terhadap hal yang sedang saya lakukan	-	80%	20%	-
12	Saya sedang merasa gelisah	55%	45%	-	-
13	Saya tidak dapat memaklumi hal apapun yang menghalangi saya untuk menyelesaikan hal yang sedang saya lakukan	-	80%	20%	-
14	Saya menemukan diri saya mudah gelisah	20%	80%	-	-

Keterangan:

Indikator

- 0 : Tidak sesuai dengan saya sama sekali, atau tidak pernah
- 1 : Sesuai dengan saya sampai tingkat tertentu, atau kadang-kadang
- 2 : Sesuai dengan saya sampai batas yang dapat dipertimbangkan, atau lumayan sering
- 3 : Sangat sesuai dengan saya, atau sering sekali

Berdasarkan tabel 5.5 diatas didapatkan hasil responden yang menjawab sangat setuju dengan saya atau sering sekali tidak ada dan responden yang menjawab sesuai dengan saya sampai batas yang dapat dipertimbangkan, atau lumayan sering yaitu saya cenderung bereaksi berlebihan terhadap suatu situasi (5%), saya merasa telah menghabiskan banyak waktu untuk merasa cemas (5%), saya merasa bahwa saya mudah marah (5%), saya merasa sulit untuk tenang setelah sesuatu membuat saya kesal (10%), saya sulit untuk sabar dalam menghadapi gangguan terhadap hal yang sedang saya lakukan (20%), saya tidak dapat memaklumi hal apapun yang menghalangi saya untuk menyelesaikan hal yang sedang saya lakukan (20%).

3. Pengaruh Latihan Tari Rejang Renteng Terhadap Penurunan Tingkat Stres
 - a. Uji Normalitas

Uji normalitas dilakukan terlebih dahulu sebelum mengetahui hasil analisa data. Uji normalitas dilakukan untuk mengetahui data berdistribusi normal atau berdistribusi tidak normal. Dalam penelitian ini jumlah responden sebanyak 20 orang. Maka uji normalitas yang digunakan yaitu uji Shapiro-Wilk karena responden kurang dari 50 ($n < 50$).

Tabel 5.6 Hasil Uji Normalitas Tingkat Stres Pada Ibu PKK Sebelum dan Setelah diberikan Latihan Tari Rejang Renteng Di Banjar Petang Suci Desa Adat Petang ($n=20$)

	Shapiro- Wilk p value
Total Skor <i>Pretest</i> Tingkat Stres	0,124

Total Skor <i>Posttes</i> Tingkat Stres	0,276
---	-------

Berdasarkan tabel 5.6 diatas hasil uji Shapiro-Wilk menunjukan hasil bahwa Total Pre = 0.124 sedangkan Total Post= 0.276, sehingga dapat disimpulkan bahwa nilai $p > 0.05$ yang berarti data berdistribusi normal. Hasil tabel yang lengkap disajikan pada tabel SPSS (terlampir)

b. Uji Bivariat

Berdasarkan hasil uji normalitas data berdistribusi normal maka data diolah menggunakan uji parametric *Paired sample t-test* merupakan data yang berpasangan, variabel dependent berskala interval dan populasi yang diambil juga berdistribusi normal. Secara spesifik dapat dilihat pada tabel berikut:

Tabel 5.7 Distribusi Frekuensi dan Hasil Perbedaan Tingkat Stres Sebelum dan Setelah Diberikan Latihan Tari Rejang Renteng Pada Ibu PKK Di Banjar Petang Suci Desa Adat Petang (n=20).

	Mean	Standar Deviasi	P value
<i>Pretest</i>	20,80	3,592	-
<i>Posttest</i>	12,65	1,755	-
Total Skor <i>Pretest-Posttest</i> Tingkat Stres	8,150	3,031	0,000

Berdasarkan tabel 5.7 diatas menunjukan hasil nilai mean *pretest* sebesar 20,80 dan *posttest* sebesar 12,65 hal ini menunjukan adanya penurunan nilai mean sebesar 8,150. Nilai satandar deviasi *pretest* sebesar 3,592 ke *posttest* sebesar 1,755.

Hal ini menunjukan bahwa seluruh responden mengalami penurunan tingkat stress. Hasil uji statistic *Pared Sample t-test* menunjukan bahwa nilai signifikan $p \text{ value} = 0,000$ atau $0,001 < \alpha < 0,05$ yang berarti H_a diterima sehingga disimpulkan bahwa latihan tari rejang renteng berpengaruh dalam menurunkan tingkat stress pada ibu PKK di Banjar Petang Suci Desa Adat Petang.

BAB VI

PEMBAHASAN

A. Tingkat Stres Ibu Sebelum Diberikan Latihan Tari Rejang Renteng

Hasil penelitian menunjukkan tingkat stress ibu sebelum diberikan latihan tari rejang renteng didapat hasil 7 responden mengalami stress ringan (35%), 11 responden mengalami stress sedang (55%) dan 2 responden mengalami stress berat dengan rata-rata skor tingkat stress sebesar 20,80. Hal ini dikarenakan responden menjawab kuesioner pada kategori sangat setuju dengan saya atau sering sekali yaitu merasa sulit bersantai (5%), menemukan diri saya menjadi tidak sabar ketika mengalami penundaan (25%), merasa bahwa saya mudah tersinggung (5%), merasa bahwa saya mudah marah (5%), merasa sulit untuk tenang setelah sesuatu membuat saya kesal (10%), sulit untuk sabar dalam menghadapi gangguan terhadap hal yang sedang saya lakukan (15%), sedang merasa gelisah (5%), tidak dapat memaklumi hal apapun yang menghalangi saya untuk menyelesaikan hal yang sedang saya lakukan (5%) dan menemukan diri saya mudah gelisah (10%). Hal ini sesuai dengan pendapat Priyoto (2014) dimana, Gejala-gejala stres meliputi cepat marah, ingatan melemah, tidak mampu berkonsentrasi, tidak mampu menyelesaikan tugas, perilaku impulsive, reaksi berlebihan terhadap hal sepele, tidak mampu santai pada saat yang tepat, tidak tahan terhadap suara atau gangguan lain dan emosi yang tidak terkendali dan mudah marah.

Seluruh ibu dikategorikan mengalami stress, hal ini dikarenakan peran menjadi ibu rumah tangga dan bekerja seringkali menimbulkan tekanan yang dapat membuat stress. Hasil dari penelitian ini juga didukung oleh penelitian Kartika Putri & Sudhana (2013) yang menunjukkan bahwa tingkat stress paling banyak terjadi pada ibu yang sudah menikah usia 25-45 tahun. Ibu memiliki level kronis yang lebih tinggi terkait stressor dalam kehidupan sehari-hari. Hasil dari penelitian ini juga didukung oleh penelitian Wulanyani & Sudiajeng (2016) di Provinsi Bali menyatakan bahwa pekerjaan ibu rumah tangga

merupakan salah satu dari 3 masalah yang menyebabkan stress pada ibu rumah tangga yang bekerja maupun tidak bekerja.

B. Tingkat Stres Ibu Setelah Diberikan Latihan Tari Rejang Renteng

Hasil penelitian menunjukkan tingkat stress pada ibu setelah diberikan latihan tari rejang renteng didapat hasil sebanyak 3 responden mengalami stress ringan (15%) dan 17 responden tidak mengalami stress (85%) dengan rata-rata skor tingkat stress 12,65. Temuan hasil penelitian yang dialami responden setelah diberikan latihan tari rejang renteng pada kategori sangat setuju dengan saya atau sering sekali yaitu tidak ada. Penelitian ini menunjukkan penurunan gejala dan skor tingkat stress pada responden setelah diberikan latihan tari rejang renteng. Hal ini disebabkan karena responden sangat antusias dan bersemangat mengikuti latihan tari rejang renteng.

Para ibu sangat tertarik dalam melakukan latihan tari rejang renteng ini karena tarian rejang renteng sedang trend di kalangan ibu-ibu saat ini. Dengan melakukan tarian rejang renteng ibu dapat mengekspresikan jiwa yang dituangkan lewat gerak melalui tubuh manusia yang mempunyai makna tertentu untuk saling mencurahkan perasaan (Hartono 2013). Selain mendapatkan pengalaman dalam latihan tari, para ibu juga dapat berkumpul dan bercerita dengan ibu yang lainnya. Latihan tari rejang renteng diberikan 2x dalam seminggu selama 1 bulan pada hari selasa dan sabtu. Latihan tari diajarkan oleh orang yang sudah expert di bidang seni tari dan sudah menjadi pengajar aktif di Desa Adat Petang.

Dari penelitian ini menunjukkan bahwa latihan tari rejang renteng efektif dalam menurunkan tingkat stress pada ibu. Hasil penelitian ini didukung oleh penelitian Rahmawati, Wibowo & Lestari tahun (2018) mengatakan bahwa pemberian *dance movement therapy* melalui tari dapat membantu dalam mengatasi tekanan/stress, mood dan emosi. Latihan tari juga dapat meningkatkan sirkulasi oksigen, membawa darah ke otot dan otak serta membantu menginduksi pelepasan endorfin yang bermanfaat dalam menciptakan rasa senang.

C. Pengaruh Latihan Tari Rejang Renteng Terhadap Penurunan Tingkat Stres Pada Ibu

Hasil dari uji normalitas Shapiro Wilk adalah total skor pretest 0,925 dan total skor posttest 0,179. Hal tersebut menunjukkan bahwa data berdistribusi normal karena $p\text{-value} > \alpha 0,05$. Uji statistik yang digunakan adalah *Paired sample t-test* karena data berdistribusi normal.

Hasil penelitian berdasarkan analisis uji statistik *Paired sample t-test* didapatkan $p\text{ value} = 0,000 < \alpha 0,05$. Hal ini menunjukkan bahwa H_a diterima yang artinya ada pengaruh pemberian latihan tari rejang renteng terhadap penurunan tingkat stress pada ibu PKK di Banjar Petang Suci Desa Adat. Perbedaan rata-rata tingkat stress yang signifikan dalam penelitian ini karena ibu-ibu sangat tertarik dalam melakukan latihan tari rejang renteng ini karena tarian rejang renteng sedang trend di kalangan ibu-ibu saat ini. Dengan melakukan tarian rejang renteng ibu dapat mengekspresikan jiwa yang di tuangkan lewat gerak melalui tubuh manusia yang mempunyai makna tertentu untuk saling mencurahkan perasaan.

Latihan tari rejang renteng diberikan 2x dalam seminggu selama 1 bulan pada hari selasa dan sabtu. Latihan tari diajarkan oleh orang yang sudah expert di bidang seni tari dan sudah menjadi pengajar aktif di Desa Adat Petang. Hasil penelitian ini didukung oleh penelitian Lais tahun (2012) mengatakan bahwa *dance movement therapy* sangat pengaruh terhadap penurunan tingkat stress pada mahasiswa. Hasil penelitian ini juga didukung oleh penelitian Endang (2016) mengatakan terapi tari bali berpengaruh terhadap penanganan korban kekerasan seksual dalam rumah tangga.

D. Keterbatasan Dalam Penelitian

Keterbatasan merupakan kelemahan atau hambatan yang dialami peneliti dalam melakukan penelitian. Adapun keterbatasan dalam penelitian ini adalah :

1. Penelitian ini hanya menggunakan desain eksperimen sederhana yaitu pre eksperimen pretest posttest desain
2. Rencana awal penelitian dilakukan 2x seminggu yaitu pada hari selasa dan sabtu karena benturan dengan hari raya nyepi jadi penelitian pada intervensi ketiga diundur menjadi hari rabu.

BAB VII

KESIMPULAN & SARAN

A. Kesimpulan

Hasil penelitian menunjukkan tingkat stress ibu sebelum diberikan latihan tari rejang renteng didapat hasil 7 responden mengalami stress ringan (35%), 11 responden mengalami stress sedang (55%) dan 2 responden mengalami stress berat dengan rata-rata skor tingkat stress sebesar 20,80. Hal ini dikarenakan peran menjadi ibu rumah tangga dan bekerja seringkali menimbulkan tekanan yang dapat membuat stress. Hasil penelitian menunjukkan tingkat stress pada ibu setelah diberikan latihan tari rejang renteng didapat hasil sebanyak 3 responden mengalami stress ringan (15%) dan 17 responden tidak mengalami stress (85%) dengan rata-rata skor tingkat stress 12,65. Hal ini disebabkan karena responden sangat antusias dan bersemangat mengikuti latihan tari rejang renteng. Dengan melakukan tarian rejang renteng ibu dapat mengekspresikan jiwa yang di tuangkan lewat gerak melalui tubuh manusia yang mempunyai makna tertentu untuk saling mencurahkan perasaan.

Latihan tari rejang renteng diberikan 2x dalam seminggu selama 1 bulan pada hari selasa dan sabtu. Latihan tari diajarkan oleh orang yang sudah expert di bidang seni tari dan sudah menjadi pengajar aktif di Desa Adat Petang. Hasil penelitian berdasarkan analisis uji statistik *Paired sample t-test* didapatkan p value = 0,000 α 0,05. Hal ini menunjukkan bahwa H_a diterima yang artinya ada pengaruh pemberian latihan tari rejang renteng terhadap penurunan tingkat stress pada ibu PKK di Banjar Petang Suci Desa Adat. Perbedaan rata-rata tingkat stress yang signifikan dalam penelitian ini karena ibu-ibu sangat tertarik dalam melakukan latihan tari rejang renteng ini karena tarian rejang renteng sedang trend di kalangan ibu-ibu saat ini.

B. Saran

1. Bagi peneliti selanjutnya

Hasil penelitian ini diharapkan dapat sebagai referensi serta acuan untuk menurunkan tingkat stress. Peneliti selanjutnya diharapkan dapat mengembangkan latihan tari lain seperti tari Rejang Sari, tari Rejang Dedari yang sedang trend dikalangan masyarakat dan memilih subjek lain dalam penelitian selanjutnya.

2. Bagi Masyarakat

Hasil penelitian ini dapat diterapkan oleh masyarakat khususnya pada ibu PKK sebagai terapi yang digunakan untuk menurunkan tingkat stress dan dapat dituangkan dalam organisasi PKK mengurangi beban yang dirasakan dan dapat menambah kreatifitas ibu-ibu dalam organisasi dan bagi ibu-ibu yang belum mengikuti latihan tari rejang renteng diharapkan mengikuti latihan tari rejang renteng.

3. Bagi lokasi penelitian

Hasil penelitian ini dapat dijadikan referensi serta acuan untuk tetap menerapkan tari rejang renteng sehingga dapat dilatih terus serta bisa dipentaskan setiap adanya piodalan.

DAFTAR PUSTAKA

- Apreviadizy, P., & Puspitacandri, A. 2014. Perbedaan Stres Ditinjau dari Ibu Bekerja dan Tidak Bekerja dalam *Jurnal Psikologi Tabularasa Vol.9, No.1, April 2014: 58-65*. Fakultas Psikologi Universitas Merdeka Malang. Diakses pada 12 oktober 2018. <http://www.neliti.com/>
- Ariyani, K., Putri, K., & Sudhana, H. 2013. Perbedaan Tingkat Stres Pada Ibu Rumah Tangga yang Menggunakan dan Tidak Menggunakan Pembantu Rumah Tangga dalam *Jurnal Psikologi Udayana 2013, Vol.1, No.1: 94-105*. Fakultas Kedokteran Universitas Udayana. Diakses pada 12 oktober 2018. <http://ojs.unud.ac.id/>
- Crawford, J. R., & Henry, J. D. (2003). The Depression Anxiety Stres Scales (DASS): Normative data and latent structure in large non clinical sample. *British Journal of Clinical Psychology (2003), 42, 111-131*. Diakses pada 1 november 2018
- Iryanti, V. 2000. Tari Bali: Sebuah Telaah Historis (Bali Dance: A Historical Research) dalam *Harmonia : Jurnal Pengetahuan dan Pemikiran Seni Vol. 1 No.2/September-Desember 2000*. Diakses pada 15 oktober 2018. <http://www.neliti.com/>.
- Lais, D. 2012. *Efektivitas Dance/Movement Therapy Terhadap Penurunan tingkat Stres Mahasiswa Martikulasi Penerimaan Mahasiswa Baru Fakultas Ilmu Kedokteran Universitas Sumatra Utara 2012. Berdasarkan Hassles Assesment Scale for Student in College*. Usu Institutional Respository Acces.
- Lestari, T. (2015). *Kumpulan Teori Untuk Kajian Pusaka Penelitian Kesehatan*. Yogyakarta: Nuha Medika.
- Mumpuni, Y., & Wulandari, A. 2010. Cara Jitu Mengatasi Stres. Andi Yogyakarta.
- Priyonto, . 2014. *Konsep Manajemen Stres*. Nuha Medika.
- Rahmawati, Wibowo, B. Y., & Lestari, D. J. 2018. Menari Sebagai Dance Movement Therapy (DMT) dalam *Jurnal Pendidikan dan Kajian Seni, Vol.3, No.1, April 2018: 31-46*. FKIP Universitas Sultan Ageng Tirtayasa. Diakses pada 12 oktober 2018. <http://jurnal.untirta.ac.id/>
- Riset Kesehatan Dasar Provinsi Bali, (2013). Riset Kesehatan Dasar Dalam Angka. Bali: Badan Penelitian dan Pengembangan Kesehatan Kementerian Indonesia
- Riset Kesehatan Dasar, (2013). Riset Kesehatan Dasar. Jakarta: Badan Penelitian dan Pengembangan Kesehatan Kementerian Indonesia
- Riset Kesehatan Dasar, (2018). Riset Kesehatan Dasar. Jakarta: Badan Penelitian dan Pengembangan Kesehatan Kementerian Indonesia

Shalfiah, R. 2013. Peran Pemberdayaan dan Kesejahteraan Keluarga (PKK) dalam Mendukung Program-program Pemerintah Kota Botang dalam eJournal Ilmu Pemerintahan, 2013, 1 (3): 975:984. Diakses pada 17 oktober 2018. <http://perpustakaan.unmul.ac.id/>

Sugiyono. (2018). *Metodelogi Penelitian*. Bandung: ALFABETA,cv

Sukadiyanto,. 2010. Stress dan Cara Mengurangnya dalam *Cakrawala Pendidikan*, Februari 2010, Th. XXIX, No.1. FIK Universitas Negeri Yogyakarta. Diakses pada 11 oktober 2018. <http://media.neliti.com/>

Swarjana, I. K. (2015). *Metodelogi Penelitian Kesehatan*. Yogyakarta: Andi

Swarjana, I. K. (2015). *Statistik Kesehatan*. Yogyakarta: Andi

Lampiran 1

KEGIATAN PENYUSUNAN SKRIPSI

PENGARUH LATIHAN TARI REJANG RENTENG TERHADAP PENURUNAN TINGKAT STRES IBU PKK DI BANJAR PETANG SUCI DESA ADAT PETANG

[illegible]

Lampiran 2

LEMBAR INFORMASI RESPONDEN

Judul Penelitian : Pengaruh Latihan Tari Rejang Renteng Terhadap Penurunan Tingkat Stres Pada Ibu PKK Di Banjar Petang Suci Desa Adat Petang

Nama Peneliti : I Gusti Ayu Novita Chandra Devy

Pekerjaan : Mahasiswa

Alamat Kampus : Jalan Tukad Balian No. 180 Renon, Denpasar Bali

Alamat Rumah : Banjar Petang Tengah Desa Petang Kec. Petang Kab. Badung

No. Telp Kampus : (0361) 8956208

No. Telp Peneliti : 085739799609

Email : gekchan24@gmail.com

Anda akan saya ikut sertakan dalam sebuah penelitian saya dengan judul “Pengaruh Latihan Tari Rejang Renteng Terhadap Penurunan Tingkat Stres Pada Ibu PKK Di Banjar Petang Suci Desa Adat Petang ”. Sebelum anda menyetujui untuk ikut serta, saya akan memberikan informasi berikut dengan seksama dan anda dapat menghubungi saya pada nomor telepon di atas apabila terdapat pertanyaan yang ingin segera anda ketahui.

Tujuan penelitian ini adalah untuk menganalisa Pengaruh Latihan Tari Rejang Renteng Terhadap Penurunan Tingkat Stres Pada Ibu PKK Di Banjar Petang Suci Desa Adat Petang. Saya sudah mendapat ijin untuk melakukan penelitian ini dari Kepala Desa Petang. Anda akan diikut sertakan dalam penelitian ini karena sesuai dengan kriteria penelitian. Hasil penelitian ini dapat mengetahui pengaruh latihan tari rejang renteng terhadap penurunan tingkat stres pada ibu PKK di Banjar Petang

Suci Desa Adat Petang, serta menambah wawasan tentang manfaat tarian untuk mengendalikan dan menurunkan stress.

Setelah anda mengerti tentang informasi yang diberikan dan bersedia menjadi responden dalam penelitian ini serta memberikan tanda tangan dalam surat persetujuan menjadi responden, saya akan meminta anda untuk mengisi kuesioner yang berisi 14 pernyataan. Pada kuesioner ini berisi tentang identitas diri anda , seperti nama, umur, jenis kelamin dan pekerjaan. Pada pengisian kuesioner diharapkan untuk mengisi dengan jelas dan lengkap. Namun pada saat pengisian nama, anda hanya perlu menuliskan inisial nama anda untuk menjaga kerahasiaan dalam penelitian ini. Data kuesioner ini saya simpan dalam dokumen dan hanya saya sebagai peneliti yang dapat mengaksesnya.

Demikian informasi yang saya sampaikan atas perhatian, kerjasama dan kesediaannya saya ucapkan terimakasih.

Denpasar,.....

Peneliti

I Gusti Ayu Novita Chandra Devy

Nim: 15C11578

Lampiran 3

LEMBAR PERMOHONAN MENJADI RESPONDEN

Kepada

Yth. Ibu PKK Banjar Petang Suci

di Desa Adat Petang

Dengan hormat,

Saya yang bertanda tangan dibawah ini :

Nama : I Gusti Ayu Novita Chandra Devy

NIM : 15C11578

Pekerjaan : Mahasiswa

Alamat : Banjar Petang, Desa Petang, Kec. Petang , Kab. Badung

Bersama ini saya mengajukan permohonan kepada Saudara untuk bersedia menjadi responden dalam penelitian saya yang berjudul “Pengaruh Latihan Tari Rejang Renteng terhadap Penurunan Tingkat Stres Ibu PKK”, yang pengumpulan datanya akan dilaksanakan bulan Februari s/d Maret 2019. Adapun tujuan dari penelitian ini adalah untuk mengetahui pengaruh latihan tari rejang renteng terhadap penurunan tingkat stress ibu PKK. Saya akan tetap menjaga segala kerahasiaan data maupun informasi yang diberikan.

Demikian surat permohonan ini disampaikan, atas perhatian, kerjasama dari kesediaannya saya mengucapkan terimakasih.

Denpasar, 2018

Peneliti

I Gusti Ayu Novita Chandra Devy

NIM. 15C11578

Lampiran 4

LEMBAR PERSETUJUAN MENJADI RESPONDEN

Saya yang bertanda tangan dibawah ini :

Nama :
Jenis Kelamin :
Pekerjaan :
Alamat :

Saya membaca Lembar Permohonan Menjadi Responden yang diajukan oleh Saudara I Gusti Ayu Novita Chandra Devy mahasiswa tingkat IV semester VIII Program Ilmu Keperawatan STIKES Bali yang penelitiannya berjudul “Pengaruh Latihan Tari Rejang Renteng terhadap Penurunan Tingkat Stres Ibu PKK”, maka dengan ini saya menyatakan bersedia menjadi responden dalam penelitian tersebut, secara sukarela dan tanpa ada unsur paksaan dari siapapun. Demikian persetujuan ini saya berikan agar dapat digunakan sebagaimana mestinya.

.....

Responden

.....

PROSEDUR LATIHAN TARI REJANG RENTENG

A. Pengetian

Tari rejang renteng merupakan sebuah tari kesenian rakyat yang ditampilkan secara khusus oleh perempuan dan merupakan jenis tari sakral. Gerak gerik tarian ini sangat sederhana namun progresif dan lincah. Tarian ini biasanya di selenggarakan di pura pada waktu berlangsungnya suatu upacara adat atau upacara keagamaan Hindu Dharma.

B. Manfaat

Manfaat latihan tari rejang renteng adalah untuk meningkatkan gerak dan aktivitas ibu sehingga interaksi sosial dapat terjalin kuat antara satu dengan lainnya

C. Tahap Persiapan

Persiapan Alat :

1. CD/kaset yang berisi rekaman music pengiring tari Rejang Renteng
2. Speaker

Persiapan lainnya :

1. Mempersiapkan instruktur /pelatih tari

D. Tahap Pre interaksi

1. Mempersiapkan alat yang digunakan untuk latihan tari Rejang Renteng
2. Mempersiapkan tempat yang akan digunakan

E. Tahap Orientasi

1. Menjelaskan prosedur teknik latihan tari yang akan dilakukan
2. Memberikan kesempatan pada responden untuk bertanya

F. Tahap Pelaksanaan

1. Mempersiapkan sarana yang digunakan untuk latihan tari rejang renteng
2. Mempersiapkan tempat yang akan digunakan untuk latihan tari rejang renteng
3. Penari menggunakan selendang berwarna kuning yang akan digunakan untuk latihan tari rejang renteng

4. Mengatur posisi penari dan membuat barisan yang terdiri dari 4 baris untuk mempermudah latihan tari Rejang Renteng
5. Penari mengikuti instruksi dari instruktur atau pelatih dengan gending *bapang gede* menggunakan mulut
6. Kemudian penari dilatih kembali atau diberikan latihan tari Rejang Renteng secara utuh dengan menggunakan iringan music
7. Gerakan utama tarian ini adalah nyalud dan ngelung. Nyalud adalah gerak tangan yang mengarah kedalam dengan kedua lengan menutup dan membuka di depan dada dan pada posisi kaki secara bergantian kanan dan kiri berada didepan.
8. Kemudian ngelung adalah gerakan merebahkan diri ke kanan dan ke kiri di sertai satu tangan lurus kesamping dan satu menekuk ke dada.
9. Pada bagian akhir tarian ini dinamakan memande, yakni gerakan dalam bentuk melingkar (renteng), dimana para penari memegang selendang penari lainnya yang ada didepannya membentuk lingkaran yang tak putus dan penari menari dengan sikap sesuai dengan tatanan dalam tari yaitu (wiraga, wirasa, wirama).

G. Tahap Terminasi

1. Menyampaikan perasaan setelah melakukan latihan tari Rejang Renteng
2. Menyimpulkan teknik latihan tari yang telah dilakukan

H. Tahap Dokumentasi

1. Mencatat hasil tindakan latihan tari yang telah dilakukan

KUESIONER PENELITIAN
PENGARUH LATIHAN TARI REJANG RENTENG
TERHADAP PENURUNAN TINGKAT STRES IBU PKK
DI BANJAR PETANG SUCI DESA ADAT PETANG

Kode Responden (diisi oleh petugas)

--	--	--

Tanggal Penelitian: (diisi oleh petugas)

--	--	--	--	--	--

A. Karakteristik Responden

Petunjuk pengisian:

Jawablah pertanyaan dibawah ini dan berikan tanda centang (✓) pada jawaban yang menurut anda paling sesuai.

1. Nama (Inisial) :

2. Jenis Kelamin :

3. Umur : ☐ 25-30 tahun ☐ 30-35 tahun
☐ 35-40 tahun ☐ 40-45 tahun

4. Pekerjaan : ☐ IRT ☐ PNS
Swasta ☐ lain ☐

Sebutkan.....

5. Status : ☐ Menikah ☐ Berceraai
Pernikahan ☐ menikah

B. Kuesioner Depression Anxiety Stres Scale 42 (DASS 42)

Kuesioner ini terdiri dari berbagai pernyataan yang mungkin sesuai dengan pengalaman Ibu/Saudara dalam menghadapi situasi hidup sehari-hari. Terdapat 4 pilihan jawaban yang disediakan untuk setiap pernyataan yaitu :

- 0 : Tidak sesuai dengan saya sama sekali, atau tidak pernah
- 1 : Sesuai dengan saya sampai tingkat tertentu, atau kadang-kadang
- 2 : Sesuai dengan saya sampai batas yang dapat dipertimbangkan, atau lumayan sering
- 3 : Sangat sesuai dengan saya, atau sering sekali

Selanjutnya Ibu/Saudara diminta untuk menjawab dengan cara memberi tanda (√) pada salah satu kolom yang paling sesuai dengan pengalaman Ibu/Saudara selama satu minggu belakangan ini. Tidak ada jawaban yang benar atau salah, karena itu isilah sesuai dengan keadaan diri Ibu/Saudara yang sesungguhnya, yaitu berdasarkan jawaban pertama yang terlintas dalam pikiran Ibu/Saudara.

NO	PERNYATAAN	0	1	2	3
1	Saya merasa diri saya mudah marah karena hal-hal sepele				
2	Saya cenderung bereaksi berlebihan terhadap suatu situasi				
3	Saya merasa sulit bersantai				
4	Saya menemukan diri saya mudah kesal				
5	Saya merasa telah menghabiskan banyak waktu untuk merasa cemas				
6	Saya menemukan diri saya menjadi tidak sabar ketika mengalami				

	penundaan (misalkan kemacetan atau menunggu sesuatu)				
7	Saya merasa bahwa saya mudah tersinggung				
8	Saya merasa sulit untuk beristirahat				
9	Saya merasa bahwa saya mudah marah				
10	Saya merasa sulit untuk tenang setelah sesuatu membuat saya kesal				
11	Saya sulit untuk sabar dalam menghadapi gangguan terhadap hal yang sedang saya lakukan				
12	Saya sedang merasa gelisah				
13	Saya tidak dapat memaklumi hal apapun yang menghalangi saya untuk menyelesaikan hal yang sedang saya lakukan				
14	Saya menemukan diri saya mudah gelisah				

Lampiran 7

LEMBAR OBSERVASI KEGIATAN PENELITIAN

Hari/ Tanggal:

No	Kegiatan	Dilakukan	Tidak Dilakukan
1	Mempersiapkan sarana yang digunakan untuk latihan tari rejang renteng		
2	Mempersiapkan tempat yang digunakan untuk latihan tari rejang renteng		
3	Penari menggunakan selendang yang akan digunakan untuk latihan tari rejang renteng		
4	Mengatur posisi penari dan membuat barisan yang terdiri dari 4 baris untuk mempermudah latihan tari rejang renteng		
5	Penari mengikuti intruksi dari instruktur atau pelatih dengan gending menggunakan mulut		
6	Kemudian penari di latih kembali atau diberikan latihan tari rejang renteng secara utuh dengan menggunakan iringan musik		
7	Gerak utama dalam tarian ini adalah nyalud dan ngelung. Nyalud adalah gerak tangan mengarah kedalam dengan kedua lengan menutup dan membuka didepan dada dan pada posisi kaki secara bergantian kanan dan kiri berada didepan		
8	Kemudian ngelung adalah gerakan merebahkan diri ke kanan dan kekiri disertai satu tangan tegak lurus kesamping dan satu menekuk ke dada		
9	Pada bagian akhir tarian disebut dengan memade, yakni gerakan dalam bentuk melingkar (renteng), dimana para penari memegang selendang penari lainnya yang ada didepannya membentuk lingkaran yang tak terputus dan penari menari dengan sikap sesuai dengan tatanan tari (wiraga, wirasa, wirama)		

Petang,

Instruktur

Observer

(I Gusti Ngurah Bagus Putra Sanjaya, S.Pd)
Devy)

(I Gst Ayu Novita Chandra

Kelian Adat
Banjar Petang Suci

(I Gusti Ngurah Bagus Adhi Sanjaya, ST)

Lampiran 8

Lampiran 9

LEMBAR PERSETUJUAN PEMBIMBING

Yang bertanda tangan dibawah ini:

Nama : I GA Rai Rahayuni S.Kep.,Ns.,MNS
NIDN : 0806048001

Menyatakan bahwa mahasiswa tersebut yang namanya dibawah ini telah melakukan bimbingan terkait instrument penelitian dan data excel.

Mahasiswa tersebut adalah:

Nama : I Gusti Ayu Novita Chandra Devy
NIM : 15C11578
Judul Penelitian : Pengaruh Latihan Tari Rejang Rejang Renteng Terhadap Penurunan Tingkat Stres Ibu PKK Di Banjar Petang Suci Desa Adat Petang

Sebagai pembimbing I, dengan ini menyatakan bahwa mahasiswa yang disebutkan diatas layak melaksanakan bimbingan olah data.

Demikian surat pernyataan ini dibuat untuk dapat dipergunakan sebagaimana mestinya.

Denpasar, 28 Maret 2019



I GA Rai Rahayuni S.Kep.,Ns.,MNS
NIDN. 0806048001

Lampiran 10

LEMBAR PERSETUJUAN PEMBIMBING

Yang bertanda tangan dibawah ini:

Nama : I GA Rai Rahayuni S.Kep.,Ns.,MNS
NIDN : 0806048001

Menyatakan bahwa mahasiswa tersebut yang namanya dibawah ini telah melakukan bimbingan terkait instrument penelitian dan data excel.

Mahasiswa tersebut adalah:

Nama : I Gusti Ayu Novita Chandra Devy
NIM : 15C11578
Judul Penelitian : Pengaruh Latihan Tari Rejang Rejang Renteng Terhadap Penurunan Tingkat Stres Ibu PKK Di Banjar Petang Suci Desa Adat Petang

Sebagai pembimbing I, dengan ini menyatakan bahwa mahasiswa yang disebutkan diatas layak melaksanakan bimbingan olah data.

Demikian surat pernyataan ini dibuat untuk dapat dipergunakan sebagaimana mestinya.

Denpasar, 28 Maret 2019



I GA Rai Rahayuni S.Kep.,Ns.,MNS

NIDN. 0806048001



**YAYASAN PENYELENGGARA PENDIDIKAN LATIHAN DAN
PELAYANAN KESEHATAN BALI
SEKOLAH TINGGI ILMU KESEHATAN BALI**

IJIN : KEP. MENDIKNAS NO. 58/D/0/2005

Kampus I : Jln. Tukad Pakerisan No. 90 Panjer Denpasar, Bali Telp. (0361) 221795, Fax. (0361) 256937
Kampus II : Jln. Tukad Balian No. 180 Renon Denpasar, Bali Telp. (0361) 7804837, 8764848, 8956208, Fax. (0361) 8956210,
Website : <http://www.stikes-bali.ac.id>

Nomor : DL.02.02.0350.TU.II.19
Sifat : Penting
Lampiran : I (gabung)
Hal : Permohonan Ijin Penelitian

Denpasar, 7 Februari 2019

Kepada :
Yth. Kepala Badan Penanaman
Modal dan Perijinan Provinsi
Bali
di -
Denpasar

Dengan hormat,

Dalam rangka memenuhi tugas akhir bagi mahasiswa tingkat IV / semester VIII Program Studi Ilmu Keperawatan STIKES Bali, maka mahasiswa yang bersangkutan diharuskan untuk melaksanakan penelitian. Adapun mahasiswa yang akan melakukan penelitian tersebut atas nama :

Nama : I Gusti Ayu Novita Chandra Devy
NIM : 15C11578
Tempat/Tanggal Lahir : Abiansema, 24 November 1997
Alamat : Br. Petang Tengah, Petang, Badung, Bali
Judul Penelitian : Pengaruh Latihan Tari Rejang Renteng Terhadap Penurunan Tingkat Stres Ibu PKK di Banjar Petang Suci Desa Adat Petang
Tempat Penelitian : Banjar Petang Suci Desa Adat Petang
Waktu Penelitian : Februari – Maret 2019
Jumlah Sampel : 25 Orang

Demikian permohonan ini kami sampaikan, atas perhatian dan kerjasamanya yang baik selama ini kami mengucapkan terima kasih.

SEKOLAH TINGGI ILMU KESEHATAN (STIKES) BALI

Ketua,

Ketua STIKES Bali, S.Kp., M.Ng., Ph.D
NIDN. 0823067802

Tembusan disampaikan kepada Yth :

1. Ketua YPPLPK Bali di Denpasar
2. Kepala Badan Kesatuan Bangsa, Politik dan Perlindungan Masyarakat Kabupaten Badung
3. Kepala Desa Petang
4. Kelian Desa Adat Banjar Petang Suci
5. Arsip

Lampiran 12



PEMERINTAH PROVINSI BALI
DINAS PENANAMAN MODAL DAN PELAYANAN TERPADU SATU PINTU
Jalan Raya Puputan, Niti Mandala Denpasar 80235
Telp./Fax (0361) 243804/256905
website: www.dpmpisp.baliprov.go.id e-mail: dpmpisp@baliprov.go.id

Nomor : 070/05765/DPMPTSP-B/2019 Lampiran : - Perihal : <u>Rekomendasi</u>	Kepada Yth: Bupati Badung cq. Kepala Badan Kesbang Pol dan Linmas Kabupaten Badung di - <u>Tempat</u>
--	---

I. Dasar

1. Peraturan Gubernur Bali Nomor 33 Tahun 2018 Tanggal 15 Mei 2018 Tentang Penyelenggaraan Pelayanan Terpadu Satu Pintu dan Peraturan Gubernur Bali Nomor 45 Tahun 2018 Tanggal 21 Juni 2018 Tentang Tata Cara Penerbitan Perizinan dan Non Perizinan pada Dinas Penanaman Modal dan Pelayanan Terpadu Satu Pintu.
2. Surat Permohonan dari Mahasiswa Program Studi Sarjana Keperawatan Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan Bali Nomor DL.02.02.0350.TU.II.19, tanggal 07 Februari 2019, Perihal Permohonan Izin Penelitian.

II. Setelah mempelajari dan meneliti rencana kegiatan yang diajukan, maka dapat diberikan Rekomendasi kepada:

Nama	: I GUSTI AYU NOVITA CHANDRA DEVY
Pekerjaan	: Mahasiswa
Alamat	: Banjar Petang Tengah Desa Petang, Petang, Badung
Judul/bidang	: Pengaruh Latihan Tari Rejang Renteng terhadap Penurunan Tingkat Stres Ibu PKK di Banjar Petang Suci Desa Adat Petang
Lokasi Penelitian	: Banjar Petang Suci Desa Adat Petang
Jumlah Peserta	: 25 Orang
Lama Penelitian	: 1 Bulan (28 Feb 2019 s/d 28 Mar 2019)

III. Dalam melakukan kegiatan agar yang bersangkutan mematuhi ketentuan sebagai berikut:

- a. Sebelum melakukan kegiatan agar melaporkan kedatangannya kepada Bupati/Walikota setempat atau pejabat yang berwenang
- b. Tidak dibenarkan melakukan kegiatan yang tidak ada kaitannya dengan bidang/judul Penelitian. Apabila melanggar ketentuan Rekomendasi/Ijin akan dicabut dihentikan segala kegiatannya.
- c. Mentaati segala ketentuan perundang-undangan yang berlaku serta mengindahkan adat istiadat dan budaya setempat.
- d. Apabila masa berlaku Rekomendasi/Ijin ini telah berakhir, sedangkan pelaksanaan kegiatan belum selesai, maka perpanjangan Rekomendasi/Ijin agar ditujukan kepada instansi pemohon.
- e. Menyerahkan hasil kegiatan kepada Pemerintah Provinsi Bali, melalui Kepala Dinas Penanaman Modal dan Pelayanan Terpadu Satu Pintu Provinsi Bali dan Kepala Badan Kesatuan Bangsa dan Politik Provinsi Bali



**IZIN INI DIKENAKAN
TARIF Rp 0,-**

Denpasar, 18 Februari 2019

a.n. GUBERNUR BALI
KEPALA DINAS PENANAMAN MODAL
DAN PTSP PROVINSI BALI



DEWA PUTU MANTERA, SH., MH.
Rembina Utama Muda
NIP. 19621231 198503 1 192

Tembusan kepada Yth :

1. Kepala Badan Kesbangpol Provinsi Bali

Lampiran 13



PEMERINTAH KABUPATEN BADUNG
BADAN KESATUAN BANGSA, DAN POLITIK
(LANTAI 1, 2 DAN 3)
PUSAT PEMERINTAHAN MANGUPRAJA MANDALA
Jalan Raya Sempidi - Badung, Telp. Fax (0361) 9009252
MANGUPURA 80351

Nomor : 070 / 181 / Kesbang
Lamp : -
Perihal : Ijin Penelitian

Kepada
Yth. 1. Perbekel Desa Petang
2. Bendesa Adat Petang
3. Kelian Adat Banjar Petang Suci
di-

Tempat

Berdasarkan Surat Kepala Dinas Penanaman Modal dan Pelayanan Terpadu Satu Pintu Pemerintah Provinsi Bali, tertanggal 18 Pebruari 2019 Nomor 070/05765/DPMPSTP-B/2019, Perihal Rekomendasi, maka Bupati Badung memberikan ijin mengadakan Penelitian/Survey/Studi Perbandingan/KKN/ KKL/PKL kepada :

Nama : I GUSTI AYU NOVITA CHANDRA DEVY
Pekerjaan/Jabatan : Mahasiswi
Nama Kampus : STIKES BALI
Alamat Kampus : Jl. Tukad Balian No.180 Renon Denpasar
Tempat Tinggal : Br. Petang Tengah Desa Petang, Kecamatan Petang Kabupaten Badung
Bidang/Judul : PENGARUH LATIHAN TARI REJANG RENTENG TERHADAP PENURUNAN TINGKAT STREES IBU PKK DI BANJAR PETANG SUCI DESA ADAT PETANG
Lokasi : Banjar Petang Suci
Jumlah Peneliti : 1 (satu) orang.
Tujuan : Penelitian
Lama Penelitian : 1 (satu) bulan, (28 Pebruari s/d 28 Maret 2019)

Dengan ketentuan sebagai berikut :

1. Sebelum mengadakan Penelitian/Survey/Studi Perbandingan/KKN/KKL/PKL agar melapor kepada Instansi tersebut pada tembusan surat ini.
2. Saat mengadakan Penelitian/Survey/Studi Perbandingan/KKN/KKL/PKL agar mentaati dan menghormati ketentuan yang berlaku di wilayah setempat.
3. Selesai mengadakan Penelitian/Survey/Studi Perbandingan/KKN/KKL/PKL agar melapor kembali kepada Pemerintah Kabupaten Badung.
4. Menyerahkan 1 (satu) eksemplar hasil Penelitian /Survey /Studi Perbandingan/KKN/KKL/PKL tersebut kepada Pemerintah Kabupaten Badung (Kepala Badan Kesatuan Bangsa, dan Politik)
5. Tidak diperkenankan melakukan kegiatan di luar tujuan yang telah ditetapkan, yang melanggar akan dicabut surat ijinnya dan ke giatannya dihentikan.

Dikeluarkan di : Mangupura
Pada tanggal : 19 Pebruari 2019
An. Bupati Badung
Kepala Badan Kesbang, dan Pol.
Kabupaten Badung

DRS. I NYOMAN SUENDI.
Pembina Utama Muda
NIP. 19660211 198908 1 001

TEMBUSAN disampaikan kepada:

1. Kapolres Badung .
2. Dan Dim 1611/Badung di Denpasar.
3. Inspektur Kabupaten Badung di Mangupura.
4. Yang Bersangkutan.

Lampiran 14



PEMERINTAH KABUPATEN BADUNG
KECAMATAN PETANG
DESA PETANG

Jalan I GUSTI NGURAH RAI TELP (0361)810462 KODE POS 80353

Nomor : 070 / 424 / Pelayanan.
Lamp. : -
Prihal : Balasan.

Petang, 27 Maret 2019
K e p a d a
Yth. Bapak/ Ibu Pimpinan
Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan
(STIKES) BALI
di-
Denpasar

Dengan Hormat,

Berdasarkan Surat dari Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan (STIKES) Bali, Tanggal 7 Pebruari 2019, Perihal : Permohonan Ijin Penelitian, serta Menindaklanjuti Surat dari Badan Penanaman Modal Provinsi Bali, Nomor : 070 / 05765 / DPMTSP-B / 2019, Tanggal 18 Pebruari 2019, Perihal : Rekomendasi Penelitian Mahasiswa STIKES BALI atas nama :

Nama : I Gusti Ayu Novita Chandra Devy
NIM : 15C11578
Tempat Tinggal : Br. Petang Tengah, Desa Petang,
Kecamatan Petang, Kabupaten Badung
Judul Kegiatan : Pengaruh Latihan Tari Rejang Renteng terhadap
Penurunan Tingkat Stres Ibu PKK di Banjar
Petang Suci, Desa Adat Petang

Maka Sehubungan dengan Hal Tersebut Pj. Perbekel Desa Petang dengan ini menerangkan bahwa Mahasiswa tersebut diatas telah Melakukan Penelitian sesuai dengan Judul Kegiatan di Desa Petang.

Demikian kami sampaikan, atas perhatian dan kerjasamanya, kami ucapkan terima kasih.

Pj. Perbekel Desa Petang

I Made Sukawana, S.Sos
Nip.19621231 200604 1 138

Lampiran 15

```
FREQUENCIES VARIABLES=usia_responden pekerjaan
/ORDER=ANALYSIS.
```

Frequencies

Notes		
Output Created		01-APR-2019 11:03:37
Comments		
Input	Active Dataset	DataSet0
	Filter	<none>
	Weight	<none>
	Split File	<none>
	N of Rows in Working Data File	20
Missing Value Handling	Definition of Missing	User-defined missing values are treated as missing.
	Cases Used	Statistics are based on all cases with valid data.
Syntax		FREQUENCIES VARIABLES=usia_responden pekerjaan /ORDER=ANALYSIS.
Resources	Processor Time	00:00:00.00
	Elapsed Time	00:00:00.00

[DataSet0]

Statistics			
		usia	pekerjaan
N	Valid	20	20
	Missing	0	0

Frequency Table

usia				
	Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid 25-30	1	5.0	5.0	5.0
31-35	2	10.0	10.0	15.0
36-40	10	50.0	50.0	65.0
41-45	7	35.0	35.0	100.0
Total	20	100.0	100.0	

pekerjaan				
	Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid IRT	11	55.0	55.0	55.0
swasta	7	35.0	35.0	90.0
lain-lain	2	10.0	10.0	100.0
Total	20	100.0	100.0	

```

EXAMINE VARIABLES=pre_test post_test
/PLOT BOXPLOT STEMLEAF NPLOT
/COMPARE GROUPS
/STATISTICS DESCRIPTIVES
/CINTERVAL 95
/MISSING LISTWISE
/NOTOTAL.

```

Explore

Notes

Output Created	01-APR-2019 11:05:22	
Comments		
Input	Active Dataset	DataSet0
	Filter	<none>
	Weight	<none>
	Split File	<none>
	N of Rows in Working Data File	20
Missing Value Handling	Definition of Missing	User-defined missing values for dependent variables are treated as missing.
	Cases Used	Statistics are based on cases with no missing values for any dependent variable or factor used.
Syntax	EXAMINE VARIABLES=pre_test post_test /PLOT BOXPLOT STEMLEAF NPLOT /COMPARE GROUPS /STATISTICS DESCRIPTIVES /INTERVAL 95 /MISSING LISTWISE /NOTOTAL.	
Resources	Processor Time	00:00:03.39
	Elapsed Time	00:00:03.16

Case Processing Summary

	Cases					
	Valid		Missing		Total	
	N	Percent	N	Percent	N	Percent
nilai pre test stress	20	100.0%	0	0.0%	20	100.0%
nilai post test stress	20	100.0%	0	0.0%	20	100.0%

Descriptives

		Statistic	Std. Error
nilai pre test stress	Mean	20.80	.803
	95% Confidence Interval Lower Bound	19.12	
	for Mean Upper Bound	22.48	
	5% Trimmed Mean	20.56	
	Median	20.00	
	Variance	12.905	
	Std. Deviation	3.592	
	Minimum	16	
	Maximum	30	
	Range	14	
	Interquartile Range	5	
	Skewness	.953	.512
	Kurtosis	.895	.992
	Mean	12.65	.393
nilai post test stress	95% Confidence Interval Lower Bound	11.83	
	for Mean Upper Bound	13.47	
	5% Trimmed Mean	12.61	
	Median	13.00	
	Variance	3.082	
	Std. Deviation	1.755	
	Minimum	10	
	Maximum	16	
	Range	6	
	Interquartile Range	3	
	Skewness	.014	.512
	Kurtosis	-.743	.992

Tests of Normality

	Kolmogorov-Smirnov ^a			Shapiro-Wilk		
	Statistic	df	Sig.	Statistic	df	Sig.
nilai pre test stress	.138	20	.200*	.925	20	.124
nilai post test stress	.179	20	.093	.943	20	.276

*. This is a lower bound of the true significance.

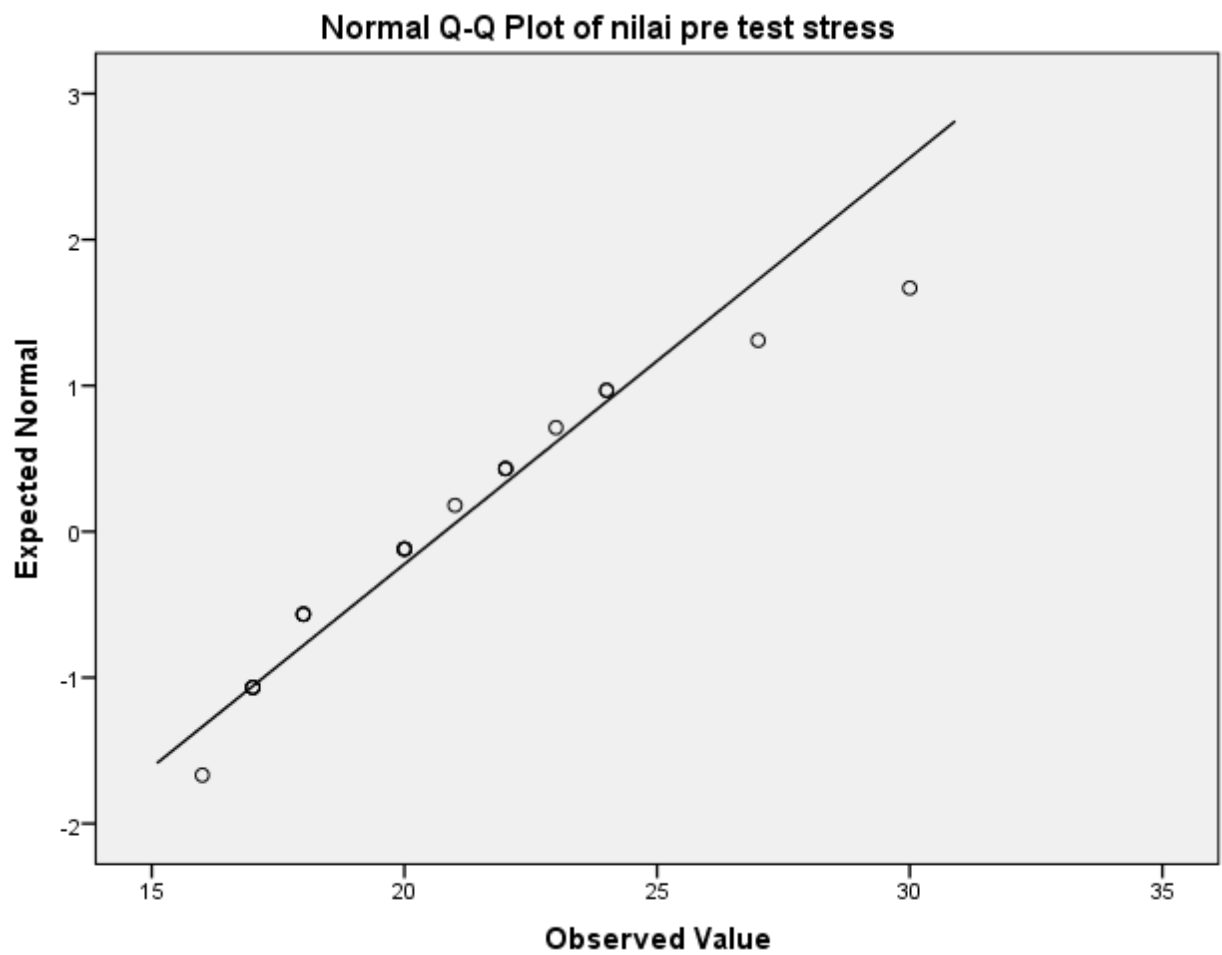
a. Lilliefors Significance Correction

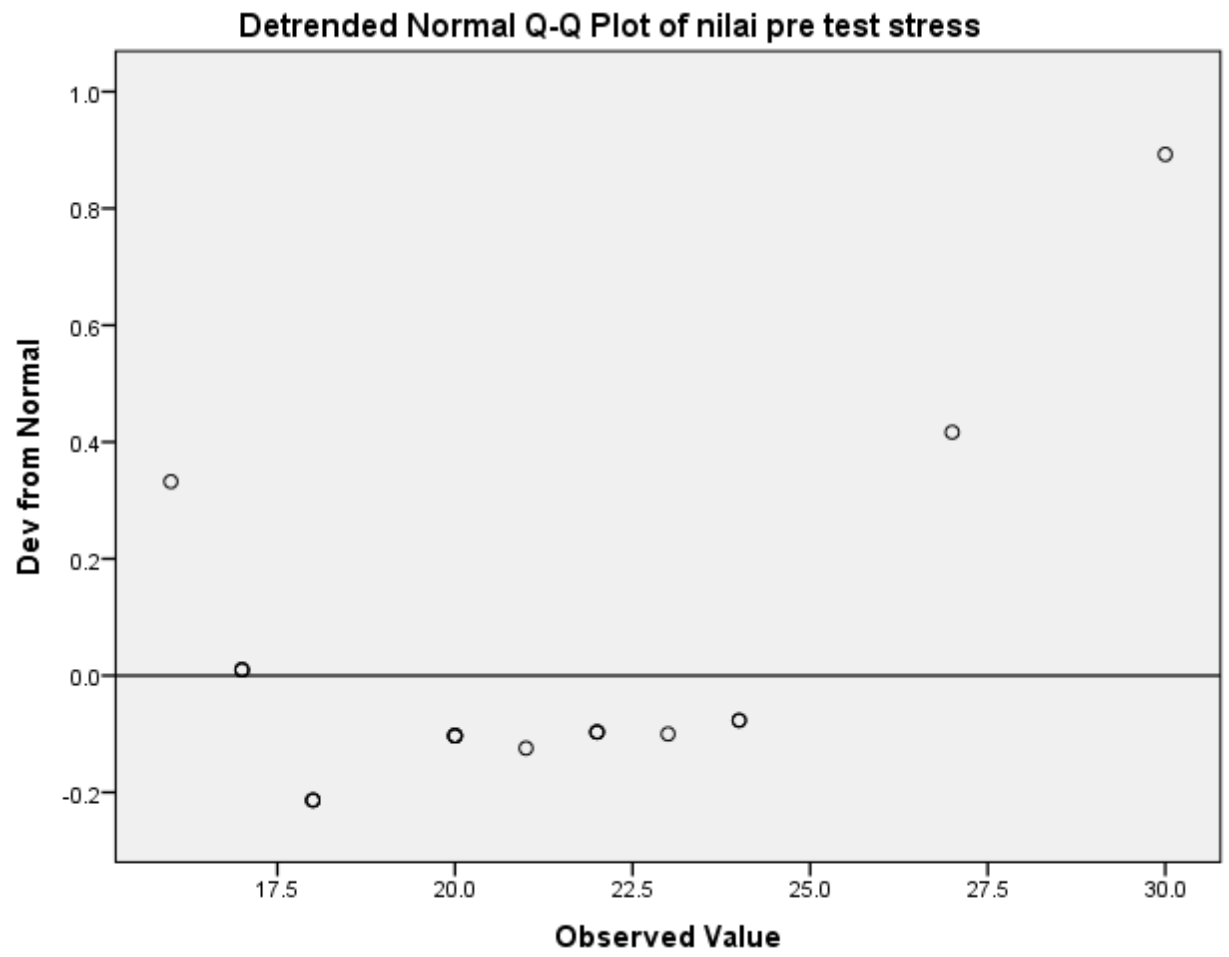
nilai pre test stress

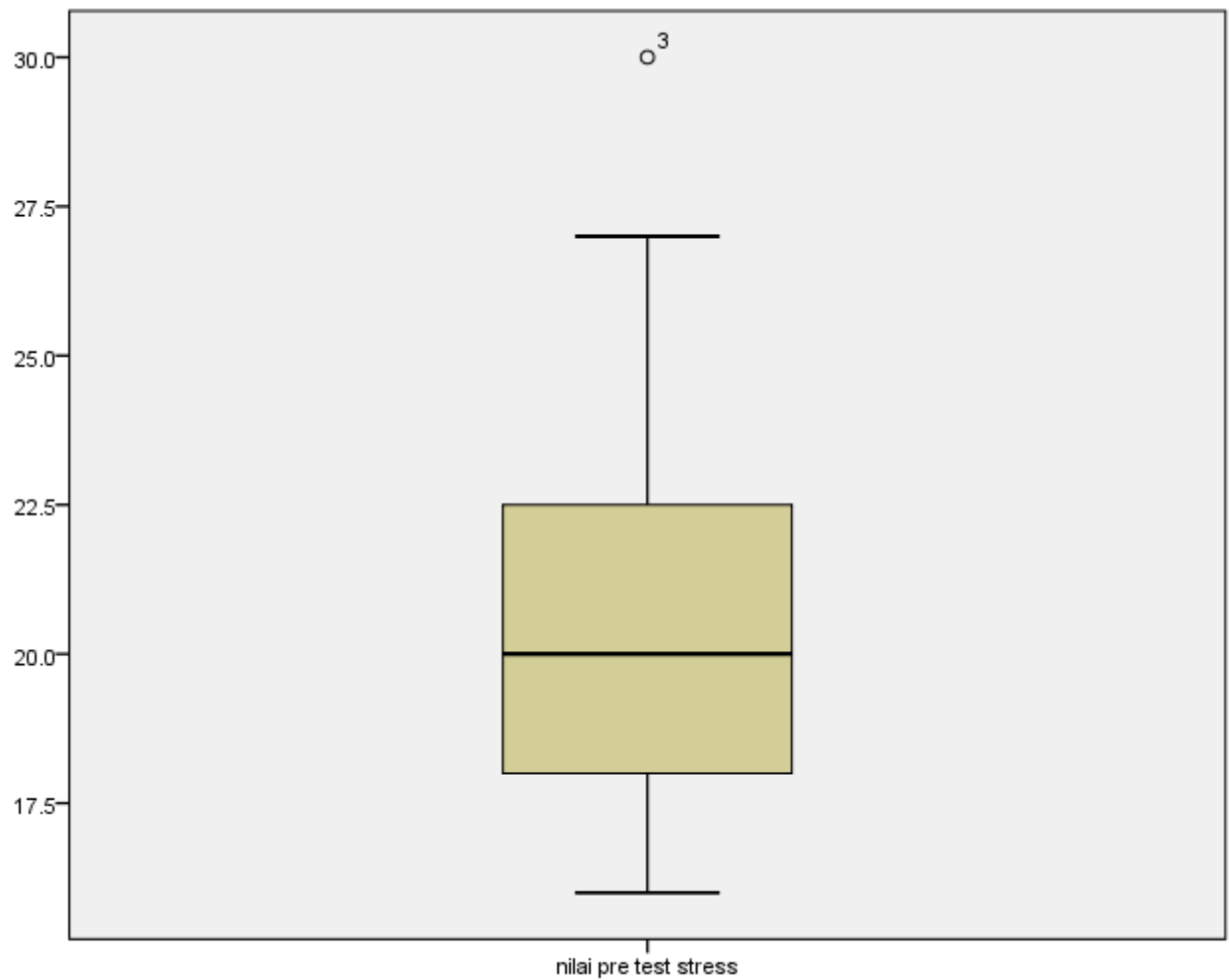
nilai pre test stress Stem-and-Leaf Plot

Frequency	Stem &	Leaf
7.00	1 .	6777888
11.00	2 .	00001222344
1.00	2 .	7
1.00	Extremes	(>=30)

Stem width: 10
Each leaf: 1 case(s)







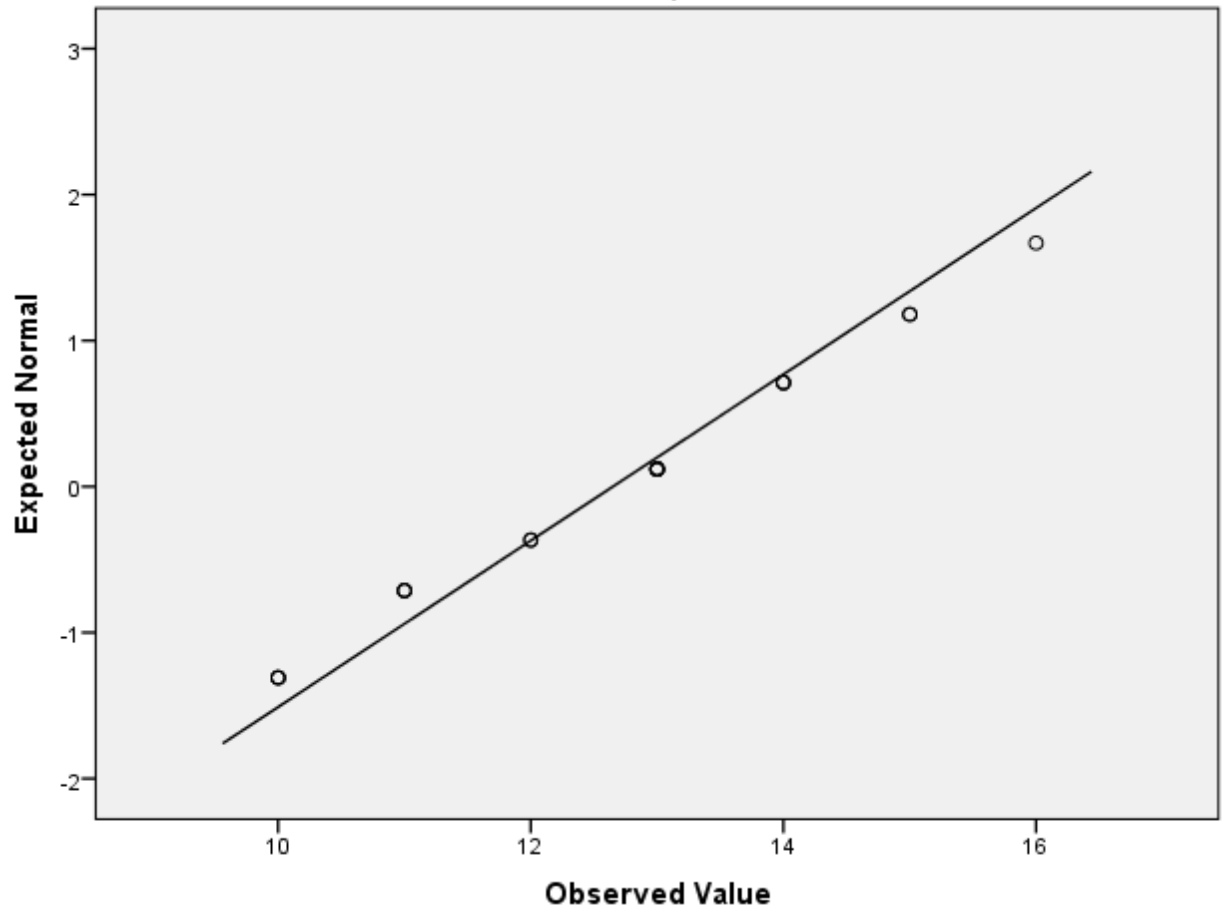
nilai post test stress

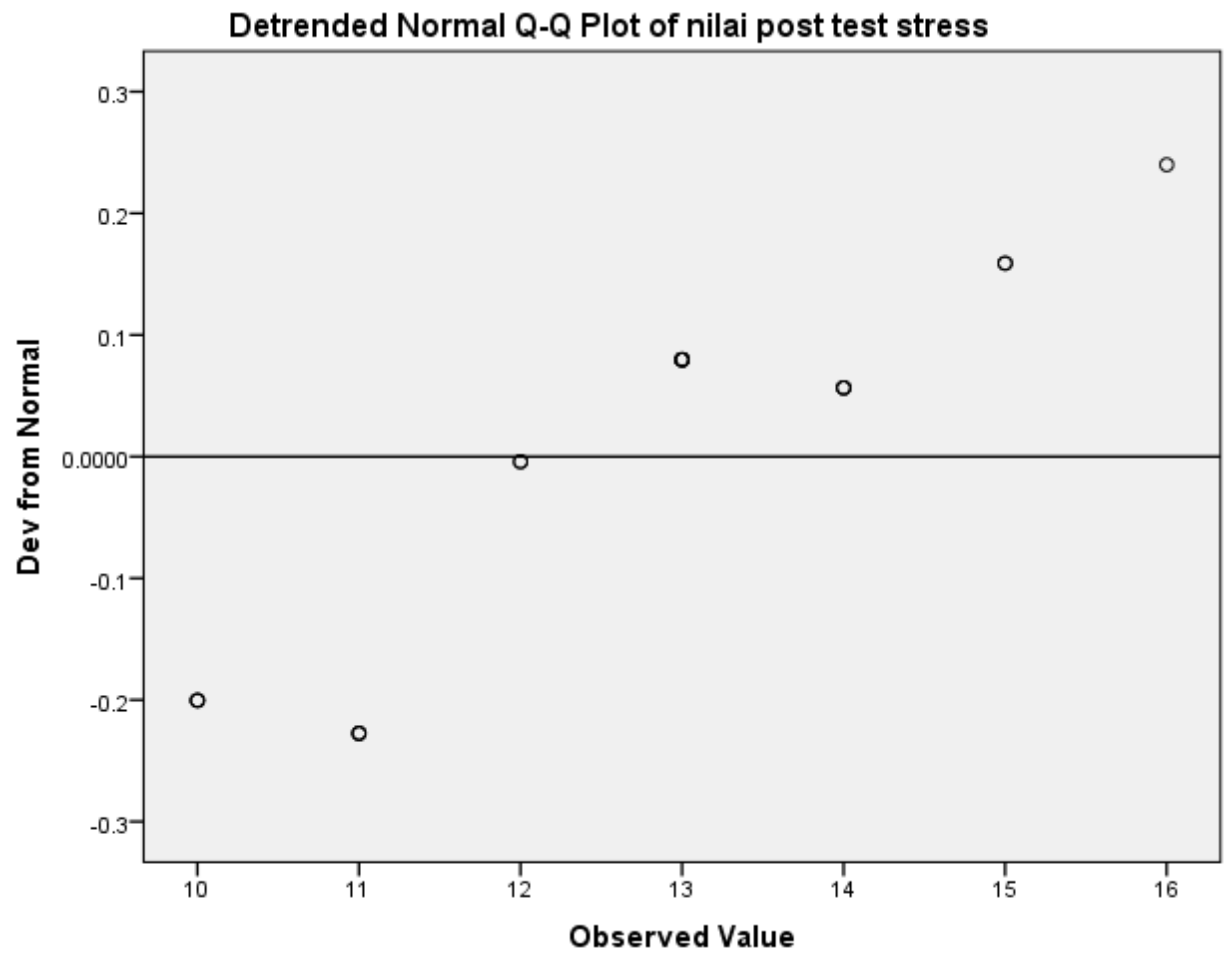
nilai post test stress Stem-and-Leaf Plot

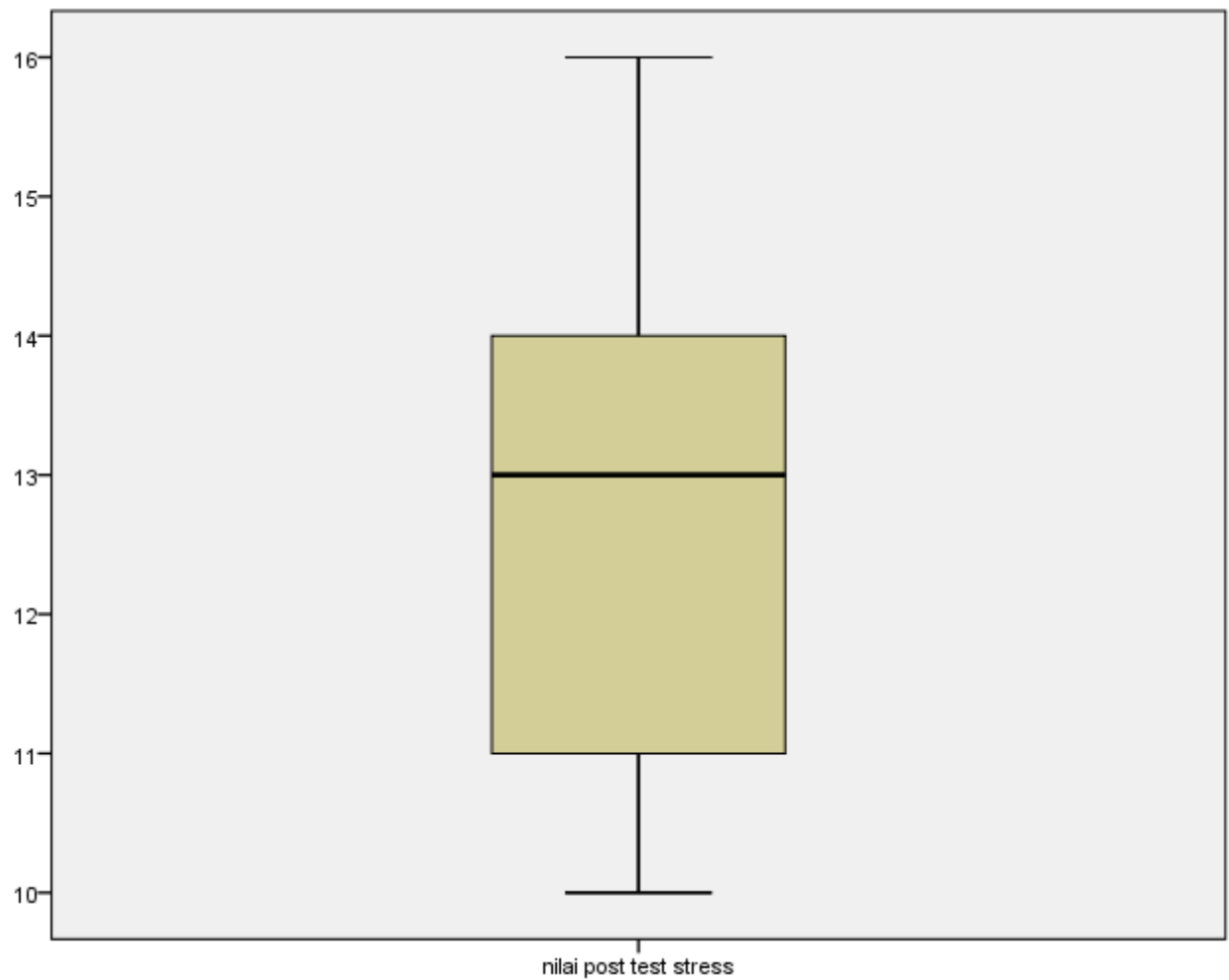
Frequency	Stem &	Leaf
3.00	10 .	000
3.00	11 .	000
2.00	12 .	00
6.00	13 .	000000
3.00	14 .	000
2.00	15 .	00
1.00	16 .	0

Stem width: 1
Each leaf: 1 case(s)

Normal Q-Q Plot of nilai post test stress







```

RECODE pre_test (15 thru 18=1) (19 thru 25=2) (26 thru 33=3) INTO
kat_pre_test.
VARIABLE LABELS kat_pre_test 'kategori pre test'.
EXECUTE.
RECODE post_test (15 thru 18=1) (19 thru 25=2) (26 thru 33=3) INTO
kat_post_test.
VARIABLE LABELS kat_post_test 'kategori post test'.
EXECUTE.
RECODE post_test (15 thru 18=1) (19 thru 25=2) (26 thru 33=3) (0
thru 14=0) INTO kat_post_test.
VARIABLE LABELS kat_post_test 'kategori post test'.
EXECUTE.
FREQUENCIES VARIABLES=kat_pre_test kat_post_test
/ORDER=ANALYSIS.

```

Frequencies

Notes		
Output Created		01-APR-2019 11:13:05
Comments		
Input	Active Dataset	DataSet0
	Filter	<none>
	Weight	<none>
	Split File	<none>
	N of Rows in Working Data File	20
Missing Value Handling	Definition of Missing	User-defined missing values are treated as missing.
	Cases Used	Statistics are based on all cases with valid data.
Syntax		FREQUENCIES VARIABLES=kat_pre_test kat_post_test /ORDER=ANALYSIS.
Resources	Processor Time	00:00:00.00
	Elapsed Time	00:00:00.00

Statistics

		kategori pre test	kategori post test
N	Valid	20	20
	Missing	0	0

Frequency Table

		kategori pre test			
		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	stress ringan	7	35.0	35.0	35.0
	stress sedang	11	55.0	55.0	90.0
	stress berat	2	10.0	10.0	100.0
	Total	20	100.0	100.0	

kategori post test

	Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid tidak stress	17	85.0	85.0	85.0
stress ringan	3	15.0	15.0	100.0
Total	20	100.0	100.0	

```
T-TEST PAIRS=pre_test WITH post_test (PAIRED)
/CRITERIA=CI (.9500)
/MISSING=ANALYSIS.
```

T-Test

Notes

Output Created	01-APR-2019 11:16:30
Comments	
Input	Active Dataset DataSet0 Filter <none> Weight <none> Split File <none> N of Rows in Working 20 Data File Definition of Missing
Missing Value Handling	User defined missing values are treated as missing. Statistics for each analysis are based on the cases with no missing or out-of-range data for any variable in the analysis. Cases Used
Syntax	T-TEST PAIRS=pre_test WITH post_test (PAIRED) /CRITERIA=CI(.9500) /MISSING=ANALYSIS.
Resources	Processor Time 00:00:00.02 Elapsed Time 00:00:00.02

Paired Samples Statistics

		Mean	N	Std. Deviation	Std. Error Mean
Pair 1	nilai pre test stress	20.80	20	3.592	.803
	nilai post test stress	12.65	20	1.755	.393

Paired Samples Correlations

		N	Correlation	Sig.
Pair 1	nilai pre test stress & nilai post test stress	20	.539	.014

Paired Samples Test

		Paired Differences				t	df	Sig. (2-tailed)
		Mean	Std. Deviation	Std. Error Mean	95% Confidence Interval of the Difference			
					Lower Upper			
Pair 1	nilai pre test stress - nilai post test stress	8.150	3.031	.678	6.731 9.569	12.025	19	.000

```

FREQUENCIES VARIABLES=item1 item2 item3 item4 item5 item6 item7
item8 item9 item10 item11 item12 item13 item14
/ORDER=ANALYSIS.

```

Frequencies

Notes		
Output Created		05-APR-2019 08:04:57
Comments		
Input	Active Dataset	DataSet0
	Filter	<none>
	Weight	<none>
	Split File	<none>
	N of Rows in Working Data File	20
Missing Value Handling	Definition of Missing	User-defined missing values are treated as missing.
	Cases Used	Statistics are based on all cases with valid data.
Syntax		FREQUENCIES VARIABLES=item1 item2 item3 item4 item5 item6 item7 item8 item9 item10 item11 item12 item13 item14 /ORDER=ANALYSIS.
Resources	Processor Time	00:00:00.02
	Elapsed Time	00:00:00.02

[DataSet0]

[illegible]

Frequency Table

item 1

	Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
1	8	40.0	40.0	40.0
Valid 2	12	60.0	60.0	100.0
Total	20	100.0	100.0	

item 2

	Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
1	16	80.0	80.0	80.0
Valid 2	4	20.0	20.0	100.0
Total	20	100.0	100.0	

item 3

	Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
0	4	20.0	20.0	20.0
1	9	45.0	45.0	65.0
Valid 2	6	30.0	30.0	95.0
3	1	5.0	5.0	100.0
Total	20	100.0	100.0	

item 4

	Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
1	9	45.0	45.0	45.0
Valid 2	11	55.0	55.0	100.0
Total	20	100.0	100.0	

item 5

	Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
1	18	90.0	90.0	90.0
Valid 2	2	10.0	10.0	100.0
Total	20	100.0	100.0	

item 6

	Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
1	1	5.0	5.0	5.0
Valid 2	14	70.0	70.0	75.0
3	5	25.0	25.0	100.0
Total	20	100.0	100.0	

item 7

	Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
1	10	50.0	50.0	50.0
Valid 2	9	45.0	45.0	95.0
3	1	5.0	5.0	100.0
Total	20	100.0	100.0	

item 8

	Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
0	1	5.0	5.0	5.0
Valid 1	11	55.0	55.0	60.0
2	8	40.0	40.0	100.0
Total	20	100.0	100.0	

item 9

	Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid 1	9	45.0	45.0	45.0
2	10	50.0	50.0	95.0
3	1	5.0	5.0	100.0
Total	20	100.0	100.0	

item 10

	Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid 1	9	45.0	45.0	45.0
2	9	45.0	45.0	90.0
3	2	10.0	10.0	100.0
Total	20	100.0	100.0	

item 11

	Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid 1	9	45.0	45.0	45.0
2	8	40.0	40.0	85.0
3	3	15.0	15.0	100.0
Total	20	100.0	100.0	

item 12

	Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid 0	1	5.0	5.0	5.0
1	15	75.0	75.0	80.0
2	3	15.0	15.0	95.0
3	1	5.0	5.0	100.0
Total	20	100.0	100.0	

item 13

	Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid 1	9	45.0	45.0	45.0
2	10	50.0	50.0	95.0
3	1	5.0	5.0	100.0
Total	20	100.0	100.0	

item 14

	Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid 0	1	5.0	5.0	5.0
1	14	70.0	70.0	75.0
2	3	15.0	15.0	90.0
3	2	10.0	10.0	100.0
Total	20	100.0	100.0	

```

FREQENCIES VARIABLES=item1_post item2_post item3_post item4_post
item5_post item6_post item7_post item8_post item9_post item10_post
item11_post item12_post item13_post item14_post
/ORDER=ANALYSI

```

Frequencies

Notes

Output Created		05-APR-2019 08:24:45
Comments		
Input	Active Dataset	DataSet0
	Filter	<none>
	Weight	<none>
	Split File	<none>
	N of Rows in Working Data File	20
Missing Value Handling	Definition of Missing	User-defined missing values are treated as missing.
	Cases Used	Statistics are based on all cases with valid data.
Syntax		FREQUENCIES VARIABLES=item1_post item2_post item3_post item4_post item5_post item6_post item7_post item8_post item9_post item10_post item11_post item12_post item13_post item14_post /ORDER=ANALYSIS.
Resources	Processor Time	00:00:00.00
	Elapsed Time	00:00:00.00

Statistics

[illegible]

Frequency Table

item1_post

	Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid 1	20	100.0	100.0	100.0

item2_post

	Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
0	1	5.0	5.0	5.0
Valid 1	18	90.0	90.0	95.0
2	1	5.0	5.0	100.0
Total	20	100.0	100.0	

item3_post

	Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
0	13	65.0	65.0	65.0
Valid 1	7	35.0	35.0	100.0
Total	20	100.0	100.0	

item4_post

	Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid 1	20	100.0	100.0	100.0

item5_post

	Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
0	1	5.0	5.0	5.0
Valid 1	18	90.0	90.0	95.0
2	1	5.0	5.0	100.0
Total	20	100.0	100.0	

item6_post

	Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
1	12	60.0	60.0	60.0
Valid 2	8	40.0	40.0	100.0
Total	20	100.0	100.0	

item7_post

	Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid 1	20	100.0	100.0	100.0

item8_post

	Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
0	17	85.0	85.0	85.0
Valid 1	3	15.0	15.0	100.0
Total	20	100.0	100.0	

item9_post

	Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
1	19	95.0	95.0	95.0
Valid 2	1	5.0	5.0	100.0
Total	20	100.0	100.0	

item10_post

	Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
0	1	5.0	5.0	5.0
Valid 1	17	85.0	85.0	90.0
2	2	10.0	10.0	100.0
Total	20	100.0	100.0	

item11_post

	Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
1	16	80.0	80.0	80.0
Valid 2	4	20.0	20.0	100.0
Total	20	100.0	100.0	

item12_post

	Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
0	11	55.0	55.0	55.0
Valid 1	9	45.0	45.0	100.0
Total	20	100.0	100.0	

item13_post

	Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
1	16	80.0	80.0	80.0
Valid 2	4	20.0	20.0	100.0
Total	20	100.0	100.0	

item14_post

	Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
0	4	20.0	20.0	20.0
Valid 1	16	80.0	80.0	100.0
Total	20	100.0	100.0	



**YAYASAN PENYELENGGARA PENDIDIKAN LATIHAN DAN
PELAYANAN KESEHATAN BALI
SEKOLAH TINGGI ILMU KESEHATAN BALI**

IJIN : KEP. MENDIKNAS NO. 58/D/0/2005
Kampus I : Jln. Tukad Pakerisan No. 90 Panjer Denpasar, Bali Telp. (0361) 221795, Fax. (0361) 256937
Kampus II : Jln. Tukad Balian No. 180 Renon Denpasar, Bali Telp. (0361) 7804837, 8764848, 8956208, Fax. (0361) 8956210,
Website : <http://www.stikes-bali.ac.id>

**FORMAT ISIAN
PERSYARATAN MENGIKUTI UJIAN SKRIPSI
MAHASISWA PROGRAM STUDI SARJANA KEPERAWATAN
STIKES BALI TAHUN AJARAN 2018/ 2019**

NAMA : I Gusti Ayu Novita Chandra Devy
NIM : 15C11578
TK/SMT : IV/VIII
ALAMAT : Banjar Petang Tengah, Petang, Badung

No	Syarat yang ditentukan	Ada	Tidak Ada (√)
1	Telah menyelesaikan administrasi keuangan (SPP dan Komite) Gasal dan Genap		
2	Menyerahkan fotocopy sertifikat seminar nasional/ internasional (minimal 3)		
3	Jumlah bimbingan dengan Pembimbing I minimal 10 kali		
4	Jumlah bimbingan dengan Pembimbing II minimal 10 kali		
5	Bukti penyerahan laporan/ skripsi pada Penguji I		
6	Bukti penyerahan laporan/ skripsi pada Penguji II		
7	Bukti penyerahan laporan/ skripsi pada Penguji III		

Catatan :

Bukti point diatas harus dilampirkan berupa foto copy dan menunjukan aslinya

Wali kelas

Ns. I Nyoman Dharma Wisnawa, S.Kep., M.Kes
NIDN. 0808028601

Mahasiswa

I Gusti Ayu Novita Chandra Devy
NIM. 15C11578

Mengetahui/Menyetujui
Program Studi Ilmu Keperawatan Ners
Ketua,

AAA Yuliati Darmini, S.Kep., Ns., MNS
NIDN. 0820127401



**YAYASAN PENYELENGGARA PENDIDIKAN LATIHAN DAN
PELAYANAN KESEHATAN BALI
SEKOLAH TINGGI ILMU KESEHATAN BALI**

IJIN : KEP. MENDIKNAS NO. 58/D/0/2005

Kampus I : Jln. Tukad Pakerisan No. 90 Panjer Denpasar, Bali Telp. (0361) 221795, Fax. (0361) 256937
Kampus II : Jln. Tukad Balian No. 180 Renon Denpasar, Bali Telp. (0361) 7804837, 8764848, 8956208, Fax. (0361) 8956210,
Website : <http://www.stikes-bali.ac.id>

FORMAT PERMOHONAN PENGAJUAN UJIAN SKRIPSI

Nama Mahasiswa : I Gusti Ayu Novita Chandra Devy
Program Studi : Sarjana Keperawatan
NIM : 15C11578
Judul Skripsi : “ Pengaruh Latihan Tari Rejang Renteng Terhadap Penurunan
Tingkat Stres Pada Ibu PKK Di Banjar Petang Suci Desa Adat
Petang “

Penguji I : Ni ketut Noriani, S.Si.T.,M.Kes Institusi : STIKES Bali
Penguji II : Ns. I GA Rai Rahayuni, S.Kep.,MNS Institusi : STIKES Bali
Penguji III : Gusti Ayu Dwina Mastryagung, S.Si.T.,M.Keb Institusi : STIKES Bali

Tanda Tangan Mahasiswa : Hari/Tanggal :/...../.....

(I Gusti Ayu Novita Chandra Devy)

Permohonan diterima :

Tanggal presentasi :

Tanda Tangan : (Penguji I)
..... (Penguji II)
..... (Penguji III)

Disetujui :

Tanda Tangan : Ketua Program Studi Sarjana Keperawatan

(A.A.A. YuliantiDarmini, S.Kep., Ns., MNS)

Tanggal :/...../.....

Lampiran 18

**FORMULIR KETERANGAN TRANSALTE ABSTRACT SKRIPSI
PRODI SARJANA KEPERAWATAN
STIKES BALI**

Yang bertanda tangan dibawah ini pembimbing I dari mahasiswa atas nama :

Nama : I Gusti Ayu Novita Chandra Devy

NIM : 15C11578

Judul Skripsi : Pengaruh Latihan Tari Rejang Renteng Terhadap Penurunan Tingkat
Stres Pada Ibu PKK Di Banjar Petang Suci Desa Adat Petang

Dengan ini menerangkan bahwa mahasiswa tersebut telah lulus uji skripsi dan
memerlukan bantuan untuk *translate abstract*.

Nama Dosen

1) Putu Rusanti, S.Pd., M.Pd

Denpasar, Maret 2019

Pembimbing I



Ns. I GA Rai Rahayuni S.Kep.,MNS
NIDN.0806048001

Lampiran 19

SURAT PERNYATAAN *ABSTRACT TRANSLATOR*

Dengan ini menyatakan bahwa mahasiswa yang tersebut namanya dibawah ini:

Nama : I Gusti Ayu Novita Chandra Devy
NIM : 15C11578
Judul Penelitian : Pengaruh Latihan Tari Rejang Renteng Terhadap
Penurunan Tingkat Stres Pada Ibu PKK Di Banjar
Petang Suci Desa Adat Petang

Telah mengikuti proses *Abstract Translation* dan abstrak tersebut dapat
dipergunakan dalam laporan Tugas Akhir (Skripsi).

Demikianlah surat ini dibuat untuk dapat dipergunakan sebagaimana mestinya.

Denpasar, 16 Juni 2018

Translator



Putu Rusanti, S.Pd., M.Pd
NIDN. 0822059001



**YAYASAN PENYELENGGARA PENDIDIKAN LATIHAN DAN
PELAYANAN KESEHATAN BALI
SEKOLAH TINGGI ILMU KESEHATAN BALI**

IJIN : KEP. MENDIKNAS NO. 58/D/0/2005

Kampus I : Jln. Tukad Pakerisan No. 90 Panjer Denpasar, Bali Telp. (0361) 221795, Fax. (0361) 256937
Kampus II : Jln. Tukad Balian No. 180 Renon Denpasar, Bali Telp. (0361) 7804837, 8764848, 8956208, Fax. (0361) 8956210,
Website : <http://www.stikes-bali.ac.id>

FORMAT PERSETUJUAN PERBAIKAN SKRIPSI

NAMA : I Gusti Ayu Novita Chandra Devy
NIM : 15C11578
PRGRAM STUDI : Sarjana Keperawatan
HARI/TGL UJIAN : Kamis, 16 mei 2019
JUDUL SKRIPSI : Pengaruh Latihan Tari Rejang Renteng Terhadap Penurunan
Tingkat Stres Pada Ibu PKK Di Banjar Petang Suci Desa Adat
Petang

Dengan ini panitia ujian akhir program (UAP) menyatakan bahwa telah menyetujui
perbaikan naskah skripsi tersebut.

Daftar nama Penguji :

Status	Nama	Tanggal	Tanda Tangan
Penguji I	Ni Ketut Noriani, S.Si.T.,M.Kes.	24/5/19	
Penguji II	Ns. IGA Rai Rahayuni, S.Kep.,MNS	28/5/19	
Penguji III	Gusti Ayu Dwina Mastryagung, S.Si.T.,M.Keb.	29/5/19	

Denpasar, 29 Mei 2019
Program Studi Sarjana Keperawatan
Ketua

A.A.A Yuliati Darmini, S.Kep.,Ns.,MNS
NIDN. 0821076701

Lampiran 21

**FORMAT BIMBINGAN SKRIPSI
MAHASISWA PROGRAM STUDI SARJANA KEPERAWATAN
STIKES BALI TAHUN 2019**

Nama Mahasiswa : I Gusti Ayu Novita Chandra Devy
NIM : 15C11578
Pembimbing 1 : IGA Rai Rahayuni S.kep., Ns., MNS
Pembimbing 2 : Gusti Ayu Dwina Mastryagung, M.Keb

NO	Hari/ Tanggal/ Jam	Kegiatan Bimbingan	Komentar/ saran perbaikan	Paraf Pembimbing
1.	Senin / 1 April 2019 09.30 wita.	Bimbas Hany Custom	Lagi omak dici	
2.	Selasa / 2 April 2019 10.00 wita	Bimbas maffar fahel	Lagiut dan dada sgar	
3.	Rabu / 15 April 2019 13.00 wita.	Bimbas Pst B-V Harn	Seri dan Panda fubq	
4.	Jumat / 17 April 2019 11.00 wita.	Bimbas BABVI Mawda	Realita Grah Pak "akur"	
5.	Sabtu / 18 April 2019 14.00	Bimbas BAB VI Hambak	Ganda Litrat Y mon bahu	
6.	Senin / 20 April 2019 11.00 wita.	Bimbas BAB VII Lefimpus	Ingkas sals mon Cakap Pm	
7.	Rabu 22 April 2019	Bimbas BAB VII Jare	Seri home apilicah	
8.	Jumat 24 April 2019	Bimbas Rm BAB	It penGoth & perom	

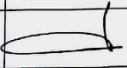
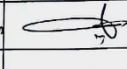
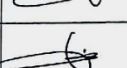
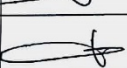
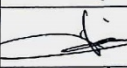
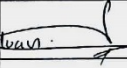
[illegible]

FORMAT BUKU BIMBINGAN SKRIPSI
MAHASISWA PROGRAM STUDI ILMU KEPERAWATAN
STIKES BALI TAHUN AJARAN 2019/2020

Nama Mahasiswa: I Gusti Ayu Novita Chandra Devy
 NIM : 15C11578

Pembimbing I : Ns. I GA Rai Rahayuni, S.Kep.,MNS

Pembimbing II : Gusti Ayu Dwina Mastryagung, S.Si.T.,M.Keb

No	Hari/Tanggal/ Jam	Kegiatan Bimbingan	Komentar/ Saran Perbaikan	Paraf Pembimbing
1.	Kamis, (13.00) 28 April 2019	Bimbingan BAB V	Revisi Perbaikan BAB V	
2.	Sabtu/ 20 April 2019	Bimbingan perbaikan BAB V	Revisi BAB V Sesuai penulisan	
3.	Senin / 09.00 22 April	Bimbingan Perbaikan BAB V	Perbaiki tabel Lampir ke bab VI	
4.	Selasa 23 April / 10.00	Bimbingan BAB VI & BAB VI	Perbaiki Rumusan Falsafah	
5.	Kamis 15.00 25 April 2019	Bimbingan BAB VI	Perbaiki Falsafah	
6.	Jumat 26 April 2019	Bimbingan BAB VI	Perbaiki Falsafah Lampir ke bab VII	
7.	Sabtu 27 April 2019	Bimbingan BAB VI & VII	Perbaiki poin di bagian akhir	
8.	Kamis 2 Mei 2019	Bimbingan BAB VII	Revisi Saran Sesuai dg Bab	
9.	Jumat 3 Mei 2019	Bimbingan BAB I - BAB VII	Baca-Baca Kembali Buku Panduan	
10.	Sabtu 4 Mei 2019	Bimbingan Skripsi Lengkap	Acc lampir ujian	