

**PENGEMBANGAN MODUL KONSELING BEHAVIORAL
TEKNIK RELAKSASI UNTUK MEREDUKSI KECEMASAN
PADA IBU PRIMIGRAVIDA TRIMESTER III**

Oleh
Anak Agung Ayu Agung Widhyani, NIM 1829111001
Program Studi Bimbingan Dan Konseling
Program Pascasarjana

ABSTRAK

Penelitian ini bertujuan untuk memberikan modul konseling behavioral teknik Relaksasi pada ibu Primigravida TM III dimana diharapkan ibu Primigravida TM III dapat rilek menghadapi proses kehamilan dan persalinannya nanti. Jenis penelitian ini adalah Research and Development (R &D), model penelitian yang digunakan yaitu Four- D (4 D). Model 4D terdiri dari empat tahapan yaitu : *define* (pendefinisian), *design* (Perancangan), *Develop* (Pengembangan) dan *Disseminate* (Penyebaran) namun disseminate tidak dilakukan karena pandemic COVID 19. Analisis untuk menguji validitas instrument dengan menggunakan rumus Lawshe CVR dan CVI dengan pengujian oleh 5 pakar dalam bidang ahlinya yaitu Pakar Bimbingan dan Konseling, Pakar bidang Psikologi serta Pakar bidang Kesehatan baik dari institusi pendidikan maupun pemberi pelayanan Kesehatan (Praktek Mandiri Bidan).

Hasil Penelitian didapatkan bahwa skor CVR yaitu 21,6 serta CVI diperoleh skor 0,9818 maka isi dari produk bernilai penting dan berdasarkan atas analisis data maka nilai validitas isi produk berupa modul konseling behavioral teknik relaksasi pada ibu primigravida Trimester III adalah tinggi dan bermakna penting.

Kata kunci: Modul konseling behavioral, Teknik Relaksasi, Ibu Primigravida Trimester III.

Behavioral Counseling in Relaxation Techniques in Primigravida TM: IIIa Module Development

Oleh

Anak Agung Ayu Agung Widhyani, NIM 1829111001
Program Studi Bimbingan Dan Konseling
Program Pascasarjana

ABSTRAK

This research was conducted to be able to people a behavioral counseling module with relaxation techniques to Primigravida TM III mothers where it is hoped that primigravida TM III mothers can relax in facing the process of pregnancy and childbirth later. This type of research is Reseach and Development (R & D), the reseach model used is Four – D (4D). The 4D model consint of four stages, namely: define, design, develop and disseminate but dissemination is not carried out due to the COVID 19 pandemic. Analysis to test the validity of the instrument using the lawshe CVR and CVI formulas by testing. By 5 expert in their expert fields, nsamely Guidance and Counseling Experts, Psychology Expert and Health Experts from both educational institusions and that the CVR score was 21,6 and the CVI score was 98, so the content of the product was important and based on data analysis, the value of the product content validity in the form of a behavioral counseling module in trimester III Primigravida was high and signature.

Keywords : Behavioral Counseling modules, Relaxation techniques, Primigravida TM III