



**PENGARUH PEMBERIAN *TREATMENT* TOTOK WAJAH
TERHADAP KECEMASAN PADA IBU NIFAS
DI WILAYAH KERJA PUSKESMAS
BUANA PEMACA TAHUN 2021**

SKRIPSI

Oleh

RAHMAWATI

NIM. 152201189

PROGRAM STUDI KEBIDANAN PROGRAM SARJANA

FAKULTAS KESEHATAN

UNIVERSITAS NGUDI WALUYO

2020/2021



**PENGARUH PEMBERIAN *TREATMENT* TOTOK WAJAH
TERHADAP KECEMASAN PADA IBU NIFAS
DI WILAYAH KERJA PUSKESMAS
BUANA PEMACA TAHUN 2021**

SKRIPSI

Diajukan sebagai salah satu syarat untuk memperoleh gelar Sarjana

Oleh

RAHMAWATI

NIM. 152201189

**PROGRAM STUDI KEBIDANAN PROGRAM SARJANA
FAKULTAS KESEHATAN
UNIVERSITAS NGUDI WALUYO
2020/2021**

HALAMAN PERSETUJUAN

**PENGARUH PEMBERIAN *TREATMENT* TOTOK WAJAH
TERHADAP KECEMASAN PADA IBU NIFAS
DI WILAYAH KERJA PUSKESMAS
BUANA PEMACA TAHUN 2021**

Disusun oleh :

RAHMAWATI

NIM. 152201189

PROGRAM STUDI KEBIDANAN PROGRAM SARJANA
FAKULTAS KESEHATAN
UNIVERSITAS NGUDI WALUYO

Telah diperiksa dan disetujui oleh pembimbing serta telah diperkenankan untuk diujikan.

Ungaran, 31 Januari 2022

Pembimbing



**Ninik Christiani, S.SiT., M.Kes
NIDN. 0607118001**

HALAMAN PENGESAHAN

Skripsi Bejudul :

**PENGARUH PEMBERIAN *TREATMENT* TOTOK WAJAH
TERHADAP KECEMASAN PADA IBU NIFAS
DI WILAYAH KERJA PUSKESMAS
BUANA PEMACA TAHUN 2021**

Disusun oleh :
RAHMAWATI
NIM. 152201189

Telah dipertahankan di depan Tim Penguji Skripsi Program Studi Kebidanan
Program Sarjana, Fakultas Ilmu Kesehatan, Universitas Ngudi Waluyo, pada :

Hari : Sabtu
Tanggal : 05 Februari 2022


Tim Penguji:
Pembimbing


Ninik Christiani, S.SiT., M.Kes
NIDN. 0607118001

Anggota/Pembimbing 1

Anggota/Pembimbing 2


Puji Lestari, S.SiT., M.Kes
NIDN. 0606048902


Heni Hirawati Pranoto, S.SiT., M.Kes
NIDN. 0602108101

Ketua Program Studi

Dekan Fakultas Kesehatan


Luvi Dian Afriyani, S.SiT., M.Kes
NIDN. 0627048302


Eko Susilo, S.Kep., Ns., M.Kep
NIDN. 0627097501

PERNYATAAN ORISINILITAS

Yang bertanda tangan dibawah ini saya,

Nama : Rahmawati
NIM : 152201189
Program Studi/Fakultas : Kebidanan Program Sarjana / Kesehatan

Dengan ini menyatakan bahwa :

1. Skripsi berjudul **“PENGARUH PEMBERIAN *TREATMENT* TOTOK WAJAH TERHADAP KECEMASAN PADA IBU NIFAS DI WILAYAH KERJA PUSKESMAS BAUANA PEMACA TAHUN 2021”** adalah karya ilmiah asli dan belum pernah diajukan untuk mendapatkan gelar akademik apapun di Perguruan Tinggi manapun.
2. Skripsi ini merupakan ide dan hasil karya murni saya yang dibimbing dan dibantu oleh tim pembimbing dan narasumber.
3. Skripsi ini tidak memuat karya atau pendapat orang lain yang telah dipublikasikan kecuali tertulis dicantumkan dalam naskah sebagai acuan dengan menyebutkan nama pengarang dan judul aslinya serta dicantumkan dalam daftar pustaka.
4. Pernyataan ini saya buat dengan sesungguhnya dan apabila di kemudian hari terdapat penyimpangan dan ketidak benaran di dalam pernyataan ini, saya bersedia menerima sanksi akademik berupa pencabutan gelar yang telah saya peroleh dan sanksi lain sesuai dengan norma yang berlaku di Universitas Ngudi Waluyo.

Pembimbing,

(Ninik Christiani, S.SiT., M.Kes)
NIDN. 0607118001

Ungaran, 31 Januari 2022

Yang membuat pernyataan,

(Rahmawati)

HALAMAN KESEDIAAN PUBLIKASI

Yang bertanda tangan dibawah ini :

Nama : Rahmawati

NIM : 152201189

Program Studi : Kebidanan Program Sarjana

Menyatakan memberikan kewenangan kepada Program Studi Kebidanan Program Sarjana (Dosen Pembimbing Skripsi) untuk menyimpan, mengalih media atau menginformasikan, merawat dan mempublikasikan skripsi saya yang berjudul **“Pengaruh Pemberian *Treatment* Totok Wajah Terhadap Kecemasan Pada Ibu Nifas Di Wilayah Kerja Puskesmas Bauana Pemaca Tahun 2021”** untuk kepentingan akademis.

Ungaran, 31 Januari 2022

Yang membuat pernyataan

A handwritten signature in black ink, appearing to be 'Rahmawati', written over a light grey rectangular background.

(Rahmawati)

Universitas Ngudi Waluyo Ungaran
Program Studi Kebidanan, Fakultas Kesehatan
Skripsi, Januari 2022
Rahmawati
152201189

Pengaruh Pemberian Treatment Totok Wajah Terhadap Kecemasan Pada Ibu Nifas Di Wilayah Kerja Puskesmas Buana Pemaca Tahun 2021
(xvii + 93 halaman + 9 tabel + 9 lampiran)

ABSTRAK

Latar Belakang : Masa nifas adalah masa setelah seorang ibu melahirkan bayi untuk memulihkan kesehatannya kembali memerlukan waktu 6-12 minggu. Gangguan psikologis masa nifas salah satunya adalah kecemasan, kecemasan meliputi perasaan takut, mudah marah, mudah tersinggung, keringat berlebih, dyspnea, dan insomnia. Hal tersebut bisa diatasi dengan pemberian *treatment* totok wajah dikarenakan tekanan yang dilakukan pada saat totok wajah bermanfaat mengirimkan sinyal yang menyeimbangkan sistem saraf atau melepaskan bahan kimia seperti endorfin yang bermanfaat mengurangi kecemasan.

Metode : Jenis penelitian ini adalah *eksperimen* kuantitatif – *pre ekperimental* dengan desain penelitian *one group pre-post test design*. Populasi dalam penelitian ini seluruh ibu nifas yaitu ada 15 ibu nifas pada tanggal 6-14 Januari 2022 di Wilayah Kerja Puskesmas Buana Pemaca tahun 2021. Teknik sampling menggunakan *total sampling* dengan jumlah sampel 15 ibu nifas, dengan teknik analisis data menggunakan uji *paired-sample t-test* . Metode pengumpulan data menggunakan alat ukur kecemasan (*HARS*).

Hasil Penelitian : Hasil penilaian kecemasan sebelum diberikan *treatment* totok wajah pada ibu nifas menunjukkan rata-rata diperoleh skor HARS 18,33 dan setelah diberikan *treatment* totok wajah rata-rata diperoleh skor HARS 13,33. Hasil analisis bivariat dengan $p = 0,00$ ($p < 0,05$). H_0 tolak dan H_a diterima.

Kesimpulan : Ada pengaruh pemberian *treatment* totok wajah terhadap kecemasan pada ibu nifas

Kata kunci : Ibu Nifas, Treatment Totok Wajah, Kecemasan

Kepustakaan : 42 (2011-2021)

Ngudi Waluyo University
Midwifery Study Program, Faculty Of Health
Final Project, January 2022
Rahmawati
152201189

The Effect of Face massage Treatment for an Anxiety to Postpartum Mother at the Work Area of the Buana Pemaca Health Center in 2021
(xvii + 93 pages + 9 tables + 9 attachments)

ABSTRACT

Background: The postpartum period is period after a mother gives birth baby to restore her health, it takes 6-12 weeks. One of the psychological disorders during the puerperium is anxiety, it is filled with feelings of fear, irritability, excessive sweating, dyspnea, and insomnia. This can overcome by a face massage treatment because the pressure applied to the face massage is useful in sending signals that balance the nervous system or releasing chemicals such as endorphins which are useful in reducing anxiety.

Method: This type of research is a quantitative experiment - pre-experimental with a pre-post test, method using a one group pre-post test design research design. The population were all postpartum mothers, 15 postpartum mothers on January 6-14, 2022 at the Working Area of the Buana Pemaca Health Center in 2021. The sampling technique used total sampling with a sample of 15 postpartum mothers, with the data analysis technique using the paired-sample t test –test. The data collection method used an anxiety measuring instrument (HARS).

Results: The results before face massage facial treatment was given to postpartum mothers, the average HARS score was 18.33 and after being given face massage treatment, the average HARS score was 13.33. The results of bivariate analysis with $p = 0.00$ ($p < 0.05$). H_0 is rejected and H_a is accepted.

Conclusion: There is an effect of giving face massage for an anxiety to postpartum mothers

Key words : Postpartum, Face massage treatment, Anxiety

Literature : 42 (2011-2021)

DAFTAR RIWAYAT HIDUP



Nama : Rahmawati
NIM : 152201189
Tempat, Tanggal Lahir : Muaradua, 28 Desember 1999
Agama : Islam
Nama Orang Tua
Ayah : Syamson, S.Pd
Ibu : Nurimah, S.Pd, SD
Alamat : Jl. Pasar Lama/Jati Kuning, No.96 Rt 003 Rw 000
Kelurahan Bumi Agung Kecamatan Muaradua,
Kabupaten Ogan Komerling Ulu Selatan Provinsi
Sumatera Selatan.
Email : rw2243909@gmail.com
Riwayat Pendidikan :

1. SDN 03 Muaradua tahun 2006-2011
2. SMPN 01 Muaradua tahun 2011-2014
3. SMAN 01 Muaradua tahun 2014-2017
4. D III Kebidanan Stikes Muhammadiyah Palembang tahun 2017-2020
5. Saat ini tercatat sebagai Mahasiswa Semester 3 Program Studi S1
Kebidanan Transfer Universitas Ngudi Waluyo Tahun 2021/2022.

PRAKATA

Puji syukur penulis panjatkan kehadirat Tuhan Yang Maha Esa, karena berkat rahmat dan hidayahNya penulis dapat menyelesaikan skripsi yang berjudul “Pengaruh Pemberian Treatment Totok Wajah Terhadap Kecemasan Pada Ibu Nifas Di Wilayah Kerja Puskesmas Bauana Pemaca Tahun 2021” dengan baik dan tepat waktu. Penyusunan skripsi ini merupakan salah satu syarat untuk memperoleh gelar Sarjana Kebidanan (S.Keb) pada Program Studi Kebidanan Program Sarjana di Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas Ngudi Waluyo.

Dalam penyusunan skripsi ini, penulis banyak mendapat bantuan pengarahan, bimbingan, serta saran-saran dari berbagai pihak. Oleh karena itu, pada kesempatan ini penulis mengucapkan banyak terima kasih kepada yang terhormat :

1. Bapak Prof. Dr. Subyantoro, M.Hum., selaku Rektor Universitas Ngudi Waluyo.
2. Bapak Eko Susilo, S.Kep., Ns., M.Kep selaku Dekan Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas Ngudi Waluyo.
3. Ibu Luvi Dian Afriyani, S.SiT., M.Kes selaku Ketua Program Studi Kebidanan Program Sarjana Universitas Ngudi Waluyo.
4. Ibu Ninik Christiani, S.SiT., M.Kes selaku Pembimbing yang telah banyak meluangkan waktu dan tenaga untuk membimbing serta memberikan arahan selama penyusunan skripsi.
5. Ibu Puji Lestari, S.SiT., M.Kes selaku Penguji 1
6. Ibu Heni Hirawati Pranoto, S.SiT.,M.Kes selaku Penguji 2
7. Seluruh dosen dan staff Universitas Ngudi Waluyo terima kasih atas bantuan dan dukungannya dalam penyelesaian skripsi ini.
8. Kedua pahlawan hidupku ayahanda Syamson, S.Pd dan ibunda Nurimah, S.Pd, SD.
9. Pihak Puskesmas Buana Pemaca yang sudah memberikan izin untuk melaksanakan penelitian dan Ibu-ibu nifas yang bersedia untuk menjadi responden pada penelitian ini.

10. Pujaan hati yang selalu memberi semangat dan mengajari banyak hal tentang skripsi dalam menyelesaikan skripsi Asep Sulaiman, S.T., Kemudian sahabat kecil saya Pedriani Wira Hayu, A.Md.T., yang selalu memberikan semangat serta sahabat seperjuangan dari pertama masuk kuliah yang selalu mendukung serta memberi semangat, tempat berbagi pendapat dan selalu ada untuk mendengarkan keluh kesah menyelesaikan skripsi Nila Apriliani, S.Keb, Juli Fitri, S.Keb dan Ratni Dini Lara Zuhdi, S.Keb.
11. Teman-teman seperjuangan dan sealmamater yang telah berjuang bersama dalam suka maupun duka dalam menyelesaikan skripsi.

Terima kasih atas bantuannya dan semoga Allah SWT membalas segala kebaikan semua pihak yang telah membantu. Semoga skripsi ini membawa manfaat bagi kita semua dan menjadi bahan masukan dalam dunia pendidikan, Aamiin.

Ungaran, Januari 2022

Penulis

DAFTAR ISI

HALAMAN JUDUL LUAR.....	i
HALAMAN JUDUL DALAM.....	i
HALAMAN PERSETUJUAN.....	ii
HALAMAN PENGESAHAN.....	iii
PERNYATAAN ORISINILITAS.....	iv
HALAMAN KESEDIAAN PUBLIKASI.....	v
ABSTRAK.....	vi
ABSTRACK.....	vii
DAFTAR RIWAYAT HIDUP.....	viii
PRAKATA.....	ix
DAFTAR ISI.....	xi
DAFTAR TABEL.....	xiv
DAFTAR GAMBAR.....	xv
DAFTAR BAGAN.....	xvi
DAFTAR LAMPIRAN.....	xvii
BAB 1 PENDAHULUAN.....	1
A. Latar Belakang.....	1
B. Rumusan Masalah.....	6
C. Tujuan Penelitian.....	7
D. Manfaat Penelitian.....	7
BAB II TINJAUAN PUSTAKA.....	9

A. Tinjauan Teoritis	9
1. Konsep Dasar Masa Nifas	9
2. Kecemasan	29
3. Totok Wajah	46
B. Kerangka Teoritis.....	58
C. Kerangka Konsep.....	59
D. Kerangka Empiris	59
BAB III METODE PENELITIAN.....	60
A. Desain Penelitian.....	60
B. Lokasi Penelitian.....	61
C. Populasi dan Sampel Penelitian	61
D. Definisi Operasional	62
E. Variabel Penelitian.....	64
F. Pengumpulan Data	64
G. Instrumen Penelitian	66
H. Uji Validitas dan Reliabilitas	67
I. Etika Penelitian	68
J. Prosedur Pengambilan Data	69
K. Pengolahan Data	71
L. Analisis Data	73
BAB IV HASIL DAN PEMBAHASAN	76
A. Gambaran Umum Objek Penelitian	76
B. Hasil dan Pembahasan	77

C. Keterbatasan Penelitian.....	90
BAB V PENUTUP.....	92
A. Kesimpulan	93
B. Saran	93
DAFTAR PUSTAKA	
LAMPIRAN	

DAFTAR TABEL

Tabel 2.1 Perbandingan TFU Dan Berat Uterus Di Masa Involusio	11
Tabel 2.2 Macam-macam Lokhea	13
Tabel 2.3 Pengaruh Hormon Lain Pada Laktasi	17
Tabel 2.4 Kunjungan Masa Nifas	25
Tabel 3.1 Desain Penelitian One Group Pretest Posttest Design	60
Tabel 3.2 Definisi Operasional Variabel Penelitian	62
Tabel 4.1 Distribusi Frekuensi Kecemasan Pada Ibu nifas sebelum diberikan <i>treatment</i> totok wajah	77
Tabel 4.2 Distribusi Frekuensi Kecemasan Pada Ibu nifas setelah diberikan <i>treatment</i> totok wajah	78
Tabel 4.3 Analisis Pengaruh Treatment Totok wajah Terhadap Kecemasan Pada Ibu Nifas (Uji <i>paired Samples Test</i>)	79

DAFTAR GAMBAR

Gambar 2.1 Menempelkan Tangan Terapis	53
Gambar 2.2 Menekan Dahi Di Antara Kedua Alis	53
Gambar 2.3 Menekan Alis Bagian Dalam	53
Gambar 2.4 Menekan Kedua Pelipis Dengan Memutar	54
Gambar 2.5 Menarik Dan Menekan Ke Atas Pada Bagian Bawah Mata .	54
Gambar 2.6 Menekan Sambil Ditarik Di samping Cuping Hidung	54
Gambar 2.7 Menekan Pipi Sambil Ditarik Ke Atas Ke Tulang Pipi	55
Gambar 2.8 Menekan Bawah Hidung Diatas Bibir	55
Gambar 2.9 Menekan Dan Tarik Garis Senyum Atas Dan Bawah	55
Gambar 2.10 Menekan Daerah Dagu	56
Gambar 2.11 Memijat Dari Pundak Sampai Ke Belakang Kepala	56

DAFTAR BAGAN

Bagan 2.1 Kerangka Teori	58
Bagan 2.2 Kerangka Konsep.....	59

DAFTAR LAMPIRAN

- Lampiran 1 Lembar Konsultasi
- Lampiran 2 Surat Izin Studi Pendahuluan ke Puskesmas Buana Pemaca
- Lampiran 3 Surat Balasan Studi Pendahuluan dari Puskesmas Buana Pemaca
- Lampiran 4 Surat izin Penelitian dan Mencari Data ke Puskesmas Buana Pemaca
- Lampiran 5 Surat Balasan Penelitian dan Mencari Data dari Puskesmas Buana Pemaca
- Lampiran 6 Inform Consent dan Kuesioner Penelitian
- Lampiran 7 Data Hasil Penelitian
- Lampiran 8 Data Output Hasil Analisis Penelitian
- Lampiran 9 Dokumentasi