

Universitas Ngudi Waluyo
Program Studi Kebidanan Program Sarjana, Fakultas Kesehatan
Skripsi, Januari 2024
Akhid Suraiya
152211092

EFEKTIVITAS PEMBERIAN TREATMENT TOTOK WAJAH TERHADAP PENURUNAN KECEMASAN IBU NIFAS DI PMB KRISNIATI KABUPATEN SEMARANG

ABSTRAK

Latar Belakang : Pada masa nifas ibu akan mengalami perubahan ketidaknyamanan seperti rasa mules, nyeri pada luka jahitan, insomnia, kelelahan, khawatir / cemas, dan mudah tersinggung. Kecemasan adalah keadaan psikologis ibu nifas yang penuh dengan rasa ketakutan dan kekhawatiran, apabila tidak ditangani menyebabkan gangguan psikologi seperti postpartum blues (*baby blues*), depresi postpartum, bahkan postpartum psikosis. Totok wajah adalah terapi yang membantu mengurangi stres dan kecemasan, karena memperlancar peredaran darah dan efektif menurunkan kecemasan. Sehingga tujuan penelitian ini untuk mengetahui efektivitas pemberian treatment totok wajah terhadap penurunan kecemasan ibu nifas.

Metode : Penelitian ini menggunakan desain penelitian *pre-eksperimental design* dengan rancangan *one group pre-test* dan *post-test design* serta menggunakan teknik *purposive sampling*. Responden penelitian ini 10 ibu nifas di PMB Krisniati Kabupaten Semarang. Penilaian dilakukan sebelum dan sesudah diberikan treatment totok wajah. Instrumen penelitian ini menggunakan kuesioner pengukuran kecemasan *Hamilton Rating Scale for Anxiety* (HRS-A) dan SOP totok wajah. Uji statistik penelitian ini menggunakan *Paired t-Test*.

Hasil : Hasil analisis menyatakan bahwa pada saat pre-test diketahui sebagian besar responden mengalami kecemasan ringan sebanyak 80,0% dan pada saat post-test mengalami penurunan tingkat kecemasan menjadi tidak ada kecemasan, dengan p value sebesar $0,000 < 0,05$ artinya ada perbedaan yang signifikan dalam pemberian treatment totok wajah terhadap penurunan kecemasan ibu nifas.

Simpulan : Penelitian ini diharapkan menjadi bahan pertimbangan penerapan asuhan kebidanan komplementer untuk mengatasi kecemasan pada ibu nifas.

Kata Kunci : Nifas, Kecemasan, Totok Wajah

Ngudi Waluyo University
Study Program of Midwifery, Faculty of Science
Final Project, Januari 2024
Akhid Suraiya
152211092

THE EFFECTIVENESS OF FACIAL ACUPRESSURE TREATMENT ON REDUCING ANXIETY OF POSTPARTUM MOTHERS AT PMB KRISNIATI SEMARANG REGENCY

ABSTRACT

Background : During the postpartum period, mothers will experience changes in discomfort such as nausea, pain in the suture wound, insomnia, fatigue, worry / anxiety, and irritability. Anxiety is a psychological state of postpartum mothers who are full of fear and worry, if not treated it causes psychological disorders such as postpartum blues (baby blues), postpartum depression, and even postpartum psychosis. Face massage is a therapy that helps reduce stress and anxiety, because it improves blood circulation and effectively reduces anxiety. So the purpose of this study is to determine the effectiveness of giving facial totok treatment on reducing anxiety in postpartum mothers.

Methods : This study used a pre-experimental research design with a one group pre-test and post-test design and used purposive sampling technique. Respondents of this study were 10 postpartum women in the work area of PMB Krisniati Semarang Regency. The assessment was conducted before and after being given the face mask treatment. This research instrument uses the Hamilton Rating Scale for Anxiety (HRS-A) anxiety measurement questionnaire and the SOP of facial massage. The statistical test of this study used *Paired t-Test*.

Results : The results of the analysis stated that at the time of the pre-test it was known that most respondents experienced mild anxiety as much as 80,0% and at the time of the post-test experienced a decrease in anxiety levels to no anxiety, with a p value of $0.000 < 0.05$, meaning that there was a significant difference in the provision of facial massage treatment on reducing anxiety in postpartum women.

Conclusion : This research is expected to be a consideration for the application of complementary midwifery care to overcome anxiety in postpartum women.

Keyword : Postpartum,, Anxiety, Facial acupressure