



**ANALISIS ASUHAN KEPERAWATAN DENGAN TEKNIK  
*ENDORPHIN MASSAGE* UNTUK MENGATASI  
MASALAH KECEMASAN PADA IBU  
POST PARTUM PRIMIPARA**

**KARYA ILMIAH AKHIR**

**REFIANA GUNAWAN**

**2110721055**

**UNIVERSITAS PEMBANGUNAN NASIONAL VETERAN JAKARTA  
FAKULTAS ILMU KESEHATAN  
PROGRAM STUDI PENDIDIKAN PROFESI NERS PROGRAM PROFESI  
2022**



**ANALISIS ASUHAN KEPERAWATAN DENGAN TEKNIK  
*ENDORPHIN MASSAGE* UNTUK MENGATASI  
MASALAH KECEMASAN PADA IBU  
POST PARTUM PRIMIPARA**

**KARYA ILMIAH AKHIR**

**Diajukan Sebagai Salah Satu Syarat Untuk Memperoleh Gelar  
Ners Keperawatan**

**REFIANA GUNAWAN**

**2110721055**

**UNIVERSITAS PEMBANGUNAN NASIONAL VETERAN JAKARTA  
FAKULTAS ILMU KESEHATAN  
PROGRAM STUDI PENDIDIKAN PROFESI NERS PROGRAM PROFESI  
2022**

## PERNYATAAN ORISINALITAS

KIA ini adalah hasil karya sendiri, dan semua sumber yang dikutip maupun yang dirujuk telah saya nyatakan dengan benar.

Nama : Refiana Gunawan  
NIM : 2110721055  
Tanggal : 15 April 2022

Bilamana dikemudian hari ditemukan ketidaksesuaian dengan pernyataan saya ini, maka saya bersedia dituntut dan diproses sesuai dengan ketentuan yang berlaku.

Jakarta, 15 April 2022

Yang menyatakan,



(Refiana Gunawan)

## **PERNYATAAN PERSETUJUAN PUBLIKASI KARYA ILMIAH AKHIR UNTUK KEPENTINGAN AKADEMIS**

---

Sebagai civitas akademik Universitas Pembangunan Nasional Veteran Jakarta,  
Saya yang bertanda tangan dibawah ini:

Nama : Refiana Gunawan  
NIM : 2110721055  
Fakultas : Ilmu Kesehatan  
Program Studi : Pendidikan Profesi Ners Program Profesi

Demi pengembangan ilmu pengetahuan, menyetujui untuk memberikan kepada Universitas Pembangunan Nasional Veteran Jakarta Hak Bebas Royalti Non Eksklusif (*Non-exclusive Royalty Free Right*) atas karya ilmiah saya yang berjudul: Analisis Asuhan Keperawatan dengan Teknik Endorphin Massage untuk Mengatasi Masalah Kecemasan pada Ibu Post Partum Primipara.


Beserta perangkat yang ada (jika diperlukan). Dengan Hak Bebas Royalti ini Universitas Pembangunan Nasional Veteran Jakarta berhak menyimpan, mengalih media/formatkan, mengolah dalam bentuk pangkalan data (*database*), merawat, dan mempublikasikan Hasil KIA saya selama tetap mencantumkan nama saya sebagai penulis/pencipta dan sebagai pemilik Hak Cipta.

Demikian pernyataan ini saya buat dengan sebenarnya.

Dibuat di : Fikes UPNVJ

Pada tanggal : 15 April 2022

Yang menyatakan,

  
(Refiana Gunawan)

## PENGESAHAN

KIA diajukan oleh:

Nama : Refiana Gunawan  
NIM : 2110721055  
Program Studi : Pendidikan Profesi Ners Program Profesi  
Judul KIA : Analisis Asuhan Keperawatan dengan Teknik Endorphin  
Massage untuk Mengatasi Masalah Kecemasan pada Ibu  
Post partum Primipara.

Telah berhasil dipertahankan di hadapan Tim Penguji dan diterima sebagai bagian persyaratan yang diperlukan untuk memperoleh gelar Ners pada Program Studi Pendidikan Profesi Ners Program Profesi, Fakultas Ilmu Kesehatan, Universitas Pembangunan Nasional Veteran Jakarta

Desmawati, S.Kp., M.Kep., Sp.Mat., Ph.D

Ketua Penguji



Dr. drg. Wahyu Sulistiadi, MARS

Dekan FIKES

Ns. Lina Ayu Marcelina, M.Kep., Sp.Kep.Mat

Penguji II (Pembimbing)

Ns. Dora Samaria, M.Kep

Ketua Program Studi Profesi Ners

Ditetapkan di : Jakarta

Tanggal Ujian : 15 April 2022

# **ANALISIS ASUHAN KEPERAWATAN DENGAN TEKNIK ENDORPHIN MASSAGE UNTUK MENGATASI MASALAH KECEMASAN PADA IBU POST PARTUM PRIMIPARA**

**Refiana Gunawan**

## **Abstrak**

Ibu post partum primipara yang tidak mampu menyesuaikan diri terhadap perubahan yang terjadi pada dirinya dapat mengalami kecemasan. Kecemasan ibu post partum perlu diatasi sedini mungkin. *Endorphin massage* merupakan salah satu jenis massage yang dapat membantu tubuh merangsang senyawa endorfin dalam tubuh yang dapat memunculkan perasaan nyaman sehingga dapat menurunkan kecemasan. Tujuan penelitian ini adalah untuk menganalisis asuhan keperawatan dengan penerapan teknik *endorphin massage* pada ibu post partum primipara yang mengalami kecemasan. Responden yang terlibat dalam penelitian ini berjumlah 2 orang ibu primipara. Pada pasien kelolaan diberikan intervensi *endorphin massage* dan tindakan asuhan keperawatan selama di ruang perawatan sedangkan pada pasien resume hanya mendapat tindakan asuhan keperawatan selama di ruang perawatan. Intervensi ini dilakukan sebanyak tiga kali dengan frekuensi satu kali perhari selama 30 menit. Pengukuran kecemasan menggunakan kuesioner *Postpartum Specific Anxiety Scale Research Short Form for Crises (PSAS-RSF-C)*. Hasil penelitian didapatkan adanya penurunan kecemasan pada pasien kelolaan dari skor 29 saat pre-test menjadi skor 22 saat post-test sedangkan pada pasien resume didapatkan penurunan kecemasan dari skor 27 saat pre-test menjadi skor 24 saat post-test. *Endorphin massage* dapat menurunkan kecemasan pada ibu post partum primipara sehingga direkomendasikan penulis sebagai terapi komplementer untuk mengatasi kecemasan.

**Kata Kunci:** Endorphin Massage, Kecemasan, Post partum, Primipara

# **ANALYSIS OF NURSING CARE WITH ENDORPHIN MASSAGE TECHNIQUES TO TREAT ANXIETY PROBLEMS IN POST PARTUM PRIMIPARA MOTHERS**

**Refiana Gunawan**

## **Abstract**

Primiparous post partum mothers who are unable to adapt to the changes that occur in themselves can experience anxiety. Post partum mother anxiety needs to be addressed as early as possible. Endorphin massage is one type of massage that can help the body stimulate endorphins in the body that can create a feeling of comfort so that it can reduce anxiety. The purpose of this study was to analyze nursing care by applying endorphin massage techniques to primiparous postpartum mothers who experience anxiety. Respondents involved in this study amounted to 2 primiparous mothers. The intervention patient was given an endorphin massage intervention and nursing care actions while in the treatment room, while the resume patient only received nursing care actions while in the treatment room. This intervention was carried out three times with a frequency of once per day for 30 minutes. Measurement of anxiety using the Postpartum Specific Anxiety Scale Research Short Form for Crises (PSAS-RSF-C) questionnaire. The results showed that there was a decrease in anxiety in the intervention patient from a score of 29 during the pre-test to a score of 22 during the post-test, while in the resume patient there was a decrease in anxiety from a score of 27 during the pre-test to a score of 24 during the post-test. Endorphin massage can reduce anxiety in primiparous postpartum mothers, so the authors recommend it as a complementary therapy to overcome anxiety.

**Keywords:** Endorphin Massage, Anxiety, Post partum, Primipara

## KATA PENGANTAR

Puji dan syukur penulis panjatkan kehadiran Allah SWT atas segala karunia-Nya sehingga penulis dapat Karya Ilmiah Akhir Ners (KIAN) yang berjudul “Analisis Asuhan Keperawatan Dengan Teknik Endorphin Massage Untuk Mengatasi Masalah Kecemasan Pada Ibu Post Partum Primipara” sebagai salah satu syarat yang harus dipenuhi untuk memperoleh gelar profesi Ners.

Pada kesempatan ini, penulis mengucapkan terima kasih kepada Ny. S dan Ny. D selaku responden dalam penelitian ini. Terima kasih penulis sampaikan kepada Ns. Lina Ayu Marcelina, M. Kep., Sp. Kep.Mat selaku dosen pembimbing yang selalu sabar dan meluangkan waktu disela kesibukannya untuk membimbing serta memberikan saran selama penyusunan KIAN ini. Sekaligus kepada Desmawati S.Kp.,M.Kep.,Sp.Mat.,Ph.D dan Ns. Indah Permatasari, M.Kep selaku dosen penguji yang telah memberikan banyak masukan dan saran.

Disamping itu, ucapan terima kasih juga disampaikan kepada ayah dan ibu yang tidak henti-hentinya memberikan segala bentuk dukungan. Jasa yang telah diberikan tak terhingga jumlahnya dan tidak bisa terbalaskan sampai kapanpun. Kepada adik yang selalu membantu penulis disaat penulis merasa kesulitan sekaligus terus mengalirkan semangat sehingga penulis terus termotivasi selama proses penyusunan KIAN. Tak lupa penulis ucapkan terima kasih kepada kepada teman terdekat penulis yaitu goyangie, muti, putri, nando, dimas dan keluarga enam hari yang selalu memberikan dorongan serta membantu dalam penyusunan KIAN ini sehingga prosesnya berjalan dengan lancar. Penulis juga sampaikan terima kasih kepada teman-teman seperjuangan Profesi Ners 2021 yang selalu saling mendoakan dan saling mendukung selama penyusunan KIAN.

Jakarta, 15 April 2022

Penulis

Refiana Gunawan



## DAFTAR ISI

HALAMAN JUDUL.....	i
PERNYATAAN ORISINALITAS .....	ii
PERNYATAAN PERSETUJUAN PUBLIKASI .....	iii
PENGESAHAN .....	iv
ABSTRAK .....	v
ABSTRACT.....	vi
KATA PENGANTAR .....	vii
DAFTAR ISI.....	viii
DAFTAR TABEL.....	x
DAFTAR SKEMA.....	xi
DAFTAR LAMPIRAN.....	xii
BAB I PENDAHULUAN.....	1
I.1 Latar Belakang.....	1
I.2 Rumusan Masalah.....	3
I.3 Tujuan Penulisan .....	3
I.4 Manfaat Penulisan.....	4
BAB II TINJAUAN PUSTAKA.....	5
II.1. Konsep Post partum Primipara .....	5
II.2. Konsep Kecemasan.....	12
II.3. Konsep Endorphin Massage .....	18
BAB III GAMBARAN KASUS KELOLAAN .....	22
III.1 Pengkajian Kasus.....	22
III.2 Analisa Data.....	29
III.3 Diagnosa Keperawatan .....	30
III.4 Intervensi Keperawatan .....	31
III.5 Implementasi Keperawatan .....	32
III.6 Evaluasi Keperawatan .....	35
BAB IV PEMBAHASAN.....	39
IV.1 Analisis Asuhan Keperawatan Berdasarkan Konsep Teoritis dan Penilaian Kasus Terkait .....	39
IV.2 Analisis Penerapan Evidence Based Nursing pada Kasus.....	42
BAB V PRODUK LUARAN .....	49
V.1 Gambaran Produk .....	49
V.2 Legalitas Produk .....	51
V.3 Manfaat Produk Bagi Pelayanan Kesehatan.....	52
BAB VI PENUTUP .....	53
VI.1 Kesimpulan .....	53
VI.2 Saran .....	54

DAFTAR PUSTAKA .....	55
RIWAYAT HIDUP	
LAMPIRAN	

## DAFTAR TABEL

Tabel 1	Hasil Pemeriksaan Laboratorium Pasien Kelolaan .....	29
Tabel 2	Gambaran Tingkat Kecemasan yang Dialami Pasien Kelolaan .....	44
Tabel 3	Gambaran Tingkat Kecemasan yang Dialami Pasien Resume.....	45

## DAFTAR SKEMA

Skema 1 Genogram Pasien Kelolaan .....	24
--	----

## **DAFTAR LAMPIRAN**

- Lampiran 1 Lembar Persetujuan Sidang
- Lampiran 2 Kartu Monitor Bimbingan
- Lampiran 3 SOP Teknik Endorphin Massage
- Lampiran 4 Produk Luaran (Booklet)
- Lampiran 5 Hasil Turnitin Produk Luaran
- Lampiran 6 Sertifikat Hak Kekayaan Intelektual
- Lampiran 7 Surat Pernyataan Bebas Plagiarisme
- Lampiran 8 Hasil Turnitin Karya Ilmiah