

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Masa nifas adalah periode 6 minggu setelah proses kelahiran, ketika perubahan fisiologis yang cukup besar terjadi karena ibu kembali ke keadaan sebelum hamil (Widiyanti et al., 2021). Masa nifas yaitu masa pemulihan ibu setelah proses kehamilan dan melahirkan, yang biasanya berlangsung selama 6 minggu. Selama masa ini, kondisi tubuh seorang ibu umumnya masih lemah dan belum terlalu kuat untuk melakukan aktifitas sehari-hari. Selain kondisi tubuh dan fisik, hal lain yang perlu diperhatikan selama masa nifas adalah kondisi kejiwaan atau psikologis ibu. Kondisi psikologis ibu perlu dipantau dan diberi dukungan, karena tidak jarang kurangnya pantauan dan dukungan terhadap kondisi psikologis ibu pada masa nifas, dapat berakibat fatal yang berujung pada kematian (Rahayuningsih, 2021). Dalam masa nifas, ibu nifas akan mengalami adaptasi fisiologis, psikologis dan adaptasi sosial. Namun tidak semua ibu nifas bisa melewati adaptasi masa nifas dengan lancar. Apabila adaptasi yang dilewati oleh ibu nifas tidak berjalan lancar, maka akan mengakibatkan kecemasan. Salah satu gangguan psikologis yang dialami ibu nifas adalah kecemasan.

Kecemasan merupakan suatu kondisi yang bersifat emosional sebagai tanda peringatan keadaan tanda fisik seseorang terhadap terjadinya suatu masalah (Pardede, 2022). Ibu yang tidak dapat beradaptasi dengan

masa *postpartum* dapat mengalami gangguan psikologis berupa kecemasan. Kecemasan yang dialami oleh ibu nifas disebabkan oleh beberapa faktor yaitu masalah ibu dalam pengeluaran asi setelah hari pertama dapat menyebabkan kecemasan. Setelah melahirkan ibu mengalami perubahan fisik dan fisiologis yang menyebabkan perubahan psikisnya (Sulastri, W., & Daryanti, 2016). Gangguan kecemasan yang sering dialami oleh ibu yang muncul akibat ketidakmampuan dan kesiapan ibu untuk menerima kehadiran bayinya yang membutuhkan perawatan khusus pada minggu pertama kelahirannya (Syahrianti et al., 2020). Nyeri yang dialami ibu saat bersalin juga dapat menimbulkan rasa cemas. Kecemasan yang dialami ibu dapat menyebabkan psikologi ibu terganggu (Sri Anggraeni et al., 2021). Kecemasan yang tidak teratasi dengan baik dapat menyebabkan *postpartum blues*. Salah satu upaya untuk menangani kecemasan pada ibu nifas dapat dilakukan secara farmakologi dan non farmakologi

Sebanyak (18,78%) pada satu bulan pertama setelah melahirkan dan (15,19%) pada dua bulan setelah melahirkan. Penelitian lain yang dilakukan beberapa rumah sakit di Semarang menyebutkan bahwa sebanyak (67%) ibu nifas mengalami *baby blues* atau *postpartum blues*. Penelitian di PKU Muhammadiyah Sukoharjo menunjukkan bahwa sebesar (73%) ibu nifas mengalami kecemasan sedang (Rahmaningtyas et al., 2019). Salah satu Upaya non farmakologi yang dapat dilakukan adalah dengan terapi komplementer yaitu totok wajah.

Terapi komplementer adalah cara penanggulangan penyakit yang dilakukan sebagai pendukung pengobatan medis yang konvensional (Rufaida, 2018). Totok wajah merupakan salah satu terapi komplementer yang dapat mengurangi stress dan kecemasan (Sumantri et al., 2016). Pada masa nifas ibu mengalami masa adaptasi psikologis yang menyebabkan kecemasan. Totok wajah merupakan salah satu akupresur (pijat dengan menekan titik akupunktur) yang dapat mengatasi kecemasan dengan merangsang hormon endorfin atau hormon bahagia (Pardede, 2022).

Penelitian yang dilakukan oleh (Sumantri et al., 2016) menyatakan bahwa ada pengaruh signifikan dari totok wajah dalam mengurangi kecemasan *postpartum* dengan sampel ibu nifas hari ke - 3 sampai 10 sebanyak 39 responden menggunakan kuesioner HARS (*Hamilton Anxiety Rating Scale*) terdiri dari 14 kelompok gejala kecemasan. Dapat diketahui bahwa 30 menit sebelum totok wajah responden yang tidak ada gejala kecemasan sebanyak 7 responden (17,95%). Sedangkan sebagian besar kecemasan adalah kecemasan ringan sebanyak 23 responden (58, 97%), kecemasan sedang sebanyak 6 responden (15, 38%) dan kecemasan berat sebanyak 3 responden (7, 69%). Setelah 24 jam dilakukan totok wajah, terjadi penurunan tingkat kecemasan, antara lain ibu nifas didominasi oleh tidak ada gejala kecemasan sebanyak 33 responden (84,61%), kecemasan ringan 5 orang (12,82%) dan kecemasan sedang hanya 1 responden (2,56%).

Berdasarkan survey pendahuluan yang dilakukan peneliti pada tanggal 2 Desember di Desa Rambah Tengah Hilir, ditemukan ada ibu nifas yang

cemas setelah melahirkan, cemas jika tidak bisa merawat bayinya. Kecemasan yang timbul tidak hanya dialami oleh ibu primipara saja tapi juga dialami oleh ibu multipara.

Kecemasan yang dialami oleh ibu nifas akan memberikan pengaruh yang buruk terhadap dirinya maupun bayinya. Dampak kecemasan yang tidak teratasi akan berpengaruh terhadap ibu dan bayi nya. Salah satu dampak yang dialami oleh ibu nifas yaitu gangguan psikologis, depresi *post partum*, hingga gangguan mental (Rohmana et al., 2020). Ibu nifas yang mengalami kecemasan juga berpengaruh terhadap kelancaran asi ibu sehingga memberi dampak buruk terhadap bayinya.

Dari latar belakang diatas peneliti telah melakukan penelitian yang berjudul “Pengaruh pemberian Totok Wajah Terhadap Tingkat Kecemasan Ibu Nifas di Desa Rambah Tengah Hihir Tahun 2023 ”.

B. Rumusan Masalah

Berdasarkan latar belakang diatas, maka rumusan masalah pada penelitian ini adalah : Apakah ada pengaruh pemberian totok wajah terhadap tingkat kecemasan ibu nifas di Desa Rambah Tengah Hilir ?

C. Tujuan Penelitian

1. Tujuan Umum

Untuk mengetahui pengaruh pemberian totok wajah terhadap kecemasan ibu nifas di Desa Rambah Tengah Hilir.

2. Tujuan Khusus

- a. Untuk mengetahui tingkat kecemasan ibu nifas sebelum diberikan terapi totok wajah di Desa Rambah Tengah Hilir.
- b. Untuk mengetahui tingkat kecemasan sesudah dilakukan totok wajah di Desa Rambah Tengah Hilir.

D. Manfaat Penelitian

- a. Bagi penulis

Sebagai penerapan dan pengembangan ilmu yang telah diperoleh selama perkuliahan di Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas Pasis Pengaraian tentang terapi komplementer.

- b. Bagi Masyarakat

Hasil penelitian ini dapat digunakan untuk menambah informasi bagi Masyarakat tentang terapi komplementer totok wajah .

- c. Bagi peneliti selanjutnya

Dapat dijadikan sebagai bahan masukan atau tambahan pengetahuan serta memperluas wawasan dalam pembuatan karya ilmiah selanjutnya dengan ruang lingkup yang lebih luas.

E. Keaslian Penelitian

Judul	Metode	Hasil	Perbedaan
Penurunan kecemasan ibu nifas menggunakan totok wajah di fasilitas persalinan (Sumantri et al., 2016) .	Menggunakan rancangan pra eksperimen (<i>pre-eksperimental design</i>) desain yang digunakan one group pretest posttest design	Penelitian setelah 24 jam totok wajah mayoritas tidak ada kecemasan sebanyak 33 responden (84,61 %) totok wajah berpengaruh secara signifikan terhadap penurunan kecemasan	Pada penelitian ini tidak menggunakan kombinasi hanya dengan totok wajah
Pengaruh kombinasi terapi totok wajah dan music (tojamu) terhadap kecemasan ibu <i>postpartum</i> di wilayah kerja UPT puskesmas sibela mojosongo (Nurjanah et al., 2023).	Menggunakan rancangan penelitian kuantitatif dengan desain <i>quasi eksperimen</i> dengan <i>pre and post test without control group design</i>	hasil setelah diberikan kombinasi terapi totok wajah dan musik (TOJAMU) penurunan kecemasan dapat diketahui sebagian besar berada pada tingkat tidak ada kecemasan sebanyak 18 responden (64,3%), tingkat kecemasan Ringan 9 responden (32,1 %), serta paling sedikit Post test Tidak Ada Kecemasan 18 64.3 Kecemasan Ringan 9 32.1 Kecemasan Sedang 1 3.6 Kecemasan Berat - - Total 28 100.0 7 berada pada tingkat kecemasan sedang 1 responden (3,6 %)	Pada penelitian ini menggunakan kombinasi totok wajah dengan musik (tojamu)

Tabel 1.1 Keaslian Penelitian

BAB II

TINJAUAN PUSTAKA

A. Tinjauan Teori

1. Kecemasan Nifas

a. Pengertian kecemasan

Masa nifas merupakan masa yang paling kritis dalam kehidupan ibu ataupun bayi. Diperkirakan bahwa 60% kematian ibu akibat kehamilan terjadi setelah persalinan dan 40% kematian masa nifas terjadi dalam 24 jam pertama. Pada masa ini ibu nifas mengalami fase-fase adaptasi yaitu perubahan psikologis (Apriani & Faiqah, 2017). Masa nifas merupakan masa paling penting untuk diperhatikan guna menurunkan angka kematian ibu dan bayi di Indonesia. Nifas merupakan periode kritis. Ibu *postpartum* akan periode emosional, ibu akan mengalami perubahan mood, cemas, pusing serta perasaan sedih bahkan jika tidak diatasi dapat terjadi depresi (Komariah, 2018).

Kecemasan merupakan hal yang sering dialami oleh ibu yang muncul akibat ketidakmampuan dan kesiapan ibu untuk menerima kehadiran bayinya yang membutuhkan perawatan khusus pada minggu - minggu pertama kelahirannya (Syahrianti et al., 2020). Kecemasan ialah bagian dari gangguan psikologis ibu nifas, apabila kecemasan tidak tertangani dapat menyebabkan berkurangnya kemampuan kognitif anak disbanding dengan teman sebayanya (Istiqomah et al., 2021). Masa nifas adalah puncak kelelahan fisik

seorang ibu setelah menjalani proses kehamilan yang Panjang dan proses persalinan yang melelahkan. Kelelahan dan keletihan biasanya disebabkan oleh nyeri yang dirasakan ibu pada tubuh mulai dari ujung kaki sampai ujung kepala karena proses persalinan. Nyeri akibat persalinan biasanya tidak dirasakan saat proses persalinan dan baru akan dirasakan setelah selesai proses melahirkan. Keletihan fisik akan menyebabkan ibu merasa stres (kusbadiyah & puspawati, 2020)

Jadi dapat dikatakan bahwa kecemasan merupakan kondisi ibu pasca melahirkan dimana ibu mulai beradaptasi dengan perubahan lingkungan yang mengakibatkan ketidaknyamanan yang memberikan dampak pada dirinya seperti rasa gelisah, cemas, khawatir terhadap hal yang belum terjadi. Masalah fisik dan psikis yang membuat ibu cemas yaitu perubahan tubuh yang ibu nifas alami serta rasa cemas tidak bisa merawat bayi nya, yang dapat menyebabkan ketidaknyamanan dan perubahan mood, sehingga ibu nifas harus bisa beradaptasi dengan rasa cemas tersebut.

Kecemasan merupakan bagian dari kondisi kehidupan, artinya terdapat kekhawatiran pada setiap orang (Hayat, 2017). Kecemasan adalah kondisi psikologis seorang yang penuh dengan rasa takut dan khawatir, dimana perasaan takut dan khawatir akan sesuatu hal yang yang belum pasti akan terjadi (Mellani & Kristina, 2021). Kecemasan diartikan suatu kondisi emosi yang menimbulkan ketidaknyamanan ditandai dengan perasaan khawatir, gelisah dan ketakutan

sehingga dapat mengganggu kehidupan(Annisa & Ifdil, 2016) .

b. Adaptasi Psikologi Masa Nifas

Menjadi orang tua adalah merupakan krisis dari melewati masa transisi. Menurut (Azizah, 2019) masa transisi pada *postpartum* yang harus diperhatikan adalah :

1) Perubahan psikis

a) Fase ketergantungan / fase *taking in*

Fase *taking in* yaitu periode ketergantungan berlangsung pada hari pertama sampai hari kedua setelah melahirkan. Ibu baru umumnya pasif dan tergantung, perhatiannya tertuju pada kekhawatiran akan tubuhnya. Pengalaman selama proses persalinan berulang kali diceritakannya. Hal ini membuat ibu cenderung menjadi pasif terhadap lingkungan nya. Kemampuan mendengarkan, dan menyediakan waktu yang cukup merupakan dukungan yang tidak ternilai bagi ibu. Kehadiran suami dan keluarga sangat diperlukan pada fase ini. Petugas Kesehatan dapat menganjurkan kepada suami dan keluarga untuk memberikan dukungan moral dan menyediakan waktu untuk mendengarkan semua yang disampaikan oleh ibu agar dapat melewati fase ini dengan baik.

Gangguan psikologis yang mungkin dirasakan ibu pada

fase ini sebagai berikut :

- 1) Kekecewaan karena tidak mendapatkan apa yang diinginkan tentang bayinya misalnya : jenis kelamin tertentu, warna kulit, dan sebagainya.
- 2) Ketidaknyamanan sebagai akibat dari perubahan fisik yang di alami ibu misalnya rasa mules akibat dari kontraksi Rahim, payudara bengkak, akibat luka jahitan dan sebagainya
- 3) Rasa bersalah karena belum bisa menyusui bayinya
- 4) Suami atau keluarga yang mengkritik ibu tentang cara merawat bayinya dan cenderung melihat saja tanpa membantu. Ibu akan merasa tidak nyaman karena sebenarnya hal tersebut bukan hanya tanggung jawab ibu saja, tetapi tanggung jawab bersama

Pada fase ini tidur tanpa gangguan sangat penting untuk mengurangi gangguan fisik dan psikologis yang dapat diakibatkan karena kurang istirahat, selain itu peningkatan nutrisi dibutuhkan untuk mempercepat pemulihan dan penyembuhan luka, serta persiapan proses laktasi aktif.

Dalam memberikan asuhan, bidan harus memfasilitasi kebutuhan psikologis ibu. Pada tahap ini bidan dapat

menjadi pendengar yang baik ketika ibu menceritakan pengalamannya. Berikan juga dukungan mental atau apresiasi atas hasil perjuangan ibu dalam melahirkan bayinya. Bidan diharapkan dapat menciptakan suasana yang nyaman bagi ibu sehingga ibu dapat dengan leluasa menceritakan permasalahan yang sedang dihadapi kepada bidan. Dalam hal ini sering sekali terjadi kesalahan dalam perawatan yang dilakukan kepada pasien dan bayinya akibat kurangnya jalinan komunikasi yang baik antara pasien dengan bidan

b) Fase mulai belajar mandiri / fase *taking hold*

Fase *taking hold* / periode yang berlangsung antara 3 – 10 hari setelah melahirkan. Pada fase ini, ibu merasa khawatir akan ketidakmampuannya dan rasa tanggung jawabnya dalam merawat bayi. Ibu memiliki perasaan yang sangat gampang sensitif sehingga mudah tersinggung dan gampang marah sehingga kita perlu berhati - hati dalam berkomunikasi dengan ibu. Pada fase ini ibu memerlukan dukungan karena saat ini merupakan kesempatan yang baik untuk menerima berbagai masukan dalam merawat diri dan bayinya sehingga timbul percaya diri. Tugas sebagai tenaga Kesehatan yakni mengajarkan cara merawat bayi, cara

menyusui yang benar, cara merawat luka jahitan, memberikan Pendidikan Kesehatan yang diperlukan ibu seperti gizi, istirahat, kebersihan diri, dan lain – lain

c) Fase saling bergantung / fase *letting go*

Pada fase *letting go* merupakan fase menerima tanggung jawab akan peran barunya yang berlangsung sepuluh hari setelah melahirkan. Ibu sudah dapat menyesuaikan diri, merawat diri dan bayinya, serta kepercayaan dirinya sudah meningkat. Pendidikan Kesehatan yang kita berikan pada fase ini sebelumnya akan sangat berguna bagi ibu agar lebih mandiri dalam memenuhi kebutuhan diri dan bayinya.

Dukungan dari suami dan keluarga masih sangat diperlukan ibu. Suami dan keluarga dapat membantu merawat bayi, mengerjakan urusan rumah tangga sehingga ibu tidak terlalu lelah dan terbebani. Ibu memerlukan istirahat yang cukup sehingga mendapatkan kondisi fisik yang bagus untuk dapat merawat bayinya. Pada periode ini ibu mengambil tanggung jawab terhadap perawatan bayi dan harus beradaptasi dengan segala kebutuhan bayi sangat bergantung pada ibu, hal ini menyebabkan berkurangnya hak ibu, kebebasan serta hubungan sosial.

Jika hal ini tidak dapat dilalui dengan baik maka dapat menyebabkan terjadinya *postpartum blues*.

2) Perubahan fisik

Perubahan fisik yang terjadi pada masa nifas menurut (Nandia, 2020) adalah :

- a) Perubahan suhu tubuh pada 24 jam pertama setelah melahirkan, suhu tubuh yang normal yaitu kurang 37,5°C. Umumnya kenaikan suhu terjadi pada hari kedua atau ketiga. Terjadinya kenaikan suhu yang dialami ibu terutama karena keluhan pada payudara misalnya ibu mengalami pembengkakan payudara karena ASI tidak lancar.
- b) Perubahan aktifitas berkemih / buang air kecil umumnya ibu nifas mengalami ketidakmampuan buang air kecil pada 2 hari pertama setelah melahirkan. Pada kondisi tersebut mengakibatkan pembesaran kandung kemih ketika diraba, volume urin yang keluar kurang dari 150 cc, pengeluaran lochea / cairan darah meningkat, serta nyeri tekan pada bagian kandung kemih.
- c) Perubahan hormon menurunnya hormon estrogen dan progesterone dalam tubuh menyebabkan terjadi dua peristiwa yang signifikan yaitu laktasi yang dimulai

dengan hisapan bayi serta siklus menstruasi / datang bulan yang kembali normal. Pada minggu pertama nifas perubahan hormon tersebut menyebabkan terjadinya pembengkakan payudara (mastitis) akibat dari produksi ASI yang tidak lancar yang umumnya terjadi pada hari ke 3 nifas. Umumnya ibu yang menyusui akan kembali menstruasi/ datang bulan pada minggu ke 36 nifas, sedangkan yang tidak menyusui menstruasinya terjadi pada minggu ke 12 setelah nifas.

- d) Perubahan sistem reproduksi ibu nifas dengan persalinan normal akan mengalami pembengkakan pada vagina setelah melahirkan. Pembengkakan atau memar pada vagina diakibatkan oleh adanya trauma karna proses keluarnya kepala bayi atau akibat dari tindakan saat persalinan. Keadaan otot vagina yang bengkak akan pulih kembali seperti semula sekitar 1 - 2 hari pada minggu pertama nifas. Dalam proses kembalinya rahim, rahim akan mengecil menjadi Sebagian dalam waktu satu minggu pertama setelah melahirkan, dan Kembali pada ukuran normal sekitar minggu kedelapan.
- e) Perubahan sistem pencernaan ibu nifas pada umumnya mengalami penurunan nafsu makan selama 1 hingga 2 hari sehingga sering terjadi konstipasi karena makanan

yang kurang serat selama persalinan. Pada kondisi tersebut ibu nifas harus tetap menjaga asupan makanannya untuk proses pemulihan kesehatannya. Ibu jangan merasa takut untuk buang air besar karena buang air besar tidak akan membuat jahitan disekitar vagina lepas.

c. Faktor yang mempengaruhi kecemasan

Terdapat beberapa faktor yang mempengaruhi kecemasan dalam teori (Jenita, 2017).

1) Faktor predisposisi

Faktor predisposisi adalah faktor yang mempengaruhi jenis dan jumlah sumber yang dapat digunakan individu untuk mengatasi stress.

a) Biologi

Model biologi menjelaskan bahwa ekspresi emosi melibatkan struktur anatomi di dalam otak. Aspek biologis yang menjelaskan gangguan ansietas adalah adanya pengaruh neurotransmitter. Tiga neurotransmitter utama yang berhubungan dengan ansietas adalah norepineprin, serotonin, dan *gamma- aminobutyric acid*.

b) Psikologi

Konflik emosional yang terjadi antara dua elemen kepribadian yaitu id dan superego. Maturitas individu, tipe kepribadian, dan Pendidikan juga mempengaruhi tingkat ansietas seseorang. Ketegangan dalam kehidupan yang dapat menyebabkan ansietas adalah peristiwa trauma individu baik krisis perkembangan maupun situasional seperti peristiwa - peristiwa bencana, konflik emosional individu yang tidak terselesaikan dengan baik dan konsep diri terganggu.

c) Sosial budaya

Riwayat gangguan ansietas dalam keluarga akan mempengaruhi proses individu dalam bereaksi terhadap konflik dan cara mengatasi ansietas. Dikatakan bahwa sosial budaya, potensi stress, serta lingkungan merupakan faktor yang mempengaruhi ansietas.

2) Faktor pencetus

Menggambarkan stressor pencetus sebagai stimulus yang dipersepsikan oleh individu sebagai tantangan, ancaman atau tuntutan yang memerlukan energi ekstra untuk coping.

a) Biologis

Gangguan fisik adalah suatu keadaan yang terganggu secara fisik oleh penyakit maupun secara fungsional berupa penurunan aktifitas sehari-hari. Kesehatan umum individu

memiliki efek nyata sebagai presipitasi terjadinya ansietas

b) Psikologi

Ancama eksternal yang terkait dengan kondisi psikologi dan dapat mencetuskan terjadinya ansietas di antara nya adalah peristiwa kematian, perceraian, dilematik, pindah kerja, perubahan dalam status kerja, sedangkan yang termasuk dalam ancaman internal yaiyu gangguan interoersonal dirumah, tempat kerja atau ketika menerima peran baru sebagai (istri, suami, murid, dan sebagainya).

c) Sosial budaya

Status ekonomi dan pekerjaan akan mempengaruhi timbulnya stress dan lebih lanjut dapat mencetus terjadinya ansietas. Orang dengan status ekonomi kuat akan sukar mengalami stres dibandingkan dengan yang status ekonomi yang lemah. Secara tidak langsung hal tersebut dapat mempengaruhi kejadian ansietas. Demikian pula fungsi integritas sosialnya.

d. Perubahan Emosi Masa Nifas

perubahan emosi normal yang dapat terjadi pada masa nifas menurut(Marmi, 2012).

- a) Perasaan yang kontradiktif dan bertentangan, mulai dari kepuasan, kegembiraan, kebahagiaan dan kekecewaan

pada beberapa minggu pertama tampak di dominasi oleh hal baru dan asing dan tidak terduga.

- b) Kelegaan, kadang - kadang ibu menanggapi secara dingin terhadap peristiwa yang baru terjadi, terutama bila ibu mengalami persalinan lama, dengan komplikasi, dan sulit.
- c) Beberapa ibu mungkin merasa dekat dengan pasangan dan bayi sama halnya dengan ibu yang tidak tertarik dengan bayinya, meskipun beberapa ibu ingin menyusui menginginkan adanya kontak kulit ke kulit dan segera menyusui.
- d) Tidak tertarik atau sangat perhatiap terhadap bayi.
- e) Takut terhadap hal yang tidak diketahui dan terhadap tanggung Kelelahan dan peningkatan emosi.

e. Masalah psikologi nifas

Banyak ibu yang mengalami perasaan kekecewaan setelah melahirkan dan keraguan akan kemampuannya untuk memenuhi kebutuhan membesarkan anaknya secara efektif, beberapa masalah yang sering terjadi pada masa nifas menurut (Maryunani, 2015). seperti :

1) Ansietas

Keadaan cemas yang diliputi oleh perasaan takut, mudah marah, mudah tersinggung, keringat berlebih, dyspnea, dan insomnia. Kejadian pada ibu dengan riwayat depresi akan

meningkatkan bagian ini,

2) *Postpartum blues*

Postpartum blues merupakan depresi pada masa nifas yang terjadi pada hari ke - 3 sampai hari ke 10 dengan tanda gejala seperti menangis, sangat lelah, insomnia, mudah tersinggung, sulit konsentrasi. Berbagai perubahan terjadi dalam tubuh wanita selama kehamilan sampai menyusui seperti perubahan hormonal yang cepat sementara tubuh dalam proses adaptasi kembali pada keadaan sebelum hamil. Adanya perasaan kehilangan secara fisik setelah melahirkan yang menjurus pada perasaan sedih yang dapat menjadi makin parah oleh adanya ketidaknyamanan jasmani, rasa letih, stress atau kecemasan yang tidak diharapkan karena adanya ketegangan dalam keluarga atau penanganan yang tidak sesuai.

3) Depresi *postpartum*

Depresi *postpartum* merupakan stress pasca persalinan yang lebih berat dari *post partum blues* dengan gejala yang terjadi pada 3 bulan *postpartum blues* atau sampai bayi berusia 1 tahun. Tanda gejala yang sering dialami oleh ibu nifas dengan depresi *postpartum* yaitu, tidak dapat tidur, tidak nafsu makan, merasa tidak berdaya, panik, bingung, mudah marah, cemas, tidak mampu

merawat dirinya sendiri, dan menyangkal kehadiran bayi yang telah dilahirkannya.

f. Tingkat kecemasan

Semua orang pasti mengalami kecemasan pada derajat tertentu. Menurut *peplau* (Muyasaroh, 2020) mengidentifikasi empat tingkatan kecemasan, yaitu :

1) Kecemasan ringan

Kecemasan ini berhubungan dengan kehidupan sehari-hari. Kecemasan ini dapat memotivasi belajar menghasilkan pertumbuhan serta kreatifitas. Tanda dan gejala antara lain : persepsi dan perhatian meningkat, waspada, sadar akan stimulus internal dan eksternal, mampu mengatasi masalah secara efektif serta terjadi kemampuan belajar. Perubahan fisiologi ditandai dengan gelisah, sulit tidur, hiperensitif terhadap suara, tanda vital dan pupil normal.

2) Kecemasan sedang

Kecemasan sedang memungkinkan seseorang memusatkan padahal yang penting dan mengesampingkan yang lain, sehingga individu mengalami perhatian yang selektif, namun dapat melakukan sesuatu yang lebih terarah. Respon fisiologi : sering nafas pendek, nadi cepat mulut kering, gelisah. Sedangkan respon kognitif yaitu lahan persepsi menyempit,

rangsangan luar tidak mampu diterima, berfokus pada apa yang menjadi perhatiannya.

3) Kecemasan berat

Kecemasan berat sangat mempengaruhi persepsi individu, individu cenderung untuk memusatkan pada sesuatu yang terinci dan spesifik, serta tidak dapat berfikir tentang hal lain. Semua perilaku ditujukan untuk mengurangi ketegangan. Tanda dan gejala dari kecemasan berat yaitu : persepsi nya sangat kurang, berfokus pada hal yang detail, rentang perhatian sangat terbatas, tidak dapat berkonsentrasi atau menyelesaikan masalah. Pada tingkatan ini individu mengalami sakit kepala, pusing, mual, gemetar, insomnia, sering buang air kecil maupun besar, dan diare. Secara emosi individu mengalami ketakutan serta seluruh perhatian terfokus pada dirinya.

4) Panik

Pada tingkat panik dari kecemasan berhubungan ketakutan dan teror. Karena mengalami kehilangan kendali, individu yang mengalami panik tidak dapat melakukan sesuatu walaupun dengan pengarahan. Panik menyebabkan peningkatan aktivitas motorik, menurunnya kemampuan berhubungan dengan orang lain, persepsi yang menyimpang, kehilangan pemikiran yang rasional. Kecemasan ini tidak sejalan dengan kehidupan, dan

jika berlangsung lama dapat terjadi kelelahan yang sangat bahkan kematian. Tanda dan gejala dari tingkat panik yaitu tidak dapat fokus pada suatu kejadian.

g. Alat ukur kecemasan

Menurut (Saputro, 2017) "*Hamilton Anxiety Rate Scale* (HARS), pertama kali di kembangkan oleh *max Hamilton* pada tahun 1956, untuk mengukur semua tanda kecemasan baik psikis maupun somatic. HARS terdiri dari 14 item pertanyaan untuk mengukur tanda adanya kecemasan pada anak dan orang dewasa. Skala HARS penilaian kecemasan terdiri dari 14 item, meliputi :

- 1) Perasaan cemas, firasat buruk, takut akan pikiran sendiri, mudah tersinggung.
- 2) Ketegangan seperti merasa gelisah, gemetar, mudah menangis. dan lesu, tidak bisa istirahat tenang, dan mudah terkejut
- 3) Ketakutan : takut terhadap gelap, terhadap orang asing, bila di tinggal sendiri, pada binatang besar, pada keramaian lalu lintas, dan pada kerumunan orang banyak.
- 4) Gangguan tidur : sukar memulai tidur, terbangun pada malam hari, tidur tidak pulas, bangun dengan lesu, banyak mimpi - mimpi, mimpi buruk, dan mimpi menakutkan.
- 5) Gangguan kecerdasan : daya ingat buruk, susah berkonsentrasi.
- 6) Perasaan depresi : hilangnya minat, berkurangnya kesenangan pada hobi, sedih, bangun dini hari, perasaan berubah - ubah

sepanjang hari.

- 7) Gejala somatik : sakit dan nyeri otot, kaku, kedutan otot, gigi gemerutuk, suara tidak stabil.
- 8) Gejala sensorik: tinnitus, penglihatan kabur, muka merah atau pucat, merasa lemas, dan perasaan ditusuk – tusuk.
- 9) Gejala kardiovaskuler: berdebar, nyeri di dada, denyut nadi mengeras, perasaan lesu lemas seperti mau pingsan, dan detak jantung hilang sekejap.
- 10) Gejala pernapasan : rasa tertekan di dada, perasaan tercekik, sering menarik napas, napas pendek / sesak.
- 11) Gejala *gastrointestinal* : sulit menelan, perut melilit, gangguan pencernaan, nyeri sebelum dan sesudah makan, perasaan terbakar di perut, kembung, mual, muntah, buang air besar lembek, berat badan turun, susah buang air besar.
- 12) Gejala *urogenital*: sering kencing, tidak dapat menahan air seni, *amenorrhoe*, *menorrhagia*, *frigid* , ejakulasi *praecoeks*, ereksi lemah, dan impotensi.
- 13) Gejala otonom : mulut kering, muka merah muda, mudah berkeringat, pusing, dan bulu roma berdiri.
- 14) Perilaku sewaktu wawancara : gelisah, tidak tenang, jari gemetar, kerut kening, muka tegang, tonus otot meningkat, napas pendek cepat, dan muka merah.

Cara penilaian kecemasan adalah dengan memberikan nilai

dengan kategori :

0 = tidak ada gejala sama sekali

1 = satu gejala yang ada

2 = sedang / separuh gejala yang ada

3 = berat / lebih dari separuh gejala yang ada

4 = sangat berat semua gejala ada

Penentuan derajat kecemasan dengan cara menjumlahkan hasil skor 1- 14 dengan hasil :

Skor kurang dari 14 = tidak ada kecemasan

Skor 14-20 = kecemasan ringan

Skor 21- 27 = kecemasan sedang

Skor 28 – 41 = kecemasan berat

Skor 42-52 = kecemasan berat sekali

2. Totok Wajah

Pelayanan kebidanan komplementer merupakan bagian dari penerapan pengobatan komplementer dan alternatif dalam pelayanan kebidanan. Pelayanan kebidanan komplementer, merupakan pilihan bagi bidan maupun perempuan untuk mengurangi intervensi medis saat hamil dan melahirkan serta masa nifas.(Hayati, 2022). Pengobatan

komplementer digambarkan sebagai ilmu metafisika dalam islam kuno dan peradaban Arab terdiri dari metode yang populer dikalangan Masyarakat dimasalalu. Di era kemajuan teknologi dan ilmu pengetahuan di berbagai bidang, tidak sedikit masyarakat yang percaya pengobatan komplementer merupakan pengobatan yang lebih aman dan murah. Salah satu terapi komplementer tersebut adalah totok wajah.

a. Pengertian totok wajah

Totok wajah merupakan salah satu terapi komplementer untuk mengatasi kecemasan karna merupakan salah satu jenis akupresure (pijat dengan menekan titik akupuntur) yang dapat mengatasi kecemasan dengan merangsang pelepasan hormon endorphin(hormon kebahagiaan) (Pardede, 2022). Totok wajah adalah Teknik menotok atau menekan dengan ujung jari tangan pada titik tertentu di wajah (Cancer Ceria et al., 2021)

b. Manfaat totok wajah

Terapi totok wajah dalam penelitian yang di lakukan oleh (Sulistyorini, 2020) memberikan manfaat sebagai berikut :

- 1) Totok wajah dapat menimbulkan relaksasi untuk mengaktifkan perasimpatis.
- 2) Terapi komplementer yang berguna untuk mengurangi stress.
- 3) Terapi totok wajah bertujuan untuk mengirim sinyal yang

menyeimbangkan sistem saraf atau melepaskan endorphen yang dapat mengurangi rasa cemas dan stress.

Terapi totok wajah dapat memberikan manfaat begitu banyak bagi tubuh beberapa penjelasan mengenai manfaat totok wajah (Indrawati, 2015)

1) Relaksasi

Pijitan menimbulkan relaksasi yang dalam sehingga meringankan kelelahan jasmani dan Rohani dikarenakan sistem saraf simpatis mengalami penurunan aktifitas yang akhirnya mengakibatkan turunnya tekanan darah.

2) Mengurangi nyeri

Memperbaiki sirkulasi darah pada otot sehingga mengurangi nyeri dan inflamasi, dikarenakan pijit meningkatkan sirkulasi baik darah maupun getah bening.

3) Latihan pasif

Totok wajah merupakan suatu bentuk dari Latihan pasif yang Sebagian akan mengimbangi kurangnya Latihan yang aktif seperti olahraga karena pijat meningkatkan sirkulasi darah yang mampu membantu tubuh meningkatkan energi pada titik vital yang lemah.

4) Totok wajah untuk mengurangi kecemasan

Kepanikan membuat jantung berdetak lebih cepat dan membuat

gelisah jika tidak segera diatasi akan membuat irama jantung tidak pada tempatnya (pikiran dan tubuh tidak seirama). Terapis menentukan titik - titik akupunktur yang akan ditotok pada bagian wajah dengan tujuan untuk memberikan efek penanganan pada masalah yang di keluhkan dengan memijat titik “peredaran darah”.

Menurut (Nurkhasanah, 2023) Terapi kecantikan totok wajah yang dapat memberikan manfaat sebagai berikut :

1) Mengurangi rasa sakit dan kelelahan

totok wajah yang dilakukan sendiri juga bisa mengurangi rasa sakit dan kelelahan

2) Membantu proses perawatan gigi

Pijat akupresure atau totok wajah juga sering digunakan dalam perawatan gigi. Manfaat totok wajah dalam hal ini adalah sebagai pendekatan non- invansif untuk mengurangi rasa sakit.

3) Memperbaiki tekstur kulit wajah

Untuk kecantikan, manfaat totok wajah, salah satunya adalah memperbaiki tekstur kulit wajah. Dilansir dari *Dermascope*, titik ‘mata ketiga’ merupakan salah satu titik dalam totok wajah yang paling umum. Letaknya di antara alis, di mana pangkal hidung bertemu dengan dahi. Tekanan ringan dengan telunjuk pada titik ini bisa dilakukan selama 60 detik. Area ini dan juga sekitar mata berhubungan langsung dengan kelenjar endokrin atau hipofisis, jika di tekan dapat mengurangi peradangan serta

akan memperbaiki tekstur kulit secara keseluruhan saat di tekan.

4) Mengurangi mata panda

Dari titik ‘mata ketiga’ tadi, lanjutkan tekanan mengikuti garis tepat di bagian atas alis. Pijat selama 60 detik, dan lanjutkan kebagian kanan kiri mata. Secara refleksi, menekan daerah ini saat sakit kepala, dan ini baik untuk dilakukan. Dari situ, turun lagi ke sekitar rongga mata, tekan tepat di tengah, sekitar 2,5 cm tepat dibawah pupil. Kemudian dengan ibu jari, ikuti tulang soket di bagian atas hidung, mulai dari ujung alis bagian dalam. Tekan lembut ke arah bawah mata di bagian tersebut, untuk mengurangi pembengkakan mata atau mata panda.

5) Mengencangkan pipi yang kendur

Manfaat totok wajah untuk kecantikan yang bisa dilakukan dengan memberi tekanan pada garis rahang. Ini dapat membantu memperbaiki pipi yang kendur. Lakukan juga gerakan melingkar dari daun telinga turun kebawah, tepat dibawah tulang rahang. Untuk meningkatkan kilau kulit dan bentuk otot. Pijat juga titik- titik tertentu di sepanjang telinga dan daun telinga untuk mendapatkan rasa tenang. Ini adalah cara efektif untuk meredakan stres kulit wajah. Berikan tekanan ringan dengan jari telunjuk selama 2-3 menit untuk meredakan stress pada keseluruhan tubuh dan mata yang tegang.

6) Melancarkan peredaran darah di wajah

Teknik – teknik yang digunakan dalam totok wajah mampu merangsang peredaran darah. Dengan begitu, peredaran darah lebih lancar dan nutrisi untuk kulit wajah terpenuhi dengan baik.

7) Tingkatkan produksi kolagen awet muda

Menurunnya produksi kolagen pada kulit bisa disebabkan karena beberapa faktor seperti sinar matahari berlebih, kurang tidur serta konsumsi makanan tinggi gula. Faktor – faktor tersebut tentu saja menyebabkan banyak Wanita mengalami penuaan dini terutama pada kulit muka. Manfaat totok wajah sendiri bisa meningkatkan produksi kolagen. Totok wajah secara rutin akan meningkatkan aliran darah pada wajah sekaligus merangsang pembentukan kolagen dapat mencegah terjadinya penuaan dini.

8) Bantu kecilkan pori – pori

Melakukan perawatan totok wajah secara rutin juga dikatakan mampu membantu mengecilkan pori – pori pada wajah. Seperti yang kita ketahui, pori – pori yang besar bisa membuat kotoran lebih mudah masuk dan mengendap sehingga menyebabkan

jerawat,serta memiliki efek keseimbangan positif pada sistem endokrin.

c. Teknik Totok

Berikut merupakan Teknik totok (Nurkhasanah, 2023)

- 1) Ambil *cream massage* secukupnya, kemudian bagikan pada 5 bagian wajah wajah (pipi kanan dan kiri, dagu, dahi, hidung dan leher).
- 2) Dengan menggunakan jari manis dan jari tengah ratakan *massage cream* keseluruh wajah dan leher, dengan urutan gerakan *massage*
- 3) Dimulai dari dahi dengan menggunakan jari, urut secara bergantian dengan tangan kiri dan kanan, lakukan Gerakan *effleurage* dari kening. Gerakan ini dilakukan mulai dari pangkal hidung tegak lurus sampai pada pangkal rambut, lakukan hingga 3x Gerakan.
- 4) Dengan kedua jari urut tangan kanan dan kiri, melakukan pengurutan di sekitar mata dengan usapan, mulai dari pangkal hidung keluar ke bawah mata, kembali lagi ke pangkal hidung. Saat jari urut pada alis larikan tekanan yang kuat pada daerah tersebut menurut jalan otot mata, lakukan 3x Gerakan
- 5) Dengan menggunakan ibu jari dan jari tengah, otot mulut diurut, mulai dari tengah dagu dan melingkar keluar.
- 6) Garis senyum secara bergantian antara ibu jari dan jari telunjuk melakukan Gerakan mengusap pada garis senyum. Lakukan 6x gerakan
- 7) Pada pengurutan pelipis sama pada cara pengurutan garis

senyum. Lakukan 6x gerakan.

- 8) Dengan menggunakan seluruh jari, tulang pipi diurut dengan sedikit mengangkat tulang tersebut. Gerakan dimulai dari tulang hidung, keluar dan mengikuti otot tulang pipi lakukan 3x gerakan.
- 9) Pada otot mata, dengan menggunakan jari urut lakukan pengurutan dengan memberikan penekanan pada daerah tersebut. Gerakan dimulai dari pangkal alis keluar mengikuti otot mata hingga pelipis. Lakukan 3x gerakan.
- 10) Dengan menggunakan seluruh jari, urut pada rahang pipi, Gerakan dimulai dari ujung dagu hingga ke telinga, bergantian antara tangan kanan dan kiri, masing – masing rahang 4x usapan. Lakukan 3x gerakan.

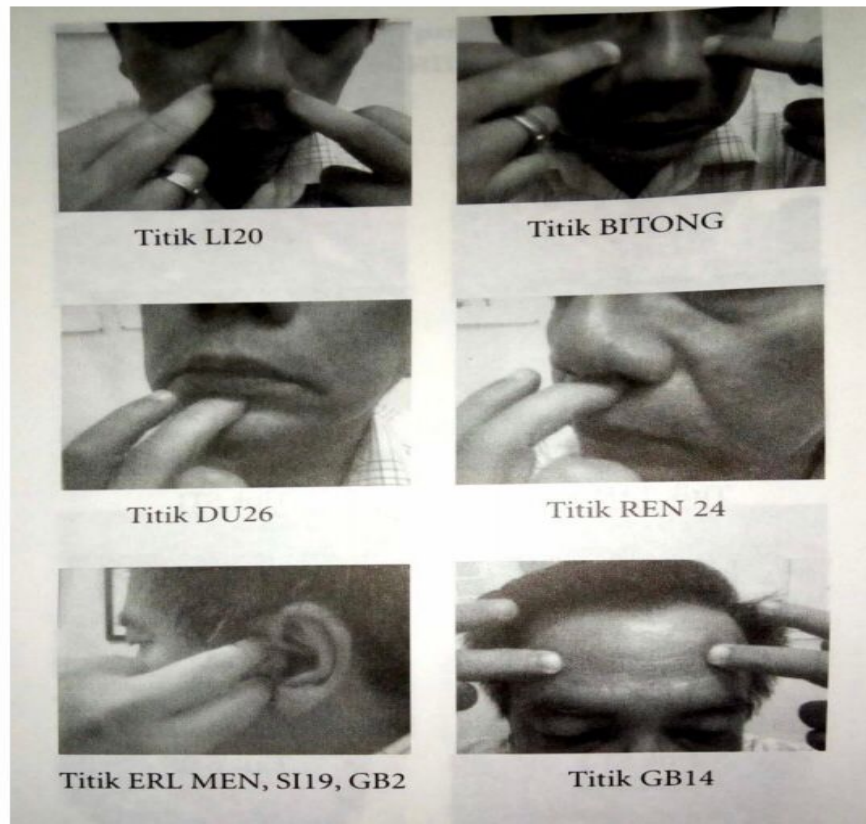
d. Menotok

berikut merupakan Langkah – langkah dalam menotok wajah (Nurkhasanah, 2023)

- 1) Melakukan pemanasan dengan gerakan *massage* seperti sebelumnya. Lakukan 1x gerakan.
- 2) Menekan secara bersamaan kedua pangkal alis dengan kedua jari telunjuk tangan kanan dan kiri menuju ke arah pertumbuhan rambut. Lakukan 1x gerakan.
- 3) Secara bergantian menekan pangkal alis dengan menggunakan jari telunjuk. Lakukan 1x gerakan.

- 4) Dengan menggunakan kedua jari urut tangan kanan dan kiri secara bersamaan menekan pada garis otot mata. Gerakan ini dilakukan mulai dari pangkal alis menuju ujung alis. Lakukan 3x gerakan.
- 5) Lalu Gerakan seperti (d) dilanjutkan dengan Gerakan menekan dan mengusap pada lingkaran mata dan saat sampai pada batang hidung, diberikan penekanan dengan menggunakan ibu jari dan jari telunjuk secara bersamaan antara tangan kanan dan kiri. Lakukan 3x gerakan.
- 6) Dengan menggunakan seluruh jari secara bersamaan antara tangan kanan dan kiri, pada tulang pipi dilakukan gerakan mengangkat pada rahang mengikuti tulang pipi. Lakukan 3x gerakan.
- 7) Secara bergantian dilakukan Gerakan mengangkat pada rahang pipi. Lakukan masing - masing 6x gerakan .
- 8) Lakukan gerakan melingkar mengusap sebanyak 3x hitungan. Pada kedua pelipis secara bersamaan dengan menggunakan jari urut kemudian setelah 3x hitungan dari pelipis tersebut ditarik sampai ke belakang kepala. Lakukan 3x gerakan.
- 9) Lakukan dengan mengurut pada bagian tengkuk kepala. Gerakan dimulai dari pangkal bahu hingga ke tengkuk. Lakukan dengan menggunakan jari telunjuk dan jari tengah secara bergantian langsung antara tangan kanan dan kiri.

Lakukan 6-8x Gerakan.

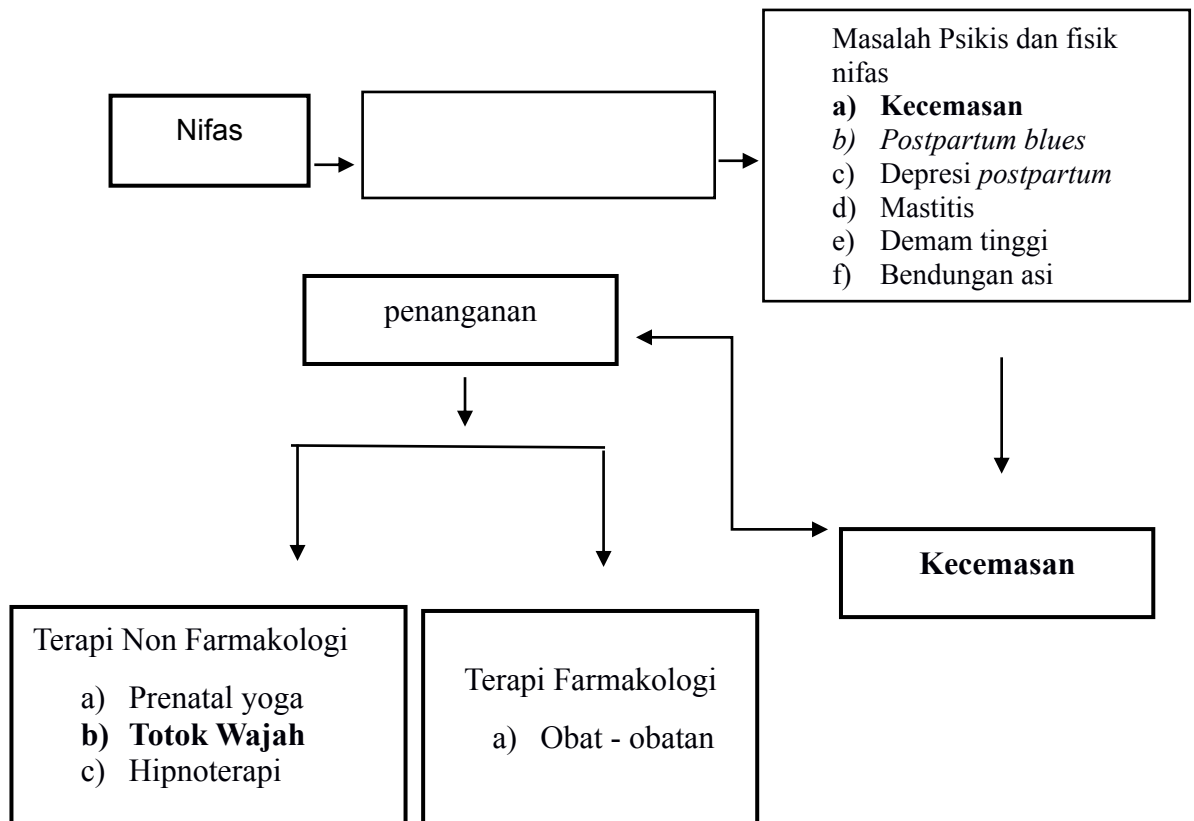


Sumber : Kwan (2010,xxiv)

Gambar.2.1 Totok wajah

B. Kerangka teori

Skema 2.1 Kerangka Teori



C. Kerangka Konseptual

Kerangka konseptual yang dihasilkan berupa kerangka konseptual untuk melihat apakah totok wajah akan mempengaruhi kecemasan pada ibu nifas. Apabila totok wajah dapat membantu menghilangkan kecemasan maka hasil yang didapatkan akan lebih baik. Oleh karna itu totok wajah diperlukan untuk mengatasi kecemasan ibu nifas.

Maka kerangka konseptual dalam penelitian ini dapat digambarkan sebagai berikut :

Skema 2.2 Kerangka Konsep



D. Hipotesis

Hipotesis adalah suatu asumsi pernyataan hubungan anantara dua variabel atau lebih yang diharapkan dapat menjawab pertanyaan penelitian (Fitria & Dkk, n.d.) Adapun hipotesis yang diajukan dalam penelitian ini adalah :

Ha: Ada pengaruh pemberian totok wajah terhadap kecemasan ibu nifas di Desa Rambah Tengah Hilir.

Ho : Tidak ada pengaruh pemberian totok wajah terhadap kecemasan ibu nifas di Desa Rambah Tengah Hilir.

Peneliti dalam penelitian ini mengajukan hipotesis yaitu, ada pengaruh totok wajah terhadap kecemasan ibu nifas di Desa Rambah Tengah Hilir.

BAB III

METODE PENELITIAN

A. Jenis Dan Desain Penelitian

1. Jenis Penelitian

Jenis penelitian ini adalah penelitian eksperimen dengan menilai pengaruh totok wajah terhadap tingkat kecemasan ibu nifas sebelum di totok dan sesudah di totok.

2. Desain Penelitian

Desain penelitian yang digunakan adalah pre - eksperimen tanpa kelompok kontrol dengan menggunakan pendekatan pre-test dan post - test dan post- test one grup.

Kelompok	<i>Pretest</i>	Perlakuan	<i>Posttest</i>
Eksperimen	01	X	02

Tabel 3.1 Rencana Penelitian

01 : Kecemasan sebelum dilakukan totok wajah

X : Perlakuan

02 : Kecemasan sesudah dilakukan totok wajah

B. Populasi, Sampel dan Teknik Sampling

1. Populasi

Populasi adalah keseluruhan sesuatu yang karakteristiknya mungkin diselediki/diteliti (Fitria & Dkk, n.d.). Populasi target dari penelitian ini adalah ibu nifas yang berada di Desa Rambah Tengah. Populasi terjangkau yaitu seluruh ibu nifas yang mengikuti posyandu di rateh I dan posyandu rateh II sebanyak 20 orang.

2. Sampel

Sampel dalam penelitian ini adalah ibu nifas hari ke – 4 sampai 6 di desa Rambah Tengah hilir berjumlah 20 orang dimana sampel ini mengambil seluruh jumlah populasi.

3. Teknik sampling

Penggunaan sampel yang digunakan adalah Teknik sampel jenuh. Sampel jenuh adalah teknik penentuan sampel bila semua anggota populasi dijadikan sampel. Hal ini sering dilakukan jika jumlah populasi kecil (Andre, 2018)

Kriteria inklusi merupakan persyaratan umum yang harus dipenuhi oleh subjek agar dapat di ikut sertakan dalam penelitian(Pradono, 2018). Kriteria inkusi dalam penelitian ini sebagai berikut :

- a) Ibu nifas hari ke 4-6 primipara maupun multipara
- b) Ibu nifas yang tidak memiliki penyakit penyerta
- c) Tidak dalam perawatan medis seperti rumah sakit, atau

PMB

- d) Ibu yang berdomisili di Desa Rambah Tengah Hilir
- e) Bersedia menjadi responden dan mengikuti prosedur

C. Ruang lingkup penelitian

Penelitian ini direncanakan Di Desa Rambah Tengah Hilir pada bulan oktober 2023 sampai februari 2024.

D. Variable penelitian

Pada penelitian ini terdapat dua variabel, yaitu :

1. Variabel bebas (*Independent*) adalah variabel yang mempengaruhi variabel terikat. Variabel bebas dalam penelitian ini yaitu penggunaan totok wajah
2. Variable terikat (*Dependent*) adalah variabel yang di pengaruhi oleh variabel bebas. Variabel terikat dalam penelitian ini adalah kecemasan ibu nifas.

E. Defenisi operasional

No	Variable	Defenisi operasional	Alat ukur	Hasil ukur	skala
1.	Pemberian Totok wajah	Totok wajah salah satu terapi komplementer dengan penekanan titik akupuntur untuk mengurangi kecemasan serta merelaksasikan, sehingga dapat merangsang pelepasan horm endorfhin	SOP teknik Totok wajah dilakukan selama 20 menit	-	-
2.	Tingkat Kecemasan	Kecemasan merupakan keadaan perasaan yang tidak nyaman berupa khawatir, gelisah takut dan tidak senang pada diri.	Lembar observasi <i>Hamilton Anxiety Rate Scale</i> (HARS)	Data skala 14-52	Rasio

Tabel 3.2 Definisi Operasional**F. Jenis Data**

Jenis data yang diperoleh dari penelitian ini adalah data primer.

Data yang diperoleh dari Desa Rambah Tengah Hilir

G. Teknik Pengumpulan Data

Teknik pengumpulan data yang digunakan yaitu data primer.

Teknik pengumpulan data adalah cara peneliti untuk mengumpulkan data, dalam penelitian diperlukan Teknik pengumpulan data karna dapat memperoleh sesuai yang diharapkan untuk menyelesaikan penelitian. (Sugiyono, 2015). Metode pengumpulan data dengan

menggunakan data primer yaitu dengan memberikan lembar kuisioner langsung kepada responden yang berisikan pertanyaan tentang objek yang diteliti

H. Instrumen Penelitian

Alat pengumpulan data dalam penelitian ini untuk variabel independen yaitu penggunaan Totok wajah menggunakan Standar Operasional Prosedur (SOP) dan untuk variabel dependen yaitu tingkat kecemasan menggunakan lembar observasi tingkat kecemasan *Hamilton Anxiety rate scale / HARS* untuk mengetahui tingkat kecemasan sebelum dan sesudah penggunaan totok wajah.

I. Pengolahan Data

Cara pengolahan data pada penelitian ini dilakukan dengan langkah-langkah sebagai berikut :

1. Metode Pengolahan

a. Editing

Editing merupakan kegiatan pengecekan dan perbaikan isian. Langkah ini dilakukan untuk mengantisipasi kesalahan-kesalahan data pada lembar observasi dan memastikan bahwa data yang dibutuhkan sudah lengkap.

b. Coding

Coding merupakan memindahkan data dari daftar yang akan memberikan informasi diubah menjadi bentuk angka untuk

mempermudah perhitungan selanjutnya dengan memberikan kode dalam bentuk angka.

c. Processing

Peneliti memasukan data yang sudah terkumpul dari kuisioner kedalam program komputer

d. Cleaning

Peneliti melakukan pengecekan kode yang salah atau adanya ketidaklengkapan data sehingga dilakukan pembetulan atau koreksi.

J. Analisis Data

1. Analisis *Univariat*

Analisis ini dilakukan pada setiap variabel dari hasil penelitian. Analisis ini hanya dilakukan untuk menghasilkan distribusi dan persentase dari variabel yang akan disajikan dengan mendistribusikan semua variabel dari bahan informasi dengan menggunakan table distribusi

2. Analisis *Bivariat*

Analisis ini dilakukan pada dua variabel yang berhubungan dalam analisis bivariat. Analisis ini dilakukan beberapa tahap antara lain :

- a. Analisis proporsi atau presentasi dengan membandingkan distribusi silang antara dua variabel yang bersangkutan

- b. Analisis dari hasil uji statistik t-dependen. Dengan hasil uji statistik ini maka akan dapat disimpulkan adanya hubungan dua variabel tersebut bermakna atau tidak bermakna.

Berkolerasi pada penelitian ini menggunakan t-test yang digunakan untuk menguji hubungan antara dua variabel kategorik dengan skala ordinal.

K. Etika Penelitian

Etika kebidanan merupakan masalah yang sangat penting dalam penelitian. Mengingat penelitian kebidanan berhubungan langsung dengan manusia, maka segi etika penelitian harus diperhatikan (Hidayat, 2014). Etika yang harus diperhatikan antara lain:

1. *Informed consent*

Informed consent merupakan bentuk persetujuan antara peneliti dengan responden peneliti dengan memberikan lembar persetujuan. *Informed Consent* tersebut diberikan sebelum penelitian dilakukan dengan memberikan lembar persetujuan untuk menjadi responden. Tujuan *Informed Consent* adalah agar subjek mengerti maksud dan tujuan penelitian mengetahui dampaknya. Jika subjek bersedia maka mereka harus menanda tangani lembar persetujuan. Jika responden tidak bersedia, maka peneliti harus menghormati hak pasien

2. *Anonymity*

Etika kebidanan merupakan masalah yang memberikan jaminan dalam penggunaan subjek penelitian dengan cara tidak memberikan atau mencantumkan nama responden pada lembar alat ukur dan hanya menuliskan kode pada lembar pengumpulan data atau hasil penelitian yang akan disajikan.

3. *Confidentiality*

Etika penelitian memberikan jaminan kerahasiaan dalam penelitian baik informasi maupun masalah-masalah lainnya. Semua informasi yang telah dikumpulkan dijamin kerahasiaan oleh peneliti, hanya kelompok data tertentu yang akan dilaporkan pada hasil riset.