

SKRIPSI

**PENGARUH *ENDORPHIN* MESSAGE (PIJAT ENDORFIN)
TERHADAP PENURUNAN TINGKAT KECEMASAN DALAM
MENGHADAPI PERSALINAN PADA IBU HAMIL
TRIMESTER III PRIMIGRAVIDA DI KLINIK
PRATAMA JANNAH DESA MAKMUR PASAR
VII DAN KLINIK MADINA PASAR III
TEMBUNG TAHUN 2020**



**Oleh :
MUTHIA SHUHAYLA PASARIBU
P07524416 055**

**PRODI D-IV KEBIDANAN
JURUSAN KEBIDANAN MEDAN
POLITEKNIK KESEHATAN KEMENTERIAN KESEHATAN
TAHUN 2020**

SKRIPSI

**PENGARUH *ENDORPHIN* MASSAGE (PIJAT ENDORFIN)
TERHADAP PENURUNAN TINGKAT KECEMASAN DALAM
MENGHADAPI PERSALINAN PADA IBU HAMIL
TRIMESTER III PRIMIGRAVIDA DI KLINIK
PRATAMA JANNAH DESA MAKMUR PASAR
VII DAN KLINIK MADINA PASAR III
TEMBUNG TAHUN 2020**



**Oleh :
MUTHIA SHUHAYLA PASARIBU
P07524416 055**

**PRODI D-IV KEBIDANAN
JURUSAN KEBIDANAN MEDAN
POLITEKNIK KESEHATAN KEMENTERIAN KESEHATAN
TAHUN 2020**

LEMBAR PERSETUJUAN

NAMA : MUTHIA SHUHAYLA PASARIBU

NIM : P07524416055

**JUDUL : PENGARUH *ENDORPHIN MASSAGE* (PIJAT ENDORFIN)
TERHADAP PENURUNAN TINGKAT KECEMASAN DALAM
MENGHADAPI PERSALINAN PADA IBU HAMIL
TRIMESTER III PRIMIGRAVIDA DI KLINIK PRATAMA
JANNAH DESA MAKMUR PASAR VII DAN KLINIK MADINA
PASAR III TEMBUNG TAHUN 2020**

**SKRIPSI INI TELAH DISETUJUI UNTUK DIPERTAHANKAN PADA
UJIAN SIDANG SKRIPSI JURUSAN-IV KEBIDANAN
POLTEKKES KEMENKES MEDAN
TANGGAL 20 MEI 2020**

Oleh :

PEMBIMBING UTAMA


Dr. Evi Irianti, M.Kes
NIP. 196911051991012001

PEMBIMBING PENDAMPING


Melva Simatupang, SST.M.Kes
NIP. 196104231986032003

**MENGETAHUI,
KETUA JURUSAN KEBIDANAN MEDAN**




BETTY MANGKUJI, SST, M.Keb
NIP. 196609101994032001

LEMBAR PENGESAHAN

SKRIPSI INI DIAJUKAN OLEH

NAMA : MUTHIA SHUHAYLA PASARIBU

NIM : P07524416055

PRODI : D-IV KEBIDANAN

JUDUL :PENGARUH *ENDORPHIN MASSAGE* (PIJAT ENDORFIN)
TERHADAP PENURUNAN TINGKAT KECEMASAN DALAM
MENGHADAPI PERSALINAN PADA IBU HAMIL
TRIMESTER III PRIMIGRAVIDA DI KLINIK PRATAMA
JANNAH DESA MAKMUR PASAR VII DAN KLINIK MADINA
PASAR III TEMBUNG TAHUN 2020

Telah Berhasil Dipertahankan Di Hadapan Penguji Dan Diterima Sebagai Bagian
Persyaratan Yang Diperlukan Untuk Memperoleh Gelar Sarjana Terapan
Kebidanan Pada Program Studi Diploma IV Kebidanan Jurusan
Kebidanan Medan Poltekkes Kemenkes RI Medan
Pada Tanggal 20 Mei 2020

DEWAN PENGUJI

- | | |
|---------------------------------|---|
| 1. Dr. Evi Irianti, M.Kes | (<i>aw</i> ) |
| 2. Melva Simatupang, SST. M.Kes | () |
| 3. Elizawarda, SKM, M.Kes | () |

MENGETAHUI,
KETUA JURUSAN KEBIDANAN MEDAN




BETTY MANGKUJI, SST, M.Keb
NIP. 196609101994032001

**POLITEKNIK KESEHATAN KEMENKES RI MEDAN
JURUSAN D-IV KEBIDANAN MEDAN
SKRIPSI, 17 MEI 2020**

MUTHIA SHUHAYLA PASARIBU

Pengaruh *Endorphin Massage* (Pijat Endorfin) Terhadap Penurunan Tingkat Kecemasan Dalam Menghadapi Persalinan Pada Ibu Hamil Trimester III Primigravida Di Klinik Pratama Jannah Desa Makmur Pasar VII Dan Klinik Madina Pasar III Tembung Tahun 2020.

Abstrak

Teknik massage membantu ibu merasa lebih, segar, rileks, dan nyaman disaat menghadapi persalinan. Hal itu terjadi karena *massage* merangsang tubuh melepas senyawa *endorphin* yang merupakan pereda sakit alami. *Endorphin* juga dapat menciptakan perasaan nyaman dan enak sehingga mengurangi kecemasan yang ibu rasakan. Dari wawancara awal yang dilakukan kepada 10 ibu hamil trimester III primigravida didapatkan 6 ibu hamil mengatakan merasa cemas dan takut jika terjadi sesuatu pada bayinya dan menghadapi proses persalinan. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui pengaruh *Endorphin Massage* (Pijat Endorfin) terhadap penurunan tingkat kecemasan dalam menghadapi persalinan pada ibu hamil trimester III primigravida.

Jenis penelitian yang digunakan ialah analitik dengan desain *Non equivalent Control Group Design* (desain kelompok *control non ekuivalen*), jumlah populasi 30 orang dengan membagi menjadi dua kelompok 15 orang dalam kelompok intervensi dan 15 orang dalam kelompok kontrol. Penelitian dilakukan di Klinik Pratama Jannah dan Klinik Madina. Hasil penelitian menggunakan uji statistik *Wilcoxon Signed*.

Hasil penelitian menunjukkan perbandingan antara kedua kelompok intervensi dan kontrol terlihat ada pengaruh yang signifikan $p < 0,004$, sehingga H_0 ditolak, dimana tingkat kecemasan ibu hamil TM III primigravida menurun ketika diberikan perlakuan *endorphin massage* dibanding dengan ibu hamil TM III primigravida yang tidak diberikan *endorphin massage* dengan selisih rata-rata 11,67%.

Kesimpulan, ada penurunan tingkat kecemasan pada ibu hamil trimester III primigravida pada kelompok intervensi dengan diberikannya *endorphin massage* dibandingkan kelompok kontrol yang tidak diberikan *endorphin massage*. Saran Ibu Hamil Trimester III primigravida hendaknya tetap mengontrol kecemasan pada saat menghadapi persalinan.

Kata kunci : Kecemasan, *Endorphin Massage*, Ibu Hamil TM III Primigravida
Daftar Pustaka : 18 buah (2011-2019)

**Medan Health Polytechnic Of Ministry Of Health
Extention Program Of Applied Health Science In Midwifery
Thesis, 17 MAY 2020**

MUTHIA SHUHAYLA PASARIBU

The Effect of Endorphin Massage on Decreasing of the Anxiety Levels in Facing the Childbirth in Primigravida Trimester III Pregnant Women at Pratama Jannah Clinic, the Village of Makmur Pasar VII and Madina Pasar III Tembung Clinic in 2020.

Abstract

Massage can help mothers feel more refreshed, relaxed, and comfortable when facing labor. This happens because massage stimulates the body to release endorphin compounds which are natural pain relievers. Endorphins can also create feelings of comfort and relief so that they can reduce the anxiety felt by the mother. Through preliminary interviews conducted with 10 primigravida III trimester pregnant women, it was found that 6 pregnant women felt anxious and afraid of bad things that would happen to their babies and face the labor process. This study aims to determine the effect of endorphin massage on reducing anxiety levels in the face of childbirth in primigravida third trimester pregnant women.

This research is an analytical study designed with Non-equivalent Control Group Design conducted at the Pratama Jannah Clinic and Madina Clinic. The population of this study was 30 people, divided into two groups, 15 people in the intervention group and the rest in the control group, while the research data was tested using the Wilcoxon Signed statistical test.

Through the results of the study, it is known that the comparison between the two groups where a significant effect was found $p < 0.004$, so that H_0 is rejected, which means that the anxiety level of TM III primigravida pregnant women has decreased when given endorphin massage compared to TM III primigravida pregnant women who are not given endorphin massage. with an average difference of 11.67%.

This study concluded that there was a decrease in anxiety levels in the third trimester primigravida pregnant women in the intervention group due to endorphin massage, compared to the control group who was not given this massage. Primigravida III trimester pregnant women are advised to continue to control anxiety when facing childbirth.

Keywords: Anxiety, Endorphin Massage, TM III Primigravida
Bibliography: 18 pieces (2011-2019)



KATA PENGANTAR

Puji syukur kehadiran Tuhan Yang Maha Esa, atas semua berkat dan rahmat-Nya sehingga dapat terselesaikannya Proposal yang berjudul “Pengaruh *Endorphin Massage* (Pijat Endorfin) Terhadap Penurunan Tingkat Kecemasan Dalam Menghadapi Persalinan Pada Ibu Hamil Trimester III Primigravida Di Klinik Pratama Jannah Desa Makmur Dan Klinik Madina Pasar III Tembung Tahun 2019” sebagai salah satu syarat menyelesaikan pendidikan D-IV Kebidanan pada Program Studi Diploma D-IV Kebidanan Medan Politeknik Kesehatan Kementerian Kesehatan RI Medan.

Dalam hal ini, Penulis banyak mendapatkan bantuan dari berbagai pihak, karena itu pada kesempatan kali ini penulis mengucapkan banyak terimakasih kepada:

1. Dra. Ida Nurhayati, M.Kes selaku Direktur Politeknik Kesehatan Kemenkes RI Medan.
2. Betty Mangkuji, SST, M.Keb selaku Ketua Jurusan Kebidanan Politeknik Kesehatan Kemenkes RI Medan.
3. Yusniar Siregar, SST, M.Kes selaku Ketua Jurusan Kebidanan D-IV Politeknik Kesehatan Kemenkes RI Medan.
4. Dr.Evi Irianti, SKM, M.Kes selaku pembimbing I sekaligus Penguji I yang telah meluangkan waktu dan tenaga bagi saya untuk berkonsultasi dan bersedia memberikan masukan, kritik dan saran dalam menyelesaikan proposal skripsi ini.

5. Melva Simatupang, SST, M.Kes selaku pembimbing II sekaligus Penguji II yang telah meluangkan waktu dan tenaga bagi saya untuk berkonsultasi dan memberikan kritikan dan saran dalam penulisan proposal skripsi ini.
6. Elizawarda, SKM, M.Kes selaku Ketua penguji yang telah meluangkan waktu dan tenaga bagi saya untuk memberikan kritikan dan saran dalam proposal skripsi ini.
7. Satiani Aziz, S.Tr.Keb selaku pemilik Klinik Pratama Jannah yang telah memberi izin kepada penulis dalam melakukan penelitian.
8. Hj. Nurhamida Siregar Amd.Keb selaku pemilik Klinik Madina yang telah memberi izin kepada penulis dalam melakukan penelitian.
9. Kedua orangtua saya serta kakak dan adik saya. Atas dukungan dan doa yang selalu diberikan sehingga proposal ini terselesaikan pada waktunya.

Penulis menyadari bahwa proposal skripsi ini masih mempunyai kekurangan baik dari teknis penulisan maupun bahasanya. Untuk itu, penulis mengharapkan kritik dan saran yang bersifat membangun dari berbagai pihak demi sempurnanya proposal penelitian ini. Semoga dapat bermanfaat baik bagi saya maupun bagi pembacanya.

Medan, Desember 2020

Muthia Shuhayla Pasaribu

DAFTAR ISI

	Halaman
LEMBAR PERSETUJUAN	
KATA PENGANTAR.....	i
DAFTAR ISI	ii
DAFTAR TABEL	iii
DAFTAR GAMBAR.....	vii
DAFTAR LAMPIRAN.....	viii
 BAB I PENDAHULUAN	
A. Latar Belakang	1
B. Rumusan Masalah.....	3
C. Tujuan Penelitian	3
C.1 Tujuan Umum	3
C.2 Tujuan Khusus	4
D. Manfaat Penelitian.	4
E. Keaslian Penelitian	5
 BAB II TINJAUAN PUSTAKA	
A. Kehamilan	6
A.1 Defenisi Kehamilan.....	6
A.2 Perubahan Adaptasi Fisiologis Dan Psikologis Ibu TM	
I, II, III.....	7
A.3 Tanda Bahaya Kehamilan.....	8
B. Kecemasan.	11
B.1 Pengertian Kecemasan.....	11
B.2 Proses Terjadinya Kecemasan	15
B.3 Karakteristik Yang Mempengaruhi Kecemasan Pada Ibu	
Hamil Primigravida	18
B.4 Beberapa Faktor Penyebab Kecemasan Ibu Hamil	
Primigravida Menjelang Persalinan	19
B.5 Skala Kecemasan <i>Hamilton Anxiety Rating Scale</i>	
(HARS).....	20
B.6 Penatalaksanaan Kecemasan.....	22
C. <i>Endorphin Massage</i>	24
C.1 Cara Melakukan <i>Endorphin Massage</i>	27
D. Kerangka Teori.	29
E. Kerangka Konsep.....	30
F. Hipotesa.....	30

BAB III METODE PENELITIAN

A. Jenis Dan Desain Penelitian.	31
B. Lokasi dan Waktu Penelitian.	32
B.1 Lokasi Penelitian.	32
B.2 Waktu Penelitian.	32
C. Populasi dan Sampel Penelitian.	33
C.1 Populasi.	33
C.2 Sampel.	33
D. Defenisi Operasional Variabel Penelitian.	34
E. Jenis dan Cara Pengumpulan Data.	35
F. Alat Ukur/Instrumen Dan Bahan Penelitian.	35
G. Prosedur Penelitian.	37
H. Analisis Data.	38
I. Pengolahan Data.	39
J. Etika penelitian.	39

BAB IV HASIL DAN PEMBAHASAN

A. Hasil Penelitian.	56
A.1 Analisis Univariat.	58
A.2 Analisis Bivariat.	60
B. Pembahasan.	60
B.1 Distribusi Tingkat Kecemasan Ibu Hamil Trimester III Primigravida Pada Kelompok Intervensi Kontrol Sebelum Dan Setelah Diberi Lembar Kuisisioner HARS... ..	61
B.2 Distribusi Tingkat Kecemasan Ibu Hamil Trimester III Primigravida Pada Kelompok Intervensi (Perlakuan) Sebelum Dan Setelah Diberi Perlakuan Serta Lembar Kuisisioner HARS.	61
B.3 Hasil Uji Normalitas.	62
B.3 Hasil Uji Statistik <i>Wilcoxon Signed</i> Pada Kelompok Intervensi (Perlakuan).	63
B.4 Hasil Uji Statistik <i>Wilcoxon Signed</i> Pada Kelompok Kontrol.	63
B.5 Hasil Uji Statistik Perbandingan <i>Wilcoxon Signed</i> Pada Kelompok Intervensi (Perlakuan).	64

BAB V PENUTUP

A. Kesimpulan.....	65
B. Saran.....	65

DAFTAR PUSTAKA.....	67
----------------------------	-----------

LAMPIRAN

DAFTAR TABEL

	Halaman
Tabel 1.1 Keaslian Penelitian	5
Tabel 3.1 <i>Nonequivalent Control Group Design</i>	31
Tabel 3.2 Defenisi Operasional Variabel Penelitian.....	34
Tabel 4.1 Distribusi Tingkat Kecemasan Ibu Hamil Trimester III Primigravida Pada Kelompok Kontrol Sebelum Dan Setelah Diberikan Lembar Kuisisioner HARS	61
Tabel 4.2 Distribusi Tingkat Kecemasan Ibu Hamil Trimester III Primigravida Pada Kelompok Intervensi (Perlakuan) Sebelum Dan Setelah Diberi Perlakuan Serta Lembar Kuisisioner HARS	62
Tabel 4.3 Uji Normalitas Data Dengan Uji <i>Shapiro-wilk</i>	63
Tabel 4.4 <i>Wilcoxon Signed Rank Test</i> (Intervensi <i>Group</i>)	63
Tabel 4.5 <i>Wilcoxon Signed Rank Test</i> (Control <i>Group</i>)	64
Table 4.6 <i>Wilcoxon Signed Rank Test</i> (Perbandingan Kelompok Intervensi Dan <i>Control Group</i>).....	64

DAFTAR GAMBAR

	Halaman
Gambar 2.1 Rentang Respon Kecemasan.	12
Gambar 2.2 <i>Massage</i> Lengan.	28
Gambar 2.3 <i>Massage</i> Punggung.....	28
Gambar 2.4 Kerangka Teori.....	29
Gambar 2.5 Kerangka Konsep.....	30

DAFTAR LAMPIRAN

- Lampiran 1 Waktu Penelitian
- Lampiran 2 Surat *Survey* Awal Penelitian
- Lampiran 3 Surat Balasan *Survey* Awal Penelitian
- Lampiran 4 Surat Eticha Clirence
- Lampiran 5 Surat Penelitian
- Lampiran 6 Surat Balasan Penelitian
- Lampiran 7 Lembar *Informed Consent* (Persetujuan Menjadi Responden Penelitian)
- Lampiran 8 Skala Ukur HARS (Kuesnioner Penelitian)
- Lampiran 9 Kartu Kontrol
- Lampiran 10 Lembar Konsultasi