KARYA ILMIAH AKHIR NERS

PENERAPAN TEKNIK *ENDORPHIN MASSAGE* SEBAGAI INTERVENSI NON FARMAKOLOGIS DALAM MEMPERCEPAT INVOLUSI UTERI PADA IBU POSTPARTUM DI RUMAH SAKIT ADVENT MEDAN

RUTH VERNANDA SIMATUPANG
P0712062555

KEMENTERIAN KESEHATAN REPUBLIK INDONESIA
POLITEKNIK KESEHATAN MEDAN
JURUSAN KEPERAWATAN
PROGRAM STUDI PROFESI NERS
TAHUN 2026

KARYA ILMIAH AKHIR NERS

PENERAPAN TEKNIK *ENDORPHIN MASSAGE* SEBAGAI INTERVENSI NON FARMAKOLOGIS DALAM MEMPERCEPAT INVOLUSI UTERI PADA IBU POSTPARTUM DI RUMAH SAKIT ADVENT MEDAN

Sebagai Syarat Menyelesaikan Pendidikan Program Studi
Profesi Ners

RUTH VERNANDA SIMATUPANG
P0712062555

KEMENTERIAN KESEHATAN REPUBLIK INDONESIA
POLITEKNIK KESEHATAN MEDAN
JURUSAN KEPERAWATAN
PROGRAM STUDI PROFESI NERS
TAHUN 2026

LEMBAR PERNYATAAN ORISINALITAS

Yang bertanda tangan dibawah ini saya:

Nama	: Ruth Vernanda Simatupang
NIM	: P0712062555
Program Studi	: Profesi Ners
Jurusan	: Keperawatan
Perguruan Tinggi	: Poltekkes Kemenkes Medan

Menyatakan bahwa saya tidak melakukan tindakan plagiat dalam penelitian Karya Tulis Ilmiah Akhir Ners yang berjudul: Penerapan Teknik *Endorphin Massage* Sebagai Intervensi Non Farmakologis Dalam Mempercepat Involusi Uteri Pada Ibu Postpartum Di Rumah Sakit Advent Medan.

Apabila suatu saat nanti terbukti saya melakukan Tindakan plagiat, maka saya bersedia menerima sanksi sesuai dengan ketentuan yang berlaku. Demikian surat pernyataan ini saya buat dengan sebenar benarnya

Medan, 22 Juni 2026

Yang Menyatakan



Ruth Vernanda Simatupang

P0712062555

LEMBAR PERSETUJUAN

JUDUL	:	**PENERAPAN TEKNIK *ENDORPHIN MASSAGE* SEBAGAI INTERVENSI NON FARMAKOLOGIS DALAM MEMPERCEPAT INVOLUSI UTERI PADA IBU POSTPARTUM DI RUMAH SAKIT ADVENT MEDAN**
NAMA	:	**RUTH VERNANDA SIMATUPANG**
NIM	:	**P0712062555**

Telah Diterima dan Disetujui Untuk Diseminarkan Dihadapan Penguji

Medan, 15 Juni 2026

Menyetujui

Pembimbing Utama	**Pembimbing Pendamping**
Yufdel, S.Kep., Ns., M.Kes	**Nurlama Siregar, S.Kep., Ns., M.Kes**
NIP. 196406251990032002	**NIP. 197206221995032001**

Ketua Jurusan Keperawatan

Kemenkes RI Politeknik Kesehatan Medan

Dr. Amira Permata Sari Tarigan, S.Kep.,Ns.,M.Kes

NIP. 197703162002122001

LEMBAR PENGESAHAN

JUDUL	:	**PENERAPAN TEKNIK *ENDORPHIN MASSAGE* SEBAGAI INTERVENSI NON FARMAKOLOGIS DALAM MEMPERCEPAT INVOLUSI UTERI PADA IBU POSTPARTUM DI RUMAH SAKIT ADVENT MEDAN**
NAMA	:	**RUTH VERNANDA SIMATUPANG**
NIM	:	**P0712062555**

Karya Ilmiah Akhir Ners Ini Telah Di Uji Pada Sidang Akhir Program Studi Ners
Kementerian Kesehatan Republik Indonesia Politeknik Kesehatan Medan

Medan, 22 Juni 2026

Penguji I

Tiurlan M. Doloksaribu, S.Kep., Ns., M.Kep
NIP. 197701062002122003

Penguji II

Wiwik Dwi Arianti, S.Kep., Ns., M.Kep
NIP. 197512021997032003

Ketua Penguji

Yufdel, S.Kep., Ns., M.Kes
NIP. 196406251990032002

Ketua Jurusan Keperawatan
Kemenkes RI Politeknik Kesehatan Medan

Dr. Amira Permata Sari Tarigan, S.Kep.,Ns.,M.Kes
NIP. 197703162002122001

BIODATA PENULIS



RUTH VERNANDA SIMATUPANG
Mobile Phone: 081219226616
Email: ruthvernandasimatupang@gmail.com

Nama	: Ruth Vernanda Simatupang
NIM	: P0712062555
Program Studi	: Profesi Ners
Institusi	: Kementerian Kesehatan Republik Indonesia Politeknik Kesehatan Medan

KEMENTERIAN KESEHATAN REPUBLIK INDONESIA
POLITEKNIK KESEHATAN KEMENKES MEDAN
PROGRAM STUDI PROFESI NERS
JURUSAN KEPERAWATAN
KARYA ILMIAH AKHIR NERS
MEDAN, 22 JUNI 2026

RUTH VERNANDA SIMATUPANG
P0712062555

PENERAPAN TEKNIK *ENDORPHIN MASSAGE* SEBAGAI INTERVENSI NON FARMAKOLOGIS DALAM MEMPERCEPAT INVOLUSI UTERI PADA IBU POSTPARTUM DI RUMAH SAKIT ADVENT MEDAN

V BAB + 79 HALAMAN + 3 TABEL + 3 GAMBAR + 13 LAMPIRAN.

ABSTRAK

Latar Belakang: Angka Kematian Ibu (AKI) masih menjadi indikator penting derajat kesehatan masyarakat. WHO melaporkan sekitar 260.000 ibu meninggal selama kehamilan, persalinan, dan masa nifas pada tahun 2023, dengan 92% kasus terjadi di negara berpendapatan rendah dan menengah. Perdarahan postpartum merupakan penyebab utama kematian ibu yang sebagian besar dipicu oleh atonia uteri dan gangguan involusi uterus. Di Provinsi Sumatera Utara tahun 2023 tercatat 202 kasus kematian ibu dan 1.007 kematian bayi, sedangkan hingga September 2024 terdapat 124 kasus kematian ibu dan 627 kematian bayi, dengan perdarahan sebagai penyebab terbanyak. Data rekam medis RS Advent Medan menunjukkan terdapat 422 persalinan selama April 2025–April 2026. Salah satu upaya Non Farmakologis yang dapat mempercepat involusi uterus adalah teknik *Endorphin massage* melalui stimulasi pelepasan hormon endorphin dan oksitosin sehingga meningkatkan kontraksi uterus.
Tujuan Penulisan: Menerapkan teknik *Endorphin massage* sebagai intervensi keperawatan untuk mempercepat involusi uterus pada ibu postpartum di RS Advent Medan.
Metode Penulisan: Studi kasus dengan pendekatan proses keperawatan meliputi pengkajian, penetapan diagnosis keperawatan, perencanaan, implementasi intervensi *Endorphin massage* selama 15–30 menit sesuai standar operasional prosedur, serta evaluasi perkembangan kondisi klien.
Hasil Penulisan: Hasil penulisan menunjukkan adanya penurunan tinggi fundus uteri sesuai proses involusi normal, kontraksi uterus semakin baik, nyeri berkurang, ibu merasa lebih rileks dan nyaman, serta tidak ditemukan tanda komplikasi selama masa observasi..
Kesimpulan: Bahwa penerapan teknik *Endorphin massage* efektif sebagai intervensi pendukung Non Farmakologis untuk mempercepat involusi uterus dan meningkatkan pemulihan ibu postpartum.
Saran: Disarankan agar intervensi ini diterapkan secara rutin oleh tenaga kesehatan sebagai bagian dari asuhan keperawatan postpartum.

Kata Kunci : *Endorphin massage*, Involusi Uteri, Postpartum.
Daftar Bacaan : 28 (2016-2024)

MINISTRY OF HEALTH OF THE REPUBLIC OF INDONESIA
MEDAN HEALTH POLYTECHNIC
DEPARTMENT OF NURSING
NURSING PROFESSIONAL STUDY PROGRAM
FINAL NURSING SCIENTIFIC PAPER
MEDAN, 22 JUNE 2026

RUTH VERNANDA SIMATUPANG
P0712062555

APPLICATION OF ENDORPHIN MASSAGE AS A NON PHARMACOLOGICAL INTERVENTION TO ACCELERATE UTERINE INVOLUTION IN POSTPARTUM MOTHERS AT ADVENT HOSPITAL MEDAN

5 CHAPTERS + 79 PAGES + 3 TABLES + 3 FIGURES + 13 APPENDICES

ABSTRACT

Background: The maternal mortality ratio (MMR) remains an important indicator of population health. The World Health Organization (WHO) reported that approximately 260,000 women died during pregnancy, childbirth, and the Postpartum period in 2023, with 92% of these deaths occurring in low- and middle-income countries. Postpartum hemorrhage is a major cause of maternal mortality and is largely associated with uterine atony and impaired uterine involution. In North Sumatra Province, 202 maternal deaths and 1,007 infant deaths were recorded in 2023, while 124 maternal deaths and 627 infant deaths were reported as of September 2024, with hemorrhage being the leading cause of maternal death. Medical record data from Advent Hospital Medan showed that 422 deliveries occurred between April 2025 and April 2026. One non-pharmacological intervention that can help accelerate uterine involution is Endorphin massage, which stimulates the release of endorphins and oxytocin, thereby promoting uterine contractions.

Objective: This study aimed to apply the Endorphin massage technique as a nursing intervention to accelerate uterine involution in a Postpartum mother at Advent Hospital Medan.

Methods: This study employed a case study design using the nursing process approach, including assessment, nursing diagnosis, planning, implementation of Endorphin massage for 15–30 minutes in accordance with the standard operating procedure, and evaluation of the client's clinical progress.

Results: The results showed a decrease in fundal height consistent with the normal process of uterine involution, improved uterine contractions, reduced pain, and increased maternal relaxation and comfort. No signs of complications were observed during the observation period.

Conclusion: The application of Endorphin massage was effective as a supportive non-pharmacological intervention to accelerate uterine involution and promote Postpartum maternal recovery.

Recommendation: This intervention is recommended for routine implementation by healthcare professionals as part of Postpartum nursing care.

Keywords : Endorphin massage, Uterine Involution, Postpartum
References : 28 (2016-2024)

PROOF READING OF TRANSLATION
Kemenkes Poltekkes Medan
TRANSLATION VERIFIED
15 OCT 2026

vi

KATA PENGANTAR

Puji dan syukur penulis ucapkan kepada Tuhan Yang Maha Esa atas berkat dan karuniaNya sehingga saya dapat menyelesaikan KIAN ini dengan judul "Penerapan Teknik *Endorphin Massage* Sebagai Intervensi Non Farmakologis Dalam Mempercepat Involusi Uteri Pada Ibu PostPartum Di Rumah Sakit Advent Medan".

Pada kesempatan ini penulis mengucapkan terimakasih yang sebesar-besarnya kepada seluruh dosen Profesi Ners yang telah memberikan bimbingan, arahan, dukungan, dan masukan kepada penulis sehingga dapat menyelesaikan Karya Ilmiah Ners Akhir ini. Penulis juga mengucapkan terimakasih kepada:

1. Ibu Tengku Sri Wahyuni, S.SiT., M.Keb Selaku Direktur Poltekkes Kemenkes Medan.
2. Dr. Amira Permata Sari Tarigan, S.Kep, Ns, M.Kes Selaku Ketua Jurusan Keperawatan Poltekkes Kemenkes Medan.
3. Ibu Lestari S.Kep, Ners., M.Kep Selaku Ketua Program Profesi Ners Keperawatan Poltekkes Kemenkes Medan.
4. Ibu Yufdel, S.Kep., Ns., M.Kes selaku dosen pembimbing utama dan pembimbing akademik.
5. Ibu Nurlama Siregar, S.Kep., Ns., M.Kes selaku dosen pembimbing pendamping.
6. Ibu Tiurlan M. Doloksaribu, S.Kep., Ns., M.Kep sebagai penguji I dan Ibu Wiwik Dwi Arianti, S.Kep., Ns., M.Kep sebagai penguji II.
7. Seluruh Dosen dan Instruktur tenaga pendidikan di Jurusan Keperawatan Poltekkes Kemenkes Medan yang telah membantu penulis selama menjalani masa pendidikan.
8. Kepada yang teristimewa untuk orang tua penulis Bapak Alm. Togar Panusunan Simatupang, S.E dan ibu Vrede Nazaretti Banjarnahor, yang telah membesarkan penulis dan selalu memberikan dukungan motivasi serta doa kepada penulis. Kepada Abang penulis Agustin Fernando

Simatupang, S.H yang telah memberikan dukungan dan motivasi, kepada penulis. Sehingga penulis dapat menyelesaikan ini tepat waktu.

9. Semua pihak yang telah membantu dan tidak dapat disebutkan satu per satu.
10. Angkatan V Profesi Ners Keperawatan Poltekkes Kemenkes Medan.

Penulis menyadari bahwa dalam penulisan Karya Ilmiah Akhir Ners ini banyak kekurangan dan jauh dari kesempumaan, baik dari segi tulisan maupun tata bahasanya. Maka dengan ini segala kerendahan hati penulis mengharapkan saran dan masukan dari semua pihak demi kesempurnaan karya ilmiah ini.

Semoga segenap bantuan, bimbingan serta arahan yang diberikan kepada penulis mendapat balasan dari Tuhan Yang Maha Esa. Harapan penulis, karya ilmiah ini dapat bermanfaat bagi penulis dalam melanjutkan tahap penulisanya.

Medan, 22 Juni 2026

Penulis

Ruth Vernanda Simatupang

P0712062555

DAFTAR ISI

LEMBAR PERNYATAAN ORISINALITAS ..... **i**
LEMBAR PERSETUJUAN ..... **ii**
LEMBAR PENGESAHAN ..... **iii**
BIODATA PENULIS ..... **v**
ABSTRAK ..... **v**
ABSTRACT ..... **vi**
KATA PENGANTAR ..... **vii**
DAFTAR ISI ..... **ixi**
DAFTAR TABEL ..... **xi**
DAFTAR GAMBAR ..... **xii**
DAFTAR LAMPIRAN ..... **xiii**

BAB I PENDAHULUAN **1**
A. Latar Belakang 1
B. Rumusan Masalah 4
C. Tujuan 4
D. Manfaat 5

BAB II TINJAUAN LITERATUR **6**
A. Konsep Teori Penyakit Postpartum 6
1. Definisi Postpartum 6
2. Anatomi Fisiologi Sistem Reproduksi Pada Wanita 6
3. Etiologi Postpartum 10
4. Perubahan Psikologis Postpartum 11
5. Pathway 12
6. Patofisiologi Postpartum 12
7. Tahap Postpartum (Masa Nifas) 13
8. Perubahan Fisiologis Masa Nifas 14
9. Komplikasi Pada Postpartum 16
B. Konsep Teori Inovasi Penerapan Terapi *Endorphin Massage* 22
1. Defenisi *Endorphin massage* 22
2. Manfaat *Endorphin massage* 23
3. Mekanisme *Endorphin Massage* Dalam Mempercepat Involusi Uteri 24
4. Dampak Pemberian *Endorphin massage* 25
5. Kontraindikasi *Endorphin massage* 26
6. Indikasi *Endorphin massage* 26
7. Durasi *Endorphin massage* 27
8. Teknik Melakukan *Endorphin massage* 27
C. Konsep Teori Asuhan Keperawatan 28
1. Pengkajian 29
2. Diagnosis Keperawatan 35
3. Intervensi Keperawatan 36
4. Implementasi Keperawatan 41
5. Evaluasi Keperawatan 41

BAB III GAMBARAN KASUS **42**
A. Pengkajian 42

B. Diagnosis Keperawatan 48
C. Prioritas Masalah 48
D. Intervensi Keperawatan 49
E. Catatan Perkembangan 52

BAB IV PEMBAHASAN 62
A. Analisa Dan Diskusi Hasil 62
B. Keterbatasan Penulis 74

BAB V KESIMPULAN DAN SARAN 75
A. Kesimpulan 75
B. Saran 77

DAFTAR PUSTAKA 80

LAMPIRAN

DAFTAR TABEL

Tabel 2. 1 Perubahan Normal Uterus Selama Postpartum 18
Tabel 3. 3 Intervensi Keperawatan..... 56
Tabel 3. 4 Catatan Perkembangan..... 56

DAFTAR GAMBAR

Gambar 2.1 Organ Reproduksi Interna Pada Wanita..... 6
Gambar 2.2 Organ Reproduksi Eksterna Pada Wanita..... 8
Gambar 2.3 Pathway PostPartum..... 12

DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran 1 Surat Izin Survey Awal

Lampiran 2 Surat Balasan Izin Survey Awal

Lampiran 3 *Ethical Clearance*

Lampiran 4 Surat Izin Penulisan

Lampiran 5 Surat Balasan Izin Penulisan

Lampiran 6 Surat Permohonan Menjadi RespondenResponden

Lampiran 7 Surat Pernyataan Bersedia Berpartisipasi Sebagai Responden

Lampiran 8 *Standart Operasional Prosedure* (SOP) *Endorphin massage*

Lampiran 9 Lembar Observasi

Lampiran 10 Dokumentasi

Lampiran 11 Lembar Bimbingan Karya Ilmiah Akhir Ners

Lampiran 12 Daftar Riwayat Hidup

Lampiran 13 Hasil Turnitin