

ABSTRAK

Kecemasan ibu menghadapi *sectio caesarea* yang tidak ditangani dengan baik dapat menimbulkan adanya perubahan secara fisik maupun psikologis yang akhirnya dapat meningkatkan kerja saraf simpatis dan akan terjadi peningkatan denyut jantung, frekuensi nafas, tekanan darah, dan secara umum mengurangi tingkat energi pada pasien sehingga merugikan pasien. Tujuan dalam penelitian ini untuk mengetahui efektifitas *endorphine massage* terhadap kecemasan preoperasi *Sectio caesarea* pada ibu *primigravida* di Ruang Bedah Sentral RSUD Kota Bandung.

Desain penelitian berupa *Quasi-Experiment* dengan menggunakan kelompok eksperimen dan kelompok kontrol. Populasi sebanyak 193 orang. Sampel yang digunakan untuk masing-masing kelompok sebanyak 18 orang dengan teknik pengambilan sampel yaitu *purposive sampling*. Pengumpulan data dilakukan menggunakan kuesioner *Hospital Anxiety Depression Scale*. Analisis data menggunakan analisis bivariat berupa uji Wilcoxon dan uji Mann Whitney.

Hasil penelitian didapatkan kecemasan sebelum intervensi *endorphine massage* sebagian besar sedang 14 orang (77,8%) dan setelah intervensi lebih dari setengahnya ringan 12 orang (66,7%). Sebelum intervensi relaksasi nafas dalam sebagian besar sedang 16 orang (88,9%) dan setelah intervensi lebih dari setengahnya sedang 13 orang (72,2%). Ada pengaruh *endorphine massage* terhadap kecemasan ($p\text{-value } 0,000 < 0,05$). Ada pengaruh relaksasi nafas dalam terhadap kecemasan ($p\text{-value } 0,004 < 0,05$). Ada perbedaan kecemasan antara intervensi *endorphine massage* dengan relaksasi nafas dalam dan *endorphine massage* lebih efektif dibandingkan relaksasi nafas dalam ($p\text{-value } 0,003 < 0,05$). Intervensi *endorphine massage* bisa mengatasi masalah kecemasan karena bisa merangsang *hormon endorphine* yang bisa memberikan efek kenyamanan.

Simpulan didapatkan bahwa *endorphine massage* bisa mengurangi kecemasan. Saran bagi rumah sakit bisa menjadikan *endorphine massage* sebagai standar operasional prosedur dalam menangani masalah kecemasan pasien preoperasi.

Kata kunci : *Endorphine Massage*, Kecemasan, Relaksasi Nafas Dalam
Sumber : 47 Buku (tahun 2016-2019)
14 Jurnal (tahun 2016-2019)

ABSTRACT

Mother's anxiety facing sectio caesarea that is not handled properly can cause physical and psychological changes which can ultimately increase the work of the sympathetic nerves and will increase heart rate, respiratory rate, blood pressure, and in general reduce energy levels in patients to the detriment of patients. The purpose of this study was to determine the effectiveness of endorphine massage on preoperative anxiety for Sectio caesarea in primigravida mothers in the Central Surgery Room of the RSUD Kota Bandung.

The research design was a Quasi-Experiment with the use of an experimental group and a control group. The sample used for each group as many as 18 people with a sampling technique that is purposive sampling. Data was collected using the Hospital Anxiety Depression Scale questionnaire. Data analysis used univariate analysis bivariate use Wilcoxon test and Mann Whitney test.

The results showed that most of the anxiety before the endorphine massage intervention was 14 people (77.8%) and after the intervention, more than half were mild 12 people (66.7%). Before the deep breathing relaxation intervention, most were 16 people (88.9%) and after the intervention, more than half were 13 people (72.2%). There is an effect of endorphine massage on anxiety ($p\text{-value } 0.000 < 0.05$). There is an effect of deep breathing relaxation on anxiety ($p\text{-value } 0.004 < 0.05$). There is a difference in anxiety between endorphin massage intervention with deep breath relaxation and endorphin massage is more effective than deep breath relaxation ($p\text{-value } 0.003 < 0.05$).

Endorphine massage intervention can overcome anxiety problems because it can stimulate endorphine hormones that can provide a comforting effect. Suggestions for hospitals can make endorphine massage as a standard operating procedure in dealing with anxiety problems of preoperative patients.

Keywords : Endorphin Massage, Anxiety, Deep Breath Relaxation

Bibliography: 47 Books (2016-2019)

14 Journals (2016-2019)