



## **BIODATA PENULIS**

Nama : Citra Febriyanti  
NIM : 2215401056  
Tempat/Tanggal Lahir : Labuhan Ratu, 04 Februari 2004  
Agama : Islam  
Jenis Kelamin : Perempuan  
Status Mahasiswa : Reguler  
Alamat : Desa Sumur kucing, RT/RW 010/004, Dusun III  
Sidorahayu, Kec. Pasir Sakti, Kab. Lampung Timur

### **Riwayat Pendidikan**

TK (2009-2011) : Tk Tunas Harapan  
SD (2011-2017) : SDN Sumur Kucing  
SMP ( 2017-2019) : SMP Irsyadul Iba'ad  
SMA (2019-2022) : SMA S Al-Kautsar Bandar Lampung

## **LEMBAR PERSETUJUAN**

**Laporan Tugas Akhir**

### **TEKNIK MENGURANGI KECEMASAN PADA IBU NIFAS**

**DENGAN MENGGUNAKAN TOTOK WAJAH**

**DI TPMB YULINA WATI KABUPATEN**

**LAMPUNG SELATAN**

**Penulis**

**Citra Febriyanti / NIM : 2215401056**



**Kemenkes**

Telah diperiksa dan disetujui tim pembimbing Laporan Tugas Akhir  
Progarm Diploma D-III Kebidanan Politeknik Kesehatan Tanjungkarang

**Bandar Lampung, Juli 2025**

**Tim Pembimbing LTA**

**Pembimbing Utama**

**Eva Berliana, S.Kep.,Ners.,M.Kes**

**NIP.197209091992022001**

**Pembimbing Pendamping**

**Yeyen Putriana, S.SiT.,M.Keb**

**NIP.197401281992122001**

## LEMBAR PENGESAHAN

Laporan Tugas Akhir

### TEKNIK MENGURANGI KECEMASAN PADA IBU NIFAS DENGAN MENGGUNAKAN TOTOK WAJAH DI TPMB YULINA WATI KABUPATEN LAMPUNG SELATAN

Penulis

Citra Febriyanti / NIM : 2215401056

Diterima dan disahkan oleh tim pengaji Ujian Akhir Program Diploma III

Politeknik Kesehatan Kemenkes Tanjungkarang Jurusan Kebidanan

Sebagai persyaratan menyelesaikan pendidikan Diploma III

Ketua Pengaji

Risneni, SSiT.,M.Kes

NIP. 196204031982102003

Anggota Pengaji I

Yeven Putriana,S.SiT.,M.Kes

NIP. 197401281992122001

Anggota Pengaji II

Eva Berliana, S.,Kep.,Ners.,M.Kes

NIP. 197209091992022001

Mengetahui

Ketua Prodi DIII Kebidanan  
Poltekkes Kemenkes Tanjung Karang



Dr. Ika Fitria Elmeida, S.SiT.,M.Keb

NIR. 197804062006042002

## LEMBAR PERNYATAAN

Yang bertanda tangan dibawah ini, saya :

Nama : Citra Febriyanti

NIM : 2215401056

Program Studi/Jurusan : D III Kebidanan Tanjungkarang

Menyatakan bahwa saya tidak melakukan kegiatan plagiat dalam penulisan laporan

Tugas akhir saya yang berjudul “ Teknik Mengurangi Kecemasan Pada Ibu Nifas

Dengan Menggunakan Totok Wajah di TPMB Yulina Wati Kabupaten Lampung

Selatan”

Apabila suatu saat nanti, terbukti saya melakukan tindakan plagiat, maka  
saya akan menerima sanksi yang telah ditetapkan

Demikian surat pernyataan ini saya buat dengan sebenar-benarnya,

Bnadar Lampung, Juli 2025



Citra Febriyanti

## **MOTTO**

*You will never be happy if you continue to hold on  
To the things that make you sad  
(frank ocean)*

Pada akhirnya, yang kita pelajari dari hidup adalah  
Bagaimana menjadi kuat sendirian.

*(PAM)*

## **PERSEMBAHAN**

Puji syukur kepada Allah SWT atas segala rahmat dan hidayah-nya yang telah memberikan kesehatan, kekuatan, kesabaran, serta ketekunan bagi penulis dalam menyusun Laporan Tugas Akhir ini. Laporan Tugas Akhir ini saya persembahkan sebagai bukti semangat usaha saya serta cinta dan kasih sayang saya kepada orang-orang yang sangat berharga dalam hidup saya. Dengan hati tulus penulis ucapkan terimakasih kepada:

1. Kedua orang tua saya bapak Joko priyono dan ibu wiwit utami, saya sampaikan rasa terimakasih setinggi tingginya atas doa, dukungan, pengorbanan, kerja keras dan cinta kasih yang telah diberikan selama penulis menjalani pendidikan dan pembuatan proposal laporan akhir ini serta terimakasih telah mengisi dunia saya dengan begitu banyak kebahagiaan sehingga seumur hidup tidak cukup menikmati semuanya, Terimakasih telah menjadi orang tua yang sempurna, semoga Allah SWT membalas semua kebaikan dan memudahkan jalan menuju kebahagiaan dunia dan akhirat.
2. Kakak saya Anggun wulandari dan adik saya Tata Putri Aprilia yang telah banyak memberikan masukan, dukungan dan keceriaan dalam hidup penulis.
3. Rekan-rekan mahasiswa D3 kebidanan Tanjungkarang, maupun teman teman dari jurusan dan universitas lain yang tidak dapat disebutkan satu persatu yang telah banyak membantu memberikan masukan, dukungan, dan kerjasamanya demi kelancaran dan keberhasilan penyusunan Proposal Laporan Tugas Akhir ini.
4. Terimakasih kepada clairo, beabadobe dan daniel caesar terkhusus kepada lagu-lagu pada album *immunity*, *freudian* dan *Beatopia* yang telah menemani saya dalam proses penggerjaan Laporan Tugas Akhir Ini.
5. *Last but not least*, terima kasih kepada diri sendiri, karena telah mampu berusaha keras dan berjuang sejauh ini. Mampu mengendalikan diri dari berbagai tekanan diluar keadaan dan tidak pernah memutuskan menyerah sesulit apapun proses penyusunan Laporan Tugas Akhir ini dengan menyelesaikan sebaik dan semaksimal mungkin, ini merupakan pencapaian yang patut dibanggakan untuk diri sendiri.

## **KATA PENGANTAR**

Puji syukur kehadirat Tuhan Yang Maha Esa yang telah memberikan berbagai kemudahan, petunjuk serta karunia yang tak terhingga sehingga penulis dapat menyelesaikan Laporan Tugas Akhir yang berjudul “**TEKNIK MENGURANGI KECEMASAN PADA IBU NIFAS DENGAN MENGGUNAKAN TOTOK WAJAH DI TPMB YULINA WATI KABUPATEN LAMPUNG SELATAN**”.

Laporan Tugas Akhir ini penulis susun untuk memenuhi salah satu persyaratan memperoleh derajat Ahli Madya Kebidanan di Jurusan Kebidanan Politeknik Kesehatan Tanjung Karang. Dalam penyusunan Laporan Tugas Akhir ini penulis telah mendapatkan banyak bimbingan dan bantuan dari berbagai pihak. Untuk itu, pada kesempatan ini penulis ingin mengucapkan terimakasih kepada:

1. Ibu Dewi Purwaningsih, S.SiT.,M.Kes. selaku Direktur Politeknik Kesehatan Tanjung Karang.
2. Ibu Dr. Sudarmi., S.Pd.,M.Kes. selaku Ketua Jurusan Kebidanan Politeknik Kesehatan Tanjung Karang.
3. Ibu Dr. Ika Fitria Elmeida, S.Si.T.,M.Keb. selaku Ketua Program Studi DIII Kebidanan Tanjung Karang, Politeknik Kesehatan Tanjung Karang.
4. Ibu Eva Berliana, S.Kep.,Ners.,M.Kes. selaku Pembimbing 1, yang telah memberikan bimbingan, arahan serta motivasi kepada penulis, sehingga Laporan Tugas Akhir ini dapat terwujud.
5. Ibu Yeyen Putriana, S.SiT.,M.Kes. selaku Pembimbing II dan anggota penguji, yang telah memberikan bimbingan, arahan serta motivasi kepada penulis, sehingga Laporan Tugas Akhir ini dapat terwujud.
6. Ibu Risneni, SSiT.,M.Kes. selaku ketua penguji yang telah memberikan masukan, arahan serta motivasi kepada penulis dalam penulisan Laporan Tugas Akhir ini.
7. Ibu Yulinawati, S.Tr.Keb. selaku kepala Praktik Mandiri Bidan yang telah memberikan izin dan membantu penelitian ini.
8. Ny. D sebagai responden penelitian penulis yang telah meluangkan waktu dan pikiran.

Penulis menyadari bahwa Laporan Tugas Akhir ini masih terdapat Kekurangan, Oleh karena itu, dibutuhkan kritik dan saran yang bersifat membangun. Semoga Laporan Tugas Akhir ini dapat memberikan manfaat bagi penulis maupun bagi semua pihak yang membaca.

Bandar Lampung, Juli 2025

Penulis