

## **BAB V**

### **PEMBAHASAN**

Pada bab ini diuraikan pembahasan studi kasus yang telah diambil oleh penulis, sesuai dengan manajemen kebidanan 7 langkah varney mulai dari pengkajian sampai dengan evaluasi. Dalam hal ini juga akan diuraikan tentang persamaan dan kesenjangan antara teori yang ada dengan praktik yang penulis temukan di lapangan.

Pada saat kunjungan pertama ibu dirumah ibu nifas hari ke-3 tanggal 25 Maret 2025 pukul 08.30 WIB dan di peroleh data ibu mengatakan setelah melahirkan ibu masih merasa lelah dan cemas karena bayinya setiap malam menangis serta mengeluh susah tidur dan kurang istirahat dan naiknya tekanan darah hal ini sejalan dengan penelitian (Okunola; dkk, 2020). Kecemasan muncul saat individu sedang stress, yang ditandai dengan perasaan tegang, naiknya tekanan darah, lelah sulit tidur dan lainnya. Setelah dilakukan pemeriksaan dengan menggunakan lembar kuisioner Hamilton Anxiety Rating Scale (HARS) ibu memiliki tanda dan gejala kecemasan dengan total nilai 17 dimana hasil dari HARS jika nilai diantara 14-20 mengindikasikan adanya kecemasan ringan.

Asuhan yang diberikan kepada ibu dengan masalah kecemasan adalah dengan melakukan Totok wajah. Totok wajah salah satu bentuk terapi komplementer yang dapat mengurangi tingkat kecemasan hingga stres. Karena memberikan efek relaksasi yang membantu menurunkan ketegangan mental serta meningkatkan kenyamanan bagi individu yang menjalani terapi tersebut, hal ini sejalan dengan penelitian (Sulistyorini; dkk, 2020) Totok wajah merupakan alternative dari terapi komplementer yang dapat digunakan untuk menurunkan kecemasan hingga stress.

Pada kunjungan kedua ibu dirumah ibu nifas hari ke-4 tanggal 26 Maret 2025 pada pukul 09.25 WIB, ibu mengatakan masih sedikit merasakan kecemasan dalam merawat bayinya dan sulit tidur. cemas tidak dapat merawat bayinya hal ini sejalan dengan penelitian (Reva Rubin, 1984) mengenai perubahan psikologis pada masa nifas pada periode Taking Hold yang berlangsung pada hari ke 3-10 setelah melahirkan, ibu cemas tidak mampu dan sadar akan tanggung jawab mengurus anak. Selanjutnya Dilakukan pengisian lembar kuisioner HARS skor kecemasan sebelum dilakukan totok wajah 15 dimana skor kecemasan ibu mengalami penurunan dari yang sebelumnya 17 sesudah dilakukan totok wajah.

Pada kunjungan ketiga ibu dirumah ibu nifas hari ke-5 tanggal 27 Maret 2015 pada pukul 09.27 WIB ibu mengatakan kondisinya mulai membaik dibandingkan sebelum

dilakukan totok wajah dan sudah bisa tidur malam bergantian dengan suaminya untuk menjaga bayinya dan jauh lebih tenang dalam merawat bayinya. Hal ini sejalan dengan teori penelitian (Evi zulfiana & Umriaty, 2024) totok wajah dapat mengurangi kecemasan karena tekanan yang dilakukan pada saat totok wajah dapat memberikan efek relaksasi yang dapat mengurangi kecemasan pada ibu nifas, serta totok wajah dapat meningkatkan produksi hormon endorfin yang berfungsi sebagai penghilang rasa sakit dan penambah suasana hati, sehingga mengurangi tingkat kecemasan. Setelah dilakukan pemeriksaan dengan menggunakan lembar kuisioner Hamilton Anxiety Rating Scale (HARS) di hari ke-5 ibu sudah tidak memiliki tanda dan gejala kecemasan dengan total nilai 9 dari yang sebelumnya 15 dimana hasil dari HARS jika nilai  $<14$  menandakan tidak adanya kecemasan setelah dilakukan totok wajah. Hal ini sejalan dengan penelitian (Evi zulfiana & Umriaty, 2024) setelah dilakukan totok wajah selama 3 hari berturut turut dapat menurunkan tingkat kecemasan pada ibu nifas. Hal ini didasarkan pada hasil penelitian yang menunjukkan bahwa intervensi tersebut efektif dalam mengurangi kecemasan dan memberikan efek relaksasi kepada ibu postpartum.

Pada kasus ibu P2A1 pemberian totok wajah yang dilakukan selama 3 kali kunjungan dari tanggal 25 sampai 27 Maret 2025 didapatkan hasil : kecemasan ibu teratasi dengan melakukan totok wajah dan dengan ibu melakukan tanya jawab yang ada didalam lembar HARS didapati hasilnya : ibu tidak memiliki tanda dan gejala kecemasan dengan nilai 9 dari yang awal sebelumnya 17 dimana hasil dari HARS jika nilai  $<14$  menandakan tidak adanya kecemasan. Totok wajah diketahui efektif untuk mengurangi kecemasan yang terjadi pada masa nifas. Hal ini sesuai dengan teori yang menyatakan bahwa tekanan yang dilakukan pada saat totok wajah bermanfaat mengirimkan sinyal yang menyeimbangkan sistem saraf atau melepaskan bahan kimia seperti endorfin yang bermanfaat mengurangi rasa sakit dan stress, menyebabkan relaksasi (Widiyanti; dkk,2021)