



KARYA ILMIAH AKHIR NERS

**PENERAPAN KOMBINASI TEKNIK RELAKSASI
BUTTERFLY HUG DAN DZIKIR DALAM
MENGATASI ANSIETAS PADA IBU
POSTPARTUM DENGAN *SECTIO CAESAREA* DI
RUANG SITI KHADIJAH RSUD WELAS ASIH
PROVINSI JAWA BARAT**

SILVY KHAERUNNISA

NIM. P2.06.20.6.25.079

**PROGRAM STUDI PENDIDIKAN PROFESI NERS
JURUSAN KEPERAWATAN
POLITEKNIK KESEHATAN TASIKMALAYA
KEMENTERIAN KESEHATAN REPUBLIK INDONESIA
TAHUN 2026**



KARYA ILMIAH AKHIR NERS

**PENERAPAN KOMBINASI TEKNIK RELAKSASI
BUTTERFLY HUG DAN DZIKIR DALAM
MENGATASI ANSIETAS PADA IBU
POSTPARTUM DENGAN *SECTIO CAESAREA* DI
RUANG SITI KHADIJAH RSUD WELAS ASIH
PROVINSI JAWA BARAT**

SILVY KHAERUNNISA

NIM. P2.06.20.6.25.079

**PROGRAM STUDI PENDIDIKAN PROFESI NERS
JURUSAN KEPERAWATAN
POLITEKNIK KESEHATAN TASIKMALAYA
KEMENTERIAN KESEHATAN REPUBLIK INDONESIA
TAHUN 2026**

KATA PENGANTAR

Puji dan syukur penulis panjatkan ke hadirat Allah SWT atas segala rahmat, karunia, dan ridha-Nya sehingga penulis dapat menyelesaikan Karya Ilmiah Akhir Ners (KIAN) yang berjudul “Penerapan Terapi Kombinasi Teknik *Butterfly Hug* dan Dzikir terhadap Ansietas pada Ibu Postpartum *Sectio Caesarea* di Ruang Siti Khadijah RSUD Welas Asih Provinsi Jawa Barat”. Karya ilmiah ini disusun sebagai salah satu syarat untuk menyelesaikan Program Studi Pendidikan Profesi Ners Jurusan Keperawatan Politeknik Kesehatan Kementerian Kesehatan Tasikmalaya.

Dalam penyusunan karya ilmiah ini, penulis menyadari bahwa banyak pihak yang telah memberikan bantuan, dukungan, bimbingan, serta motivasi. Oleh karena itu, pada kesempatan ini penulis menyampaikan ucapan terima kasih kepada:

1. Ibu Dr. Dini Mariani, S.Kep., Ners., M.Kep. selaku Direktur Politeknik Kesehatan Kementerian Kesehatan Tasikmalaya.
2. Bapak Ridwan Kustiawan, M.Kep., Ns., Sp.Kep.Jiwa., selaku Ketua Jurusan Keperawatan Politeknik Kesehatan Kementerian Kesehatan Tasikmalaya.
3. Ibu Ida Rosdiana, M.Kep., Ners., Sp.Kep.MB. selaku Ketua Program Studi Pendidikan Profesi Ners Jurusan Keperawatan Politeknik Kesehatan Kementerian Kesehatan Tasikmalaya
4. Ibu Dr. Tetet Kartilah, S.Kp., M.Kes. selaku dosen pembimbing yang senantiasa membimbing penulis dengan penuh kesabaran, ketelitian, dan keikhlasan. Terima kasih atas waktu, perhatian, arahan, serta motivasi yang tidak pernah lelah diberikan kepada penulis dalam setiap proses penyusunan Karya Ilmiah Akhir Ners ini. Segala masukan, ilmu, dan dukungan yang Ibu berikan menjadi bekal yang sangat berharga bagi penulis, tidak hanya dalam menyelesaikan karya ilmiah ini tetapi juga dalam proses menjadi seorang perawat profesional.
5. Seluruh dosen dan staf pendidikan Jurusan Keperawatan Politeknik Kesehatan Kementerian Kesehatan Tasikmalaya yang telah memberikan ilmu pengetahuan, pengalaman, dan bantuan selama proses pendidikan.

6. Kedua orang tua tercinta, Ayah Toni Taufiq dan Mamah Nani Apriani, yang senantiasa memberikan kasih sayang, doa, dukungan moral maupun material, serta menjadi sumber semangat terbesar bagi penulis dalam menyelesaikan pendidikan.
7. Kakak dan adik tercinta yang selalu memberikan doa, dukungan, perhatian, dan motivasi kepada penulis.
8. Para sahabat dan teman-teman seperjuangan Program Studi Pendidikan Profesi Ners yang telah memberikan bantuan, semangat, serta kebersamaan selama proses pendidikan dan penyusunan karya ilmiah ini.
9. Semua pihak yang tidak dapat disebutkan satu per satu yang telah membantu dan memberikan dukungan dalam penyusunan Karya Ilmiah Akhir Ners ini.

Penulis menyadari bahwa dalam penulisan karya ilmiah ini memiliki keterbatasan dan jauh dari kata sempurna. Hal ini tidak luput dari kekurangan maupun keterbatasan dalam kemampuan, pengalaman, dan literatur yang penulis miliki. Oleh karena itu, penulis sangat mengharapkan kritik dan saran yang membangun guna perbaikan di masa yang akan datang.

Penulis

POLITEKNIK KESEHATAN KEMENKES TASIKMALAYA
PROGRAM STUDI PENDIDIKAN PROFESI NERS

Karya Ilmiah Akhir Ners, Juni 2026

Penerapan Kombinasi Teknik Relaksasi *Butterfly Hug* dan Dzikir dalam Mengatasi Ansietas pada Ibu Postpartum dengan *Sectio Caesarea* di Ruang Siti Khadijah RSUD Welas Asih Provinsi Jawa Barat

Silvy Khaerunnisa, Tetet Kartilah

ABSTRAK

Latar Belakang: Masa postpartum merupakan periode transisi yang ditandai oleh perubahan fisik dan psikologis. Penurunan hormon setelah persalinan dapat memengaruhi kondisi emosional ibu sehingga meningkatkan risiko ansietas. Ansietas yang tidak tertangani dapat menghambat proses adaptasi postpartum, mengganggu proses menyusui, dan memperlambat pemulihan. Salah satu intervensi nonfarmakologis yang dapat digunakan untuk membantu menurunkan ansietas adalah kombinasi teknik *butterfly hug* dan terapi dzikir. **Tujuan:** Memberikan gambaran asuhan keperawatan pada ibu postpartum *sectio caesarea* dengan diagnosis keperawatan ansietas melalui penerapan teknik *butterfly hug* dan terapi dzikir. **Metode:** Karya Ilmiah Akhir Ners ini menggunakan metode deskriptif dengan pendekatan studi kasus pada dua pasien postpartum *sectio caesarea* yang mengalami ansietas di Ruang Siti Khadijah RSUD Welas Asih. Tingkat ansietas diukur menggunakan instrumen *Perinatal Anxiety Screening Scale* (PASS). Intervensi kombinasi teknik *butterfly hug* dan terapi dzikir diberikan satu kali sehari selama tiga hari berturut-turut. **Hasil:** Terjadi penurunan tingkat ansietas pada kedua pasien. Skor PASS pasien 1 menurun dari 26 (cemas ringan) menjadi 12 (tidak cemas), sedangkan pasien 2 menurun dari 47 (cemas berat) menjadi 25 (cemas ringan). Selain itu, pasien tampak lebih tenang, rileks, dan mampu mengungkapkan perasaan secara lebih positif setelah intervensi diberikan. **Kesimpulan:** Penerapan teknik *butterfly hug* dan terapi dzikir dapat membantu menurunkan ansietas pada ibu postpartum *sectio caesarea*. **Rekomendasi:** Intervensi ini dapat digunakan sebagai terapi nonfarmakologis pendamping dalam asuhan keperawatan untuk mendukung adaptasi psikologis ibu postpartum.

Kata Kunci : Ansietas, *Butterfly Hug*, Dzikir, Postpartum *Sectio Caesarea*.

MINISTRY OF HEALTH POLYTECHNIC OF TASIKMALAYA
NURSING PROFESSIONAL EDUCATION PROGRAM
Final Scientific Paper of Nursing Profession, June 2026

The Application of a Combination of Butterfly Hug Relaxation Technique and Dhikr Therapy in Reducing Anxiety among Postpartum Mothers with Cesarean Section at Siti Khadijah Ward, Welas Asih Regional General Hospital, West Java Province

Silvy Khaerunnisa, Tetet Kartilah

ABSTRACT

Background: The postpartum period is a transitional phase characterized by various physical and psychological changes. The decline in hormone levels after childbirth may affect the mother's emotional condition and increase the risk of anxiety. Untreated anxiety can hinder postpartum adaptation, interfere with breastfeeding, and delay recovery. One of the non-pharmacological interventions that may help reduce anxiety is the combination of the butterfly hug technique and dhikr therapy. **Objective:** To describe nursing care for postpartum mothers undergoing cesarean section with a nursing diagnosis of anxiety through the application of the butterfly hug technique and dhikr therapy. **Methods:** This Final Scientific Paper of Nursing Profession employed a descriptive case study approach involving two postpartum mothers who underwent cesarean section and experienced anxiety in the Siti Khadijah Ward of Welas Asih Regional General Hospital. Anxiety levels were measured using the Perinatal Anxiety Screening Scale (PASS). The combination of the butterfly hug technique and dhikr therapy was administered once daily for three consecutive days. **Results:** A reduction in anxiety levels was observed in both patients. The PASS score of Patient 1 decreased from 26 (mild anxiety) to 12 (no anxiety), while Patient 2's score decreased from 47 (severe anxiety) to 25 (mild anxiety). In addition, both patients appeared calmer, more relaxed, and were able to express their feelings more positively following the intervention. **Conclusion:** The application of the butterfly hug technique combined with dhikr therapy may help reduce anxiety in postpartum mothers who undergo cesarean section. **Recommendation:** This intervention may be used as a complementary non-pharmacological therapy in nursing care to support the psychological adaptation of postpartum mothers.

Keywords: Anxiety, Butterfly Hug, Dhikr, Postpartum Cesarean Section

DAFTAR ISI

LEMBAR PENGESAHAN	ii
HALAMAN PERNYATAAN ORIGINALITAS	iii
HALAMAN PERSETUJUAN PUBLIKASI	iv
ABSTRAK	v
ABSTRACT	vi
KATA PENGANTAR.....	vii
DAFTAR ISI	ix
DAFTAR TABEL	xii
DAFTAR GAMBAR	xiii
DAFTAR LAMPIRAN	xiv
BAB I PENDAHULUAN	1
A. Latar Belakang.....	1
B. Rumusan Masalah.....	6
C. Tujuan	6
1. Tujuan Umum.....	6
2. Tujuan Khusus.....	7
D. Manfaat.....	7
1. Manfaat bagi ibu post partum <i>sectio caesarea</i> yang mengalami kecemasan	7
2. Manfaat bagi pelayanan kesehatan	7
3. Manfaat bagi Pendidikan.....	7
BAB II TINJAUAN LITERATUR.....	8
A. Konsep Postpartum.....	8
1. Definisi Postpartum	8
2. Definisi <i>Sectio Caesarea</i>	8
3. Penyebab/Indikasi <i>Sectio Caesarea</i>	8
4. Tahapan Nifas	9
5. Adaptasi Fisiologis Masa Postpartum.....	10
6. Adaptasi Psikologis Masa Postpartum.....	13
7. <i>Web of Caution</i>	15
B. Konsep Kecemasan.....	15
1. Definisi Kecemasan	15

2. Faktor Risiko Kecemasan pada Ibu Postpartum.....	16
3. Tanda Gejala Kecemasan Postpartum.....	17
4. Tingkat Kecemasan.....	17
5. Dampak Kecemasan pada Ibu Postpartum.....	19
6. Instrumen Pengukuran Tingkat Kecemasan dan Dampaknya.....	20
C. Konsep Teknik Relaksasi <i>Butterfly Hug</i> dan <i>Dzikir</i>	21
1. Definisi <i>Butterfly Hug</i>	21
2. Definisi <i>Dzikir</i>	21
3. Mekanisme <i>Butterfly Hug</i> terhadap Kecemasan	22
4. Mekanisme <i>Dzikir</i> terhadap Kecemasan	23
5. Prosedur Pelaksanaan <i>Butterfly Hug</i> dan <i>Dzikir</i>	24
D. Konsep Asuhan Keperawatan Ibu Postpartum	26
1. Pengkajian.....	26
2. Diagnosa	31
3. Intervensi	31
4. Implementasi	36
5. Evaluasi.....	36
E. Kerangka Teori.....	37
BAB III GAMBARAN KASUS.....	39
A. Gambaran Lokasi Penelitian.....	39
B. Metode Penelitian	39
1. Kriteria Inklusi	40
2. Kriteria Eksklusi	40
C. Resume Asuhan Keperawatan Pasien 1 dan Pasien 2.....	40
1. Pengkajian.....	41
2. Analisis Data dan Rumusan Diagnosa Keperawatan	46
3. Intervensi Keperawatan.....	53
4. Implementasi Keperawatan.....	60
5. Evaluasi Keperawatan	76
D. Menggambarkan Pelaksanaan Tindakan Teknik <i>Butterfly Hug</i> dan <i>Dzikir</i> pada Pasien Postpartum <i>Sectio Caesarea</i>	83
E. Gambaran Respon Perubahan pada Pasien Postpartum SC yang dilakukan Terapi Kombinasi Teknik <i>Butterfly Hug</i> dan <i>Dzikir</i>	83
BAB IV PEMBAHASAN	85

A. Menggambarkan Tahapan Asuhan Keperawatan pada Ibu Postpartum <i>Sectio Caesarea</i>	85
B. Menggambarkan Pelaksanaan Tindakan Terapi Kombinasi Teknik <i>Butterfly Hug</i> dan Dzikir terhadap Kecemasan pada Ibu Postpartum <i>Sectio Caesarea</i> ...	96
C. Menggambarkan Respon atau Perubahan pada Ibu Postpartum <i>Sectio Caesarea</i> ang Didlakukan Terapi Kombinasi Teknik <i>Butterfly Hug</i> dan Dzikir	98
D. Menganalisis Kesenjangan pada Kedua Pasien Ibu Post Partum <i>Sectio Caesarea</i> dengan Diagnosis Keperawatan Ansietas yang dilakukan Tindakan Pemberian Teknik Relaksasi <i>Butterfly Hug</i> Dan Dzikir	102
E. Implikasi Keperawatan	104
BAB V KESIMPULAN DAN SARAN	106
A. Kesimpulan.....	106
B. Saran	107
DAFTAR PUSTAKA	109
BIODATA PENELITI	128

DAFTAR TABEL

Tabel 2. 1 Standar Operasional Prosedur (SOP) Teknik Butterfly Hug dan Terapi Dzikir.....	24
Tabel 2. 2 Intervensi Keperawatan.....	32
Tabel 3. 1 Gambaran Identitas Pasien	41
Tabel 3. 2 Gambaran Data Fokus Pengkajian	41
Tabel 3. 3 Analisa Data Pasien 1	46
Tabel 3. 4 Analisa Data Pasien 2	48
Tabel 3. 5 Rumusan Diagnosa Keperawatan Pasien 1 dan 2	51
Tabel 3. 6 Intervensi Keperawatan Pasien 1 dan 2.....	53
Tabel 3. 7 Implementasi Keperawatan Pasien 1 dan 2.....	60
Tabel 3. 8 Evaluasi Keperawatan Pasien 1 dan 2.....	76
Tabel 3. 9 Penurunan Skor Kecemasan Pasien 1 dan 2.....	84
Tabel 3. 10 Selisih Penurunan Skor Kecemasan Pasien 1 dan 2.....	84

DAFTAR GAMBAR

Gambar 2. 1 <i>Web of Caution</i>	15
Gambar 2. 2 Kerangka Toeri	37
Gambar 3. 1 Grafik Pengukuran Skor Kecemasan Pasien 1 dan 2	84

DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran 1 Surat Ijin Penelitian	115
Lampiran 2 Surat Persetujuan Responden (<i>Informed Consent</i>).....	116
Lampiran 3 Kuesioner Penelitian <i>Perinatal Anxiety Screening Scale</i> (Pass)	117
Lampiran 4 Standar Operasional Prosedur (SOP) Teknik <i>Butterfly Hug</i> dan Terapi Dzikir.....	120
Lampiran 5 Dokumentasi Kegiatan	122
Lampiran 6 Hasil <i>Pre test – Post test</i>	123
Lampiran 7 Hasil Turnitin.....	125
Lampiran 8 Lembar Bimbingan	126