



KARYA ILMIAH AKHIR

**PENERAPAN TERAPI *THOUGHT STOPPING* DENGAN MASALAH
KEPERAWATAN ANSIETAS PADA IBU *POST PARTUM*
DI BPM PERUMAHAN SUMPUT ASRI DRIYOERJO
GRESIK**

**WINDA HARYANTIK, S. Kep
NIM. 1120020027**

**DOSEN PEMBIMBING
NURUL KAMARIYAH, S.Kep.Ns.,M.Kes**

**PROGRAM STUDI PENDIDIKAN PROFESI NERS
FAKULTAS KEPERAWATAN DAN KEBIDANAN
UNIVERSITAS NAHDLATUL ULAMA SURABAYA
2021**



KARYA ILMIAH AKHIR

**PENERAPAN TERAPI *THOUGHT STOPPING* DENGAN MASALAH
KEPERAWATAN ANSIETAS PADA IBU *POST PARTUM*
DI BPM PERUMAHAN SUMPUT ASRI DRIYOERJO
GRESIK**

**WINDA HARYANTIK, S.Kep
NIM. 1120020027**

**DOSEN PEMBIMBING
NURUL KAMARIYAH, S.Kep.Ns.,M.Kes**

**PROGRAM STUDI PENDIDIKAN PROFESI NERS
FAKULTAS KEPERAWATAN DAN KEBIDANAN
UNIVERSITAS NAHDLATUL ULAMA SURABAYA
2021**

KARYA ILMIAH AKHIR

**PENERAPAN TERAPI *THOUGHT STOPPING* DENGAN MASALAH
KEPERAWATAN *ANSIETAS* PADA IBU *POST PARTUM*
DI BPM PERUMAHAN SUMPUT ASRI DRIYOERJO
GRESIK**

Diajukan sebagai salah satu syarat untuk memperoleh
Gelar Profesi Keperawatan (Ners)

Program Studi Pendidikan Profesi Ners
Fakultas Keperawatan dan Kebidanan

Universitas Nahdlatul Ulama
Surabaya

**WINDA HARYANTIK, S.Kep
NIM. 1120020027**

**DOSEN PEMBIMBING
NURUL KAMARIYAH, S.Kep.Ns.,M.Kes**


**PROGRAM STUDI PENDIDIKAN PROFESI NERS
FAKULTAS KEPERAWATAN DAN KEBIDANAN
UNIVERSITAS NAHDLATUL ULAMA SURABAYA
2021**

PERNYATAAN ORISINALITAS

Karya Ilmiah Akhir ini adalah hasil karya sendiri, dan semua sumber baik yang dikutip maupun yang dirujuk telah saya nyatakan benar.

Nama : Winda Haryantik, S.Kep

NIM : 1120020027

Tanda Tangan : 

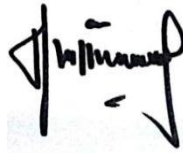
Tanggal : 28 Juli 2021

LEMBAR PERSETUJUAN KARYA ILMIAH AKHIR

Judul : Penerapan Terapi *Thought Stopping* Dengan Masalah Keperawatan Ansietas Pada Ibu *Postpartum* Di Bpm Perumahan Sumput Asri Driyorejo Gresik.
Penyusun : Winda Haryantik, S.Kep
NIM : 1120020027
Pembimbing : Nurul Kamariyah, S.Kep.Ns.,M.Kes
Tanggal : 23 Juli 2021
Ujian

Disetujui Oleh :

Pembimbing




Nurul Kamariyah, S.Kep.Ns.,M.Ke

NPP : 9305401

Mengetahui,

Ketua Program Studi Pendidikan Profesi Ners



UNUSA
Siti Nurjanah, S.Kep.,Ns.,M.Kep.
NPP. 02 06/713

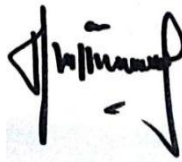
LEMBAR PENGESAHAN

**PENERAPAN TERAPI *THOUGHT STOPPING* DENGAN MASALAH
KEPERAWATAN ANSIETAS PADA IBU *POSTPARTUM*
DI BPM PERUMAHAN SUMPUT ASRI
DRIYOERJO GRESIK**

**KARYA ILMIAH AKHIR TELAH DI SETUJUI
PADA TANGGAL 23 JULI 2021**

Oleh :

Pembimbing,



Nurul Kamariyah, S.Kep.Ns., M.Kes

NPP : 9305401

Mengetahui,

Ketua Program Studi Pendidikan Profesi Ners



Siti Nurjanah, S.Kep.,Ns.,M.Kep.

NPP. 02 06 713

Karya Ilmiah Akhir ini telah diajukan oleh:

Nama : Winda Haryantik, S.Kep
NIM : 1120020027
Program Studi : Profesi Ners
Judul : Penerapan Terapi *Thought Stopping* Pada Ibu Post Partum Dengan Masalah Keperawatan *Ansietas* Di BPM Perumahan Sumpat Asri Driyorejo Gresik

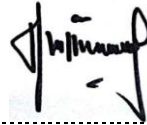
Karya Ilmiah Akhir ini telah diuji dan dinilai
Oleh tim penguji pada

Program Studi Pendidikan Profesi Ners
Pada tanggal :

Oleh Tim Penguji :

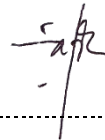
1. Ketua Penguji,

Nurul Kamariyah, S.Kep.Ns., M.Kes
9305401



2. Penguji I

Nanik Handayani, S.Kep.Ns., M.Kes
9111327



3. Penguji II

Siti Nurjanah, S.Kep.,Ns.,M.Kep
0206713



Mengetahui,

Ketua Program Studi Pendidikan Profesi Ners



UNUSA
Siti Nurjanah, S.Kep.,Ns.,M.Kep.
NPP. 02 06 713

**PERNYATAAN PERSETUJUAN PUBLIKASI TUGAS AKHIR UNTUK
KEPENTINGAN AKADEMIS**

Sebagai sivitas akademik Universitas Nahdlatul Ulama Surabaya, saya yang bertanda tangan dibawah ini :

Nama : Winda Haryantik, S.Kep

Nim : 1120020027

Program Studi : Profesi Ners

Fakultas : Keperawatan dan Kebidanan

Demi pengembangan ilmu pengetahuan, menyetujui untuk memberikan kepada Universitas Nahdlatul Ulama Surabaya Hak Bebas Royalti Non Eksklusif (*Non-Exclusive Royalty-Free Right*) atau karya ilmiah saya yang berjudul:

**PENERAPAN TERAPI *THOUGHT STOPPING* DENGAN MASALAH
KEPERAWATAN ANSIETAS PADA IBU *POST PARTUM*
DI BPM PERUMAHAN SUMPUT ASRI DRIYOERJO
GRESIK**

Beserta perangkat yang ada (jika diperlukan). Dengan hak Bebas Royalti Non Eksklusif ini Fakultas Keperawatan dan Kebidanan Universitas Nahdlatul Ulama Surabaya berhak menyimpan, mengalih media/formatkan, mengelola dalam bentuk perangkat data (*database*), merawat dan mempublikasikan Tugas Akhir saya selama tetap mencantumkan nama saya sebagai penulis/pencipta dan sebagai pemilik Hak Cipta.

Demikian pernyataan ini saya buat dengan sebenarnya.

Surabaya, 23 Juli 2021

Yang menyatakan



Winda Haryantik, S.Kep

1120020027

KATA PENGANTAR

Puji syukur penulis panjatkan kehadiran Allah SWT yang telah melimpahkan rahmat, hidayah serta karunia-Nya sehingga dapat menyelesaikan karya ilmiah akhir ini dengan judul “Penerapan Terapi *Thought Stopping* Dengan Masalah Keperawatan *Ansietas* Pada Ibu *Post Partum* Di BPM Perumahan Sumpat Asri Driyorejo Gresik” Sebagai salah satu persyaratan Akademik dalam rangka menyelesaikan Program Pendidikan Profesi Ners di Universitas Nahdlatul Ulama Surabaya. Penulisan karya ilmiah akhir ini tidak lepas dari bantuan dan bimbingan dari berbagai pihak, baik materi, moral maupun spritual. Oleh karena itu, dalam kesempatan ini penulis mengucapkan terimakasih kepada :

1. Nurul Kamariyah, S.Kep.Ns., M.Kes sebagai dosen pembimbing yang dengan penuh kesabaran mendampingi dan mengarahkan penulis dalam menyusun karya ilmiah akhir ini.
2. Siti Nurjanah, S.Kep., Ns., M.Kep, selaku Ketua Program Studi Pendidikan Profesi Ners yang telah memberikan kesempatan dan fasilitas dalam penyusunan karya ilmiah akhir ini.
3. Khamida, S.Kep.Ns., M.Kep, selaku Dekan Fakultas Keperawatan dan Kebidanan Universitas Nahdlatul Ulama Surabaya.
4. Prof. Dr. Ir. Achmad Jazidie, M.Eng, Selaku Rektor Universitas Nahdlatul Ulama Surabaya
5. Titin, Amd. Keb selaku Ketua dan pemilik Bidan Praktik Mandiri.
6. Ibu tercinta, serta keluarga besar yang selalu setia memberikan semangat, dukungan, baik moral, material dan spritual.
7. Semua pihak yang terlibat dalam penyusunan penelitian ini.
8. Responden yang telah berpartisipasi dalam penelitian ini.

Semoga Allah SWT memberikan balasan pahala atas segala amal dan pembuatan yang telah diberikan. Penulis menyadari bahwa karya ilmiah akhir ini memerlukan masukan agar penelitian dapat dilaksanakan, sehingga peneliti mengharapkan masukan dan saran. Semoga karya ilmiah akhir ini dapat bermanfaat bagi penulis maupun pihak lain yang membutuhkannya.

Surabaya, 23 Juli 2021

Penulis



Winda Haryantik, S.Kep

1120020027

ABSTRAK

Kecemasan *postpartum* sering terjadi dan tidak teratasi di sebagian besar masyarakat. Kecemasan *postpartum* yang tidak segera mungkin diatasi dapat berpengaruh pada produksi ASI, ibu tidak mampu merawat bayinya secara optimal serta dapat berlanjut menjadi gangguan psikologis depresi *postpartum*.

Desain penelitian *kuantitatif* dengan pendekatan studi kasus, subjek yang digunakan yaitu 2 ibu *postpartum fase taking in* dan dilakukan 2 hari *pasca persalianan* dengan masalah keperawatan *ansietas*. Implementasi pada karya ilmiah akhir ini yaitu memberikan terapi *thought stopping* selama 3 hari dengan durasi 15 menit. Penelitian ini dilakukan di BPM Perumahan sumput asri driyorejo gresik dengan metode pengumpulan data meliputi pengkajian, diagnosa, intervensi, melakukan wawancara, observasi dan evaluasi.

Hasil dari studi kasus penerapan terapi *thought stopping* pada ibu *postpartum* didapatkan setelah kunjungan 3 kali, yaitu pasien mengalami penurunan tingkat kecemasan secara bertahap dan konsisten dimana respon pada kedua pasien menjadi tenang, verbalisasi kebingungan dan perilaku gelisah menurun serta tampak tidak pucat.

Simpulan dari penelitian ini yaitu terapi *thought stopping* pada ibu *postpartum* sangat bermanfaat untuk menurunkan kecemasan. Sehingga selain pengobatan farmakologi perawat juga dapat memanfaatkan pengobatan non farmakologi yaitu penerapan terapi *thought stopping* pada ibu *postpartum* dengan masalah keperawatan *ansietas*. Saran bagi pasien diharapkan mampu menerapkan terapi *thought stopping* sebagai alternatif untuk mengurangi kecemasan pada masa *postpartum*.

Kata Kunci : *Postpartum, Kecemasan, Thought Stopping.*

ABSTRACT

Postpartum anxiety is common and unresolved in most societies. Postpartum anxiety that is not immediately resolved can affect breast milk production, mothers are not able to take care of their babies optimally and can continue to become psychological disorders of postpartum depression.

Quantitative research design with a case study approach, the subjects used were 2 postpartum mothers in the taking in phase and 2 days postpartum with anxiety nursing problems. The implementation in this final scientific work is to provide thought stopping therapy for 3 days with a duration of 15 minutes. This research was conducted at BPM Housing Sumpat Asri Driyorejo Gresik with data collection methods including assessment, diagnosis, intervention, conducting interviews, observation and evaluation.

The results of the case study of the application of thought stopping therapy in postpartum mothers were obtained after 3 visits, namely the patient experienced a gradual and consistent decrease in anxiety levels where the response in both patients became calm, verbalization of confusion and restless behavior decreased and did not appear pale.

The conclusion of this study is that thought stopping therapy in postpartum mothers is very useful for reducing anxiety. So that in addition to pharmacological treatment, nurses can also take advantage of non-pharmacological treatment, namely the application of thought stopping therapy for postpartum mothers with anxiety nursing problems. Suggestions for patients are expected to be able to apply thought stopping therapy as an alternative to reduce anxiety in the postpartum period.

Keywords: *Postpartum, Anxiety, Thought Stopping.*

DAFTAR ISI

Sampul Depan	i
Lembar Judul	ii
Pernyataan Orisinalitas	iii
Lembar Persetujuan Naskah Karya Ilmiah Akhir	iv
Lembar Pengesahan	v
Lembar Pernyataan Publikasi Karya Ilmiah Akhir	vi
Kata Pengantar	viii
Abstrak	ix
<i>Abstract</i>	x
Daftar Isi	xi
Daftar Gambar	xiii
Daftar Tabel	xiv
Daftar Lampiran	xv
Daftar arti Lambang, Singkatan dan Istilah	xvi
BAB 1 PENDAHULUAN	
A. Latar Belakang	1
B. Batasan Masalah	4
C. Rumusan Masalah	4
D. Tujuan Penulisan	4
E. Manfaat Penulisan	5
BAB 2 TINJAUAN PUSTAKA	
A. Konsep Ibu <i>Post Partum</i>	6
B. Konsep Kecemasan	13
C. Konsep Terapi <i>Thought Stopping</i>	21
D. Konsep Dasar Asuhan Keperawatan	25
E. Peran Perawat	40
F. <i>Evidence Based in Nursing</i>	42
BAB 3 METODE PENELITIAN	
A. Pendekatan	45
B. Lokasi dan Waktu Penelitian	45
C. Subyek Penelitian	46
D. Pengumpulan Data	46
E. Pengolahan Data	47
F. Etika Penelitian	49
BAB 4 LAPORAN KASUS	
A. Pengkajian	50
B. Analisa Data	52
C. Intervensi Keperawatan	52
D. Implementasi Keperawatan	54
E. Evaluasi Keperawatan	54

BAB 5 PEMBAHASAN	
A. Profil Lahan Praktik.....	58
B. Analisa Masalah Keperawatan.....	58
C. Analisis Implementasi.....	59
D. Keterbatasan Implementasi Keperawatan.....	62
E. Alternatif Problem Solving yang Dapat Dilakukan.....	62
BAB 6 SIMPULAN DAN SARAN	
A. Simpulan.....	64
B. Saran.....	65
DAFTAR PUSTAKA.....	66
LAMPIRAN.....	68

DAFTAR GAMBAR

No. Gambar	Judul Gambar	Halaman
Gambar 2.1	Rentang Respon <i>Ansietas</i>	18
Gambar 2.2	<i>Pathway Post Partum</i>	19

DAFTAR TABEL

No. Tabel	Judul Tabel	Halaman
Tabel 2.1	Perubahan Uterus	8
Tabel 2.2	Intervensi Keperawatan	36
Tabel 2.3	<i>Evidence Based In Nursing</i> (EBN)	42

DAFTAR LAMPIRAN

No. Lampiran	Judul Lampiran	Halaman
Lampiran 1	Surat Permohonan Ijin Pengambilan Data Awal	68
Lampiran 2	Surat Balasan Permohonan Ijin Data Awal	69
Lampiran 3	Lembar Permohonan Menjadi Responden	70
Lampiran 4	Lembar Persetujuan Mengikuti Penelitian	71
Lampiran 5	Lembar <i>Information for Consent</i>	72
Lampiran 6	Lembar Persetujuan Tindakan Medis	75
Lampiran 7	Lembar Pengunduran diri	76
Lampiran 8	Lembar Asuhan Keperawatan <i>ansietas</i> pada ibu <i>post partum</i>	77
Lampiran 9	Leaflet Terapi <i>Thought Stopping</i>	96
Lampiran 10	Lembar SOP Terapi <i>Thought Stopping</i>	98
Lampiran 11	Lembar dokumentasi pasien	100
Lampiran 12	Lembar Konsul KIA	101

DAFTAR ARTI LAMBANG, SINGKATAN, DAN ISTILAH

Arti Simbol

%	: Presentase
=	: Sama dengan
-	: Sampai dengan
/	: Atau
&	: Dan

Arti Singkatan

BPM	: Bidan Praktik Mandiri
HARS	: <i>Hamilton Anxiety Range Scale</i>
EBN	: <i>Evidence Based in Nursing</i>
IPPA	: Inspeksi, palpasi, perkusi, auskultasi
DR	: Doktor
M. Kep	: Master Keperawatan
M. Kes	: Master Kesehatan
M. Keb	: Master Kebidanan
NIM	: Nomor Induk Mahasiswa
NPP	: Nomor Pokok Pegawai
Ns	: Ners
Prof	: Profesor
Prodi	: Program Studi
SMA	: Sekolah Menengah Atas
SST	: Sarjana Sains Terapan
S. Kep., Ns.	: Sarjana Keperawatan Ners
S1	: Sarjana Satu
UNUSA	: Universitas Nahdlatul Ulama Surabaya.