

**EFEKTIVITAS BUTTERFLY HUG DALAM MENGURANGI KECEMASAN
PREOPERATIF PADA IBU HAMIL YANG MENJALANI SECTIO CAESAREA
TERENCANA DI RUMAH SAKIT, INDONESIA**

Lilis Pujiati⁽¹⁾, Elsa Rizky Safitri Matondang⁽²⁾, Mardhiah⁽³⁾

^(1,2,3) Program Studi Ners/STIKes Flora, Medan, Indonesia

ARTICLE INFO

Artikel history

Submitted : 22 mei 2025

Accepted : 3 juni 2025

Publish : 30 juni 2025

Kata Kunci:

Self Healing, Butterfly Hug,
Cemas, Sectio Caesarea

Keywords:

Self Healing, Butterfly Hug,
Anxiety, Sectio Caesarea

ABSTRAK

Kecemasan yang ibu rasakan saat masa kehamilan bisa berlanjut sampai menjelang tindakan *sectio caesarea*. Salah satu terapi *nonfarmakologi* yang dapat mengatasi kecemasan ibu sebelum *sectio caesarea* yaitu metode *self healing* dengan teknik *butterfly hug*. Tujuan dari penelitian ini adalah untuk mengetahui bagaimana metode *self-healing* yang dikombinasikan dengan pendekatan *butterfly hug* berdampak pada kecemasan pasien yang mengalami *sectio caesarea*. Studi ini adalah quasi eksperimen dengan desain satu kelompok pretest dan kelompok posttest. Penelitian ini dilakukan di Rumah Sakit Umum Sundari Medan dengan melibatkan sebanyak 33 orang sebagai sampel penelitian yang dipilih secara *purposive*. Hasil penelitian menunjukkan bahwa ibu hamil yang mengalami kecemasan sebelum prosedur *sectio caesarea* dengan teknik *butterfly hug* Sebagian besar mengalami kecemasan berat, setelah melakukan metode *self healing* dengan teknik *butterfly hug* di sebagian besar cemas ringan. Metode *self healing* dengan teknik *butterfly hug* berpengaruh signifikan terhadap penurunan kecemasan pada ibu hamil yang menjalani *sectio caesarea* terencana. Perawat Rumah Sakit Umum Sundari Medan untuk memberikan edukasi terhadap pasien yang akan menjalani *sectio caesarea*, dalam pengelolaan kecemasan, dengan fokus pada pemanfaatan metode *self healing* dengan teknik *butterfly hug* sebagai salah satu cara untuk menurunkan tingkat kecemasan.

ABSTRACT

The anxiety that mothers feel during pregnancy can continue until the caesarean section. One non-pharmacological therapy that can overcome maternal anxiety before caesarean section is the self-healing method using the butterfly hug technique. The purpose of this study was to determine how the self-healing method combined with the hug butterfly approach affected the anxiety of patients undergoing cesarean section. This study was a quasi-experimental study with a single group pretest and posttest design. Sundari General Hospital in Medan served as the research location. The study involved 128 subjects, with 33 of them selected as a purposive sample. At Sundari General Hospital in Medan, data analysis was conducted using univariate and bivariate methods with a 95% confidence level ($\alpha=0.05$). The results showed that patients who experienced anxiety before the cesarean section procedure using the butterfly hug technique mostly experienced severe anxiety (54.5%), with an average score of 29.45 ± 5.729 . After using

the self-healing method with the butterfly hug technique, most patients experienced mild anxiety (78.8%), with an average score of 17.88 ± 3.267 . The self-healing method using the butterfly hug technique had a significant effect on reducing anxiety in caesarean section patients at the Sundari General Hospital in Medan, with a p -value = $0.000 < 0.05$. Medan Sundari General Hospital nurses to provide education to patients who will undergo caesarean section, in managing anxiety, with a focus on the use of self-healing methods, with the butterfly hug technique as one way to reduce anxiety levels.

✉ Corresponding Author:

Lilis Pujiati

Program Studi Ners/STIKes Flora, Medan, Indonesia

Telp. 085262723421

Email: lilispujiatiflora@gmail.com

PENDAHULUAN

Kecemasan seringkali menghampiri ibu hamil, terutama pada wanita yang sedang mengalami kehamilan pertama. Ibu mulai membayangkan proses persalinan yang sulit dan rasa sakit yang akan mereka alami, serta keselamatan dirinya dan bayinya, yang dapat menyebabkan peningkatan kecemasan selama trimester ketiga kehamilan dan menjelang persalinan. Ketakutan terhadap hal yang tidak diketahui dan ketidakpastian mengenai hasil persalinan dapat memperburuk perasaan cemas ini (Halman, D. P., Umar, S., & Limbong, 2022).

Faktor-faktor seperti kurangnya pengetahuan, ketakutan akan proses persalinan, dan kekhawatiran terhadap rasa nyeri dapat memengaruhi tingkat kecemasan ibu. Dukungan psikologis, edukasi persalinan, terapi non-farmakologis seperti terapi musik, pijat endorfin, dan aromaterapi lavender, serta keterlibatan suami dalam proses persalinan dapat membantu mengurangi kecemasan ibu. Selain itu, persiapan fisik dan mental, pengetahuan yang baik, serta posisi yang nyaman selama persalinan juga dapat memengaruhi pengalaman persalinan dan tingkat kecemasan ibu (Halman, D. P., Umar, S., & Limbong, 2022).

Penanganan kecemasan pada ibu hamil merupakan hal penting, terutama dalam konteks kesehatan mental ibu dan janin. Berbagai faktor seperti dukungan suami (Meliani, M., Amlah, A., & Rahmawati, 2022) dan partisipasi dalam senam hamil (Wardani, P. and Sagita, 2023) dapat menurunkan tingkat kecemasan ibu hamil. Selain itu, terapi hypnobirthing, yoga, dan senam hamil juga telah terbukti dapat membantu menurunkan kecemasan pada ibu hamil (Yousriatin, F., Anggreini, Y., & Kirana, 2022). Pentingnya pendekatan holistik dalam menangani kecemasan ibu hamil tercermin dalam penelitian yang menyoroti hubungan antara spiritual *self-care* dengan kecemasan pada ibu hamil (Viviana, M., Christanti, J., & Sebong, 2023). Selain itu, pemberian pendidikan kesehatan dan komunikasi yang baik antara dokter dan pasien juga dapat berperan dalam mengurangi kecemasan pada ibu hamil (Primadevi, I. and Yuniarti, 2021). Dengan demikian, penanganan kecemasan pada ibu hamil memerlukan pendekatan yang komprehensif meliputi dukungan sosial, terapi fisik seperti senam hamil, serta perhatian terhadap aspek spiritual dan edukasi kesehatan. Melalui pendekatan yang holistik, diharapkan tingkat kecemasan pada ibu hamil dapat dikelola dengan baik untuk mendukung kesehatan mental dan fisik ibu serta janin.

Pasien dengan gangguan kecemasan sebelum operasi dapat mengalami penurunan pertahanan tubuh, termasuk gejala seperti tekanan darah rendah, takikardia, dan perubahan suhu. Hal ini dapat menyebabkan penundaan dalam pelaksanaan tindakan operasi, yang pada gilirannya meningkatkan lamanya periode perawatan dan biaya administrasi. Selain itu,

dampak dari penundaan tersebut juga berpotensi memperburuk kesehatan pasien dan mengakibatkan perilaku yang kurang suport. (Sjamsuhidajat, R., & Jong, 2020).

Intervensi untuk mengurangi kecemasan preoperatif pada ibu hamil yang akan menjalani *sectio caesarea* merupakan bagian penting dari perawatan kesehatan. Dengan penerapan intervensi yang tepat, diharapkan tingkat kecemasan ibu hamil dapat diturunkan sehingga pengalaman persalinan melalui *sectio caesarea* dapat lebih positif dan mendukung pemulihan pasca operasi yang lebih baik.

Salah satu yang dikembangkan dalam metode *self healing* yaitu metode *butterfly hug*. Metode *Butterfly Hug* atau pelukan kupu-kupu merupakan bentuk stimulasi mandiri untuk menenangkan diri dan mengurangi kecemasan. Metode ini pertama kali dikembangkan oleh Lucina Artigas dan Ignacio Jarero ketika mereka membantu para korban badai besar di Acapulco, Meksiko, pada tahun 1998 (Bella, 2020). *Butterfly Hug* dapat membantu meningkatkan kesadaran diri, mengaktifkan sistem saraf parasimpatik, dan mendorong respons relaksasi pada tubuh. Selain itu, teknik ini juga dapat memfasilitasi koneksi antara pikiran dan tubuh, membantu ibu hamil untuk lebih tenang, fokus, dan siap menghadapi prosedur pembedahan. Penelitian yang dilakukan oleh Girianto, dkk (2021) telah menunjukkan efektivitas *Butterfly Hug* dalam mengurangi kecemasan, stres, dan gejala trauma pada berbagai populasi. Oleh karena itu, penggunaan *Butterfly Hug* dapat dijadikan intervensi yang menjanjikan untuk menurunkan kecemasan preoperatif pada ibu hamil yang akan menjalani *sectio caesarea*. Penelitian telah menunjukkan bahwa *Butterfly Hug* efektif dalam mengurangi gejala kecemasan serta meningkatkan rasa tenang dan kontrol diri. Oleh karena itu, penggunaan *Butterfly Hug* sebagai bagian dari manajemen kecemasan preoperatif pada ibu hamil yang menjalani *sectio caesarea* memiliki potensi besar untuk meningkatkan kesejahteraan psikologis dan fisik pasien.

METODE

Jenis Penelitian

Penelitian ini dirancang dengan metode *Quasi Experiment* dan menggunakan desain pretest-posttest kelompok tunggal. Penelitian dilakukan pada bulan Maret tahun 2023. Jumlah sampel yang diperoleh pada penelitian ini sebanyak 33 orang, yang dipilih secara purposive (*purposive sampling*). Instrumen yang digunakan dalam penelitian ini adalah dengan kuesioner *Hamilton Rating Scale for Anxiety (HRS-A)* dengan 14 pernyataan.

Lokasi dan Waktu Penelitian

Penelitian dilaksanakan di RSUD Sundari, Medan. Penelitian ini dilakukan pada tanggal 20 Maret 2023 sampai dengan 20 Mei 2023.

Populasi dan Sampel

Populasi pada penelitian merupakan seluruh ibu hamil yang menjalani persalinan *sectio caesarea* terencana di Rumah Sakit Umum Sundari Medan sebanyak 128 orang. Dalam penelitian ini, digunakan teknik *purposive sampling* dengan jumlah sampel sebanyak 33 orang. Peneliti mengambil teknik *purposive sampling* karena ingin memperoleh informasi mendalam dari responden yang memiliki pengalaman spesifik dan relevan terkait kecemasan yang dialami oleh ibu hamil yang menjalani *section cesaria* terencana.

Pengumpulan Data

SOP dan kuesioner *Hamilton Rating Scale for Anxiety (HRS-A)*, yang memiliki 14 pernyataan, digunakan untuk penelitian. Penelitian ini tidak menggunakan kuesioner yang

diuji validitas dan realibilitas, hal ini disebabkan oleh peneliti menggunakan SPO tehnik self healing dengan terapi *Butterfly Hug* dari Rumah Sakit Sundari Medan dan kuesioner untuk mengukur tingkat kecemasan yang sudah baku.

Analisis Data

Analisa univariat pada penelitian ini menggunakan data distribusi frekuensi untuk setiap variabel. Analisis yang digunakan adalah *Kolmogorov-Smirnov*. Selanjutnya teknik analisis data dilakukan untuk menguji hubungan masing-masing variabel independen terhadap variabel dependen menggunakan komputer menggunakan uji statistik beda yaitu *paired sample t-test* jika data berdistribusi normal, jika data tidak berdistribusi normal maka menggunakan uji *Wilcoxon*.

HASIL

Hasil Penelitian

1. Analisis Univariat

Berdasarkan hasil analisis univariat diperoleh hasil penelitian sebagai berikut :

Table 1. Karakteristik Responden

No	Karakteristik	Jumlah	Persentase (%)
A. Umur			
1.	< 20 tahun	2	6,1
2.	21-35 tahun	24	72,7
3.	> 35 tahun	7	21,2
	Total	33	100,0
B. Pendidikan Terakhir			
1.	SD/SMP	5	15,2
2.	SMA	18	54,5
3.	Perguruan Tinggi	10	30,3
	Total	33	100,0
C. Pekerjaan			
1.	Bekerja	10	30,3
2.	Tidak bekerja	23	69,7
	Total	33	100,0
D. Persalinan Ke			
1.	Persalinan ke 1	11	33,3
2.	Persalinan ke 2	17	51,5
3.	Persalinan ke 3	5	15,2
	Total	33	100,0

Tabel 1. menunjukkan mayoritas responden berumur 21-35 tahun sebanyak 24 (72,7%), pendidikan SMA sebanyak 18 (54,5%), tidak bekerja sebanyak 23 (69,7%), dan persalinan ke 2 paling banyak 17 (51,5%).

Table 2. Distribusi Frekuensi Kecemasan Pasien *Sectio Caesarea* Sebelum Melakukan Metode *Self Healing* Dengan Teknik *Butterfly Hug* (Pretest) di Rumah Sakit Umum Sundari Medan

No	Kecemasan	Jumlah	Persentase (%)
A	Kecemasan (Pre Test)		
1.	Tidak Ada Cemas	0	0,0
2.	Gejala Ringan	2	6,1
3.	Gejala Sedang	13	39,4
4.	Gejala Berat	18	54,5
5.	Gejala Berat Sekali	0	0,0
	Total	33	100,0

Tabel 2. menunjukkan bahwa dari informasi yang tersaji sebelum melakukan metode *self healing* dengan teknik *butterfly hug* mayoritas kecemasan pasien *sectio caesarea* dalam tingkat gejala kecemasan berat (*pretest*) sejumlah 18 orang (54,5%).

Table 3. Data Deskriptif Tingkat Kecemasan Pasien *Sectio Caesarea* Sebelum Melakukan Metode *Self Healing* Dengan Teknik *Butterfly Hug* (*Pretest*) di Rumah Sakit Umum Sundari Medan

Deskriptif	Mean	Standar Deviation	Min	Max
Kecemasan (<i>Pretest</i>)	29,45	5,729	18	40

Tabel 3. menunjukkan bahwa deskriptif nilai rata-rata (*mean*) tingkat kecemasan pasien *sectio caesarea* sebelum melakukan metode *self healing* dengan teknik *butterfly hug* (*pretest*) yaitu 29,45.

Table 4. Distribusi Frekuensi Tingkat Kecemasan Pasien *Sectio Caesarea* Setelah Melakukan Metode *Self Healing* Dengan Teknik *Butterfly Hug* (*Posttest*) di Rumah Sakit Umum Sundari Medan

No	Kecemasan	Jumlah	Persentase (%)
A	Kecemasan (Post Test)		
1.	Tidak Ada Cemas	0	0,0
2.	Gejala Ringan	26	78,8
3.	Gejala Sedang	7	21,2
4.	Gejala Berat	0	0,0
5.	Gejala Berat Sekali	0	0,0
	Total	33	100,0

Tabel 4. Menunjukkan bahwa dari informasi yang tersaji sebelum melakukan metode *self healing* dengan teknik *butterfly hug* mayoritas kecemasan pasien *sectio caesarea* dalam tingkat gejala kecemasan ringan (*post test*) sejumlah 26 orang (78,8%).

Table 5. Data Deskriptif Tingkat Kecemasan Pasien *Sectio Caesarea* Sesudah Melakukan Metode *Self Healing* Dengan Teknik *Butterfly Hug* (*Posttest*) di Rumah Sakit Umum Sundari Medan

Deskriptif	Mean	Standar Deviation	Min	Max
Kecemasan (<i>Posttest</i>)	17,88	3,267	14	27

Tabel 5. menunjukkan bahwa deskriptif nilai rata-rata (*mean*) tingkat kecemasan pasien *sectio caesarea* sebelum melakukan metode *self healing* dengan teknik *butterfly hug* (*pretest*) yaitu 17,88.

2. Analisa Bivariat

Uji normalitas merupakan pengujian prasyarat analisis untuk pengujian hipotesis dengan menggunakan uji T. Uji normalitas data yang digunakan adalah uji *Shapiro-Wilk* karena jumlah sampel < 50 orang. Data yang diuji adalah data kecemasan pasien *sectio caesarea* sebelum dan setelah melakukan metode *self healing* dengan teknik *butterfly hug*, hasilnya dapat dilihat pada tabel berikut.

Table 6. Hasil Uji Normalitas Data dengan Menggunakan Uji *Shapiro-Wilk*

Kecemasan Pasien <i>Sectio Caesarea</i>	<i>Shapiro-Wilk</i>			Keterangan
	Statistic	df	sig.	
<i>Pretest</i>	0,950	33	0,133	Normal
<i>Posttest</i>	0,911	33	0,142	Normal

Berdasarkan table 6. Berdasarkan tabel di atas, hasil uji normalitas menggunakan uji *Shapiro Wilk* menunjukkan bahwa kecemasan pasien *sectio caesarea* sebelum dan setelah melakukan metode *self healing* dengan teknik *butterfly hug* yaitu berdistribusi normal, karena nilai $p > 0,05$ yaitu pada tingkat kecemasan sebelum melakukan metode *self healing* dengan teknik *butterfly hug* (*pretest*) sebesar 0,133 dan tingkat kecemasan setelah melakukan metode *self healing* dengan teknik *butterfly hug* (*posttest*) sebesar 0,142. Berdasarkan hasil uji normalitas data tersebut dapat dinyatakan bahwa data berdistribusi normal maka uji yang digunakan adalah *Paired Sample T-Test*.

Table 7. Hasil Uji *Paired Sample T Test* Kecemasan Pasien *Sectio Caesarea* Sebelum dan Setelah Melakukan Metode *Self Healing* Dengan Teknik *Butterfly Hug* di Rumah Sakit Umum Sundari Medan

Kecemasan Pasien <i>Sectio caesarea</i>	Mean	Min	Max	Standar Deviasi	p-value	Nilai t-hitung	Nilai t-tabel
<i>Pretest</i>	29,45	18	40	5,729	0,000	17,133	1,693
<i>Posttest</i>	17,88	14	27	3,267			

Berdasarkan table 7. Berdasarkan hasil uji *Paired Sample T-Test* menunjukkan bahwa terdapat perbedaan antara tingkat kecemasan pasien pre *sectio caesarea* sebelum dan setelah melakukan metode *self healing* dengan teknik *butterfly hug* di Rumah Sakit Umum Sundari Medan, dengan nilai $p\text{-value} = 0,000 < 0,05$, dan nilai t tingkat kecemasan = $17,133 < t\text{-tabel} (1,693)$ pada df (*degree of freedom*) = 32. Berdasarkan hasil tersebut menunjukkan bahwa metode *self healing* dengan teknik *butterfly hug* berpengaruh signifikan terhadap penurunan kecemasan pasien pre *sectio caesarea*.

PEMBAHASAN

Kecemasan Pasien *Sectio Caesarea* Sebelum Melakukan Metode *Self Healing* Dengan Teknik *Butterfly Hug* (*Pretest*)

Hasil penelitian menunjukkan bahwa sebelum melakukan metode *self healing* dengan teknik *butterfly hug* mayoritas kecemasan pasien *sectio caesarea* di Rumah Sakit Umum Sundari Medan dalam kecemasan berat (*pretest*) sejumlah 18 orang (54,5%), minoritas dalam kecemasan ringan sejumlah 2 orang (6,1%). Nilai rata-rata (*mean*) tingkat kecemasan pasien *sectio caesarea* sebelum melakukan metode *self healing* dengan teknik *butterfly hug* (*pretest*) yaitu $29,45 \pm 5,729$.

Hasil penelitian yang dilakukan oleh (Maratus Sholekha, 2023) di Ruang Instalasi Gawat Darurat RSI Sultan Agung Semarang menunjukkan bahwa sebelum diberikan intervensi terapi, pasien di Ruang IGD lebih banyak mengalami cemas sedang yaitu sejumlah 21 responden (61,8%). Penelitian lain oleh Ningsih, et.al (2024) menunjukkan bahwa ibu hamil yang menghadapi persalinan mengalami penurunan kecemasan dengan tehnik butterfly hug. Dalam penelitian lain yang dilakukan oleh Nurcahayati, et. Al (2024) menunjukkan bahwa ibu hamil yang akan menjalani section caesarea mengalami penurunan kecemasan dengan terapi kombinasi musik dan butterfly hug .

Kecemasan umumnya dapat diartikan sebagai respons emosional yang muncul akibat persepsi individu terhadap ancaman atau ketidakpastian terhadap suatu kejadian atau situasi tertentu. Dalam konteks pasien sebelum menjalani *seksio sesarea*, kecemasan dapat menjadi pengalaman yang signifikan. Pasien yang akan menjalani prosedur ini mungkin mengalami kecemasan yang berkaitan dengan ketidakpastian hasil operasi, proses pemulihan, atau potensi risiko dan komplikasi. Selain itu, aspek kecemasan juga dapat terkait dengan perasaan tidak terkendali atau hilangnya kendali selama prosedur, serta kekhawatiran terhadap kesehatan bayi dan diri sendiri (Wardani, P. and Sagita, 2023).

Hasil penelitian menunjukkan bahwa sebelum melakukan metode *self healing* dengan teknik butterfly hug mayoritas kecemasan pasien *sectio caesarea* di Rumah Sakit Umum Sundari Medan dalam kategori cemas berat (pretest). Tingginya tingkat kecemasan pada pasien sebelum menjalani *sectio caesarea* di Rumah Sakit Umum Sundari Medan, seperti yang terungkap dalam hasil penelitian, mungkin dipengaruhi oleh berbagai faktor. Salah satunya dapat berkaitan dengan kurangnya informasi yang memadai atau pemahaman mengenai prosedur *seksio sesarea*, risiko yang terkait, dan proses pemulihan. Kekhawatiran terhadap kesehatan ibu dan bayi, serta ketidakpastian mengenai hasil operasi, juga dapat memberikan kontribusi pada tingkat kecemasan yang tinggi. Faktor-faktor lingkungan rumah sakit, seperti suasana dan dukungan psikososial yang kurang memadai, juga berperan dalam mempertahankan tingkat kecemasan yang dirasakan oleh pasien *sectio caesarea*.

Kecemasan Pasien *Sectio Caesarea* Setelah Melakukan Metode *Self Healing* Dengan Teknik *Butterfly Hug* (Posttest)

Hasil penelitian menunjukkan bahwa setelah melakukan metode *self healing* dengan teknik butterfly hug mayoritas kecemasan pasien *sectio caesarea* di Rumah Sakit Umum Sundari Medan dalam kategori tingkat gejala kecemasan ringan (*posttest*) sejumlah 26 orang (78,8%), minoritas pasien *sectio caesarea* mengalami kecemasan sedang sejumlah 7 orang (21,2%), dengan nilai rata-rata *posttest* yaitu $17,88 \pm 3,267$. Hasil penelitian ini sejalan dengan penelitian (Tyas, 2017) di Wilayah Kerja Puskesmas Mojo Surabaya mendapatkan data bahwa tingkat kecemasan setelah diberikan intervensi selama 2 minggu, sebagian besar mengalami cemas ringan (70,0%). Hasil penelitian (Maratus Sholekha, 2023) di Ruang Instalasi Gawat Darurat RSI Sultan Agung Semarang menunjukkan bahwa setelah diberikan intervensi terapi, dengan butterfly hug maka pasien yang mengalami cemas mengalami penurunan yang paling banyak tidak merasakan kecemasan lagi (97,1%).

Butterfly Hug merupakan teknik *self-healing* yang dikembangkan oleh Lucina Artigas yang merupakan seorang terapis. Gerakan fisik sederhana yang dapat dilakukan sendiri untuk mengurangi kecemasan, stres, dan meningkatkan keseimbangan emosi dilibatkan dalam tehnik ini. *Butterfly Hug* diilhami oleh gerakan menyentuh tubuh yang sering digunakan dalam terapi *Eye Movement Desensitization and Reprocessing*. *Butterfly Hug* dapat membantu mengurangi tingkat kecemasan dan ketegangan yang dirasakan. Gerakan yang lembut dan ritmis membantu mengalihkan perhatian kita dari pikiran yang tertekan dan membuat kita merasa lebih tenang. (EMDR) (Corey, 2019). Menurut peneliti, hasil penelitian menunjukkan

penurunan tingkat kecemasan pada pasien seksio sesarea di Rumah Sakit Umum Sundari Medan setelah menjalani metode *self-healing* dengan teknik *Butterfly Hug* mengindikasikan efektivitas terapi pada ibu pre *sectio caesarea*. Terdapat beberapa faktor yang dapat menjelaskan penurunan kecemasan pasien setelah terapi.

Pengaruh Metode Self Healing Dengan Teknik Butterfly Hug Terhadap Kecemasan Pasien Sectio Caesarea

Hasil penelitian menunjukkan bahwa, dengan nilai $p\text{-value} = 0,000 < 0,05$, dan nilai t tingkat kecemasan = $17,133 < t\text{-tabel} (1,693)$, metode *self-healing* dengan teknik *butterfly hug* berdampak signifikan pada penurunan tingkat kecemasan pasien sebelum *sectio caesar*.

Hasil penelitian ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Putri dkk. (2023) di RSUD Ibu Fatmawati Soekarno Surakarta. Penelitian ini menunjukkan bahwa sebagian besar responden mengalami kecemasan sedang (60%) sebelum diberikan intervensi *Butterfly Hug*, dan kecemasan ringan (50%) setelah diberikan intervensi. Hasil uji Wilcoxon menunjukkan $p\text{-value} 0,016$ kurang dari $0,05$, yang menunjukkan bahwa ada pengaruh signifikan.

Menurut peneliti, hasil penelitian ini membuktikan bahwa terdapat perbedaan yang signifikan antara tingkat kecemasan pasien sebelum dan setelah menjalani metode *self-healing* dengan teknik *Butterfly Hug* di Rumah Sakit Umum Sundari Medan menunjukkan efektivitas metode tersebut dalam menurunkan kecemasan pada ibu sebelum menjalani seksio sesarea. Salah satu faktor yang dapat menjelaskan efektivitas ini adalah keterlibatan aspek fisik dan emosional dalam teknik *butterfly hug*. Sentuhan yang lembut dan ritme gerakan yang terkoordinasi pada teknik ini dapat merangsang pelepasan endorfin dan oksitosin, yang dikenal sebagai hormon yang dapat meningkatkan perasaan kesejahteraan dan mengurangi tingkat stres.

Selain itu, metode *self-healing* memberikan ruang bagi pasien untuk terlibat aktif dalam mengelola kecemasan mereka sendiri. Proses *self-healing* memungkinkan ibu untuk fokus pada pernapasan, relaksasi, dan kehadiran dalam momen tersebut. Kemampuan untuk mengendalikan pernapasan dan meresapi pengalaman secara positif dapat memberikan perasaan kendali pada pasien, yang pada gilirannya dapat mengurangi rasa takut dan kecemasan terkait prosedur *sectio caesarea*.

SIMPULAN

Hasil penelitian menunjukkan bahwa metode self healing dengan teknik *butterfly hug* mengurangi kecemasan pasien *sectio caesarea* di Rumah Sakit Umum Sundari Medan, dengan $p\text{-value} = 0,000 < 0,05$. Ada perbedaan kecemasan pasien *sectio caesaria* sebelum dan setelah metode self healing dengan teknik *butterfly hug* (pre-test-post-test).

DAFTAR PUSTAKA

- Aris, M. (2019). *erbandingan Efektivitas Relaksasi Benson dan Terapi Zikir terhadap Perubahan Kecemasan pada Lansia di PSTW Gau Mabaji Gowa*.
- Bella, A. (2020). *Mengenal Butterfly Hug, Teknik untuk Menjaga Kestabilan Emosi*. Alodokter.
- Corey, G. (2019). *Teori dan Praktek Konseling & Psikoterapi*. Refika Aditama.
- Cunningham, F. G. (2019). *Obstetri Williams (6th ed.)*. Penerbit Buku Kedokteran EGC.
- Girianto, P., Widayati, D., & Agusti, S. (2021). *Butterfly hug reduce anxiety on elderly*. *Jurnal Ners Dan Kebidanan (Journal of Ners and Midwifery)*, 8(3), 295–300.
- Halman, D. P., Umar, S., & Limbong, T. (2022). *Perbedaan Tingkat Kecemasan Primigravida Dan Multigravida Trimester III Dalam Menghadapi Persalinan*. *Jurnal Ilmiah Kesehatan Sandi Husada*, 513–521.
- Maratus Sholekha. (2023). *PENGARUH TERAPI RELAKSASI BENSON TERHADAP*

TINGKAT KECEMASAN PADA PASIEN DI RUANG INSTALASI GAWAT DARURAT RSI SULTAN AGUNG SEMARANG.

- Meliani, M., Amlah, A., & Rahmawati, E. (2022). Hubungan antara hypnobirthing, yoga dan senam hamil terhadap tingkat kecemasan ibu hamil trimester iii di pmb oktaris kec sumber marga telang. *Prepotif Jurnal Kesehatan Masyarakat*, 6(1), 607–613.
- Nabilla, N. and Ichwani, A. (n.d.). Sistem informasi layanan e-konseling psikologi untuk mahasiswa berbasis website dengan metode prototype. *Jurnal Mnemonic*, 5(2), 191–198.
- Ningsih, et. al. (2024). Butterfly Hug pada Ibu Hamil Menghadapi Persalinan Normal.
- Nurchayati, et.al. (2024). Terapi Kombinasi Musik + Butterfly Hug pada Ibu sebelum Sectio Caesarea. *Jurnal UMP*.
- Primadevi, I. and Yuniarti, R. (2021). *Pengaruh pemberian pendidikan kesehatan terhadap kecemasan ibu hamil pada masa pandemi covid-19* (2(2), 55–6). *Majalah Kesehatan Indonesia*.
- Sjamsuhidajat, R., & Jong, W. D. (2020). *Buku Ajar Ilmu Bedah*. EGC.
- Viviana, M., Christanti, J., & Sebong, P. (2023). Hubungan komunikasi dokter-pasien terhadap tingkat kecemasan pada ibu hamil di poli rawat jalan rumah sakit santo vincentius singkawang. *Jurnal Pranata Biomedika*, 2(1), 24–33.
- Wardani, P. and Sagita, Y. (2023). Pengaruh senam hamil terhadap tingkat kecemasan ibu hamil primigravida menghadapi persalinan di wilayah kerja puskesmas tanjung raja kabupaten lampung utara tahun 2022. *Jaman*, 4(1), 88–95.
- Yousriatin, F., Anggreini, Y., & Kirana, W. (2022). Hubungan spiritual self-care dengan kecemasan ibu hamil trimester III. *Khatulistiwa Nursing Journal*, 4.