

ABSTRAK

Tiara Anggrelia Nuraini, 2024. Pengaruh Pijat Endorfin Terhadap Hasil Skrining Post Partum Blues Pada Ibu Nifas di Wilayah Puskesmas Kepanjen. Skripsi. Program Studi Sarjana Terapan Kebidanan. Politeknik Kesehatan Kemenkes Malang. Pembimbing Utama : Dr. Nurul Pujiastuti, S.Kep., Ns., M.Kes Pembimbing Pendamping : Afnani Toyibah, A.Per.Pen., M.Pd

Post partum blues merupakan masalah psikologis yang sering dialami oleh ibu nifas. Hal ini biasanya terjadi pada ibu nifas primipara, karena ibu dengan pengalaman melahirkan anak pertama belum dapat menerima sepenuhnya akan perubahan bentuk dirinya sehingga membuat dirinya kecewa, sedih, merasa tidak percaya diri atau tidak lagi menarik. Salah satu upaya untuk mengurangi kecemasan pada ibu nifas adalah Pijat Endorfin. Penelitian ini merupakan penelitian kuantitatif dengan Jenis Eksperimen. Desain penelitian yang digunakan one group pre-test-post-test design dengan menggunakan teknik sampling purposive sampling dengan besar sampel 20 orang ibu nifas yang memenuhi kriteria inklusi. Instrumen penelitian ini menggunakan *Edinburgh Postnatal Depression Scale*. Hasil penelitian menunjukkan hasil pre-test menggunakan kuesioner *Edinburg Postnatal Depression Scale* pada ibu nifas diketahui 15 responden (65%) berada dalam kategori “resiko rendah” dan 5 responden (35%) berada dalam kategori “resiko sedang”. Setelah diberikan pijat endorfin hasil post-test menggunakan kuesioner *Edinburg Postnatal Depression Scale* pada ibu nifas diketahui 7 responden (25%) berada dalam kategori “tidak beresiko” dan 13 responden (75%) dalam kategori “resiko rendah”. Hasil analisis menggunakan uji T test diperoleh sig-(2. Tailed) =0,000 (<0,05) yang artinya adalah ada pengaruh pijat endorfin terhadap hasil skrining postpartum blues pada ibu nifas di Wilayah Puskesmas Kepanjen. Dengan adanya penelitian ini diharapkan ibu nifas dan keluarga melakukan pijat endorfin secara berkala untuk mencegah dan menangani postpartum blues.

Kata kunci: Postpartum Blues, Edinburgh Postnatal Depression Scale, Pijat Endorfin