ABSTRAK

Ninda Puspita Fitriani (2026) *Implementasi Terapi Butterfly Hug dalam Menurunkan Tingkat Kecemasan Pada Ibu Hamil Trimester I Primigravida Di Puskesmas Lawang Kabupaten Malang.* Karya Tulis Ilmiah Studi Kasus, Program Studi D-III Keperawatan Malang, Jurusan Keperawatan, Politeknik Kesehatan Kemenkes Malang, Pembimbing Tutik Herawati, S.Kp., M.M, Penguji Abdul Hanan, S.Kep., Ns., M.Kes

Kehamilan trimester I pada primigravida sering menimbulkan kecemasan akibat perubahan fisik, hormonal, dan psikologis yang berdampak pada kesehatan ibu dan janin. Terapi butterfly hug merupakan intervensi nonfarmakologis melalui stimulasi bilateral yang mengaktifkan saraf parasimpatik sehingga menimbulkan relaksasi. Penelitian ini bertujuan untuk mengimplementasikan terapi butterfly hug dalam menurunkan tingkat kecemasan ibu hamil trimester I primigravida. Penelitian ini menggunakan metode studi kasus dengan dua subjek penelitian. Pengumpulan data dilakukan tanggal 9–14 Februari 2026 melalui pengukuran tingkat kecemasan menggunakan kuesioner Hamilton Anxiety Rating Scale (HARS) dan observasi terapi butterfly hug. Terapi ini dilakukan sebanyak 2 kali dalam satu minggu. Hasil penelitian menunjukkan subjek 1 hari pertama skor menurun dari 19 (33,9%; kecemasan ringan) menjadi 16 (28,6%; kecemasan ringan) dan hari kedua dari 14 (25%; kecemasan ringan) menjadi 8 (14,3%; kecemasan antisipatif). Pada subjek 2 hari pertama skor menurun dari 17 (30,4%; kecemasan ringan) menjadi 14 (25%; kecemasan ringan) dan hari kedua dari 9 (16,1%; kecemasan antisipatif) menjadi 3 (5,4%; kecemasan antisipatif). Implementasi terapi butterfly hug dapat dilakukan sesuai SOP dengan hasil pada subjek 1 hari pertama mendapat skor 6 (66,6%: cukup baik) dan hari kedua meningkat menjadi 8 (88,8%: baik). Pada subjek 2 hari pertama mendapat skor 6 (66,6%: cukup baik) dan hari kedua meningkat menjadi 8 (88,8%: baik). Dari hasil penelitian terapi butterfly hug menunjukkan penurunan tingkat kecemasan pada kedua subjek dari kecemasan ringan ke kecemasan antisipatif. Terapi ini dapat menjadi acuan bagi peneliti selanjutnya untuk dikembangkan dengan menambah jumlah subjek penelitian.

Kata Kunci: Terapi *Butterfly Hug*, Tingkat Kecemasan, Primigravida, Kehamilan Trimester 1.

ABSTRACT

Ninda Puspita Fitriani (2026). *Implementation of the Butterfly Hug Therapy in Reducing Anxiety Levels among First-Trimester Primigravida at Puskesmas Lawang, Malang Regency*. Case Study Scientific Paper, Diploma III Nursing Study Program, Department of Nursing, Politeknik Kesehatan Kemenkes Malang. Supervisor: Tutik Herawati, S.Kp., M.M. Examiner: Abdul Hanan, S.Kep., Ns., M.Kes.

First-trimester pregnancy in primigravida often causes anxiety due to physical, hormonal, and psychological changes that affect the health of both mother and fetus. The butterfly hug therapy is a non-pharmacological intervention using bilateral stimulation that activates the parasympathetic nervous system and induces relaxation. This study aimed to implement butterfly hug therapy to reduce anxiety levels in first-trimester primigravida pregnant women. The study used a case study method with two research subjects. Data collection was conducted on 9–14 February 2026 through measuring anxiety levels using the Hamilton Anxiety Rating Scale (HARS) questionnaire and observation of the butterfly hug therapy. The therapy was carried out twice in one week. The results showed that in subject 1, on the first day the score decreased from 19 (33.9%; mild anxiety) to 16 (28.6%; mild anxiety), and on the second day from 14 (25%; mild anxiety) to 8 (14.3%; anticipatory anxiety). In subject 2, on the first day the score decreased from 17 (30.4%; mild anxiety) to 14 (25%; mild anxiety), and on the second day from 9 (16.1%; anticipatory anxiety) to 3 (5.4%; anticipatory anxiety). The implementation of butterfly hug therapy followed the SOP, with subject 1 obtaining a score of 6 (66.6%: fairly good) on the first day and increasing to 8 (88.8%: good) on the second day. Subject 2 obtained a score of 6 (66.6%: fairly good) on the first day and increased to 8 (88.8%: good) on the second day. The findings indicate that butterfly hug therapy reduced anxiety levels in both subjects from mild anxiety to anticipatory anxiety. This therapy can serve as a reference for future researchers to be developed further by increasing the number of research subjects.

Keywords: *Butterfly Hug* Therapy, Anxiety Level, Primigravida, First Trimester Pregnancy.