

KARYA TULIS ILMIAH

PENGARUH TEKNIK RELAKSASI PERNAFASAN TERHADAP INTENSITAS NYERI PERSALINAN PADA IBU BERSALIN PRIMIGRAVIDA KALA I FASE AKTIF DI PUSKESMAS TUREN



**OLEH:
RIZHA CHAVINA NURFADHILAH
NIM 16.2.035**

**POLITEKNIK KESEHATAN RS dr. SOEPRAOEN
PROGRAM STUDI DIII KEBIDANAN
MALANG
2019**

KARYA TULIS ILMIAH

PENGARUH TEKNIK RELAKSASI PERNAFASAN TERHADAP INTENSITAS NYERI PERSALINAN PADA IBU BERSALIN PRIMIGRAVIDA KALA I FASE AKTIF DI PUSKESMAS TUREN

Diajukan Sebagai Salah Satu Syarat Untuk Memperoleh
Gelar Ahli Madya Kebidanan Pada Prodi Kebidanan
Politeknik Kesehatan RS Dr. Soepraoen
Malang



**OLEH:
RIZHA CHAVINA NURFADHILAH
NIM 16.2.035**

**POLITEKNIK KESEHATAN RS dr. SOEPRAOEN
PROGRAM STUDI DIII KEBIDANAN
MALANG
2019**

LEMBAR PERNYATAAN

Yang bertanda tangan dibawah ini:

Nama : Rizha Chavina Nurfadhilah

Tempat / tanggal lahir : Malang, 08 Januari 1998

NIM : 16.2.035

Alamat : Jl. Raya Druju RT 09/RW 02 Desa Druju, Kecamatan Sumbermanjing Wetan, Kabupaten Malang.

Menyatakan bahwa Karya Tulis Ilmiah dengan judul "Pengaruh Teknik Relaksasi Pernafasan Terhadap Intensitas Nyeri Persalinan pada Ibu Bersalin Primigravida Kala I Fase Aktif di Puskesmas Turen", merupakan hasil karya sendiri yang dikembangkan dari penelitian orang lain dengan tempat dan responden yang berbeda untuk memperoleh gelar dari berbagai jenjang pendidikan di Perguruan Tinggi manapun.

Jika di kemudian hari saya terbukti melanggar atas pernyataan tersebut diatas, maka saya bersedia menerima sanksi akademik dari almamater.

Malang, 8 Februari 2019

Yang Menyatakan,



Rizha Chavina Nurfadhilah

NIM 16.2.035

LEMBAR PERSETUJUAN

Karya Tulis Ilmiah dengan judul: "Pengaruh Teknik Relaksasi Pemafasan Terhadap Intensitas Nyeri Persalinan pada Ibu Bersalin Primigravida Kala I Fase Aktif di Puskesmas Turen". disetujui untuk diujikan di depan tim penguji.

Nama: Rizha Chavina Nurfadhilah
NIM: 16.2.035

Tanggal Persetujuan
Malang, 2019

Oleh:

Pembimbing I



Reny Retnaningsih SST, M.Keb.

Pembimbing II



Ismiatun, SST, M.M

LEMBAR PENGESAHAN

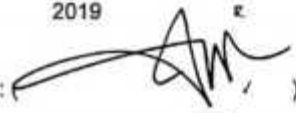
Karya Tulis Ilmiah dengan judul: "Pengaruh Teknik Relaksasi Pernafasan Terhadap Intensitas Nyeri Persalinan pada Ibu Bersalin Primigravida Kala I Fase Aktif di Puskesmas Turen". telah dipertahankan dan disetujui pada sidang Karya Tulis Ilmiah di Program Studi Kebidanan Politeknik Kesehatan RS dr. Soepraoen Malang.

Nama : Rizha Chavina Nurfadhilah
NIM : 16.2.035

Tanggal: 2019

OLEH TIM PENGUJI

1. Anik Sri Purwanti, SST.M.Keb

: ()

2. Reny Retnaningsih, SST, M. Keb

: ()

3. Ismiatun S.ST, M.M

: ()

Malang, 2019
Mengetahui,
Ketua Program Studi Kebidanan
Politeknik Kesehatan RS dr. Soepraoen


Rani Safitri, S.ST., M.Keb.

DAFTAR RIWAYAT HIDUP

Yang bertanda tangan di bawah ini :

1. Nama : Rizha Chavina Nurfadhilah
2. Jenis Kelamin : Perempuan
3. Tempat, tanggal lahir : Malang, 08 Januari 1998
4. Agama : Islam
5. Kewarganegaraan : Indonesia
6. Alamat : Jl. Raya Druju RT 09/RW 002 Desa Druju,
Kecamatan Sumbermanjing Wetan, Kabupaten
Malang
7. Pendidikan :- MIN DRUJU
(Lulus tahun ajaran 2010)
- MTs.ALMAARIF SINGOSARI
(Lulus tahun ajaran 2013)
- MA ALMAARIF SINGOSARI
(Lulus tahun ajaran 2016)
8. Nama Keluarga :
 - Ayah
Nama ayah : Ahmad Yusron
Tempat, tanggal lahir: Malang, 21 Oktober 1968
Agama : Islam
Kewarganegaraan : Indonesia
Pekerjaan : Wiraswasta
 - Ibu
Nama Ibu : Siti Asiah
Tempat, tanggal lahir: Malang, 17 April 1978

Agama : Islam

Kewarganegaraan : Indonesia

Pekerjaan : IRT

- Adik Pertama

Nama : Ahmad Rheza Zuhudy

Tempat, tanggal lahir: Malang, 30 Oktober 2002

Agama : Islam

Kewarganegaraan : Indonesia

Pekerjaan : Pelajar

- Adik Kedua

Nama : Ahmad Rizqu Habibullah

Tempat, tanggal lahir: Malang, 11 April 2005

Agama : Islam

Kewarganegaraan : Indonesia

Pekerjaan : Pelajar

- Adik Ketiga

Nama : Ahmad Rizqi Hafizzuddin Altaf

Tempat, tanggal lahir: Malang, 28 Agustus 2010

Agama : Islam

Kewarganegaraan : Indonesia

Pekerjaan : Pelajar

- Adik Keempat

Nama : Ahmad Riziq Hannan Nahlarafi

Tempat, tanggal lahir: Malang, 4 Juni 2015

Agama : Islam

Kewarganegaraan : Indonesia

Pekerjaan : Belum Sekolah

Demikian daftar riwayat hidup ini saya buat dengan sebenar-benarnya.

Hormat saya,

Rizha Chavina Nurfadhilah

KATA PENGANTAR

Dengan memanjatkan puji syukur kehadirat Allah SWT, atas segala rahmat dan karunia-Nya sehingga peneliti dapat menyelesaikan Karya Tulis Ilmiah yang berjudul: “Pengaruh Teknik Relaksasi Pernafasan Terhadap Intensitas Nyeri Persalinan Pada Ibu Bersalin Primigravida Kala I Fase Aktif di Puskesmas Turen”.

Karya Tulis Ilmiah ini disusun sebagai salah satu persyaratan untuk menyelesaikan pendidikan Program Diploma III Kebidanan di Politeknik Kesehatan RS dr. Soepraoen Malang. Dalam penyusunan Karya Tulis Ilmiah ini, peneliti mendapatkan banyak bimbingan dan bantuan dari berbagai pihak, oleh karena itu peneliti mengucapkan terima kasih kepada yang terhormat :

1. Letkol Ckm Arief Efendi. S.Mph, S.H, S.Kep, Ners., MM. selaku Direktur Poltekkes RS dr. Soepraoen Malang
2. Rani Safitri, SST, M.Keb selaku Ketua Program Studi Kebidanan Poltekkes RS dr. Soepraoen Malang
3. Anik Sri Purwanti selaku penguji I dalam sidang Karya Tulis Ilmiah
4. Reny Retnaningsih, SST, M. Keb selaku pembimbing I dan penguji II yang telah membimbing peneliti dalam menyelesaikan Karya Tulis Ilmiah ini.
5. Ismiatun, SST, M.M selaku pembimbing II dan penguji III yang telah membimbing peneliti dalam menyelesaikan Karya Tulis Ilmiah ini.
6. Kedua orang tua yang selalu mendoakan dan memberi semangat sepanjang waktu.
7. Sahabat-sahabat saya yang selalu memberikan dukungan bantuannya.
8. Semua pihak yang telah banyak membantu sehingga penelitian ini selesai.

Peneliti menyadari bahwa Karya Tulis Ilmiah ini masih banyak kekurangan. Oleh karena itu, peneliti mengharapkan adanya kritik dan saran dari

semua pihak demi kesempurnaan Karya Tulis Ilmiah ini. Peneliti berharap semoga Karya Tulis Ilmiah ini bermanfaat bagi pembaca.

Malang, Februari 2019

Peneliti

ABSTRAK

Nurfadhilah, Rizha Chavina. 2018. Pengaruh Teknik Relaksasi Pernafasan Terhadap Intensitas Nyeri Pada Ibu Bersalin Primigravida Kala I Fase Aktif di Puskesmas Turen. Program Studi Kebidanan Politeknik Kesehatan RS dr. Soepraoen Malang. Pembimbing I Reny Retnaningsih SST,M.Keb, Pembimbing II Ismiatun SST.MM

Nyeri persalinan adalah respon alamiah dari tubuh ibu ketika menjalani proses persalinan. Nyeri persalinan dapat diminimalkan dengan latihan pernafasan yang efektif selama proses persalinan. Tujuan penelitian ini untuk mengetahui pengaruh teknik relaksasi pernafasan terhadap intensitas nyeri persalinan pada ibu bersalin primigravida kala I fase aktif. Desain penelitian yang digunakan adalah *pre-eksperimental* dengan rancangan *one group pretest-posttest*. Sampel yang digunakan pada penelitian ini berjumlah 5 responden yang diambil dengan metode *purposive sampling*. Pengambilan data dilakukan dengan mengobservasi intensitas nyeri sebelum dan sesudah diberi perlakuan. Dari 5 responden dapat diketahui bahwa ibu bersalin primigravida kala I fase aktif dengan intensitas nyeri sebelum berupa nyeri sedang sebanyak 5 responden (100%), setelah diberi perlakuan menjadi 4 responden (80%) nyeri ringan dan 1 responden (20%) nyeri sedang. Dalam penelitian ini menggunakan rumus Wilcoxon. perbedaan intensitas nyeri sebelum dan setelah pemberian perlakuan diperoleh nilai Z_{hitung} sebesar 2,000 dengan nilai signifikansi sebesar 0,046. Karena $Z_{hitung} > Z_{tabel}$ atau nilai signifikansinya $<$ taraf nyata 0,05 maka H_0 ditolak atau menerima H_a , sehingga dapat disimpulkan bahwa ada Pengaruh Teknik Relaksasi Pernafasan Terhadap Intensitas Nyeri Pada Ibu Bersalin Primigravida Kala I Fase Aktif. Disarankan bagi ibu bersalin primigravida untuk menggunakan teknik relaksasi pernafasan karena dapat mengurangi nyeri persalinan.

Kata Kunci : teknik relaksasi pernafasan dan nyeri persalinan

ABSTRAK

Nurfadhilah, Rizha Chavina. 2018. Pengaruh Teknik Relaksasi Pernafasan Terhadap Intensitas Nyeri Pada Ibu Bersalin Primigravida Kala I Fase Aktif di Puskesmas Turen. Program Studi Kebidanan Politeknik Kesehatan RS dr. Soepraoen Malang. Pembimbing I Reny Retnaningsih SST,M.Keb, Pembimbing II Ismiatun SST.MM

Labor pain is a natural response from our body when undergoing labor. labor pain can be minimized by effective breathing exercises during labor. The purpose of this study was to determine the effect of relaxation techniques on the intensity of labor pain in primigravida maternity during the active phase. The research design used was pre-experimental with one group pretest posttest design. The sample used in this study amounted to 5 respondents taken by purposive sampling method. Data retrieval was done by observing the intensity of pain before and after treatment. From 5 respondents it can be seen that primigravida maternity at the active phase 1 with pain intensity before being in the form of moderate pain as many as 5 respondents (100%) after being treated to 4 respondents (80%) with mild pain and 1 respondent (20%) with moderate pain. In this study using a formula Wilcoxon difference in pain intensity before and after administration of treatment obtained z count value of 2,000 with a significant value of the real level of 0,005 then H_0 is rejected or H_a is accepted. So that it can be concluded that there is an influence of respiratory relaxation techniques on pain intensity in primigravida maternity during the active phase it is recommended for primigravida women to use respiratory relaxation because it can reduce labor pain.

Keywords : respiratory relaxation techniques and labor pain

DAFTAR ISI

HALAMAN JUDUL.....	i
LEMBAR PERNYATAAN.....	ii
LEMBAR PERSETUJUAN	iii
LEMBAR PENGESAHAN	iv
DAFTAR RIWAYAT HIDUP	v
KATA PENGANTAR	vii
DAFTAR ISI	ix
DAFTAR TABEL	xii
DAFTAR GAMBAR.....	xiii
DAFTAR LAMPIRAN	xiv
DAFTAR ARTI LAMBANG DAN SINGKATAN	xv
BAB I PENDAHULUAN	
1.1 Latar Belakang	1
1.2 Rumusan Masalah.....	4
1.3 Tujuan Penelitian.....	5
1.3.1 Tujuan Umum	5
1.3.2 Tujuan Khusus.....	5
1.4 Manfaat Penelitian	5
1.4.1 Bagi Peneliti	5
1.4.2 Bagi Institusi Pendidikan.....	5
1.4.3 Bagi Tempat Penelitian.....	5
1.4.4 Bagi Subyek Penelitian.....	5
BAB II TINJAUAN PUSTAKA	
2.1 Konsep Dasar Persalinan	7
2.1.1 Pengertian Persalinan	7
2.1.2 Sebab-sebab Persalinan	7

2.1.3 Tahap Persalinan.....	8
2.1.4 Tanda-Tanda Persalinan	10
2.1.5 Faktor-Faktor yang Mempengaruhi Persalinan	12
2.2 Konsep Nyeri Persalinan	15
2.2.1 Pengertian Nyeri Persalinan	15
2.2.2 Penyebab Nyeri Persalinan.....	15
2.2.3 Jenis-jenis Nyeri	16
2.2.4 Faktor yang mempengaruhi nyeri persalinan	17
2.2.5 Lokasi Nyeri Persalinan	19
2.2.6 Macam-Macam Skala Nyeri	20
2.2.7 Mekanisme Nyeri Persalinan	22
2.2.8 Manajemen Nyeri.....	23
2.3 Konsep Teknik Relaksasi Pernafasan	26
2.3.1 Pengertian Teknik Relaksasi Pernafasan.....	26
2.3.2 Tujuan Teknik Relaksasi Pernafasan.....	27
2.3.3 Manfaat Teknik Relaksasi Pernafasan	27
2.3.4 Langkah-langkah	28
2.4 Pengaruh Teknik Relaksasi Pernafasan Terhadap Intensitas Nyeri Persalainan	28
2.5 Kerangka Konsep	29
2.6 Hipotesis.....	31
BAB III METODE PENELITIAN	
3.1 Desain Penelitian.....	32
3.2 Kerangka Kerja.....	33
3.3 Populasi, Sampel dan <i>Sampling</i>	34
3.3.1 Populasi.....	34
3.3.2 Sampel	34

3.3.3	<i>Sampling</i>	35
3.4	Variabel Penelitian.....	35
3.5	Definisi Operasional.....	35
3.6	Pengumpulan Data.....	37
3.6.1	Teknik Pengumpulan Data.....	37
3.6.2	Instrumen Pengumpulan Data	37
3.6.3	Pengolahan Data	38
3.7	Rencana Penelitian.....	41
3.8	Etika Penelitian.....	41
3.8.1	<i>Informed Consent</i> (Lembar Persetujuan)	41
3.8.2	<i>Anonymity</i> (Tanpa Nama)	41
3.8.3	<i>Confidentiality</i> (Kerahasiaan)	41

BAB IV HASIL PENELITIAN

4.1	Data Umum	42
4.1.1	Gambaran Lokasi Penelitian	42
4.1.2	Karakteristik Responden Berdasarkan Usia.....	43
4.1.3	Karakteristik Responden Berdasarkan Pendidikan	43
4.1.4	Karakteristik Responden Berdasarkan Pekerjaan	44
4.2	Data Khusus.....	
4.2.1	Intensitas Nyeri Sebelum Dilakukan Teknik Relaksasi pernafasan ..	45
4.2.2	Intensitas Nyeri Sesudah Dilakukan Teknik Relaksasi pernafasan ..	45
4.2	Distribusi Pengaruh Teknik Relaksasi Pernafasan terhadap Intensitas Nyeri Persalinan pada Ibu Bersalin Primigravida Kala I Fase Aktif.....	46

BAB V PEMBAHASAN

5.1	Identifikasi intensitas nyeri persalinan pada ibu bersalin primigravida kala I fase aktif sebelum diberikan teknik relaksasi pernafasan di Puskesmas Turen.....	48
5.2	Identifikasi intensitas nyeri persalinan pada ibu bersalin primigravida kala I fase aktif sesudah diberikan teknik relaksasi pernafasan di Puskesmas Turen.....	49
5.3	Pengaruh teknik relaksasi pernafasan terhadap intensitas nyeri persalinan pada ibu bersalin primigravida kala I fase aktif di Puskesmas Turen	51
5.4	Keterbatasan Penelitian.....	52

BAB VI PENUTUP

6.1	Kesimpulan.....	53
6.2	Saran.....	54
6.2.1	Bagi Responden	54
6.2.2	Bagi Tempat Penelitian.....	54
6.2.3	Bagi Institusi Pendidikan.....	54
6.2.4	Bagi Peneliti selanjutnya.....	54

DAFTAR PUSTAKA

LAMPIRAN

DAFTAR GAMBAR

No	Daftar Gambar	Halaman
	<hr/>	
Gambar 2.1	Numerik Rating Scale	20
Gambar 2.2	Visual Analog Scale	20
Gambar 2.3	Face Pain Rating Scale.....	21
Gambar 2.4	Kerangka Konsep.....	30
Gambar 3.1	Kerangka Kerja	33

DAFTAR TABEL

No	Daftar Tabel	Halaman
Tabel 2.1	Keterangan Face Pain Rating Scale	11
Tabel 3.1	Definisi Operasional	35
Tabel 4.1	Distribusi Karakteristik Usia Responden.....	43
Tabel 4.2	Distribusi Karakteristik Pendidikan Responden	44
Tabel 4.3	Distribusi Karakteristik Pekerjaan Responden.....	44
Tabel 4.4	Distribusi Responden Berdasarkan Intensitas Nyeri Sebelum Dilakukan Teknik Relaksasi Pernafasan.....	45
Tabel 4.5	Distribusi Responden Berdasarkan Intensitas Nyeri Sesudah Dilakukan Teknik Relaksasi Pernafasan.....	45
Tabel 4.6	Pengaruh Teknik Relaksasi Pernafasan Terhadap Intensitas Nyeri Pada Ibu Bersalin Primigravida Kala I Fase Aktif	44
Tabel 4.7	Distribusi Uji Wilcoxon Pengaruh Teknik Relaksasi Pernafasan Terhadap Intensitas Nyeri Pada Ibu Bersalin Primigravida Kala I Fase Aktif	47

DAFTAR LAMPIRAN

No	Judul Lampiran
Lampiran 1	Jadwal Penyusunan Karya Tulis Ilmiah
Lampiran 2	Surat Pengantar Ijin Penelitian
Lampiran 3	Surat Balasan Ijin Penelitian
Lampiran 4	Surat Permohonan Menjadi Responden Penelitian
Lampiran 5	Lembar Persetujuan Menjadi Responden Penelitian
Lampiran 6	SPO Teknik Relaksasi Pernafasan
Lampiran 7	Lembar Observasi
Lampiran 8	Partograf
Lampiran 9	Master Sheet
Lampiran 10	SPSS
Lampiran 12	Lembar Konsul Pembimbing 1
Lampiran 12	Lembar Konsul Pembimbing 2

DAFTAR ARTI LAMBANG DAN SINGKATAN

Arti Lambang :

%	: Persentase
(...)	: Tanda kurung
,	: Koma
.	: Titik
/	: Atau
:	: Titik Dua
?	: Tanda Tanya
“	: Tanda kutip
>=	: Lebih dari sama dengan
<=	: Kurang dari sama dengan
<	: Kurang dari
>	: Lebih dari
=	: Sama dengan
&	: Dan

Arti Singkatan :

AMd.Keb	: Ahli Madya Kebidanan
dkk	: Dan Kawan-Kawan
KTI	: Karya Tulis Ilmiah
M.Keb	: Magister Kebidanan
RS	: Rumah Sakit
SOP	: Standard Operating Procedure
Yth	: Yang Terhormat
SSO	: Sistem Saraf Otonom

BAB	:Buang Air Besar
PAP	:Pintu Atas Panggul
ILA	:Intrathecal Labor Analgesia
FPRS	:Face Pain Rating Scale
BANKES	:Badan Kesatuan
BANGPOL	:Bangsa dan Politik
DINKES	:Dinas Kesehatan