

POLITEKNIK KESEHATAN TANJUNG KARANG
PROGRAM STUDI DIII KEBIDANAN TANJUNG KARANG
Laporan Tugas Akhir, April 2021

Ratu Dewanggi
1815401116

Penerapan Teknik Nafas Untuk Mengurangi Rasa Nyeri Pada Kala I Fase Aktif di PMB Mardiana, SST Tulang Bawang 2021

Xvii + 55 Halaman + 8 Tabel + 1 Bagan + 10 Lampiran

RINGKASAN

Pada awal persalinan ibu akan merasakan nyeri, nyeri yang dirasakan ibu pada awal persalinan atau pada kala I karena adanya kontraksi yang sedang berlangsung. Apabila rasa nyeri saat persalinan tidak segera ditangani akan menyebabkan masalah lain pada ibu dan janin, pada janin akan mengalami hipoksia yang disebabkan terjadinya penurunan aliran darah dari ibu ke janin, sedangkan pada ibu akan meningkatkan kecemasan hingga stress saat menghadapi persalinan, menyebabkan proses persalinan semakin lama serta membuat impuls nyeri semakin banyak (Aprilia & Aminah, 2020).

Tujuan melakukan Asuhan Kebidanan terhadap Ny. E 17 tahun hamil 39 minggu 6 hari dengan menerapkan Teknik nafas untuk mengurangi rasa nyeri pada kala I fase aktif di PMB Mardiana, SST.

Metode yang digunakan dalam pengumpulan data ini adalah dengan pengaplikasian metode 7 langkah Varney dan di dokumentasikan dalam bentuk SOAP.

Berdasarkan hasil observasi yang telah diperoleh, penerapan teknik nafas dinilai efektif dalam mengurangi rasa nyeri persalinan pada kala I fase aktif. Sebelum menerapkan teknik nafas dilakukan pengukuran skala nyeri dengan hasil 4-6 nyeri sedang, setelah diterapkan teknik nafas pengukuran skala nyeri berada di angka 1-3 nyeri ringan. Keberhasilan penerapan teknik nafas juga didukung dari berbagai faktor, yakni semasa hamil ibu rajin melakukan latihan teknik nafas, kemudian dukungan dari suami juga sangat dibutuhkan selama proses persalinan sehingga membuat ibu merasa lebih tenang dan percaya diri. Selama proses persalinan juga ibu sangat kooperatif dalam mengikuti arahan yang di berikan. Kesimpulan yang didapat, penerapan teknik nafas untuk mengurangi rasa nyeri pada kala I fase aktif dinilai efektif dalam mengurangi rasa nyeri pada ibu bersalin. Diharapkan metode teknik nafas dapat diterapkan kedepannya di PMB Mardiana, SST. Menggala Tulang Bawang kepada ibu bersalin lainnya, sehingga dapat mengurangi rasa nyeri persalinan pada ibu bersalin kala I fase aktif.

Kata kunci : Nyeri Persalinan, Teknik nafas

Daftar bacaan : 21 (2015-2020)

TANJUNG KARANG HEALTH POLYTECHNIC
STUDY PROGRAM DIII MIDWIFERY TANJUNG KARANG
Final Project Report, April 2021

Ratu Dewanggi
1815401116

**The Application Of Breathing Techniques To Reduce Pain During The
1st Stage Of The Active Phase at PMB Mardiana, SST Tulang Bawang 2021**

Xvii + 55 Pages + 8 Table + 1 Chart + 10 Attachment

ABSTRACT

At the beginning of labor the mother will feel pain, the pain felt by the mother at the beginning of labor or in the first stage because of ongoing contractions. If pain during labor is not treated immediately it will cause other problems for the mother and fetus, the fetus will experience hypoxia due to a decrease in blood flow from the mother to the fetus, while the mother will increase anxiety to stress when facing labor, causing the labor process to take longer, and make pain impulses more and more (Aprilia & Aminah, 2020).

The purpose of doing midwifery care for Mrs. E 17 years pregnant 39 weeks 6 days by applying the breath technique to reduce pain in the first stage of the active phase at PMB Mardiana, SST.

The method used in this data collection is the application of the 7-step Varney method and is documented in SOAP form.

Based on the observations that have been obtained, the application of breathing techniques is considered effective in reducing labor pain in the first stage of the active phase. Before applying the breathing technique, the pain scale was measured with the results of 4-6 moderate pain, after the breath technique was applied the pain scale measurement was in the number 1-3 mild pain. The success of the application of breathing techniques is also supported by various factors, namely during pregnancy the mother is diligent in practicing breathing techniques, then support from her husband is also very much needed during the delivery process so that the mother feels more calm and confident. During the delivery process, the mother was also very cooperative in following the directions given. The conclusion obtained, the application of breathing techniques to reduce pain in the first stage of the active phase is considered effective in reducing pain in laboring mothers. It is hoped that the breathing technique method can be applied in the future at PMB Mardiana, SST. Menggala Tulang Bawang to other maternity mothers, so that it can reduce labor pain in active phase I maternity mothers.

KEYWORDS : Labor Pain, Breath technique

READING LIST : 21 (2015-2020)