

**PROGRAM STUDI DIPLOMA III KEBIDANAN
FAKULTAS ILMU KESEHATAN
UNIVERSITAS MUHAMMADIYAH TASIKMALAYA
LAPORAN TUGAS AKHIR**

**EGA ALMIRA
E.15154.01.039**

**PENATALAKSANAAN RELAKSASI DAN PIJAT PUNGGUNG UNTUK
MENGURANGI NYERI PERSALINAN KALA I FASE AKTIF**

ABSTRAK

Xiii bagian awal + 31 halaman + 4 tabel + 3 gambar + 67 lampiran.

Nyeri pada proses persalinan diakibatkan karena peregangan segmen bawah rahim selama kontraksi servik. Kontraksi pada saat melahirkan akan menimbulkan perasaan nyeri yang timbul akibat kontraksi servik serta dilatasi atau pelebaran mulut rahim dan segmen bawah rahim. Salah satu metode yang sangat efektif dalam menanggulangi nyeri adalah dengan melakukan asuhan *Relaksasi* dan *Pijat Punggung*. Tujuan dari asuhan ini adalah untuk melakukan asuhan *Relaksasi* dan *Pijat Punggung* untuk mengurangi nyeri persalinan kala I Fase Aktif, dan mengetahui apakah setelah dilakukan asuhan nyeri persalinan berkurang, tetap, atau tidak berkurang.

Subjek asuhan ini ada 7 orang ibu bersalin kala I Fase Aktif primigravida. Lokasi penelitian telah dilakukan di BPM. Waktu asuhan dilaksanakan pada saat dilakukannya Praktek Kebidanan Tiga (PK III). Teknik asuhan dengan melakukan pernafasan dalam lalu melakukan pijat di bagian punggung mulai dari T10 sampai dengan S4. Dilakukan selama 30 Menit.

Berdasarkan hasil yang telah dilakukan penatalaksanaan Relaksasi dan Pijat Punggung untuk mengurangi nyeri persalinan Kala I Fase Aktif hampir seluruh subjek mengalami penurunan sedikit rasa nyeri, rata-rata rasa nyeri sebelum dilakukan asuhan sekitar skala nyeri 7,4 dan setelah dilakukan asuhan relaksasi dan pijat punggung skala nyeri menjadi 5,5, penurunan skala nyeri sekitar 1,5. Dapat disimpulkan, bahwa teknik relaksasi dan pijat punggung dapat mengurangi nyeri persalinan kala I fase aktif khususnya pada ibu bersalin primigravida.

Kata Kunci : nyeri persalinan, *relaksasi* , *pijat punggung*
Kepustakaan : 12 (2008-2017)