

**PROGRAM STUDI DIPLOMA III KEPERAWATAN FAKULTAS ILMU
KEPERAWATA UNIVERSITAS ISLAM SULTAN AGUNG SEMARANG,
MEI 2019**

Karya ilmiah, Mei 2019

ABSTRACT .

Siti Solekah

Penerapan Metode Zilgrai Untuk Mengatasi Nyeri Pada Ibu Inpartu Di Rumah Sakit Islam Sultan Agung Semarang

Latar Belakang : Inpartu adalah proses yang dimulai dengan kontraksi yang menyebabkan proses pengeluaran hasil konsepsi cukup berbulan-bulan dengan bantuan atau tidak membantu atau dengan kekuatan ibu sendiri setiap ibu yang melahirkan harus mengalami rasa sakit karena itu penulis mengambil tindakan untuk mengurangi rasa sakit yaitu gangguan relaksasi menggunakan metode zilgrai. Tujuan dari penerapan ini yaitu untuk menurunkan skala nyeri pada Ny.R G1P0A0 di Ruang VK Rumah Sakit Islam Sultan Agung Semarang.

Metode : Dalam metode ini, ada 1 pasien dengan pasangan yang mengeluh sakit postpartum. Di sini pasien diminta untuk mengatur pernapasan menggunakan gerakan jika pasien merasa sakit dan sesak di perutnya.

Hasil: Hasil penerapan ini membuktikan perubahan skala yang diperoleh dari pengamatan dan skala numerik. Sebaliknya itu dapat dilihat dari respons pasien sebelum dan sesudah mengambil metode zilgrai. Skala diperoleh sebelum Benson 6. Relaksasi setelah perubahan terjadi ke 2.

Kesimpulan: Kesimpulan dari penerapan metode zilgrai untuk mengatasi nyeri inpartu ini adalah bahwa prosedur untuk relaksasi menggunakan metode zilgrai dapat mempengaruhi tingkat nyeri / skala rasa sakit pada sebagian ibu.

Saran: Terapi zilgrai sangat dianjurkan untuk mengurangi rasa sakit pada pasien rawat inap

Kata kunci: relaksasi dengan metode zilgrai, nyeri, inpartu.

**PROGRAM STUDI DIPLOMA III KEPERAWATAN FAKULTAS ILMU
KEPERAWATA UNIVERSITAS ISLAM SULTAN AGUNG SEMARANG,
May 2019**

ABSTRACT

Siti Solekah, DIII Nursing, Medical Faculty of Sultan Agung University

The implementation of the zilgrai method to reduce pain in mother inpartu

Background: Inpartu is a process that starts with contractions which causes the process of spending conception results for months with help or does not help or with the strength of the mother herself every mother who gives birth must experience pain because the authors take measures to reduce pain, namely relaxation disorders using the zilgrai method. The purpose of this application is to reduce the pain scale in Ny.R G1P₀A₀ in the VK Room of Sultan Agung Islamic Hospital Semarang.

Method: In this method, there is 1 patient with a partner who complains of postpartum pain. Here the patient is asked to adjust breathing using movement if the patient feels pain and tightness in his stomach.

Results: The results of this application prove the scale changes obtained from observations and numerical scales. On the contrary it can be seen from the patient's response before and after taking the zilgrai method. Scale is obtained before Benson 6. Relaxation after change occurs to 2.

Conclusion: The conclusion of the application of the zilgrai method to overcome this disease in part is that the procedure for relaxation using the zilgrai method can affect the level of pain / scale of pain in some mothers.

Suggestion: Zilgrai therapy is highly recommended to reduce pain in hospitalized patients

Keywords: relaxation with zilgrai, pain, inpartu method.