

**PROGRAM STUDI ILMU KEPERAWATAN
FAKULTAS ILMU KEPERAWATAN
UNIVERSITAS ISLAM SULTAN AGUNG SEMARANG
Skripsi, Maret 2015**

ABSTRAK

ZULIA ARI RATHI

**PENGARUH RELAKSASI NAFAS DALAM DAN KOMPRES DINGIN
TERHADAP TINGKAT NYERI PERSALINAN KALA I FASE AKTIF
PADA IBU PRIMIPARA DI BPS NY. MINTARTI PRASETYO
KECAMATAN SAYUNG DEMAK**

xii + 55 halaman + 11 tabel

Latar Belakang : Persalinan merupakan suatu proses membukanya serviks dan keluarnya plasenta dengan adanya kontraksi uterus yang mengakibatkan nyeri. Nyeri persalinan sering terjadi pada kala I fase aktif. Dalam mengatasi hal tersebut banyak berbagai cara yang bisa dilakukan antara lain dengan menggunakan farmakologi seperti obat-obatan serta juga dapat menggunakan non farmakologi seperti relaksasi dan kompres, salah satunya adalah relaksasi nafas dalam dan kompres dingin. Tujuan penelitian ini adalah untuk mengetahui perbedaan tingkat nyeri sebelum dan sesudah diberikan relaksasi nafas dalam dan kompres dingin.

Metode : Jenis penelitian ini menggunakan *pre-experimental* design dengan rancangan *one group pre post test design without control*. Sampel diambil secara *consecutive sampling* sehingga diperoleh sampel 18 responden. Data diolah dengan menggunakan uji *Paired t-test*.

Hasil : Hasil penelitian menunjukkan ada perbedaan yang bermakna antara tingkat nyeri sebelum dan sesudah diberikan relaksasi nafas dalam dan kompres dingin ($p=0,000$).

Kesimpulan : Terdapat perbedaan antara tingkat nyeri persalinan kala I fase aktif pada ibu primipara sebelum dan sesudah diberikan relaksasi nafas dalam dan kompres dingin.

Kata kunci : Nyeri persalinan, relaksasi nafas dalam dan kompres dingin.

Daftar Pustaka : 39 (1996-2013)

**NURSING FACULTY
SULTAN AGUNG ISLAMIC UNIVERSITY SEMARANG
A Final Project
Skripsi, Maret 2015**

ABSTRACT

ZULIA ARI RATHI
**RELAXATION EFFECT OF INNER BREATH AND COLD COMPRESS
ON THE LEVEL OF GIVINGBIRTH PAIN IN I PHASE OF ACTIVE
MOTHER PRIMIPARA IN BPS NY. MINTARTI PRASETYO SAYUNG
DISTRICT DEMAK**

xii + 55 pages+ 11 tables

Background: Givingbirth is an opening of cervix and discharging process with uterine contraction resulting pain. Givingbirth pain often occurs in I active phase. There are many ways to overcome the problem by using pharmacology medicines and non pharmacology treatment, such as inner breath relaxation and cold compress. The purpose of this study to acknowledge the difference of the pain level in givingbirth mothers after and before given inner relaxation and cold compress.

Method : This study uses *pre-experimental design with one group pre post test design without control*. Sample is taken from *concecutive sampling* with 18 respondents. The data is treated by using *Paried t-test*.

Result : The result shows that there are differences in pain level of the givingbirth mothers after they are given inner relaxation and cold compress ($p=0,000$).

Conclusion : There are differences in givingbirth pain I active phase on primipara mothers before and after given inner relaxation and cold compress.

Keywords : Givingbirth pain, inner relaxation and cold compress.

Bibliography: 39 (1996-2013)