

SKRIPSI

**PENGARUH TEKNIK RELAKSASI NAFAS DALAM
TERHADAP PENURUNAN INTENSITAS NYERI PADA IBU
POST SECTIO CAESARIA 24 JAM PERTAMA**

LITERATURE REVIEW



**OLEH :
IRMA NURFADLILAH
NIM.1602470019**

**KEMENTERIAN KESEHATAN REPUBLIK INDONESIA
POLITEKNIK KESEHATAN KEMENKES MALANG
JURUSAN KEBIDANAN
PROGRAM STUDI SARJANA TERAPAN KEBIDANAN
JEMBER
2023**

SKRIPSI

PENGARUH TEKNIK RELAKSASI NAFAS DALAM TERHADAP PENURUNAN INTENSITAS NYERI PADA IBU *POST SECTIO CAESARIA* 24 JAM PERTAMA

LITERATURE REVIEW

Skripsi Ini Diajukan Untuk Memenuhi Salah Satu Persyaratan
Memperoleh Gelar Sarjana Terapan Kebidanan



**DISUSUN OLEH :
IRMA NURFADLILAH
NIM.1602470019**

**KEMENTERIAN KESEHATAN REPUBLIK INDONESIA
POLITEKNIK KESEHATAN KEMENKES MALANG
JURUSAN KEBIDANAN
PROGRAM STUDI SARJANA TERAPAN KEBIDANAN
JEMBER
2023**

PERNYATAAN KEASLIAN TULISAN

Yang bertandatangan di bawah ini :

Nama : Irma Nurfadlilah

NIM : 1602470019

Judul Skripsi : Pengaruh teknik relaksasi nafas dalam terhadap penurunan

intensitas nyeri pada ibu post *sectio caesarea* 24 jam pertama

Dengan ini menyatakan dengan sesungguhnya bahwa tulisan dalam skripsi ini adalah benar-benar asli hasil pemikiran kami sendiri. Sepanjang pengetahuan kami belum ada karya ilmiah yang serupa yang ditulis oleh orang lain. Apabila nanti terbukti bahwa skripsi ini tidak asli atau disusun oleh orang lain atau hasil menjiplak karya orang lain baik sebagian atau seluruhnya, maka kami bersedia untuk menerima sanksi sesuai peraturan yang berlaku.

Malang, 10 Februari 2023

Yang Membuat Pernyataan,

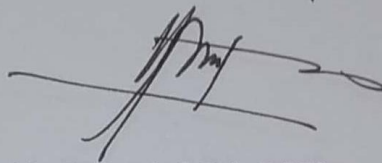
Irma Nurfadlila

NIM 1602470019

LEMBAR PERSETUJUAN

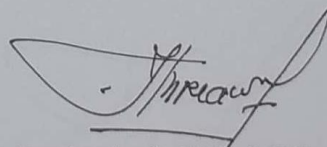
Skripsi dengan Judul **Pengaruh Teknik Relaksasi Nafas Dalam Terhadap Penurunan Intensitas Nyeri Pada Ibu *Post Sectio Caesaria* 24 Jama Pertama**, oleh Irma Nurfadlilah NIM : 1602470019 telah diperiksa dan disetujui untuk diujikan :

Jember,
Pembimbing Utama



Ida Prijatni, S.Pd., M.Kes
NIP. 195906141982032001

Jember,
Pembimbing Pendamping



Jamhariyah, SST. M.Kes
NIP. 196401111984032001

LEMBAR PENGESAHAN

Skripsi dengan judul **Pengaruh Teknik Relaksasi Nafas Dalam Terhadap Penurunan Intensitas Nyeri Pada Ibu Post Sectio Caesarea 24 Jam Pertama**, oleh Irma Nurfadlilah NIM 1602470019 ini telah dipertahankan di depan penguji Ujian Sidang Skripsi pada tanggal 21 Juli 2023

Dewan Penguji

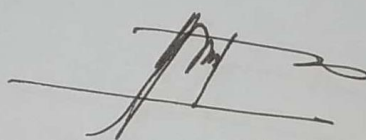
Penguji Ketua

Penguji Anggota I

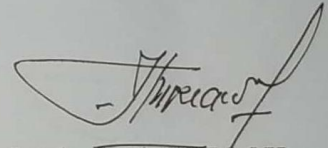
Penguji Anggota II



Eni Subiastutik, S.Kep.Ns, M.Sc
NIP. 196805281991032001



Ida Prijatni, S.Pd., M.Kes
NIP. 195906141982032001



Jamhariyah, SST, M.Kes
NIP. 196401111984032001

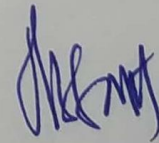
Mengetahui,

Ketua Jurusan Kebidanan Poltekkes
Kemones Malang



Rita Yulifah, S.Kp., M.Kes
NIP. 196607271991032002

Ketua Program Studi
Sarjana Terapan Kebidanan Jember



Susilawati, SST., M.Kes
NIP. 197412032002122002

KATA PENGANTAR

Puji syukur kehadiran Tuhan Yang Maha Esa, atas berkat dan rahmat-Nya sehingga penulis dapat menyelesaikan skripsi yang berjudul “ Pengaruh Teknik Relaksasi Nafas Dalam Terhadap Penurunan Intensitas Nyeri Pada Ibu *Post Sectio Caesaria* 24 jam pertama” sebagai salah satu syarat menyelesaikan Pendidikan Sarjana Terapan Kebidanan pada Program Studi DIV Kebidanan Jember Politeknik Kesehatan Kementerian Kesehatan Malang.

Dalam hal ini, penulis banyak mendapatkan bantuan dari berbagai pihak, karena itu pada kesempatan kali ini penulis mengucapkan banyak terima kasih kepada :

1. Bapak Dr. Moh. Wildan, A.Per.Pen, M.Pd selaku Direktur Politeknik Kesehatan Malang, yang telah memberikan kesempatan menyusun skripsi ini.
2. Ibu Rita Yulifah, S.Kp., M.Kes, Ketua Jurusan Kebidanan Politeknik Kesehatan Kemenkes Malang.
3. Ibu Susilawati, SST.,M.Kes, selaku Ketua Program Studi Sarjana Terapan Kebidanan Jember Poltekkes Kemenkes Malang yang telah memberikan kesempatan menyusun Skripsi ini.
4. Ibu Ida Prijatni, S.Pd., M.Kes, selaku pembimbing Utama.
5. Ibu Jamhariyah, SST., M.kes, selaku pembimbing pendamping.
6. Ibu Eni Subiastutik, S.kep, Ns, M.Sc, selaku penguji utama.

Semoga Tuhan Yang Maha Esa memberikan balasan pahala atas segala amal baik yang telah diberikan dan semoga skripsi ini berguna bagi semua pihak yang memanfaatkan.

Jember,

Penulis

Abstrak

Nurfadlilah, Irma.2023. Pengaruh Teknik Relaksasi Nafas Dalam Terhadap Penurunan Intensitas Nyeri Pada Ibu Post *Sectio Caesarea* 24 Jam Pertama. Skripsi. Program Studi Sarjan Terapan Kebidanan. Pembimbing Utama : Ida Prijatni, S.Pd., M.Kes. Pembimbing Pendamping : Jamhariyah, SST., M.Kes

Latar Belakang : Persalinan dengan *sectio caesarea* dapat menimbulkan dampak setelah operasi yaitu nyeri yang diakibatkan oleh perubahankontinuitas jaringan karena adanya pembedahan. upaya untuk menurunkan nyeri pada ibu post *sectio caesarea* salah satunya dengan pemberian teknik relaksasi nafas. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui pengaruh teknik relaksasi nafas dalam terhadap penurunan intensitas nyeri pada ibu post *secito caesarea*. **Metode :** artikel yang digunakan adalah *literature review* dengan jenis *systematic mapping study*. Artikel diambil dari data based *google scholar*.Populasi yang didapatkan dari data based berjumlah 168 artikel kemudian dilakukan skrining menggunakan PICOS dan diperoleh sebanyak 5 artikel yang terdiri dari lima artikel nasional, desain penelitian menggunakan *quasi experimental* dan *pre-experimental* . **Hasil :** 5 artikel menunjukkan rata-rata frekuensi nyeri pada ibu post SC menurun setelah diberikan teknik relaksasi nafas dalam dengan hasil dari 5 artikel menggunakan analisis univariat berupa data numerik yaitu mean sebelum pemberian teknik relaksasi nafas dalam adalah 5,4 dan setelah pemberian teknik relaksasi nafas dalam menjadi 2,40. Hasil analisis dari 5 artikel terdapat pengaruh teknik relaksasi nafas dalam terhadap penurunan intensitas nyeri pada ibu post SC 24 jam pertama dengan nilai *p-value* $<\alpha$. **Kesimpulan :** pemberian teknik relaksasi nafas dalam dapat digunakan sebagai terapi komplementer untuk mengurangi nyeri pada ibu post *sectio caesarea* 24 jam pertama.

Kata Kunci : teknik relaksasi nafas dalam, nyeri ibu post *sectio caesarea*

ABSTRACT

Nurfadlilah, Irma.2023. The Effect of Deep Breathing Relaxation Technique on Reducing Pain Intensity in Post *Sectio Caesarea* Mothers in the First 24 Hours. Thesis. Applied Midwifery Study Program. Main Advisor : Ida Prijatni, S.Pd., M.Kes. Advisor : Jamhariyah, SST., M.Kes

Introduction: Delivery by *sectio caesarea* can have an impact after surgery, namely pain caused by changes in tissue continuity due to surgery. one of the efforts to reduce pain in post *sectio caesarea* mothers is by providing breathing relaxation techniques. This study aims to determine the effect of deep breathing relaxation techniques on reducing pain intensity in post *secito caesarea* mothers.

Methodology: the article used is a *literature review* with a *systematic mapping study* type. Article taken from data based google scholar. The population obtained from the data based was 168 articles then screened using PICOS and obtained as many as 5 articles consisting of five national articles, the research design used *quasi-experimental and pre-experimental*. **Results:** 5 articles showed that the average frequency of pain in post SC mothers decreased after being given deep breathing relaxation techniques. The results of 5 articles used univariate analysis in the form of numerical data, namely the mean before giving deep breathing relaxation techniques was 5.4 and after giving deep breathing relaxation techniques, it was 2.40. The results of the analysis of the 5 articles show the effect of deep breathing relaxation techniques on reducing pain intensity in post SC mothers in the first 24 hours with a $p\text{-value} < \alpha$. **Conclusion:** giving deep breathing relaxation techniques can be used as a complementary therapy to reduce pain in post *sectio caesarea* mothers in the first 24 hours.

Keyword : deep breathing relaxation technique, maternal pain after *caesarean section*

DAFTAR ISI

HALAMAN COVER	
HALAMAN SAMPUL DALAM.....	ii
PERNYATAAN KEASLIAN TULISAN	iii
HALAMAN PERSETUJUAN PEMBIMBING	iv
HALAMAN PENGESAHAN	v
KATA PENGANTAR.....	vi
ABSTRAK	vii
DAFTAR ISI.....	ix
DAFTAR TABEL	xii
DAFTAR GAMBAR.....	xiii
DAFTAR LAMPIRAN	xiv
DAFTAR SINGKATAN.....	xv
BAB 1 PENDAHULUAN	1
1.1 Latar Belakang	1
1.2 Rumusan Masalah.....	6
1.3 Tujuan Penelitian	6
1.3.1 Tujuan Umum.....	6
1.3.2 Tujuan Khusus.....	6
1.4 Manfaat Penelitian..	7
1.4.1 Secara Teoritis.....	7
1.4.2 Secara Praktis	7
BAB 2 TINJAUAN PUSTAKA.....	8
2.1 Konsep <i>Sectio Caesarea</i>	8
2.1.1 Pengertian <i>Sectio Caesarea</i>	8
2.1.2 Etiologi <i>Sectio Caesarea</i>	9
2.1.3 Indikasi Dan Kontra-indikasi <i>Sectio Caesarea</i>	9
2.1.4 Jenis Anastesi <i>Sectio Caesarea</i>	12
2.1.5 Komplikasi <i>Sectio Caesarea</i>	15
2.2 Konsep Nyeri <i>Post Sectio Caesarea</i>	17
2.3.1 Pengertian Nyeri.....	17
2.3.2 Teori Nyeri	18
2.3.3 Fisiologi Nyeri	20
2.3.4 Patofisiologi Nyeri.....	22
2.3.5 Klasifikasi Nyeri.....	24
2.3.6 Mekanisme Nyeri	26
2.3.7 Faktor Yang Mempengaruhi Nyeri	27
2.3.8 Cara Mengukur Nyeri.....	30
2.3.9 Penatalaksanaan Nyeri.....	31
2.3 Konsep Relaksasi Nafas Dalam	33

2.3.1	Pengertian Relaksasi Nafas Dalam	33
2.3.2	Mekanisme Relaksasi Nafas Dalam.....	35
2.3.3	Manfaat Relaksasi Nafas Dalam	39
2.3.4	Prosedur Relaksasi Nafas Dalam	40
2.4	Pengaruh Teknik Relaksasi Nafas Dalam Terhadap Nyeri <i>Post Sectio Caesarea</i>	40
2.5	Kerangka Konsep.....	43

BAB 3 METODE PENELITIAN

3.1	Desain Study <i>Literature</i>	44
3.2	Langkah-langkah Penelusuran Study <i>Literature</i>	45
3.2.1	Menentukan Topik	45
3.2.2	Merumuskan PICOS	45
3.2.3	Membuat <i>Keyword</i>	46
3.2.4	Mencari <i>Literature</i> Di Database Menggunakan <i>Keyword</i> Yang Telah Dibuat Dan Diinput Di <i>Reference Manager</i> ..	47
3.2.5	Mendokumentasi Hasil Pencarian Dalam Diagram <i>Flowchat</i>	48
3.2.6	Menentukan Inklusi dan Eksklusi	49
3.2.7	Seleksi Studi dan Penilaian Kualitas.....	49
3.3	Rencana Pelaksanaan Review	50
3.4	Penyajian Hasil Penelusuran <i>Literature</i>	51
3.5	Rencana Penyajian Hasil Penelusuran Studi <i>Literature</i>	51

BAB 4 HASIL DAN PEMBAHASAN

4.1	Hasil Literature Review	52
4.1.1	Karakteristik Studi	52
4.1.2	Karakteristik Responden Data Umum	54
4.1.3	Nyeri <i>Post Sectio Caesarea</i> Sebelum Diberikan Teknik Relaksasi Nafas Dalam	61
4.1.4	Nyeri <i>Post Sectio Caesarea</i> Setelah Diberikan Teknik Relaksasi Nafas Dalam	63
4.1.5	Analisis Pengaruh Teknik Relaksasi Nafas Dalam Terhadap Nyeri Pada Ibu <i>Post Sectio Caesarea</i> Berdasarkan <i>Literature</i>	65
4.2	Pembahasan.....	67
4.2.1	Menjelaskan Nyeri <i>Post Sectio Caesarea</i> Sebelum Pemberian Teknik Relaksasi Nafas Dalam	67
4.2.2	Pengaruh Teknik Relaksasi Nafas Dalam Terhadap Penurunan Intensitas Nyeri Pada Ibu <i>Post Sectio Caesarea</i>	69
4.2.3	Analisi Perubahan Nyeri <i>Post Sectio Caesarea</i> Dengan Pemberian Teknik Relaksasi Nafas Dalam	71

BAB 5 KESIMPULAN DAN SARAN

5.1 Kesimpulan	76
5.2 Saran.....	77
5.2.1 Bagi Masyarakat	77
5.2.2 Bagi Penelitian Selanjutnya	77
5.2.3 Bagi Institusi Pendidikan	77

DAFTAR PUSTAKA	78
-----------------------------	-----------

LAMPIRAN.....	
----------------------	--

DAFTAR TABEL

Tabel 3.1 PICOS	40
Tabel 4.1 Distribusi Frekuensi Karakteristik Studi Berdasarkan Hasil Penelusuran <i>Literature Review</i>	46
Tabel 4.2 Karakteristik Responden Berdasarkan 5 Artikel.....	47
Tabel 4.3 Artikel Yang Akan Direview	48
Tabel 4.4 Nyeri Post <i>Sectio Caesarea</i> Sebelum Diberikan Teknik Relaksasi Nafas Dalam	53
Tabel 4.5 Nyeri Post <i>Sectio Caesarea</i> Sesudah Diberikan Teknik Relaksasi Nafas Dalam	56
Tabel 4.6 Analisis Distribusi Frekuensi Pengaruh Teknik Relaksasi Nafas Dalam Terhadap Penurunan Intensitas Nyeri Pada Ibu Post <i>Sectio Caesarea</i> 24 Jam Pertama Berdasarkan Hasil <i>Literature Review</i>	59

DAFTAR GAMBAR

Gambar 2.1 Fisiologi Nyeri.....	16
Gambar 2.2 <i>Wong Baker Faces Pain Rating Scale</i>	29
Gambar 2.3 <i>Numeric Rating Scale</i>	30
Gambar 2.4 Mekanisme Relaksasi Nafas	34
Gambar 2.5 Kerangka Konsep	42
Gambar 3.1 Diagram <i>flowchart</i>	45

DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran 1. Jadwal Penyusunan Skripsi Tahun 2022/2023	82
Lampiran 2. Lembar Konsultasi.....	85
Lampiran 3. Jurnal	87
Lampiran 4. Lembar Revisi.....	115

DAFTAR SINGKATAN

ADL	: <i>Activity of Daily Living</i>
ASI	: Air Susu Ibu
CPD	: <i>Cephalo Pelvic Disproportion</i>
IMD	: Inisiasi Menyusui Dini
KPD	: Ketuban Pecah Dini
NRS	: <i>Numeric Rating Scale</i>
NSAID	: <i>Non Steroidal Anti Inflammatory Dugs</i>
RSUD	: Rumah Sakit Umum Daerah
SC	: <i>Sectio Caesaria</i>
SDKI	: Standar Diagnosis Keperawatan Indonesia
SMA	: Sekolah Menengah Atas
SPP	: Sistem Saraf Pusat
TENS	: <i>Transcutaneous Electrical Nerve Stimulation</i>
VAS	: <i>Visual Analog Scale</i>
VBAC	: <i>Vaginal Birth After prior Caesarean</i>
VDS	: <i>Verbal Discriptor Scale</i>
VRS	: <i>Verbal Rating Scale</i>
WHO	: <i>World Health Organization</i>