

PENGARUH KOMBINASI RELAKSASI *BACK MASSAGE* DAN  
TEKNIK *LAMAZE BREATHING* TERHADAP NYERI  
MELAHIRKAN PADA PASIEN PARTUS SPONTAN  
DI RUANG VK RSUD JOMBANG

Ria Dwi Lestari\*, Fitriana Kurniasari S., S. Kep., Ns., M. Kep  
Naya Ernawati, S.Kep.,Ns.,M.Kep

Program Studi Profesi Ners Poltekkes Kemenkes Malang, Jl. Besar Ijen No.77C

Email: [Riadwi12839373@gmail.com](mailto:Riadwi12839373@gmail.com)

**ABSTRAK**

**Latar Belakang :** Nyeri melahirkan merupakan salah satu permasalahan utama yang sering dijumpai pada pasien dengan partus spontan. Nyeri ini disebabkan oleh proses fisiologis seperti kontraksi uterus, dilatasi serviks, dan proses pengeluaran janin yang dapat menimbulkan ketidaknyamanan fisik maupun emosional bagi ibu bersalin. Pemberian terapi nonfarmakologis menjadi pilihan yang aman dan efektif untuk mengurangi nyeri melahirkan tanpa menimbulkan efek samping. **Tujuan :** Karya ilmiah menganalisis asuhan keperawatan pada Ny. S usia 37 thn dengan nyeri melahirkan di RSUD Jombang. **Metode :** studi kasus tunggal untuk menganalisis asuhan keperawatan maternitas pada Ny. S dengan nyeri melahirkan. Teknik sampling menggunakan *pusposive sampling* dengan jumlah pasien yang diambil adalah satu pasien. **Hasil :** Karya ilmiah setelah pemberian relaksasi *back massage* dan teknik *lamaze breathing* dengan durasi 15-20 menit selama kontraksi didapatkan penurunan nyeri melahirkan dari skala 6 menjadi skala 4, perineum terasa tertekan menurun, meringis menurun, berfokus pada diri sendiri menurun. **Kesimpulan:** Metode seperti relaksasi *back massage* dan teknik *lamaze breathing* terbukti efektif dalam mengurangi nyeri melahirkan dengan cara menstimulasi relaksasi fisik dan psikologis, sehingga respons terhadap nyeri dapat diminimalkan secara alami. Oleh karena itu, intervensi nonfarmakologis ini direkomendasikan untuk diterapkan pada ibu dengan partus spontan yang mengalami nyeri melahirkan.

**Kata Kunci:** Partus Spontan, Nyeri Melahirkan, Relaksasi *Back Massage*, Teknik *Lamaze Breathing*.