

Universitas Ngudi Waluyo

Program Studi S1 Kebidanan Transfer Fakultas Ilmu Kesehatan
Skripsi, Februari 2021
Ryke Anggraeni
152191075

**GAMBARAN PENGETAHUAN IBU HAMIL TENTANG RELAKSASI
NAFAS DALAM PENGURANGAN INTENSITAS NYERI PERSALINAN DI
RB WINDIYATI TAHUN 2021
ABSTRAK**

Latar Belakang: Salah satu metode non farmakologi untuk mengurangi nyeri persalinan yaitu teknik relaksasi nafas. Teknik relaksasi yang sederhana terdiri atas napas abdomen dengan frekuensi lambat, berirama. Teknik tercepat dan termudah untuk meningkatkan relaksasi adalah menginstruksikan wanita untuk menarik napas dalam dan kemudian relaks saat menghembuskan napas. Angka Kematian Ibu di Provinsi Kalimantan Barat tercatat sebanyak 95 kasus kematian ibu sehingga jika dihitung angka kematian ibu jadi 95 per 100.000 kelahiran hidup. Sedangkan Kabupaten Kubu Raya selama tahun 2019 ada 16 kasus kematian ibu yang ditemukan dan dilaporkan.

Tujuan: Untuk mengetahui gambaran pengetahuan ibu hamil tentang relaksasi nafas dalam pengurangan intensitas nyeri persalinan berdasarkan umur, pendidikan dan pekerjaan di Rumah Bersalin Windiyati pada tahun 2021.

Metode: Metode penelitian yang digunakan adalah metode penelitian *deskriptif*. Tempat penelitian di Rumah Bersalin Windiyati. Populasi dalam penelitian ini seluruh ibu hamil yang mendapat pelayanan kesehatan di tempat penelitian pada bulan Desember sampai Januari 2021 dan sampel sebanyak 24 ibu hamil dengan teknik pengambilan sampel menggunakan teknik *accidental sampling* pelaksanaan penelitian menggunakan instrumen kuesioner.

Hasil dan Simpulan: Hasil penelitian dari 24 responden ibu hamil sebagian dari responden memiliki pengetahuan yang cukup yaitu 14 responden (58,3%), sebagian kecil dari responden memiliki pengetahuan kurang yaitu 8 responden (33,3%), dan sangat sedikit dari responden memiliki pengetahuan baik yaitu 2 responden (8,3%). Maka diperoleh kesimpulan bahwa pengetahuan sebagian dari responden ibu hamil tentang relaksasi nafas dalam pengurangan intensitas nyeri persalinan adalah berpengetahuan cukup.

Kata Kunci: Relaksasi Nafas, Pengurangan intensitas nyeri persalinan.