

**Program Studi Diploma Tiga Keperawatan
Fakultas Ilmu Kesehatan
Universitas Muhammadiyah Pekajangan Pekalongan**

ABSTRAK

Hanny Lenggang Dwi Buana¹, Ratnawati²

Penerapan *Deep Back Massage* dan *Deep Breathing* (DBM-DB) terhadap Penurunan Nyeri Kontraksi Persalinan Kala 1 Fase Aktif di Ruang Wijaya Kusuma RSUD Batang

Nyeri kontraksi persalinan menjadi penyebab utama ketidaknyamanan ibu selama proses persalinan. Teknik non farmakologis untuk menurunkan nyeri salah satunya adalah dengan kombinasi teknik *deep back massage* dan *deep breathing* (DBM-DB). Teknik DBM-DB dapat membantu untuk mengurangi nyeri kontraksi persalinan kala 1 fase aktif. Tujuan karya tulis ilmiah ini adalah untuk mengetahui penerapan kombinasi terapi manajemen nyeri non farmakologis untuk membantu mengurangi nyeri kontraksi persalinan kala 1 fase aktif. Metode yang digunakan adalah studi kasus pada dua ibu yang sedang mengalami nyeri kontraksi kala 1 fase aktif persalinan. Penilaian nyeri menggunakan *Numeric Rating Scale* (NRS). Terapi dilakukan dengan teknik DBM-DB setiap kontraksi muncul dengan frekuensi 30-40 kali gosokan per menit. Hasil dari studi kasus ini menunjukkan klien 1 pada pembukaan 6 sebelum dilakukan terapi adalah skala 7 dan setelah dilakukan terapi menjadi 6. Sedangkan klien 2 pada pembukaan 5 hingga 8 sebelum dilakukan terapi menunjukkan skala yang bervariasi dari skala 6 dan setelah dilakukan terapi menjadi 5. Kesimpulan yang dapat diambil dari karya tulis ilmiah ini adalah kombinasi teknik DBM-DB dapat membantu menurunkan nyeri kontraksi persalinan. Pelayanan kesehatan disarankan untuk menerapkan kombinasi teknik DBM-DB pada seluruh ibu bersalin yang sedang mengalami kontraksi di kala 1 fase aktif.

Kata kunci: *Kala 1 Fase Aktif, Deep Back Massage, Deep Breathing, Nyeri Kontraksi Persalinan*

ABSTRACT

Hanny Lenggang Dwi Buana¹, Ratnawati²

The Implementation of Deep Back Massage and Deep Breathing (DBM-DB) for Reducing Labor Contraction Pain During the Active Phase of the First Stage of Labor in Wijaya Kusuma Ward, Batang Public Hospital

Labor contraction pain is the primary cause of discomfort for mothers during childbirth. One non-pharmacological technique to reduce this pain is the combination of deep back massage and deep breathing (DBM-DB). The DBM-DB technique can help alleviate labor contraction pain during the active phase of the first stage of labor. The purpose of this study was to examine the implementation of a non-pharmacological pain management therapy combination to reduce labor contraction pain during the active phase of the first stage of labor. It was a case study of two mothers experiencing active phase labor contraction pain. Pain assessment was conducted using the Numeric Rating Scale (NRS). The therapy was performed using the DBM-DB technique during each contraction, with a frequency of 30-40 strokes per minute. The results of this case study showed that for Client 1, at 6 cm dilation before therapy, the pain scale was 7, and after treatment, it reduced to 6. For Client 2, at 5 to 8 cm dilation before treatment, the pain scale varied from 6 and reduced to 5 after therapy. The conclusion was that the DBM-DB technique combination could reduce labor contraction pain. It is recommended that healthcare services implement the DBM-DB technique combination for all mothers in labor experiencing contractions during the active phase of the first stage.

Keywords: *Active Phase of the First Stage of Labor, Deep Back Massage, Deep Breathing, Labor Contraction Pain*