



LEMBAR PENGESAHAN

Judul : EFEKTIVITAS KOMBINASI TEKNIK KNEADING DAN RELAKSASI
NAFAS DALAM TERHADAP INTENSITAS NYERI IBU BERSALIN DI
WILAYAH KERJA UPTD PUSKESMAS TIRTO I

Nama : Siti Miikeh

Menerangkan bahwa abstrak ini telah diterjemahkan dalam Bahasa Inggris oleh Lembaga Pengembangan Bahasa dan Kerja Sama (LPBK), Universitas Muhammadiyah Pekalongan Pekalongan.

Pekalongan, 26 April 2024

Disahkan oleh,
Kepala Lembaga Pengembangan Bahasa dan Kerja Sama (LPBK)

Aida Rusmariana, S.Kep., Ns., MAN

**EFEKTIVITAS KOMBINASI TEKNIK *KNEADING* DAN RELAKSASI
NAFAS DALAM TERHADAP INTENSITAS NYERI IBU BERSALIN DI
WILAYAH KERJA UPTD PUSKESMAS TIRTO I**

Siti Miikeh, Suparni

Nyeri atau ketidaknyamanan yang dirasakan oleh ibu bersalin apabila tidak diatasi dapat menjadikan persalinan kala I lama bahkan masalah yang lebih serius. Manajemen nyeri yang dapat digunakan yaitu dengan pemberian terapi relaksasi nafas dalam ditambah massage teknik kneading. Tujuan penelitian ini adalah untuk mengetahui efektifitas kombinasi teknik *kneading* dan relaksasi nafas dalam terhadap penurunan intensitas nyeri ibu bersalin. Jenis penelitian yang digunakan kuantitatif pendekatan *quasy eksperimental* dengan rancangan *pretest posttets control group design*. Populasi dalam penelitian ini adalah seluruh ibu bersalin kala I fase aktif dengan pembukaan 4 cm-9 cm di UPTD Puskesmas Tirto I pada tanggal 1 Desember 2023 sampai 10 Januari 2024 dengan teknik *quota sampling* sebanyak 34 responden. Analisa Univariat menggunakan uji *wilcoxon signed rank test* dan Bivariat menggunakan uji *mann-whitney*. Hasil Univariat didapatkan nilai p value = 0.001 pada kelompok kontrol, dan nilai p value = 0.000 pada kelompok intervensi. Hasil Bivariat didapatkan nilai p value = 0.08 dengan confidence interval 95%. Terdapat efektivitas penurunan intensitas nyeri pada tiap kelompok, tetapi tidak terdapat perbedaan efektifitas yang bermakna antara dua kelompok. Kedua kelompok ini memberikan efek yang serupa dalam mengurangi nyeri persalinan. Diharapkan untuk penelitian selanjutnya dapat menambah jumlah sampel, waktu penelitian lebih panjang dan menghadirkan kelompok teknik *kneading* saja.

Kata kunci: Non farmakologi; nyeri persalinan; relaksasi nafas dalam; teknik *kneading*

Siti Miikeh¹, Suparni²

THE EFFECTIVENESS OF A COMBINATION OF KNEADING AND DEEP BREATHING RELAXATION TECHNIQUES ON THE INTENSITY OF PAIN OF BIRTHING WOMEN IN THE WORK AREA OF TIRTO HEALTH CENTER I

Unless being treated, the pain or discomfort felt by birthing women can result to longer duration of first stage of labour or even more serious problem. Pain management that can be implemented is by providing deep breathing relaxation therapy and kneading massage. The aim of this study was to determine the effectiveness of a combination of kneading and deep breathing relaxation techniques in reducing the intensity of pain in labour. This current research was conducted by a quantitative quasi-experimental approach with a pretest posttest control group design. The population in this study were all mothers in the first active phase of labour with an opening of 4 – 9 cm at Tirto Health Center I from December 1, 2023 to January 10, 2024 with a quota sampling technique of 34 respondents. The univariate analysis was carried out with the Wilcoxon signed rank test and the bivariate analysis was done with the Mann-Whitney test. The univariate analysis resulted to the p value = 0.001 in the control group and the p value = 0.000 in the intervention group. The bivariate analysis resulted to p value = 0.08 with a confidence interval of 95%. There were pain intensity reduction in each group, but there was no significant difference in effectiveness between the two groups. These two groups provided similar effects in reducing labour pain. It is expected that the future research can increase the number of samples, take longer duration to research and present only the kneading technique group.

Keywords: *Non-pharmacological; labor pain; deep breathing relaxation; kneading technique*