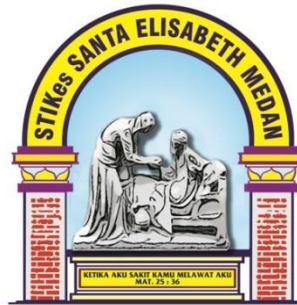




**SKRIPSI**

**GAMBARAN PENGETAHUAN IBU *FASE TAKING IN* TENTANG  
RELAKSASI NAFAS PADA PERSALINAN DI KLINIK  
PRATAMA BERTHA MEDAN TAHUN 2020**



Oleh :

DEWI WIRAYANTI. S

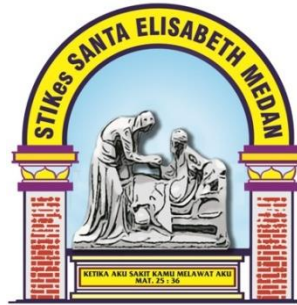
022017027

**PROGRAM STUDI DIPLOMA 3 KEBIDANAN  
SEKOLAH TINGGI ILMU KESEHATAN SANTA ELISABETH  
MEDAN  
2020**



**SKRIPSI**

**GAMBARAN PENGETAHUAN IBU *FASE TAKINGIN* TENTANG  
RELAKSASI NAFAS PADA PERSALINAN DI KLINIK  
PRATAMA BERTHA MEDAN TAHUN 2020**



Untuk Memperoleh Gelar Ahli Madya Kebidanan  
Dalam Program Studi D3 Kebidanan  
Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan Santa Elisabeth

Oleh :

DEWI WIRAYANTI. S

022017027

**PROGRAM STUDI DIPLOMA 3 KEBIDANAN  
SEKOLAH TINGGI ILMU KESEHATAN SANTA ELISABETH  
MEDAN  
2020**



**LEMBAR PERNYATAAN**

Yang bertanda tangan di bawah ini,

Nama	: Dewi Wirayanti,S
Nim	: 022017027
Program Studi	: D3 Kebidanan
Judul Penelitian	: Gambaran Pengetahuan Ibu Fase <i>Taking In</i> Tentang Relaksasi Nafas Pada Persalinan Di klinik Pratama Bertha Tahun 2020

Dengan ini menyatakan hasil penulisan skripsi yang telah saya buat ini merupakan hasil karya sendiri dan benar keasliannya. Apabila ternyata di kemudian hari hasil penulisan skripsi ini merupakan hasil plagiat atau penjiplakan terhadap karya orang lain, maka saya bersedia mempertanggungjawabkan sekaligus menerima sanksi berdasarkan aturan tata tertib di STIKes Santa Elisabeth Medan.

Demikian, pernyataan ini saya buat dalam keadaan sadar dan tidak paksaan.

Penulis,

  
METERAI  
TEMPEL  
16A86AHF386252814  
ENAM RIBU RUPIAH  
Dewi Silalahi



**STIKes Santa Elisabeth Medan**



**PROGRAM STUDI DIPLOMA 3 KEBIDANAN  
STIKes SANTA ELISABETH MEDAN**

**Tanda Persetujuan**

Nama : DEWI WIRAYATI SILALAHI  
NIM : 022017027  
Judul : Gambaran Pengetahuan Ibu *Fae Taking In* Tentang Relaksasi Nafas  
Pada Persalinan Di Klinik Pratama Bertha Medan Tahun 2020

Menyetujui untuk diujikan pada Ujian Sidang Ahli Madya Kebidanan  
Medan, 14 Juli 2020

**Mengetahui**

**Pembimbing**

**Ketua Program Studi D3 Kebidanan**

(Aprilita Br Sitepu SST., M.K.M)



(Anita Veronika, S.SiT., M.KM)



**STIKes Santa Elisabeth Medan**

**HALAMAN PENETAPAN PANITIA PENGUJI SKRIPSI**  
Telah diuji

Selasa, 14 Juli 2020

**PANITIA PENGUJI**

**Ketua :**

**Aprilita Br Sitepu, SST., M.K.M**

**Anggota :**

**1. Desriati Sinaga, SST., M.Keb**

**2. Risda Mariana Manik, SST., M.K.M**

Mengetahui  
Kaprodiplo 3 Kebidanan



(Anita Veronika, S.SiT., M.KM)





**STIKes Santa Elisabeth Medan**



**PROGRAM STUDI DIPLOMA 3 KEBIDANAN  
STIKes SANTA ELISABETH MEDAN**

**Tanda Pengesahan**

Nama : DEWI WIRAYANTI SILALAHI  
NIM : 022017027  
Judul : Gambaran Pengetahuan Ibu *Fase Taking In* Tentang Relaksasi nafas  
Pada Persalinan di Klinik Pratama Bertha Medan Tahun 2020.

Telah disetujui, diperiksa dan dipertahankan dihadapan Tim Penguji  
sebagai persyaratan untuk memperoleh gelar Jenjang Diploma  
Medan, 14 Juli 2020 dan Dinyatakan LULUS

**TIM PENGUJI :**

**TANDA TANGAN:**

Penguji I : Desriati Sinaga, SST., M.Keb

Penguji II : Risda Mariana Manik., SST., M.K.M

Penguji III : Aprilita Br. Sitepu, SST., M.K.M

Mengetahui  
Ketua Prodi Diploma 3 Kebidanan



(Anita Veronika, S.SiT., M.KM)

Mengesahkan  
Ketua STIKes Santa Elisabeth Medan



(Mestiana Br. Karo, M.Kep., DNSc)



**PERSETUJUAN PERNYATAAN PUBLIKASI TUGAS AKHIR UNTUK  
KEPENTINGAN AKADEMIS**

Sebagai sivitas akademik Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan Santa Elisabeth Medan, saya yang bertanda tangan dibawah ini:

Nama : Dewi wirayanti silalahi  
NIM : 022017027  
Program Studi : Diploma 3 Kebidanan

Demi perkembangan ilmu pengetahuan, menyetujui untuk memberikan kepada STIKes Santa Elisabeth Medan Hak Bebas Royalti Noneksklusif (Noneexclusive Royalty Free Right) atas karya ilmiah saya yang berjudul: **Gambaran Pengetahuan Ibu Fase Taking In Tentang Relaksasi Nafas Pada persalinan Tahun 2020**. Beserta perangkat yang ada (jika diperlukan)

Dengan Hak Bebas Royalti Noneksklusif ini STIKes Santa Elisabeth Medan, berhak menyimpan, mengalih media/formatkan, mengolah dalam bentuk pangkalan data (database), dan mempublikasikan tugas akhir saya selama tetap mencantumkan nama saya sebagai penulis atau pencipta dan sebagai pemilik hak cipta.

Demikian pernyataan ini saya buat dengan sebenarnya.

Dibuat di Medan, 14 Juli 2020  
Yang menyatakan

(Dewi silalahi)



**ABSTRAK**

Dewi Wirayanti Silalahi, 022017027

Gambaran Pengetahuan Ibu *fase Taking In* Tentang Relaksasi Nafas Pada Persalinan Di Klinik Pratama Bertha Medan Tahun 2020

Prodi D3 Kebidanan 2020

Kata Kunci : Pengetahuan, Relaksasi Nafas

(xiv+55+Lampiran)

Relaksasi pernafasan merupakan salah satu keterampilan yang paling bermanfaat untuk persalinan. Para wanita yang menggunakan ini biasanya tidak merasakan begitu sakit dibandingkan wanita yang tidak menggunakannya. Tujuan penelitian ini yaitu untuk mengetahui gambaran pengetahuan ibu *fase taking in* tentang relaksasi nafas pada persalinan, jenis penelitian ini adalah deskriptif yang dilakukan di klinik pratama bertha medan, populasi pada penelitian ini yaitu ibu *fase taking in* , sampel berjumlah 30 responden. Teknik pengambilan sampel ini dilakukan *total sampling*. pengumpulan data menggunakan data primer dengan cara mengumpulkan kuesioner. Analisis data menggunakan analisis univariat untuk distribusi frekuensi. Hasil penelitian. Dari hasil penelitian dari tingkat pengetahuan ibu *fase taking in* tentang relaksasi nafas di klinik pratama bertha adalah kategori cukup 17 orang 57 %, dan berpengetahuan kurang 13 orang 43 %, pengetahuan berdasarkan pendidikan ibu *fase taking in* tentang relaksasi nafas yang berpengetahuan cukup 17 orang 57%, berpengetahuan cukup berdasarkan umur 13 orang 43 % , yang berpengetahuan cukup berdasarkan pekerjaan dikategorikan 17 orang 57 %, yang berpengetahuan cukup berdasarkan paritas 17 orang 57 %. Dari penelitian ini peneliti menyimpulkan bahwa tingkat pengetahuan ibu tentang relaksasi nafas pada ibu bersalin di klinik pratama bertha adalah kategori cukup sebanyak 17 orang (57 %). Diharapkan kepada ibu yang bersalin lebih memperhatikan teknik relaksasi nafas.

Daftar pustaka (2015-2018)





**ABSTRACT**

*Dewi Wirayanti Silalahi, 022017027*

*Overview of Mother's Knowledge Taking Phase About Relaxation of Breath in Childbirth at Bertha Clinic Primary Medan in 2020*

*D3 Midwifery Study Program 2020*

*Keywords: Knowledge, Breath Relaxation*

*(xiv+55+attachment)*

*Breathing relaxation is one of the most useful skills for labor. Women who use it usually feel less pain than women who do not use it.*

*The purpose of this study is to know the description of the mother's knowledge of taking in phase about breathing relaxation in labor, this type of research is descriptive which is carried out in Medan Bertha Clinic, the population in this study is the mother taking phase.*

*a sample of 30 respondents. The sampling technique is done by total sampling. Data collection uses primary data by collecting questionnaires. Data analysis uses univariate analysis for frequency distribution. Research results.*

*From the results of research on the level of knowledge of mothers taking in phase about breathing relaxation in the Bertha Pratama clinic is a sufficient category 17 people 57%, and less knowledge 13 people 43% knowledge based on mother education phase taking in about relaxation breaths knowledgeable enough 17 people 57%, knowledgeable based on age 13 people 43%, knowledgeable enough based on work are categorized 17 people 57%, knowledgeable enough based on parity 17 people 57%.*

*From this study the researchers concluded that the level of maternal knowledge about breath relaxation in maternity mothers in the Bertha Pratama clinic was a cukup category of 17 people (57%). It is expected that mothers who give more attention to breathing relaxation techniques.*

*Bibliography (2015-2018)*



## KATA PENGANTAR

Puji dan syukur penulis ucapkan kepada Tuhan Yang Maha Esa atas berkat dan kasih karunia-Nya sehingga penulis dapat menyelesaikan kanproposaldenganbaik. Penulisan proposal ini merupakan salah satu syarat dalam menyelesaikan pendidikan Diploma 3 Kebidanan di Prodi Kebidanan STIKes St.Elisabeth Medan. Skripsi ini berjudul “Gambaran Pengetahuan Ibu Fase Taking In Tentang Relaksasi Nafas Pada Persalinan Di Klinik Pratama Bertha Tahun 2020”. Penulis menyadari sepenuhnya bahwa penulisan proposal ini masih jauh dari sempurna baik isi maupun bahasa yang digunakan, oleh karena itu penulis mengharapkan kritik dan saran yang sifatnya membangun dalam Skripsi ini.

Dalam penulisan ini, penulis banyak mendapat bantuan danbimbingan yang sangat berarti dariberbagai pihak, baik dalam bentuk moral, material, maupun spiritual.Oleh karena itu dalam kesempatan inipenulis menyampaikan terimakasih yang tulus kepada:

1. Mestiana Br.Karo,M.Kep.,DNSc selaku Ketua STIKes Santa Elisabeth Medan yang telah memberikan kesempatan kepada penulis melaksanakan pendidikan di Stikes Santa Elisabeth Medan Program Studi Diploma 3 Kebidanan.
2. AnitaVeronika,S.SiT., M.KM selaku Ketua Program Studi Diploma 3 Kebidanan Santa Elisabet Medan,yang telah memberikan kesempatan kepada penulis untuk mengikuti pendidikan.



3. Desriati sinaga,SST.,M.Keb selaku kordinator skripsi yang telah banyak, memberikan bimbingan , nasehat, dan petunjuk kepada penulis dalam menyelesaikan skripsi.
4. Aprilita Br Sitepu,SST.,M.K.M selaku dosen pembimbing penulis dalam penyusunan karya tulis ilmiah, yang telah banyak meluangkan waktunya dalam membimbing, melengkapi dan membantu penulis dalam penyusunan proposal.
5. Merlina Sinabariba,SST.,M.Kes selaku pembimbing dosen pembimbing akademik yang bersedia membimbing penulis menjalani pendidikan di STIKes Santa Elisabeth Medan.
6. Pemilik klinik bertha medan, terutama kepada bidan Sri Natalia Sembiring,SST yang telah memberikan tempat penelitian di klinik bertha dan telah membimbing penulis untuk memperoleh hasil yang maksimal.
7. Seluruh Staf pengajar dan pegawai Akademi Kebidanan Santa Elisabeth Medan yang telah bersedia memberikan ilmu pengetahuan, pendidikan dan nasehat selama penulis mengikuti pendidikan.
8. Kepada Ayah saya Samsudin silalahi dan Ibunda Hasmaida silaban yang telah memberikan doa dan dukungan material kepada saya.
9. Kepada Agustina wirahayu silaban selaku Tante saya yang telah memberikan doa dan motivasi kepada saya.



10. Kepada Sr.veronika Fse selaku kordinator asrama yang telah memberikan motivasi dan memberikan izin keluar untuk menyelesaikan tugas-tugas yang akan di print atau di jilid.
11. Kepada ibu asrama ibu Idalamtiur selaku ibu asrama yang telah memberikan dukungan dan bersedia membangunkan setiap pagi.
12. Kepada Sanfriska daely, Genicha Naiggolan, Fransiskanes manurung, Asri pupita sari lombu ,selaku keluarga di asrama stikes santa elisabet yang telah memberikan motivasi kepada saya.
13. Kepada rekan-rekan mahasiswi Diploma 3 Kebidanan angkatan 2017 yang telah banyak memberikan bantuan dan dorongan dalam menyelesaikan proposal.

Akhir kata, penulis menyadari bahwa proposal ini masih kurang sempurna oleh karena itu penulis mengharapkan saran guna terciptanya proposal yang baik. Semogaproposal ini bermanfaat bagi kita semua, khususnya dalam meningkatkan pelayanan untuk mewujudkan bidan yang profesional.

Medan, 14 Juli 2020

Hormat Penulis,



**DAFTAR ISI**

	<b>Halaman</b>
<b>SAMPUL DEPAN.....</b>	<b>i</b>
<b>SAMPUL DALAM.....</b>	<b>ii</b>
<b>HALAMAN PERSYARATAN GELAR.....</b>	<b>iii</b>
<b>SURAT PERNYATAAN.....</b>	<b>iv</b>
<b>PERSETUJUAN.....</b>	<b>v</b>
<b>PENETAPAN PANITIA PENGUJI.....</b>	<b>vi</b>
<b>PENGESAHAN.....</b>	<b>vii</b>
<b>SURAT PERNYATAAN PUBLIKASI.....</b>	<b>viii</b>
<b>ABSTRAK.....</b>	<b>ix</b>
<b>ABSTRACT.....</b>	<b>x</b>
<b>KATA PENGANTAR.....</b>	<b>xi</b>
<b>DAFTAR ISI.....</b>	<b>xii</b>
<b>DAFTAR GAMBAR.....</b>	<b>xiii</b>
<b>DAFTAR TABEL.....</b>	<b>xiv</b>
<b>DAFTAR LAMPIRAN.....</b>	<b>xv</b>
<b>DAFTAR SINGKATAN.....</b>	<b>xvi</b>
<b>BAB 1 PENDAHULUAN.....</b>	<b>1</b>
1.1 Latar Belakang.....	13
1.2 Rumusan Masalah.....	17
1.3 Tujuan.....	17
1.3.1 Tujuan Umum.....	17
1.3.2 Tujuan Khusus.....	17
1.4 Manfaat.....	18
1.4.1 Manfaat Teoritis.....	18
1.4.2 Manfaat Praktis.....	18
<b>BAB 2 TINJAUAN PUSTAKA.....</b>	<b>21</b>
2.1 Pengetahuan.....	21
2.1.1 Pengertian Pengetahuan.....	21
2.1.2 Pengetahuan.....	21
2.1.3 Cara Memperoleh pengetahuan.....	23
2.1.4 Faktor-Faktor Yang Mempengaruhi Pengetahuan.....	24
2.2 Persalinan.....	27
2.2.1 Pengertian Persalinan.....	27
2.2.2 Tahapan persalinan.....	29
2.2.3 Faktor Yang Mempengaruhi Persalinan.....	32
2.3 Relaksasi Dalam Persalinan.....	33
2.3.1 Pengertian.....	33
2.3.2 Teknik Relaksasi Dengan Pernafasan.....	33



2.3.3Langkah Yang Dapat Di Lakukan Untuk Relaksasi...	34
2.3.4Tujuan Relaksasi.....	35
2.3.5Teknik Pernafasan Dalam Persalinan.....	36
2.3.6Langkah-Langkah Membimbing Ibu Dalam Teknik Pernafasan Saat Persalinan Langkah Pertama.....	36
2.3.7Langkah-Langkah Membimbing Ibu Teknik Pernafasan Saat Persalinan Langkah Kedua.....	38
3.3.8Teknik Relaksasi.....	40
2.3.9Manfaat Relaksasi.....	41
<b>BAB 3 KERANGKA KONSEP.....</b>	<b>48</b>
3.1KerangkaKonsep Penelitian.....	48
<b>BAB 4 METODE PENELITIAN.....</b>	<b>49</b>
4.1Rancangan Penelitian.....	49
4.2Populasi dan Sampel.....	49
4.3Defenisi Operasional.....	50
4.4Instrumen Penelitian.....	50
4.4.1Pengetahuan.....	50
4.5Lokasi dan Waktu Penelitian.....	51
4.6Prosedur Pengambilan dan Pengumpulan Data.....	51
4.6.1 Pengumpulan Data.....	51
4.6.2 Teknik Pegumpulan data.....	52
4.6.3 Uji Validitas dan Realibilitas.....	53
4.7Kerangka Operasional.....	56
4.8Analisa Data.....	56
4.9EtikaPenelitian.....	57
<b>BAB 5 HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN</b>	
5.1 Gambaran Lokasi Penelitian.....	59
5.2 Hasil Penelitian.....	59
5.2.1 Distribusi karasteristik responden.....	59
5.2.2 Distribusi Pengetahuan Ibu <i>Fase Taking In</i> .....	59
5.2.3 Distribusi Pengetahuan Berdasarkan Pendidikan .....	59
5.2.4 Distribusi Pengetahuan Berdasarkan Umur.....	59
5.2.5 Distribusi Pengetahuan Berdasarkan Pekerjaan.....	59
5.2.6 Distribusi Pengetahuan Berdasarkan Paritas.....	59
5.3 Pembahasan Hasil Penelitian.....	60
<b>BAB 6 KESIMPULAN DAN SARAN</b>	
6.1 Kesimpulan.....	65
6.2 Saran.....	66
<b>DAFTAR PUSTAKA</b>	





**LAMPIRAN**

1. Lembar Pengajuan Judul
2. Lembar Usulan Judul
3. Surat Izin Penelitian
4. Lembar Komisi Etik Penelitian
5. Informed Consent
6. Buku Konsultasi



**DAFTAR GAMBAR**

**Halaman**

Tabel 3.1      Kerangka konsep

STIKES SANTA ELISABETH MEDAN



**DAFTAR TABEL**

Tabel 4.1 Variabel Penelitian dan Defenisi Operasional

Tabel 4.2 Hasil Uji Validitas

Tabel 4.3 Hasil Uji Reliabilitas

Tabel 4.7 Kerangka Operasional

Tabel 5.1 Distribusi Karasteristik Responden Tentang Gambaran

Pengetahuan Ibu *Fase Taking In* Tentang Relaksasi Nafas

Di Klinik Pratama Bertha Medan 2020

Tabel 5.2 Distribusi Pengetahuan Responden Tentang Relaksasi Nafas Di

Klinik Pratama Bertha Medan Tahun 2020

Tabel 5.3 Distribusi Pengetahuan Berdasarkan Umur Tentang Relaksasi Nafas Di

Klinik Pratama Bertha Medan Tahun 2020

Tabel 5.4 Distribusi Pengetahuan Berdasarkan Pendidikan Di Klinik Pratama

Bertha Medan Tahun 2020

Tabel 5.5 Distribusi Pengetahuan Berdasarkan Pekerjaan Tentang Relaksasi Nafas

Tabel 5.6 Distribusi Pengetahuan tentang Relaksasi nafas tentang relaksasi nafa

pada persalinan di klinik pratama bertha



---

**DAFTAR LAMPIRAN**

1. Lembar Pengajuan Judul
2. Lembar Usulan Judul
3. Surat Izin Penelitian
4. Surat Balasan Izin Penelitian
5. Lembar Komisi Etik Penelitian
6. *Informed Consent*
7. Buku Konsultasi



## DAFTAR SINGKATAN

AKI	: Angka Kematian Ibu
WHO	: <i>World Health Organization</i>
AKB	: Angka Kematian Bayi
RI	: Republik Indonesi
SUPAS	: Survei Penduduk Antar Sensus
SDGS	: Sustainabel Development Goals
MDGS	: Millennium Development Goals

## **BAB 1 PENDAHULUAN**

### **1.1. Latar Belakang**

Pengetahuan adalah merupakan hasil tahu dan ini terjadi setelah orang mengadakan penginderaan terhadap suatu objek tertentu. Penginderaan terhadap obyek terjadi melalui pancaindra manusia yakni penglihatan, pendengaran, penciuman, rasa dan raba dengan sendiri. Pada waktu penginderaan sampai menghasilkan pengetahuan tersebut sangat dipengaruhi oleh intensitas perhatian persepsi terhadap obyek. Sebagian besar pengetahuan manusia diperoleh melalui mata dan telinga (Wawan 2019).

Pengetahuan itu sendiri dipengaruhi oleh faktor pendidikan formal. Pengetahuan sangat erat hubungannya dengan pendidikan, dimana diharapkan bahwa dengan pendidikan yang tinggi maka orang tersebut akan semakin luas pula pengetahuannya. Akan tetapi perlu ditekankan, bukan berarti seseorang yang berpendidikan rendah mutlak berpengetahuan rendah pula. Hal ini mengingatkan peningkatan pengetahuan tidak mutlak diperoleh dari pendidikan non formal saja, akan tetapi dapat diperoleh melalui pendidikan non formal.

Persalinan normal adalah proses pengeluaran hasil konsepsi yang dapat hidup dari dalam uterus melalui vagina ke dunia luar yang terjadi pada kehamilan yang cukup bulan (37-42 minggu) dengan ditandai adanya kontraksi uterus yang menyebabkan terjadinya penipisan, dilatasi serviks, dan mendorong janin keluar melalui jalan lahir dengan presentase belakang kepala tanpa alat atau bantuan (lahir spontan) serta tidak ada komplikasi pada ibu dan janin (Eka 2014).



Persalinan adalah proses membuka dan menipisnya serviks dan janin turun ke dalam jalan lahir. Kelahiran adalah proses di mana janin dan ketuban didorong keluar melalui jalan lahir. (Prawirohardjo, 2016). Masalah psikologis yang dirasakan ibu pada masa persalinan adalah kecemasan. Kecemasan adalah gangguan alam perasaan yang ditandai dengan perasaan ketakutan dan kekhawatiran yang mendalam dan berkelanjutan, tidak mengalami gangguan menilai realitas, kepribadian masih utuh, perilaku dapat terganggu tetapi masih dalam batas-batas normal. (Hawari, 2013).

Relaksasi merupakan teknik pereda nyeri yang banyak memberikan masukan terbesar karena teknik relaksasi dalam persalinan dapat mencegah kesalahan yang berlebihan pasca persalinan. Adapun relaksasi bernafas selama proses persalinan dapat mempertahankan komponen system saraf simpatis dalam keadaan homeostatis sehingga tidak terjadi peningkatan suplai darah, mengurangi kecemasan dan ketakutan agar ibu dapat beradaptasi dengan nyeri selama proses persalinan. (Prasetyo 2010).

Menurut data *World Health Organization (WHO)*, angka kematian ibu di dunia pada tahun 2015 adalah 216 per 100.000 kelahiran hidup atau diperkirakan jumlah kematian ibu adalah 303.000 kematian dengan jumlah tertinggi berada di negara berkembang yaitu sebesar 302.000 kematian. Berdasarkan hasil Survei Penduduk Antar Sensus (SUPAS) 2015 AKI di Indonesia 305 kematian ibu per 100.000 kelahiran hidup. Jumlah Kematian Ibu di Kota Medan (2016) sebanyak 3 jiwa dari 47.541 kelahiran hidup artinya dari 100.000 kelahiran hidup 6 ibu mengalami AKI (Kemenkes RI, 2017).

Angka Kematian Ibu (AKI) merupakan salah satu indikator untuk melihat keberhasilan upaya kesehatan ibu. AKI adalah rasio kematian ibu selama masa kehamilan, persalinan dan nifas yang disebabkan oleh kehamilan, persalinan, dan nifas atau pengelolaannya tetapi bukan karena sebab-sebab lain seperti kecelakaan atau terjatuh di setiap 100.000 kelahiran hidup.

Selain untuk menilai program kesehatan ibu, indikator ini juga mampu menilai derajat kesehatan masyarakat, karena sensitifitasnya terhadap perbaikan pelayanan kesehatan, baik dari sisi aksesibilitas maupun kualitas. Secara umum terjadi penurunan kematian ibu selama periode 1991-2015 dari 390 menjadi 305 per 100.000 kelahiran hidup. Walaupun terjadi kecenderungan penurunan angka kematian ibu, namun tidak berhasil mencapai target SDGS yang harus dicapai yaitu sebesar 102 per 100.000 kelahiran hidup pada tahun 2015. Hasil supas tahun 2015 memperlihatkan angka kematian ibu tiga kali lipat dibandingkan target MDGs. Gambaran AKI di Indonesia dari tahun 1991 hingga tahun 2015 (kemenkes 2018).

Berdasarkan laporan profil kesehatan kab/kota 2017, jumlah kematian ibu tercatat 205 kematian lebih rendah dari data yang tercatat pada tahun 2016 yaitu 239 kematian. jumlah kematian ibu yang tertinggi tahun 2017 tercatat di kabupaten labuan batu dan kabupaten deli serdang sebanyak 15 kematian, disusul kabupaten langkat dengan 13 kematian serta kabupaten batu bara sebanyak 11 kematian.

Menurut profil kesehatan sumut 2017, bila jumlah kematian ibu dikonversi keangka kematian ibu, maka AKI di Sumatera Utara adalah sebesar 85/100.000 kelahiran hidup. Angka kematian tersebut diperkirakan belum menggambarkan

AKI yang sebenarnya pada populasi, terutama bila dibandingkan dari hasil sensus penduduk 2010, dimana AKI di Sumatera Utara sebesar 328/100.000 KH. Hasil survey AKI dan AKB yang dilakukan oleh dinas kesehatan provinsi Sumatera Utara menyebutkan bahwa AKI di Sumatera Utara pada tahun 2010 adalah sebesar 268 per 100.000 kelahiran hidup.

Menurut penelitian Rini Fitriani (2014), menunjukkan bahwa 71 pasien Inpartu kala 1 fase laten sebelum teknik relaksasi nafas sebanyak 0 responden (0%). Sedangkan setelah teknik relaksasi nafas sebanyak 7 responden (9,8%), responden dengan nyeri sedang sebanyak 58 responden (81,6%), responden dengan nyeri berat sebanyak 6 responden (8,4%), responden dengan nyeri hebat sebanyak 0 responden (0%). Dari penelitian tersebut dapat disimpulkan adanya perbedaan setelah dan sesudah dilakukan teknik relaksasi nafas dalam mengurangi nyeri persalinan (Dyah 2018).

Menurut penelitian yang dikemukakan oleh Rini Fitriani (2013) tentang pengaruh teknik relaksasi nafas dalam mengurangi nyeri persalinan kala 1 fase laten, dalam penelitian tersebut dari 71 responden, diketahui bahwa sebelum teknik relaksasi nafas yaitu 71 responden dan setelah melakukan teknik relaksasi nyeri ringan sebanyak 0 responden (0%), nyeri sedang sebanyak 37 responden (52,1%), nyeri berat sebanyak 34 responden (47,8%), nyeri hebat sebanyak 0 respondent (0%). Sedangkan setelah teknik relaksasi nafas yaitu nyeri ringan sebanyak 7 responden (9,8%), nyeri sedang sebanyak 58 responden (81,6%), nyeri berat sebanyak 6 responden (8,4%). Berdasarkan pengalaman peneliti selama

melakukan praktek kebidanan, masih jarang ibu bersalin melakukan teknik relaksasi ( Rini Fitriani 2013).

Berdasarkan hasil pengamatan saya di klinik dan di rumah sakit banyak ibu bersalin yang belum mengetahui tentang teknik nafas pada masa persalinan. Survey awal yang peneliti lakukan di Klinik Bertha Tahun 2020 untuk 1 tahun terakhir terdapat 274 ibu melahirkan normal dari bulan januari sampai bulan desember 2019. Pada tahun 2020 terdapat 22 ibu melahirkan normal dari bulan Januari sampai bulan februari 2020. Dari survey awal yang saya lakukan di bulan januari dan februari ada 22 ibu bersalin, pegawai klinik mengatakan masih banyak ibu bersalin yang belum memahami atau mengetahui apa itu relaksasi nafas.

Berdasarkan latar belakang yang diatas dan masalah yang ada maka penulis tertarik untuk mengambil judul Gambaran pengetahuan ibu fase taking in tentang relaksasi nafas pada persalinan.

## **1.2 Perumusan Masalah**

Berdasarkan latar belakang di atas penulis merumuskan masalah dalam penelitian ini yaitu: “ Bagaimana Gambaran pengetahuan ibu fase taking in tentang relaksasi nafas pada persalinan berdasarkan pendidikan, pekerjaan, umur, paritas di Klinik pratama Bertha 2020?.

## **1.3 Tujuan**

### **1.3.1 Tujuan Umum**

Untuk mendiskripsikan pengetahuan ibu fase taking in tentang relaksasi nafas pada persalinan di Klinik Pratama Bertha 2020 .

**1.3.2 Tujuan Khusus**

1. Untuk mendiskripsikan pengetahuan ibu fase taking in tentang relaksasi nafas pada persalinan berdasarkan pendidikan di Klinik Pratama Bertha 2020 .
2. Untuk mendiskripsikan pengetahuan ibu fase taking in tentang relaksasi nafas pada persalinan berdasarkan umur di Klinik Pratama Bertha 2020.
3. Untuk mendiskripsikan pengetahuan ibu fase taking in tentang relaksasi nafas pada persalinan berdasarkan pekerjaan di Klinik Pratama Bertha 2020.
4. Untuk mendiskripsikan pengetahuan ibu fase taking in tentang relaksasi nafas pada persalinan berdasarkan paritas di Klinik Pratama Bertha Tahun 2020

**1.4 Manfaat Penelitian****1.4.1 Manfaat Teoritis**

Penelitian ini diharapkan dapat membantu sebagai distribusi dan sumbangan teoritis yang berupa konsep-konsep dan teori yang berkaitan dengan “Gambaran pengetahuan ibu fase taking in tentang relaksasi pada persalinan.

**1.4.2 Manfaat Praktis****1. Bagi Responden**

Bahan masukan untuk menambah pengetahuan responden Dari Gambaran pengetahuan ibu fase taking in tentang relaksasi nafas pada persalinan.



## 2. Bagi Tempat Penelitian

Hasil penelitian ini diharapkan dapat memberikan informasi yang berguna tentang Gambaran pengetahuan ibu fase taking in tentang relaksasi nafas pada persalinan.

## 3. Bagi Institusi Pendidikan

Hasil penelitian ini diharapkan dapat sebagai bahan ajar askep persalinan yang bisa dipakai dalam proses penelitian selanjutnya .

## 4. Bagi Peneliti

Penelitian ini bermanfaat sebagai sarana untuk mengaplikasikan ilmu pengetahuan dan juga sebagai skripsi untuk syarat menyelesaikan studi Diploma 3 Kebidanan.



**BAB 2****TINJAUAN PUSTAKA****2.1. Pengetahuan****2.1.1 Pengertian Pengetahuan**

Pengetahuan adalah merupakan hasil”tahu” dan ini terjadi setelah orang mengadakan penginderaan terhadap suatu objek tertentu. Penginderaan terhadap obyek terjadi melalui pancaindra manusia yakni penglihatan, pendengaran, penciuman, rasa dan raba dengan sendiri. Pada waktu penginderaan sampai menghasilkan pengetahuan tersebut sangat dipengaruhi oleh intensitas perhatian persepsi terhadap obyek. Sebagian besar pengetahuan manusia diperoleh melalui mata dan telinga (Wawan 2019).

Pengetahuan itu sendiri dipengaruhi oleh faktor pendidikan formal. Pengetahuan sangat erat hubungannya dengan pendidikan, dimana diharapkan bahwa dengan pendidikan yang tinggi maka orang tersebut akan semakin luas pula pengetahuannya. Akan tetapi perlu ditekankan, bukan berarti seseorang yang berpendidikan rendah mutlak berpengetahuan rendah pula . Hal ini mengingatkan peningkatan pengetahuan tidak muthlak diperoleh dari pendidikan non formal saja, akan tetapi dapat diperoleh melalui pendidikan non formal.

**2.1.2. Pengetahuan**

Pengetahuan atau kognitif merupakan dominan yang sangat penting untuk terbentuknya tindakan seseorang (ovent behavior). Dari pengalaman dan penelitian ternyata perilaku yang didasari oleh pengetahuan akan lebih langgeng

daripada perilaku yang tidak didasari oleh pengetahuan. Pengetahuan yang cukup didalam domain kognitif mempunyai 6 tingkat yaitu: ( Wawan 2018).

1. Tahu (*Know*)

Tahu diartikan sebagai mengingat suatu materi yang telah dipelajari sebelumnya. Termasuk ke dalam pengetahuan tingkat ini adalah mengingat kembali (recall) terhadap suatu yang spesifik dan seluruh bahan yang dipelajari atau rangsangan yang telah diterima. Oleh sebab itu “tahu” ini adalah merupakan tingkat pengetahuan yang paling rendah. Kata kerja untuk mengukur bahwa orang tahu tentang apa yang dipelajari yaitu menyebutkan, menguraikan, mengidentifikasi, menyatakan dan sebagainya.

2. Memahami (*Comprehention*)

Memahami artinya sebagai suatu kemampuan untuk menjelaskan secara benar tentang objek yang diketahui dan dimana dapat menginterpretasikan secara benar. Orang yang telah paham terhadap objek atau materi terus dapat menjelaskan, menyebutkan contoh, menyimpulkan, meramalkan dan sebagainya terhadap suatu objek yang dipelajari.

3. Aplikasi (*Application*)

Aplikasi diartikan sebagai kemampuan untuk menggunakan materi yang telah dipelajari pada situasi ataupun kondisi riil (sebenarnya). Aplikasi disini dapat diartikan aplikasi atau pengguna hukum-hukum, rumus, metode, prinsip dan sebagainya dalam konteks atau situasi yang lain.

#### 4. Analisis (*Analysis*)

Analisis adalah suatu kemampuan untuk menyatakan materi atau suatu objek kedalam komponen-komponen tetapi masih di dalam struktur organisasi tersebut dan masih ada kaitannya satu sama lain.

#### 5. Sintesis (*Syntesis*)

Sintesis yang dimaksud menunjukkan pada suatu kemampuan untuk melaksanakan atau menghubungkan bagian-bagian di dalam suatu keseluruhan yang baru. Dengan kata lain sintesis adalah suatu kemampuan untuk menyusun formulasi baru dari formulasi yang ada.

#### 6. Evaluasi (*Evaluation*)

Evaluasi ini berkaitan dengan kemampuan untuk melakukan justifikasi atau penilaian terhadap suatu materi atau objek. Penilaian-penilaian itu berdasarkan suatu kriteria yang ditentukan sendiri atau menggunakan kriteria-kriteria yang telah ada.

### 2.1.3. Cara Memperoleh Pengetahuan

Cara memperoleh pengetahuan yang dikutip dari (A. Wawan 2018).

#### 1. Cara kuno untuk memperoleh pengetahuan

##### a. Cara coba salah (*Trial and Error*)

Cara ini telah dipakai orang sebelum kebudayaan, bahkan mungkin sebelum adanya peradaban. Cara coba salah ini dilakukan dengan menggunakan kemungkinan dalam memecahkan masalah dan apabila kemungkinan itu tidak berhasil maka dicoba. Kemungkinan yang lain sampai masalah tersebut dapat dipecahkan.

b. Cara kekuasaan atau otoritas

Sumber pengetahuan cara ini dapat berupa pemimpin-pimpinan masyarakat baik formal atau informal, ahli agama, pemegang pemerintah, dan berbagai prinsip orang lain yang menerima mempunyai yang dikemukakan oleh orang yang mempunyai otoritas, tanpa menguji terlebih dahulu atau membuktikan kebenarannya baik berdasarkan fakta empiris maupun penalaran sendiri.

c. Berdasarkan pengalaman pribadi

Pengalaman pribadipun dapat digunakan sebagai upaya memperoleh pengetahuan dengan cara mengulang kembali pengalaman yang pernah diperoleh dalam memecahkan permasalahan yang dihadapi masa lalu.

2. Cara modern dalam memperoleh pengetahuan

Cara ini disebut metode peneliti ilmiah atau lebih populer atau disebut metodologi penelitian. Cara ini mula-mula dikembangkan oleh Francis Bacon (1561-1626), kemudian dikembangkan oleh Deobold Van Daven. Akhirnya lahir suatu cara untuk melakukan penelitian yang dewasa ini kita kenal dengan penelitian ilmiah.

**2.1.4. Faktor-faktor yang Mempengaruhi Pengetahuan**

1. Pendidikan

Pendidikan berarti bimbingan yang diberikan seseorang terhadap perkembangan orang lain menuju kearah cita-cita tertentu yang menentukan manusia untuk berbuat dan mengisi kehidupan untuk mencapai keselamatan dan

kebahagiaan. Pendidikan diperlukan untuk mendapat informasi misalnya hal-hal yang menunjang kesehatan sehingga dapat meningkatkan kualitas hidup, pendidikan dapat mempengaruhi seseorang termasuk juga perilaku seseorang akan pola hidup terutama dalam memotivasi untuk sikap berperan serta dalam pembangunan Nursalam (2003) pada umumnya makin tinggi pendidikan seseorang makin mudah menerima informasi.

## 2. Pekerjaan

Menurut Thomas yang dikutip Nursalam (2003), pekerjaan adalah keburukan yang harus dilakukan terutama untuk menunjang kehidupannya dan kehidupan keluarga. Pekerjaan bukanlah sumber kesenangan, tetapi lebih banyak merupakan cara mencari nafkah yang membosankan, berulang dan banyak tantangan. Sedangkan bekerja umumnya merupakan kegiatan yang menyita waktu. Bekerja pada ibu-ibu akan mempunyai pengaruh terhadap kehidupan keluarga.

## 3. Umur

Menurut Elisabeth BH yang dikutip Nursalam (2003), usia adalah umur individu yang dihitung mulai saat dilahirkan sampai berulang tahun. Sedangkan menurut Huclok (1998) semakin cukup umur, tingkat kematangan dan kekuatan seseorang akan lebih matang dalam berfikir dan bekerja. Dari segi kepercayaan masyarakat seseorang yang lebih dewasa dipercaya dari orang yang belum tinggi kedewasaannya. Hal ini akan sebagai dari pengalaman dan kematangan jiwa.

#### 4. Paritas

Paritas adalah keadaan wanita berkaitan dengan jumlah anak yang dilahirkan. Paritas anak kedua dan anak ketiga merupakan paritas paling aman ditinjau dari sudut kematian maternal. Pada paritas tinggi lebih dari 3 mempunyai angka kematian maternal lebih tinggi. Maka oleh sebab itu ibu yang sedang hamil anak pertama dan lebih dari anak ketiga harus memeriksakan kehamilan agar tidak terjadi resiko terhadap kematian maternal.

#### **Kriteria Tingkat Pengetahuan**

Menurut (Wawan 2018) pengetahuan seseorang dapat diketahui dan diinterpretasikan dengan skala yang bersifat kualitatif, yaitu:

1. Baik : Hasil presentase 76 % - 100 %
2. Cukup : Hasil presentase 56 % - 75 %
3. Kurang : Hasil presentase > 56 %.

#### **2.2. Persalinan**

##### **2.2.1. Defenisi Persalinan**

Persalinan adalah dimana bayi, plasenta dan selaput ketuban keluar dari uterus ibu. Persalinan disebut normal apabila prosesnya terjadi pada usia cukup bulan (setelah 37 minggu) tanpa disertai adanya penyulit atau tanpa bantuan (kekuatan sendiri). Bentuk persalinan berdasarkan defenisi adalah sebagai berikut:

1. Perssalinan Spontan

Bila persalinan seluruhnya berlansung dengan kekuatan ibu sendiri

2. Persalinan Buatan

Bila proses persalinan dengan bantuan tenaga dari luar





### 3. Persalinan Anjuran

Bila kekuatan yang diperlukan untuk persalianan ditimbulkan dari luar dengan jalan ransangan.

Beberapa istilah yang berkaitan dengan umur kehamilan dan berat janin yang dilahirkan:

#### 1. Abortus

Terhentinya hasil konsepsi sebelum mampu hidup diluar kandungan, umur krhamilan sebelum 28 minggu dan berat janin kurang dari 1000 gram

#### 2. Persalinan Prematuritas

Persalinan pada umur kehamilan 28-36 minggu dan berat janin kurang 2.499 gram

#### 3. Persalinan aterm

Persalinan antara umur kehamilan 37-42 minggu dan berat janin  $\geq 2500$  gram.

#### 4. Persalinan Serotinus

Persalinan melampaui umur kehamilan 42 minggu dan pada janin terdapat tanda serotinus

#### 5. Persalinan Presipitatus

Persalinan yang berlansung cepat kurang dari 3 jam

**Tanda-Tanda inpartu:**

1. Kontraksi uterus yang semakin lama semakin sering dan teratur dengan jarak kontraksi yang pendek, yang mengakibatkan perubahan pada serviks (frekuensi minimal 2 kali dalam 10 menit)
2. Keluar lendir bercampur darah (*show*) melalui vagina
3. Pada pemeriksaan dalam, dapat ditemukan pelunakan serviks, penipisan dan pembukaan serviks
4. Dapat disertai ketuban pecah

**2.2.2 Tahapan Persalinan****1. KALA 1**

- a. Yang dimaksud dengan kala 1 adalah kala pembukaan yang berlangsung dari pembukaan nol sampai pembukaan lengkap.
- b. Kala 1 dimulai sejak terjadinya kontraksi uterus teratur dan meningkat (frekuensi dan kekuatannya) hingga serviks membuka lengkap.
- c. Kala 1 dibagi menjadi dua fase yaitu:
  1. Fase laten
    - a. Dimulai sejak awal kontraksi yang menyebabkan penipisan dan pembukaan serviks secara bertahap
    - b. Berlangsung hingga serviks membuka kurang dari 4 cm
    - c. Pada umumnya, fase laten berlangsung hampir atau hingga 8 jam
    - d. Kontraksi mulai teratur tetapi lamanya masih antar 20-30 detik

2. Fase aktif Frekuensi dan lama kontraksi uterus akan meningkat secara bertahap (kontraksi dianggap adekuat/memadai jika terjadi tiga kali atau lebih dalam waktu 10 menit dan berlangsung selama 40 detik atau lebih)
- a. Dari pembukaan 4 cm sampai dengan 10 cm, akan terjadi dengan kecepatan rata-rata 1 cm per jam (nullipara atau primigravida) atau lebih dari 1 cm atau 2 cm pada multipara
  - b. Terjadi penurunan bagian terbawah janin
  - c. Fase aktif: dibagi menjadi 3 fase, yaitu:
    1. Fase akselerasi. Dalam waktu 2 jam pembukaan 3 cm menjadi 4 cm
    2. Fase dilatasi maksimal. Dalam waktu 2 jam pembukaan berlangsung sangat cepat, dari 4 cm menjadi 9 cm
    3. Fase deselerasi. Pembukaan menjadi lambat. Dalam Waktu 2 jam pembukaan 9 cm menjadi lengkap.

## **2. KALA II**

Pada kala II, his terkoordinir, kuat, cepat, dan lebih lama, kira-kira 2-3 menit sekali. Kepala janin telah turun masuk ruang panggul sehingga terjadilah tekanan pada otot-otot dasar panggul yang secara reflektoris menimbulkan rasa mencedas karena tekanan pada rectum, ibu merasa seperti mau buang air besar, dengan tanda anus terbuka. Pada waktu his, kepala janin mulai kelihatan, vulva membuka, dan perineum meregang. Lama kala II primigravida adalah dari 1,5 jam sampai dengan 2 jam, sedangkan pada multigravida adalah 0,5 jam sampai dengan 1 jam.

**3. KALA III**

- a. Kala III dimulai setelah lahirnya bayi dan terakhir lahirnya plasenta dan selaput ketuban
- b. Pada kala III persalinan, miometrium berkontraksi mengikuti penyusutan volume rongga uterus setelah kelahiran bayi . penyusutan ukuran ini menyebabkan berkurangnya ukuran tempat perlekatan plasenta. Karena perlekatan plasenta menjadi semakin kecil, sedangkan ukuran plasenta tidak berubah, maka plasenta akan terlipat , menebal dan akhirnya lepas dari dinding uterus. setelah lepas plasenta akan turun ke bagian bawah uterus atau kedalam vagina.
- c. Tanda pelepasan plasenta
  1. Uterus menjadi bundar
  2. Uterus terdorong keatas, karena placenta dilepass ke segmen bawah rahim
  3. Tali pusat bertambah panjang
  4. Terjadi perdarahan

**4. KALA IV**

- a. Adalah kala pengawasan selama 2 jam setelah bayi lahir, untuk mengamati keadaan ibu terutama terhadap bahaya perdarahan post partum
- b. Kala IV sejak ibu dinyatakan aman dan nyaman sampai 2 jam
- c. Kala IV dimaksud untuk melakukan observasi karena perdarahan pascapersalinan sering terjadi pada 2 jam pertama
- d. Observasi yang dilakukan

1. Tingkat kesadaran penderita
2. Pemeriksaan tanda-tanda vital: tekanan darah, nada dan suhu pernafasan.
3. Kontraksi uterus, tinggi fundus uteri
4. Terjadinya perdarahan: perdarahan normal bila tidak melebihi 400 sampai 500 cc.

### **2.2.3. Faktor Yang Mempengaruhi Persalinan**

Persalinan dapat berlangsung dengan normal apabila ketika faktor fisik, yaitu *passage, power, dan passenger* dapat berkoordinasi dengan baik.

#### *1. Passage*

*Passage* adalah jalan lahir, jalan lahir dibagi atas bagian keras dan bagian lunak. Bagian keras meliputi tulang-tulang panggul dan bagian lunak meliputi uterus, otot dasar panggul dan perineum. Janin harus mampu menyesuaikan dirinya terhadap jalan lahir yang relative kaku, oleh karena itu ukuran dan bentuk panggul harus ditentukan sebelum persalinan dimulai.

#### *2. Power*

*Power* atau kekuatan yang mendorong janin pada saat persalinan adalah his, kontraksi otot perut, kontraksi diafragma, dan aksi dari ligament. Kekuatan primer yang diperlukan dalam persalinan adalah his sedangkan sebagai kekuatan sekundernya tenaga mendedan ibu.

#### *3. Passenger*

*Passenger* terdiri dari janin dan plasenta. Janin bergerak disepanjang jalan lahir merupakan akibat interaksi beberapa faktor, yaitu ukuran kepala janin,

presentasi, letak, sikap, dan posisi janin. Janin dapat mempengaruhi persalinan karena presentasi dan ukurannya. (dr.runjati,M.Mid dkk 2018)

### **2.3. Relaksasi Dalam Persalinan**

#### **2.3.1. Defenisi**

Relaksasi adalah pengendalian nyeri nonfarmakologi yang paling sering digunakan di Inggris. Steer melaporkan bahwa 34 % ibu menggunakan metode relaksasi. Beberapa pengertian relaksasi dalam persalinan dapat dikemukakan sebagai berikut:

1. Relaksasi dalam persalinan adalah suatu teknik untuk mencapai kondisi rileks pada saat persalinan.
2. Relaksasi dalam persalinan merupakan proses mengistirahatkan tubuh dan pikiran dari segala beban fisik dan kejiwaan, sehingga ibu menjadi lebih tenang dalam menghadapi proses persalinan.
3. Relaksasi dalam persalinan adalah suatu keadaan rileks yang dapat membuat sirkulasi darah rahim, plasenta, dan janin menjadi lancar sehingga kebutuhan oksigen dan makanan sikecil terpenuhi.

Dengan relaksasi, seluruh system saraf, organ tubuh dan pancaindera ibu beristirahat untuk mampu melepaskan ketegangan, dimana ibu tetap dalam keadaan sadar. Teknik pengendalian nyeri yang termasuk relaksasi mengajarkan ibu untuk meminimalkan aktivitas simpatis dan system saraf otonom. Dengan menekan aktifitas saraf simpatis, ibu mampu memecahkan siklus ketegangan ketika persalinan. Relaksasi membuat proses kontraksi berlangsung aman, alami, dan lancar.

### **2.3.2. Teknik Relaksasi dengan Pernafasan**

Relaksasi pernafasan merupakan salah satu keterampilan yang paling bermanfaat untuk mengatasi rasa nyeri persalinan . Keterampilan relaksasi pernafasan untuk mengatasi rasa nyeri ini dapat digunakan selama persalinan agar dapat mengatasi persalinan dengan baik berarti tidak kewalahan atau panik saat menghadapi rangkaian kontraksi. Para wanita yang menggunakan ini biasanya tidak merasakan begitu sakit dibandingkan wanita yang tidak menggunakannya.

Relaksasi pernafasan selama proses persalinan dapat mempertahankan komponen system saraf simpatis dalam keadaan homeostatis sehingga tidak terjadi peningkatan suplai darah, mengurangi kecemasan dan ketakutan agar ibu dapat beradaptasi dengan nyeri selama proses persalinan.

Dengan cara memperhatikan control pernafasan, diharapkan kondisi ibu menjadi rileks, dimana seluruh system saraf, organ tubuh, dan panca indra ibu untuk melepaskan ketegangan yang ada. Caranya adalah dengan cara ibu menarik nafas dalam-dalam akan dapat mengalirkan oksigen ke darah yang kemudian dialirkan keseluruh tubuh . Hasilnya ibu menjadi lebih tenang dan stabil.

### **2.3.3. Langkah Yang Dapat Dilakukan Untuk Relaksasi**

#### **a. Lingkungan Yang Nyaman**

Langkah pertama menuju relaksasi adalah memilih lingkungan bersalin yang benar-benar nyaman bagi ibu. Kenyamanan adalah faktor yang paling utama dalam proses persalinan. Dengan suasana tempat bersalin yang tenang dan nyaman, dapat menumbuhkan perasaan rileks dalam diri ibu, yang pada akhirnya

dapat berpengaruh terhadap proses kelancaran kelahiran bayi. Jika ibu bersalin di rumah sakit, ciptakan ruangan bersalin senyaman mungkin.

**b. Kenyamanan Tubuh/Personal**

Otot-otot yang dalam keadaan tegang membuat tubuh sakit dan letih, yang ditandai dengan ibu merasakan leher dan bahunya tegang, gigi gemertak, atau ekspresi wajah, ibu merengut. Hal ini berarti ibu dalam keadaan stress. Agar tubuh ibu kembali nyaman, ibu dapat diajarkan untuk tarik nafas dalam, saat menghembuskan nafas, anjurkan ibu untuk melepaskan otot hingga menjadi kendur. Lunak, dan tidak kaku. Latihan ini dapat dilakukan berulang-ulang, sehingga pada akhirnya ketegangan tubuh itu semakin berkurang.

**c. Komunikasi Yang Jelas**

Menjelang persalinan berbagai perasaan ibu terasa bercampur-aduk. Ibu mengkhawatirkan kondisi dirinya dan bayinya. Apabila kekhawatiran ibu tersebut tidak diungkapkan kepada pemberi asuhan kesehatan atau keluarga, akan membuat ibu tenang. Untuk ibu, fasilitasi agar ibu mampu mengungkapkan perasaannya, agar membuatnya rileks setelah mendapatkan penjelasan dari pemberian asuhan kesehatan.

**2.3.4 Tujuan Relaksasi**

Relaksasi bertujuan untuk mengatasi atau mengurangi kecemasan, menurunkan ketegangan otot dan tulang, serta tidak langsung dapat mengurangi nyeri dan menurunkan ketegangan yang berhubungan dengan fisiologi tubuh. Pelatihan relaksasi juga bertujuan untuk melatih pasien agar dapat mengkondisikan dirinya untuk mencapai suatu keadaan rileks. Pada saat



seseorang sedang mengalami ketegangan dan kecemasan, saraf yang bekerja adalah system saraf simpatis (berperan dalam meningkatkan denyut jantung).

Pada saat relaksasi, yang bekerja adalah sisitem saraf parasimpatis.

Dengan demikian, relaksasi dapat menekan rasa tegang dan rasa cemas dengan cara resipok (saling berbalasan) sehingga timbul *counter conditioning* dan penghilang nyeri serta kecemasan yang dialami seseorang.

### **2.3.5. Teknik Pernafasan Dalam Persalinan**

Menjelang masa persalinan, banyak ibu yang telah berlatih pernafasan melalui kelas-kelas persalinan. Namun demikian, tidak semua ibu berkesempatan bisa mengikuti kelas-kelas persalinan dengan berbagai alasan. Bagi ibu-ibu yang telah melakukan latihan pernafasan-pun, terkadang lupa dan gagal menerapkan cara bernafas yang baik begitu mereka menghadapi sendiri proses persalinannya. Banyak fakta di klinik menunjukkan bahwa bernafas dan mengejan dengan cara yang salah adalah salah satu masalah yang kerap terjadi pada saat persalinan. Hal ini pula yang sering menyebabkan persalinan normal tanpa bantuan tidak mungkin dilakukan. Untuk itu, berikut ini diuraikan mengenai beberapa langkah teknik persalinan yang benar pada saat proses persalinan

### **2.3.6. Langkah-Langkah Membimbing Ibu Dalam Teknik Pernafasan Saat Persalinan Langkah Pertama**

Berikut ini adalah langkah-langkah tindakan dalam melakukan teknik pernafasan dalam menurut Anik Maryunani (2015):

- 1) Bernafas lambat



Kegunaan: Saat awal persalinan ketika kontraksi mulai terjadi tarik nafas dalam satu kali dan lepas kan, lanjutkan dengan menarik nafas perlahan-lahan lewat hidung dan hembuskan lewat mulut selambat mungkin, ulangi terus sampai kontraksi lewat, lalu atur pernafasan sehingga cukup lambat kurang lebih separuh dari pernafasan biasa.

### 2) Bernafas ringan

Kegunaan: Saat kontraksi semakin kuat dan sering (biasanya pada periode transisi), ketika kontraksi mulai, tarik nafas dalam satu kali dan lepaskan, lanjutkan dengan menarik nafas ringan dan lepaskan dengan cepat, bernafaslah setiap satu atau dua detik, teruskan bernafas seperti itu (dangkal dan ringan) sampai kontraksi lewat dan atur pernafasan sehingga lajunya sekitar dua kali laju pernafasan biasa.

### 3) Bernafas saat mendedan

Kegunaan: Saat ingin mendedan ( pada periode ekspulsi), saat dorongan mendedan muncul, tarik nafas kemudian hembuskan pelan-pelan dari mulut sambil mendedan untuk membantuk mengurangi nyeri saat pengeluaran janin.

### Relaksasi Dengan Cara:

- A. Lemaskan otot-otot seluruh tubuh
- B. Minta ruangan yang tenang dan minta suami/pendamping menemani bila perlu
- C. Pikirkan hal-hal yang menyenangkan, misalnya: “setelah ini selesai, saya akan segera menimbang si kecil”



### **2.3.7. Langkah-Langkah Membimbing Ibu Teknik Pernafasan Saat**

#### **Persalinan Langkah Kedua**

1. Pikirkan kata “Rileks” pada saat mengatur nafas ketika melahirkan, saat menghirup nafas, pikirkan kata “Ri” di benak ibu, dan saat menghembuskan keluar, pikirkan kata “Leks” Jangan biarkan pikiran berkelana kemana-mana selain dua kata tersebut ketika mengatur nafas. Saat menghembuskan nafas keluar, lepaskan ketegangan dan rasa nyeri ibu rasakan. Fokuslah pada otot-otot yang tegang
2. Gunakan Teknik Berhitung
  - a. Saat sedang menghirup nafas dalam-dalam, berhitunglah hingga angka tiga atau empat secara perlahan-lahan. Dan, saat menghembuskan nafas keluar, lakukan hal yang sama
  - b. Hirup nafas lewat hidung dan hembuskan melalui mulut
  - c. Ibu boleh melakukan sambil mengeluarkan suara-suara seperti “Oooh” atau “Aaaah”. Diantara dua kontraksi, minumlah sesendok air agar mulut ibu tidak kering
  - d. Mungkin sulit untuk mengatur irama nafas dan rileks setiap saat bernafas, di saat ibu mengalami kontraksi yang menimbulkan nyeri yang luar biasa dan merasa lelah. Inilah saatnya pasangan ibu (Suami) mengambil peran dengan mencontohkan cara bernafas dengan benar sehingga ibu mengikutinya tanpa sadar.

### 3. Bernafas Dengan Benar Pada Saat Sedang Mengejan

- a. Banyak ibu yang menahan nafas saat sedang mengejan. Hal ini boleh saja dilakukan ibu sepanjang ibu melakukannya dengan cara mendorong otot-otot diantara kedua tungkai kaki dan bukannya dengan bagian belakang tenggorokan ibu.
- b. Mungkin akan lebih baik jika mencoba bernafas dalam saat ibu merasa kontraksi akan segera dimulai, lalu bernafas perlahan-lahan begitu kontraksi terjadi. Hal ini akan segera membantu ketika ibu harus mengejan, jangan coba menahan nafas dan mengejan selama mungkin. Ini akan mengakibatkan ibu akan kehabisan tenaga dan bayi ibu kekurangan oksigen. Empat atau lima kali mengejan disetiap kontraksi adalah jumlah yang cukup ideal.

### 4. Mengejan Dengan Baik

- a. Mengejan dengan cara yang tepat
- b. Tarik nafas panjang saat kontraksi, letakkan dagu di dada, dan dorong kebawah selama mungkin
- c. Ibu bisa menarik nafas beberapa kali saat kontraksi. Saat ibu mengejan, posisi bayi akan turun secara bertahap melalui panggul

### 5. Bernafas Dan Tidak Mengejan

- a. Kadang ibu akan merasa ingin mengejan sebelum pembukaan lengkap
- b. Untuk membantu ibu agar bisa mengejan, cobalah mengambil posisi

- c. Menungging disangga kedua tangan dan kaki, dan pipi menempel ditempat tidur
- d. Begitu kontraksi muncul, hembuskan nafas pendek –pendek, lalu segera menghirup nafas cepat-cepat dan ulangi lagi kelangkah pertama
- e. Kemudian lanjutkan bernafas normal diantara dua kontraksi

#### **2.3.8. Teknik Relaksasi**

Untuk meningkatkan relaksasi secara umum. Dorong ibu untuk mengambil posisi miring atau telentang dengan kepala ditinggikan jika ia berada di tempat tidur. Jika ibu telah diajarkan teknik-teknik relaksasi ia harus diingatkan mengenai hal itu dan didukung sewaktu ia mempraktikkan pengetahuannya. Ada tiga jenis latihan relaksasi yang dapat membantu ibu bersalin:

##### **1. Relaksasi *progresif***

Relaksasi ini harus di praktikkan selama periode antepartum sehingga seorang ibu dapat dengan cepat memerintah dirinya merelaksasi otot-ototnya dan jika diperlukan, memperoleh kesempatan tidur singkat diantara kontraksi. Latihan ini dilakukan dengan cara sengaja mengencangkan sekelompok otot tunggal (misal; tangan, lengan, majah, wajah) sekuat mungkin dan kemudian melepaskannya sekuat mungkin. Otot-otot dikencangkan secara berurutan dan *progresif* dari satu ujung bagian tubuh ke bagian tubuh yang lain, Latihan meningkatkan relaksasi tubuh secara keseluruhan serta istirahat atau tidur.

##### **2. Relaksasi terkendali**

Relaksasi jenis ini juga harus dipraktikan selama periode antepartum sehingga ibu dapat menggunakan secara efektif selama persalinan. Latihan dilakukan dengan mengupayakan sekelompok otot berkontraksi sembari mempertahankan kelompok yang lain berelaksasi. Hal ini mirip dengan yang terjadi pada persalinan, yaitu uterus berkontraksi dengan kuat dan diharapkan kelompok otot yang lain tidak ikut menjadi tegang sebagai respon terhadap kontraksi ibu mempraktikan latih dengan mengencangkan latihan sekelompok otot sembari merelaksasi otot yang lain.

3. Menarik dan mengeluarkan nafas dalam setelah masing-masing kontraksi

Relaksasi ini dapat diajarkan ketika seorang ibu berada pada persalinan aktif, jika ia belum mengetahuinya. Teknik ini terdiri dari ibu mengambil nafas dan kemudian mengeluarkan semua dengan suatu hembusan kuat setelah kontraksi selesai. Teknik ini berfungsi ganda, tidak hanya meningkatkan relaksasi, tetapi juga berfungsi membersihkan nafas dengan menghilangkan kemungkinan hiperventilasi selama kontraksi atau untuk memutus pola nafas cepat pada waktu yang sama.

### **2.3.9. Manfaat Relaksasi**

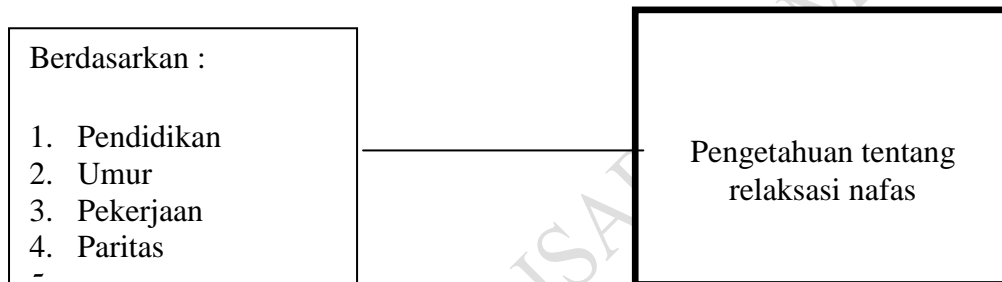
1. Mencegah otot-otot dari kelelahan , khususnya otot besar pada uterus
2. Meningkatkan aliran darah pada uterus dan oksigenisasi janin
3. Meningkatkan efisiensi kontraksi uterus
4. Mengurangi ketegangan pada ibu yang meningkatkan persepsi terhadap nyeri dan menurunkan toleransi terhadap nyeri



5. Membantu ibu mengatasi stres persalinan sehingga ibu dapat lebih sedikit membutuhkan bantuan dalam menghadapi kontraksi kuat atau pada saat mengejan
6. Membantu ibu untuk berkomunikasi lebih efektif dengan orang-orang sekitarnya, seperti pemberian asuhan kesehatan dan pendampingan, sehingga ibu dapat memahami kata-kata yang disampaikan kepadanya
7. Mengurangi ketegangan ibu yang dapat menghambat penurunan janin di jalan lahir. Keuntungan ibu jika dalam keadaan rileks atau tidak tegang, jika ibu rileks, maka ibu tidak akan mengalirkan hormone stress ke system tubuh bayi, jika ibu rileks dapat membuat ibu bernafas dalam sehingga bayi mendapat suplai oksigen, jika ibu rileks, dapat membantu bayi dalam kelahirannya (Anik Maryunani 2015).

**BAB 3****KERANGKA KONSEP****3.1. Kerangka Konsep**

Kerangka konsep merupakan rangkuman dari kerangka teori yang dibuat dalam bentuk diagram yang menghubungkan antara variable yang diteliti dan variable lain yang terkait ( Sastroasmoro dan Ismael, 2010).





**BAB 4****METODE PENELITIAN****4.1 Rancangan Penelitian**

Rancangan penelitian ini adalah bersifat deskriptif untuk mengetahui gambaran pengetahuan ibu fase taking in tentang relaksasi nafas pada persalinan di Klinik Pratama Bertha tahun 2020.

**4.2. Populasi dan Sampel****4.2.1. Populasi**

Populasi merupakan keseluruhan dari kumpulan elemen yang memiliki sejumlah karakteristik umum yang terdiri dari bidang-bidang yang akan diteliti (amirullah 2015). Populasi yang ada dalam penelitian ini adalah ibu fase taking in di Klinik Pratama Bertha tahun 2020.

**4.2.2 Sampel**

Sampel pada penelitian ini adalah ibu fase taking in. Teknik pengambilan sampel pada penelitian ini dilakukan dengan menggunakan metode *total sampling*.

**4.3. Variabel Penelitian dan Definisi Operasional**

Variabel penelitian dan definisi operasional Gambaran Pengetahuan Ibu Fase Taking In Tentang Relaksasi Nafas Pada Persalinan.



**Tabel 4.1 Variabel Penelitian dan Defenisi Operasional**

Variabel	Defenisi	Indikator	Alat Ukur	Skala	Skor
<b>Dependssent</b>					
Pengetahuan ibu fase taking in relaksasi nafas pada persalinan	Relaksasi dalam persalinan adalah suatu teknik untuk mencapai kondisi rileks pada saat persalinan	Jawaban responden tentang pengetahuan ibu bersalin kala 1 tentang relaksasi nafas padapersalinan	Kuesone r	O r d i n a l	Dengan kategori : 1. Baik 76%-100% 2. Cukup: 56%-75% 3. Kurang: <55%
Umur	Umur adalah usia yang dihitung mulai dari lahir hingga tahun akhir	KTP, KK	Kueson er	Rasi o	Kategori <20 tahun 20-35 tahun >35 tahun
Pekerjaan	Pekerjaan adalah suatu kegiatan atau aktivitas yang dilakukan dan dapat menghasilkan sesuatu untuk memenuhi kebutuhan hidupnya pekerjaan dapat memberikan hasil berupa gaji atau materi dan jumlah nya tergantung profesi yang dilakuka	KTP, KK	Kuesone r	Nomi nal	Kategori Ibu rumah tangga Buru/pabrik Pegawai Negri



Pendidikan	Pendidikan merupakan suatu proses mengubah sikap dan tata laku seseorang melalui pengajaran dan pelatihan untuk menghasilkan suatu pengetahuan	KTP	Kuesioner	Non	Kategori SD SMP SMA PT
Paritas	Paritas adalah banyaknya kelahiran hidup yang dipunyai oleh seorang wanita, parias dapat dibedakan menjadi primipara, multipara Dan grandmultipara	Buku KIA	Kuesioner	Non	kategori : P1 P2 P3
<b>4.4. Instrumen Penelitian</b>					
Instrumen yang digunakan dalam penelitian untuk melihat pengetahuan ibu fase taking in tentang relaksasi nafas pada persalinan adalah kuesioner.					
Kuesioner dibuat oleh peneliti sendiri dan belum dilakukan uji validitas dan uji reliabilitasnya. Dan akan di uji validitas dan uji reliabilitas di klinik Pera Simalingkar B.					



#### **4.5. Lokasi dan Waktu Penelitian**

##### **4.5.1. Lokasi**

Lokasi penelitian ini yaitu di Klinik Pratama Bertha

##### **4.5.2. Waktu Penelitian**

Penelitian ini dilakukan dari bulan Maret 2020 – bulan April 2020 di Klinik Pratama Bertha.

#### **4.6. Prosedur Pengambilan dan Pengumpulan Data**

##### **4.6.1. Pengambilan Data**

Pengambilan data yang diambil dalam penelitian ini adalah data primer yaitu data yang diperoleh secara langsung. Peneliti melakukan survey lapangan dengan menggunakan kuesioner.

##### **4.6.2. Teknik Pengumpulan Data**

Pengukuran teknik observasional melibatkan interaksi antara subjek dan peneliti, dimana peneliti memiliki kesempatan untuk melihat subjek setelah dilakukan perlakuan (Grove,2015). Penelitian ini memerlukan metode pengumpulan data dengan melewati beberapa tahapan yaitu :

1. Membuat surat ijin melalui pihak Institusi STIKes Santa Elisabeth yang ditujukan kepada pihak Klinik Pratama Bertha
2. Setelah mendapat persetujuan dari pihak Klinik, peneliti menginformasikan kepada pegawai klinik bahwa peneliti akan meneliti di Klinik Pratama Bertha
3. Peneliti menunggu responden yang akan di teliti yaitu ibu bersalin kala 1 di klinik pratama bertha

4. Selanjutnya peneliti menemui responden dan menjelaskan maksud dan tujuan peneliti mengadakan penelitian.
5. Menjelaskan isi dari lembar Informed Consent kepada responden.
6. Setelah responden mengerti dan menyetujui, peneliti meminta tanda tangan responden sebagai tanda persetujuan untuk dijadikan salah satu partisipan dalam penelitian.
7. Menjelaskan kepada responden seputar pertanyaan yang akan ditanya, dan memberikan kesempatan kepada responden apabila ada hal yang kurang dimengerti agar ditanyakan kepada si peneliti.
8. Setelah pertanyaan telah dijawab, peneliti memastikan pertanyaan telah terjawab semua.
9. Mengakhiri pertemuan dan mengucapkan terima kasih.

#### **4.6.3. Uji Validitas Dan Realibilitas**

Kuesioner ini sudah dilakukan uji validitas dan uji Reliabilitas di Klinik Pera Simalingkar B sebanyak 10 responden. Oleh karena itu kuesioner ini sudah dapat digunakan sebagai instrumen penelitian ini. Uji validitas dan reliabilitas di dapat dari kuesioner yang peneliti sebar keresponden dan akan dihitung hasil jawaban responden dengan rumus sebagai berikut. Uji Validitas dapat menggunakan rumus *pearson Product Moment*, Rumus *pearson Product Moment* sebagai berikut :

$$r_{xy} = \frac{N(\sum XY) - (\sum X \cdot \sum Y)}{\sqrt{[N\sum X^2 - (\sum X)^2] [N\sum Y^2 - (\sum Y)^2]}}$$

Sedangkan untuk uji Reliabilitas menggunakan rumus *Alpha Cronbach* sebagai berikut :

$$r_{11} = \left( \frac{n}{n-1} \right) \left( 1 - \frac{\sum \sigma_t^2}{\sigma^2} \right)$$

Pengujian validitas dilakukan dengan kriteria sebagai berikut :

1. Jika  $r_{hitung} > r_{tabel}$ , dengan taraf signifikan  $\alpha = 0.05$  maka  $H_0$  ditolak artinya instrumen valid

2. Jika  $r_{hitung} < r_{tabel}$ , dengan taraf signifikan  $\alpha = 0.05$  maka  $H_0$  diterima artinya instrumen tidak valid

Pengujian reliabilitas dilakukan dengan kriteria tersebut :

1. jika nilai Cronbach's Alpha  $> 0,06$  maka pertanyaan reliabel

2. jika nilai Cronbach's Alpha  $< 0,06$  maka pertanyaan tidak reliabel

Hasil uji validitas terhadap ke-20 item pernyataan gambaran Pengetahuan Ibu Bersalin Kala 1 Tentang Relaksasi Nafas Dengan Nyeri Persalinan dapat dilihat pada tabel berikut :

### **1. Hasil Uji Validitas**

Hasil uji validitas ke-15 item pernyataan Gambaran Pengetahuan Ibu Bersalin Kala 1 Tentang Relaksasi Nafas Pada Persalinan Di Klinik Pratama Bertha Tahun 2020 dapat dilihat pada tabel berikut :

**Tabel 4.1**  
**Hasil Uji Validitas**

No	Item pertanyaan	r-hitung validitas Corrected Item- Total Correlation	r-tabel	Kesimpulan
	<b>Pengetahuan</b>			
1	Peng1	.774	0.36	Valid
2	Peng2	.850	0.36	Valid
3	Peng3	.539	0.36	Valid
4	Peng4	.787	0.36	Valid
5	Peng5	.787	0.36	Valid
6	Peng6	.774	0.36	Valid
7	Peng7	.640	0.36	Valid
8	Peng8	.850	0.36	Valid
9	Peng9	.724	0.36	Valid
10	Peng10	.673	0.36	Valid
11	Peng11	.707	0.36	Valid
12	Peng12	.679	0.36	Valid
13	Peng13	.850	0.36	Valid
14	Peng14	.787	0.36	Valid
15	Peng15	.774	0.36	Valid

Sumber : Hasil penelitian 2020 (data diolah)

Tabel 1 memperlihatkan bahwa dari ke-20 item pernyataan tentang gambaran Pengetahuan Ibu Bersalin Kala 1 Tentang Relaksasi Nafas Pada Persalinan Di Klinik Pratama Bertha Tahun 2020 memiliki nilai r-hitung validitas lebih besar dari r-tabel, (0.36) sehingga dapat disimpulkan bahwa ke-18 item pernyataan adalah valid.

## 2. Uji Reliabilitas

Hasil uji reliabilitas terhadap variable penelitian memperlihatkan hasil sebagai berikut :

**Tabel4.2**

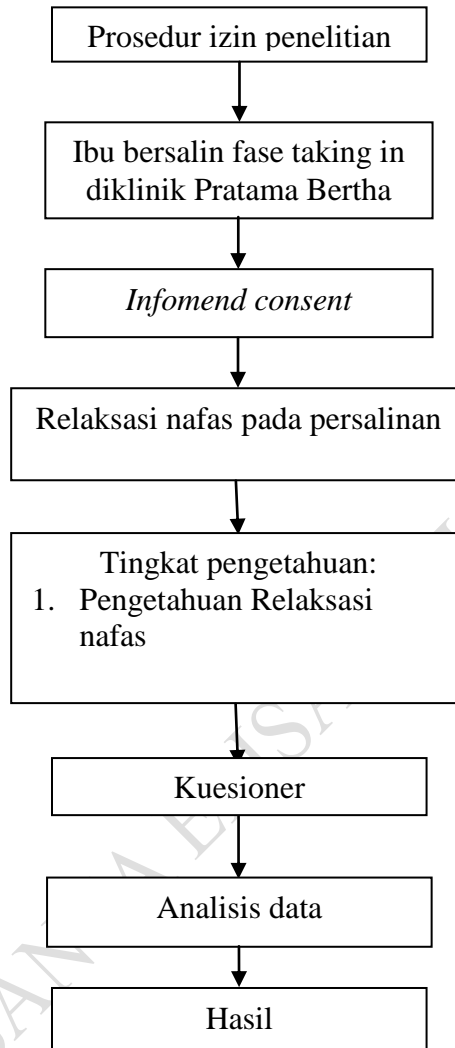
**Hasil Uji Reliabilitas**

No	Variabel	r-hitung reliabilitas	r-tabel	Kesimpulan
1	Pengetahuan	0.800	0.6	Reliabel

Sumber : Hasil penelitian 2020 (data diolah)

Tabel 2 memperlihatkan bahwa variabel penelitian (pengetahuan) memiliki nilai r-hitung reliabilitas lebih besar dari 0.6, sehingga dapat disimpulkan bahwa variabel penelitian adalah reliable



**4.7. Kerangka Operasional**

#### **4.8. Analisis Data**

Pada penelitian ini, menggunakan analisis Univariat (analisis deskriptif). Yang bertujuan untuk mendiskripsikan pengetahuan ibu fase taking in tentang relaksasi nafas pada persalinan.

1. Tahap pertama, pengumpulan data yakni penulis mengumpulkan data-data objek penelitian yang akan dianalisis
2. Tahap kedua editing yakni penulis memeriksa kejelasan maupun kelengkapan mengenai pengisian instrument pengumpulan data-data objek penelitian
3. Tahap ketiga adalah koding. Yakni peneliti melakukan proses identifikasi dan proses klasifikasi dari tiap-tiap pernyataan yang terdapat pada instrument pengumpulan data berdasarkan variable yang diteliti
4. Tahap keempat adalah tabulasi, yakni mencatat maupun ataupun entri data kedalam tabel induk penelitian
5. Tahap kelima, pengujian, pada tahap ini data akan diuji kualitasnya yang menguji validitas maupun rehabilitas instrument dari pengumpulan data dengan menggunakan rumus

#### **4.9. Etika Penelitian**

Masalah etika yang harus di perhatikan antara lain sebagai berikut:

1. *Informed Consent*

Informed consent merupakan bentuk persetujuan antara penelitian dengan responden penelitian dengan memberikan lembar persetujuan sebelum penelitian



dilakukan. Tujuan informed consent adalah agar subyek mengerti maksud dan tujuan penelitian, mengetahui dampaknya.

### 2. *Anonymity* (tanpa nama)

Merupakan masalah yang memberikan jaminan dalam penggunaan subyek penelitian dengan cara tidak mencantumkan nama responden pada lembar alat ukur dan hanya menuliskan kode pada lembar pengumpulan data atau hasil penelitian yang akan disajikan.

### 3. *Confidentiality* (kerahasiaan)

Masalah ini merupakan masalah etika dengan memberikan jaminan kerahasiaan hasil penelitian, baik informasi maupun masalah-masalah lainnya. Semua informasi yang telah dikumpulkan dijamin kerahasiaannya oleh peneliti.

Lembar Observasi untuk mengukur nyeri persalinan berdasarkan mimic wajah (*Wong baker faces pain rating scales*)

## BAB 5 HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN

### 5.1 Gambaran Lokasi Penelitian

Lokasi penelitian adalah Klinik Pratama Bertha Medan yang terletak di Jl.Suasa Tengan, Mabar Hilir, Kec. Medan Deli, Kota Medan. Klinik Pratama Bertha tepatnya berada di pinggir jalan dengan akses jalan yang dapat dilalui oleh kendaraan roda dua dan roda empat.

Klinik Pratama Bertha menerima rawat jalan dan rawat inap, terdapat tempat pemeriksaan pasien, ruang UGD 24 jam, ruang poli umum, ruang obat atau ruang apotek, ruang bersalin, ruang nifas, ruang ASI, serta pelayanan yang diberikan seperti pemeriksaan umum, pelayanan ANC, bersalin, KB, pemeriksaan gula, kolesterol, asam urat, serta menerima layanan BPJS setiap pasien.

### 5.2 Hasil Penelitian

Analisis Univariat dilakukan untuk mengetahui distribusi frekuensi variabel penelitian ,baik variabel independen maupun variabel dependen. Penelitian ini telah dilakukan di Klinik Pratama Bertha dengan jumlah 30 responden dilakukan mulai tanggal 5 april 2020.

#### 5.2.1 Distribusi Karakteristik Responden

**Tabel 5.1 Karesteristik Responden Tentang Gambaran Pengetahuan Ibu Fase Taking In Tentang Relaksasi Nafas Pada Persalinan Berdasarkan Umur, Pendidikan, Pekerjaan, Paritas Di Klinik Pratama Berta Medan Tahun 2020.**

Karakteristik	f	%
1. Umu		
<20	8	27
20-35	10	33
>35	12	40
Total	30	100



Karakteristik	f	%
<b>2. Pendidikan</b>		
SD	12	40
SMP	10	33
SMA	8	27
Total	30	100

Karakteristik	f	%
<b>4. Pekerjaan</b>		
IRT	26	87
BURU	4	13
Total	30	100

Karakteristik	f	%
<b>4 Paritas</b>		
P1	8	27
P2	10	33
P3	12	40
Total	30	100

Dari tabel 5.1 karakteristik responden diatas dapat dilihat bahwa di usia <20 tahun terdapat 8 orang, dan di usia 20-35 terdapat 10 orang, di usia >35 terdapat 35 orang, dilihat dari pendidikan SD terdapat 12 orang, berpendidikan SMP terdapat 10 orang, dan pendidikan SMA terdapat 8 orang. Jika dilihat dari pekerjaan terdapat pekerja IRT ada 26 orang dan pekerjaan BURU terdapat 4 orang, dan dilihat dari PARITAS , terdapat pada paritas 1 ada 8 orang, dan paritas 2 ada 10 orang dan pada paritas 3 terdapat 12 orang.

#### 5.2.2. Distribusi Pengetahuan Responden

**Tabel 5.2 Distribusi Pengetahuan Responden Tentang Gambaran Pengetahuan Ibu Fase Taking In Tentang Relaksasi Nafas Pada Persalinan Di Klinik Pratama Berta Medan Tahun 2020.**

Pengetahuan	f	%
Baik		
Cukup	17	57
Kurang	13	43
Total	30	100

Tabel 5.2 Menunjukkan bahwa pengetahuan ibu *fase taking in* tentang relaksasi nafas pada persalinan di klinik pratama bertha dengan jumlah 30 responden mayoritas berpengetahuan cukup 56,7% berpengetahuan kurang 43,3%.

### 5.2.3. Distribusi Pengetahuan Responden Berdasarkan Umur

**Tabel 5.3 Distribusi Pengetahuan Responden Tentang Gambaran Pengetahuan Ibu Fase Taking In Tentang Relaksasi Nafas Pada Persalinan Berdasarkan Umur Di Klinik Pratama Berta Medan Tahun 2020.**

No	Tingkat Pengetahuan	Umur						Jumlah	
		<20		20-35		>35			
		F	%	F	%	f	%	F	%
1	Baik	0	0	0	0	0	0	0	0
2	Cukup	8	26	5	17	0	0	13	43
3	Kurang	0	26	5	17	12	40	17	57
Jumlah		8	52	10	34	12	40	30	100

Tabel 5.3 Dari karakteristik responden berdasarkan umur <20 ada sebanyak 8 orang (27%), dikategorikan 8 orang berpengetahuan kurang, di umur 20-35 ada 10 orang (33%), dikategorikan sebagian besar berpengetahuan cukup 5 orang dan berpengetahuan kurang sebanyak 5 orang, di umur >35 ada 12 orang (40%), dikategorikan berpengetahuan cukup 12 orang.

#### 5.2.4. Distribusi Pengetahuan Responden Berdasarkan Pendidikan

**Tabel 5.4 Distribusi Pengetahuan Responden Tentang Gambaran Pengetahuan Ibu Fase Taking In Tentang Relaksasi Nafas Pada Persalinan Berdasarkan Pendidikan Di Klinik Pratama Berta Medan Tahun 2020.**

No	Tingkat Pengetahuan	Pendidikan						Jumlah	
		SD		SMP		SMA			
		f	%	F	%	F	%	F	%
1	Baik	0	0	0	0	0	0	0	0
2	Cukup	0	0	9	30	8	27	17	57
3	Kurang	12	0	1	3	0	0	13	43
Jumlah		12	0	10	33	8	27	30	100

Tabel 5.4 Berdasarkan pendidikan SD terdapat 12 orang (40%) dan di kategorikan berpengetahuan kurang 12 orang, berdasarkan pendidikan SMP ada 10 orang (34%) dikategorikan berpengetahuan cukup 9 orang dan berpengetahuan kurang 1 orang, berdasarkan pendidikan SMA ada 8 orang (26%) dikategorikan berpengetahuan cukup ad 8 orang.

#### 5.2.5 Distribusi Pengetahuan Responden Berdasarkan Pekerjaan

**Tabel 5.5 Distribusi Pengetahuan Responden Tentang Gambaran Pengetahuan Ibu Fase Taking In Tentang Relaksasi Nafas Pada Persalinan Berdasarkan Pekerjaan Di Klinik Pratama Berta Medan Tahun 2020.**

No	Tingkat Pengetahuan	Pekerjaan					
		IRT		BURU		Jumlah	
		f	%	F	%	f	%
1	Baik	0	0	0	0	0	0
2	Cukup	15	50	2	7	17	57
3	Kurang	11	36	2	7	13	43
Jumlah		26	86	4	14	30	100

Tabel 5.5 Berdasarkan pekerjaan IRT sebanyak 26 orang (86%) dan dikategorikan berpengetahuan cukup 15 orang , berpengetahuan kurang 11 orang. dari pekerjaan BURU ada 4 orang yang dikategorikan berpengetahuan cukup 2 orang dan berpengetahuan kurang 2 orang.

#### **5.2.6. Distribusi Pengetahuan Responden Berdasarkan Paritas**

**Tabel 5.6 Distribusi Pengetahuan Responden Tentang Gambaran Pengetahuan Ibu Fase Taking In Tentang Relaksasi Nafas Pada Persalinan Berdasarkan Paritas Di Klinik Pratama Berta Medan Tahun 2020.**

Paritas									
No	Tingkat Pengetahuan							Jumlah	
		P1		P2		P3			
		f	%	F	%	F	%	F	%
1	Baik	0	0	0	0	0	0	0	0
2	Cukup	0	0	5	17	12	40	17	57
3	Kurang	8	26	5	17	0	0	13	43
	Jumlah	0	0	17	47	13	42	30	100

Tabel 5.6 Berdasarkan PARITAS, P1 ada 8 orang (26%) dikategorikan berpengetahuan kurang 8 orang, berdasarkan P2 ada 10 orang (34%) dikategorikan berpengetahuan cukup 5 orang dan berpengetahuan kurang 5 orang. berdasarkan P3 ada 12 orang dikategorikan berpengetahuan cukup 12 orang

### **5.3 Pembahasan Hasil Penelitian**

#### **5.3.1 Gambaran Pengetahuan Ibu Fase Takin In Tentang Relaksasi Nafas Pada Persalinan Di Klinik Pratama Bertha Tahun 2020**

Hasil penelitian yang dilakukan peneliti tentang relaksasi nafas pada ibu bersalin di klinik pratama bertha pengetahuan kurang ada sejumlah 13 orang (43%), pengetahuan yang cukup sejumlah 17 orang (56%).

Menurut (Wawan & dewi, 2019). Pengetahuan merupakan hasil dari “tahu” dan ini terjadi setelah orang melakukan pengindraan terhadap suatu obyek



tertentu. Pengindraan terjadi melalui pancaindra manusia, yakni indra penglihatan, pendengaran, penciuman, rasa, dan raba. Sebagian besar pengetahuan manusia diperoleh melalui mata dan telinga. Pengetahuan merupakan domain yang sangat penting dalam membentuk tindakan seseorang (*overt behaviour*).

Penelitian ini sejalan dengan penelitian pramesti ramadhini (2018) yang berjudul gambaran pengetahuan ibu bersalin kala 1 tentang relaksasi nafas pada persalinan di puskesmas padasuka, dapat disimpulkan bahwa masih banyak dari 10 ibu bersalin yang belum mengerti atau tidak mendapatkan informasi mengenai pentingnya teknik relaksasi, secara umum pengetahuan ibu bersalin sebanyak 10 orang (33,3%), berpengetahuan baik 11 Orang (36,7%), memiliki pengetahuan yang cukup ada 9 orang (30,0%), dapat disimpulkan bahwa ibu bersalin sebagian kecil memiliki pengetahuan yang cukup dan kurang.

Menurut asumsi peneliti bahwa sebagian responden memiliki pengetahuan yang cukup, hal ini juga di pengaruhi oleh pendidikan dimana semakin tingginya pendidikan seseorang , maka pengetahuan juga akan luas dan semakin mudah menerima informasi dan ide-ide dari orang lain. Sebaliknya bila ibu memiliki latar belakang pendidikan yang rendah pada umumnya akan mengalami kesulitan untuk menerima informasi.

### **5.3.2 Gambaran Pengetahuan Ibu Fase Taking In Tentang Relaksasi Nafas Pada ibu Bersalin Berdasarkan Pendidikan**

Berdasarkan hasil penelitian pengetahuan ibu tentang relaksasi nafas pada persalinan berdasarkan pendidikan SD berpengetahuan kurang terdapat 12 orang

(40%). Pendidikan SMP berpengetahuan cukup 9 orang (30%) berpengetahuan kurang 1 orang (3%). SMA berpengetahuan kurang 8 orang (27%).

Pendidikan berarti bimbingan yang diberikan seseorang terhadap perkembangan orang lain menuju kearah cita-cita tertentu yang menentukan manusia untuk berbuat dan mengisi kehidupan untuk mencapai keselamatan dan kebahagiaan. Pendidikan diperlukan untuk mendapat informasi misalnya hal-hal yang menunjang kesehatan sehingga dapat meningkatkan kualitas hidup, pendidikan dapat mempengaruhi seseorang termasuk juga perilaku seseorang akan pola hidup terutama dalam memotivasi untuk sikap berperan serta dalam pembangunan Nursalam (2003) pada umumnya makin tinggi pendidikan seseorang makin mudah menerima informasi.

Penelitian ini sejalan dengan penelitian pramesti ramadhini (2018) yang berjudul gambaran pengetahuan ibu bersalin kala 1 tentang relaksasi nafas pada persalinan di puskesmas padasuka, dapat disimpulkan bahwa masih banyak dari 10 ibu bersalin yang belum mengerti atau tidak mendapatkan informasi mengenai pentingnya teknik relaksasi, secara umum pengetahuan ibu bersalin sebanyak 10 orang (33,3%), berpengetahuan baik 11 Orang (36,7%), memiliki pengetahuan yang cukup ada 9 orang (30,0%), dapat disimpulkan bahwa ibu bersalin sebagian kecil memiliki pengetahuan yang cukup dan kurang.

Menurut asumsi peneliti bahwa pendidikan sangat mempengaruhi tingkat pengetahuan seseorang. Dengan semakin tinggi pendidikan akan semakin mudah untuk menerima informasi dari ide-ide orang lain dan, sebaliknya bila ibu yang

memiliki latar belakang pendidikan rendah pada umumnya mengalami kesulitan untuk menerima informasi.

### **5.3.3 Gambaran Pengetahuan Ibu *Fase Taking In* Tentang Relaksasi Nafas**

#### **Pada ibu Bersalin Berdasarkan umur**

Berdasarkan hasil penelitian ini pengetahuan tentang relaksasi nafas pada persalinan berdasarkan umur <20 berpengetahuan kurang terdapat 8 orang (26%), sedangkan umur 20-35 berpengetahuan cukup terdapat 5 orang (17%) dan berpengetahuan kurang 5 orang (17%), sedangkan umur >35 berpengetahuan cukup 12 orang (40%).

Menurut Elisabeth BH yang dikutip Nursalam (2003), usia adalah umur individu yang dihitung mulai saat dilahirkan sampai berulang tahun. Sedangkan menurut Huclok (1998) semakin cukup umur, tingkat kematangan dan kekuatan seseorang akan lebih matang dalam berfikir dan bekerja. Dari segi kepercayaan masyarakat seseorang yang lebih dewasa dipercaya dari orang yang belum tinggi kedewasaannya. Hal ini akan sebagai dari pengalaman dan kematangan jiwa.

Penelitian ini sejalan dengan penelitian pramesti ramadhini (2018) yang berjudul gambaran pengetahuan ibu bersalin kala 1 tentang relaksasi nafas pada persalinan di puskesmas padasuka, dapat disimpulkan bahwa masih banyak dari 10 ibu bersalin yang belum mengerti atau tidak mendapatkan informasi mengenai pentingnya teknik relaksasi, secara umum pengetahuan ibu bersalin sebanyak 10 orang (33,3%), berpengetahuan baik 11 Orang (36,7%), memiliki pengetahuan yang cukup ada 9 orang (30,0%), dapat disimpulkan bahwa ibu bersalin sebagian kecil memiliki pengetahuan yang cukup dan kurang

Menurut asumsi peneliti bertambahnya usia seseorang maka bertambah pula tingkat pengetahuan seseorang, seiring dengan pengalaman hidup, emosi, pengetahuan, dan keyakinan yang lebih matang.

#### **5.3.4 Gambaran Pengetahuan Ibu *Fase Taking In* Tentang Relaksasi Nafas Pada Ibu Bersalin Berdasarkan Pekerjaan**

Berdasarkan penelitian ini pengetahuan tentang relaksasi nafas pada persalinan berdasarkan pekerjaan IRT berpengetahuan cukup 15 orang (50%) berpengetahuan kurang 11 orang 9 orang (36%), BURU berpengetahuan cukup 2 orang (7%) berpengetahuan kurang 2 orang (7 %).

Menurut Thomas yang dikutip Nursalam (2003), pekerjaan adalah keburukan yang harus dilakukan terutama untuk menunjang kehidupannya dan kehidupan keluarga. Pekerjaan bukanlah sumber kesenangan, tetapi lebih banyak merupakan cara mencari nafkah yang membosankan, berulang dan banyak tantangan. Sedangkan bekerja umumnya merupakan kegiatan yang menyita waktu. Bekerja pada ibu-ibu akan mempunyai pengaruh terhadap kehidupan keluarga.

Penelitian ini sejalan dengan penelitian pramesti ramadhini (2018) yang berjudul gambaran pengetahuan ibu bersalin kala 1 tentang relaksasi nafas pada persalinan di puskesmas padasuka, dapat disimpulkan bahwa masih banyak dari 10 ibu bersalin yang belum mengerti atau tidak mendapatkan informasi mengenai pentingnya teknik relaksasi, secara umum pengetahuan ibu bersalin sebanyak 10 orang (33,3%), berpengetahuan baik 11 Orang (36,7%), memiliki pengetahuan

yang cukup ada 9 orang (30,0%), dapat disimpulkan bahwa ibu bersalin sebagian kecil memiliki pengetahuan yang cukup dan kurang.

Menurut asumsi peneliti, dilihat dari pekerjaan sebagian besar lebih banyak berpengetahuan cukup pada ibu yang bekerja dirumah, meskipun dirumah saja masih tetap memiliki pengetahuan cukup, bisa dikatakan rendahnya kepedulian antar sosial diantara lingkungan satu sama lain, misalnya tidak mengikuti kelas senam hamil untuk mempersiapkan persalinan yang di adakan di klinik terdekat.

#### **5.3.5 Gambaran Pengetahuan ibu *Fase Taking In* bersalin Tentang Relaksasi Nafas Pada Persalinan Berdasarkan Paritas**

Berdasarkan penelitian ini pengetahuan ibu tentang relaksasi nafas pada persalinan berdasarkan paritas P1 berpengetahuan kurang 8 orang (26%), P2 berpengetahuan cukup 5 orang (17%), berpengetahuan kurang 5 orang (17%), P3 berpengetahuan cukup 12 orang (40%).

Paritas adalah keadaan wanita berkaitan dengan jumlah anak yang dilahirkan. Paritas anak kedua dan anak ketiga merupakan paritas paling aman ditinjau dari sudut kematian maternal. Pada paritas tinggi lebih dari 3 mempunyai angka kematian maternal lebih tinggi. Maka oleh sebab itu ibu yang sedang hamil anak pertama dan lebih dari anak ketiga harus memeriksakan kehamilan agar tidak terjadi resiko terhadap kematian maternal.

Menurut asumsi peneliti dari paritas ibu bersalin, ternyata ibu bersalin yang sudah lebih dari 2 kali cenderung berpengetahuan cukup meskipun sudah berpengalaman dalam persalinan masih banyak ibu yg cenderung berpengetahuan



cukup dan kurang, dikarenakan banyak ibu bersalin tidak memperhatikan dan tidak melakukan teknik relaksasi yang di ajarkan oleh bidan setempat atau ibu yang terlalu apatis dengan informasi-informasi yang penting.

## **BAB 6**

### **SIMPULAN DAN SARAN**

#### **6.1. Simpulan Dan Saran**

Penelitian mengenai Gambaran Pengetahuan Ibu Fase Taking In Tentang Relaksasi Nafas Pada Persalinan Di Klinik Pratama Bertha Medan Tahun 2020 Dengan Jumlah sampel 30 responden. Dari penelitian ini dapat disimpulkan sebagai berikut:

#### **6.1 Kesimpulan**

1. Dari hasil penelitian berdasarkan pengetahuan ibu *fase taking in* bahwa sebagian besar berpengetahuan cukup dan sebagian kecil berpengetahuan kurang
2. Dari penelitian ini, pengetahuan berdasarkan umur, umur juga sangat mempengaruhi tingkat pengetahuan seseorang sejalan dari pengalaman hidup.
3. Dari penelitian ini, pengetahuan berdasarkan pendidikan, semakin tingginya pendidikan maka akan semakin luas tingkat pengetahuan seseorang dalam menerima setiap informasi. Banyak masyarakat yang menyepelekan dengan pendidikan padahal sangat berpengaruh pada diri kita sendiri.
4. Berdasarkan pekerjaan, dari penelitian ini seharusnya ibu yang bekerja dirumah bisa berpengetahuan baik, karena akan lebih memiliki waktu yang lebih banyak untuk menerima informasi, bahkan ini lebih besar berpengetahuan cukup, dikarenakan banyak

ibu rumah tangga yg sepele dengan informasi yang di berikan bidan setempat.

5. Berdasarkan dari pengalaman ibu bersalin, didapatkan lebih banyak ibu bersalin di paritas ke 3, namun masih berpengetahuan cukup, dikarenakan ibu yang kurang memperhatikan setiap tindakan atau instruksi dari bidan tentang teknik nafas pada persalinan.

## **6.2. Saran**

- a. Disarankan pada ibu hamil pada saat ada kelas hamil dapat melakukan simulasi relaksasi nafas untuk persiapan persalinan dan diri secara fisik, mental dan spiritual serta lebih memberdayakan diri dengan petugas kesehatan untuk menambah wawasan atau pengetahuan ibu untuk mempersiapkan persalinan dengan teknik nafas.
- b. Bidan Klinik Pratama Bertha Medan diharapkan agar tetap memberikan pelayanan yang terbaik terutama pelayanan bagi ibu hamil sampai bersalin, pada saat mengikuti kelas senam hamil bidan dapat secara langsung mengajarkan teknik relaksasi nafas untuk membantu pengetahuan ibu saat proses persalinan bersalin.
- c. Bagi institusi pendidikan STIKes Santa Elisabeth Medan diharapkan penelitian ini dapat dijadikan sebagai tambahan dan informasi di bidang kesehatan, serta dapat dijadikan tambahan keperpustakaan dalam rangka pengembangan penelitian selanjutnya.





- d. Diharapkan kepada peneliti, penelitian ini dapat dijadikan sebagai bahan untuk mengembangkan penelitian selanjutnya dengan cakupan sampel yang lebih luas serta analisis peneliti atau ide-ide yang bervariasi untuk mendapatkan hasil penelitian yang lebih berbeda dan menarik mengenai gambaran pengetahuan ibu bersalin fase taking in tentang relaksasi nafas pada persalinan tahun 2020



**DAFTAR PUSTAKA**

- Asma Sukarta,(2016)*Pengaruh Teknik Relaksasi Nafas Terhadap Tingkat Infartu Kala Fase Aktif*.Jurnal Ilmiah Kesehatan.
- Bidan dan dosen kebidanan Indonesia.*Kebidanan Dan Teori Kebidanan*. Jakarta:ECG;Vol(2018)
- Djunizar Djamaludin.Linawati Novikasari.(2016).*Pengaruh Teknik Nafas Dalam Terhadap Persalinan Kala 1 Di BPS.vol 10.No.3*.Jurnal Kesehatan Holistik
- Fauzia Laili,Endang Wartini.(2017).*Pengaruh Teknik Relaksasi Nafas Dalam Terhadap Kecemasan DalamMenghadapi Persalinan Pada Ibu Hamil*.Jurnal Kebidanan
- Johariyah dan Ema,W.N.(2019).*Asuhan Kebidanan Persalinan & Bayi Baru Lahir*.DKI Jakarta
- Kemenkes RI. *Profil Kesehatan Indonesia tahun 2017*. Jakarta : Kemenkes RI; 2017.
- Kemenkes RI. *Profil Kesehatan Indonesia tahun 2018*. Jakarta : Kemenkes RI; 2018.
- Kemenkes RI. *Profil Kesehatan Indonesia tahun 2019*. Jakarta : Kemenkes RI; 2019.
- Roayati,P.(2010). *Buku Saku Asuhan Kebidanan Ibu Bersalin*:Jakarta:Kedokteran EGC
- Rini Fitriani,(2014).*Pengaruh Teknik Relaksasi Nafas Dalam Terhadap Respon Pada Pasien Inpartu Kala 1 Fase Laten Di Rskdia Fatimah Makasar*.Jurnal Kesehatan.
- Wawan, A dan Dewi, M. (2019). *Teori dan Pengukuran Pengetahuan Sikap dan Perilaku Manusia*. Yogyakarta : Nuha Medika
- Pramesti Ramadhini(2018) *Gambaran Pengetahuan Ibu Bersalin Tentang Relaksasi Nafas pada Persalinan Di Puskesmas Padusuka Tahun 2017*.Jurnal Sehat Masad



**INFORMEND CONSENT**

Yang bertanda tangan dibawah ini :

Nama :

Umur :

Pekerjaan :

Alamat :

Dengan ini saya bersedia menjadi responden pada penelitian dengan judul gambaran pengetahuan ibu bersalin kala 1 tentang relaksasi nafas pada persalinan di klinik pratama bertha tahun 2020, menyatakan/tidak bersedia menjadi responden dalam pengambilan data untuk penelitian ini dengan catatan bila suatu waktu saya merasa dirugikan dalam bentuk apapun, saya berhak membatalkan persetujuan ini. Saya percaya apa yang saya informasikan dijamin kerahasiaannya.

Medan, April 2020  
Responden

( )



**KUESONER**

Gambaran Pengetahuan Ibu Bersalin Kala 1 Tentang Relaksasi Pada Persalinan Di  
Klinik Pratama Bertha Tahun 2020

Petunjuk

1. Isilah identitas Ibu secara lengkap dan benar
2. Bacalah dengan teliti pertanyaan sebelum Ibu menjawab
3. Berilah jawaban yang benar dan sejujurnya menurut pendapat ibu agar diperoleh data yang benar, akurat dan objektif.

A. Karakteristik Responden

1. Nama Ibu :
2. Umur Ibu :
3. G...P...A :
4. Pendidikan terakhir ibu :
  - 1) SD
  - 2) SMP
  - 3) SMA
  - 4) Perguruan Tinggi
5. Pekerjaan Ibu
  - 1) IRT
  - 2) Buruh pabrik
  - 3) PNS



1. Menurut ibu apa yang dimaksud dengan relaksasi ?
  - A. Relaksasi adalah suatu cara yang alamiah untuk mengurangi nyeri pada persalinan
  - B. Teknik untuk mencapai kondisi rileks pada saat persalinan
  - C. Proses mengistirahatkan tubuh dan pikiran
2. Menurut ibu kapan sebaiknya relaksasi dilakukan ?
  - A. Pada saat ibu mengalami kontraksi pada kala 1
  - B. Pada saat ibu mengalami kontraksi kala 3
  - C. Pada saat ibu memasuki kala 4
3. Menurut ibu bagaimanakah cara ibu mengatasi nyeri pada persalinan?
  - A. Berbaring di tempat tidur dan menangis
  - B. Berjalan-jalan
  - C. Melakukan relaksasi yang benar
4. Menurut ibu apa manfaat relaksasi untuk persalinan?
  - A. Mengurangi ketegangan pada ibu yang meningkatkan persepsi terhadap nyeri dan menurunkan toleransi terhadap nyeri
  - B. Mempermudah persalinan dan mempercepat pembukaan
  - C. Menghilangkan rasa nyeri yang berlebihan
5. Menurut ibu apa tujuan relaksasi untuk persalinan?
  - A. Untuk mempermudah proses persalinan dan menghilangkan nyeri
  - B. Mengurangi kecemasan dan ketakutan agar ibu dapat beradaptasi dengan nyeri selama proses persalinan



- C. Kondisi ibu akan semakin tenang, dan tidak merasakan nyeri pada persalinan
6. Menurut ibu relaksasi seharusnya diberikan pada saat kapan?
- A. Pada saat terjadi mules pada perut
  - B. Pada saat pembukaan lengkap
  - C. Pada saat adanya pembukaan pada jalan lahir dan kontraksi semakin kuat
7. Menurut ibu bagaimana teknik pernafasan yang benar?
- A. Dengan cara berteriak
  - B. Dengan cara relaksasi nafas cepat
  - C. Bernafas sambil mengedan
8. Menurut ibu bagaimana mengatasi stres persalinan sehingga ibu dapat lebih sedikit membutuhkan bantuan dalam menghadapi kontraksi kuat atau pada saat mengejan.
- A. Melakukan relaksasi pernafasan dengan benar untuk menetralkan nyeri kontraksi
  - B. Mengatur posisi ibu untuk posisi melahirkan
  - C. Melakukan persiapan terlebih dahulu selama kehamilan untuk persalinan
9. Menurut ibu mengapa penting dilakukan/ diajarkan teknik pernafasan pada persalinan?
- A. Untuk mempermudah proses persalinan dan ibu lebih merasa rileks saat ada kontraksi



B. Membebaskan ibu dari rasa tidak nyaman

C. Membantu ibu untuk lebih percaya diri terhadap persalinannya

10. Menurut ibu bagaimana cara mengambil nafas yang benar dalam persalian?

A. Dengan cara menahan nafas dan mengeluarkan dari hidung

B. Dengan cara berteriak dan menghembuskan nafas dari mulut sambil mengedan

C. Mengambil nafas dari hidung secara lambat dan menghembuskannya dari mulut secara perlahan

11. Menurut ibu apa salah satu teknik relaksasi ?

A. Menarik dan mengeluarkan nafas dalam setelah masing-masing kontraksi, relaksasi dapat diajarkan ketika seorang ibu berada di persalinan aktif

B. Menghirup nafas panjang dan menghembuskan dari hidung

C. Bernafas lambat, bernafas ringan dan bernafas saat mengedan

12. Menurut ibu apa salah satu kebutuhan seseorang wanita dalam proses persalinan?

A. Pemenuhan kebutuhan fisik, kehadiran seorang pendamping dan keringanan atas rasa sakit

B. Menjelaskan apa itu rasa nyeri terhadap ibu bersalin

C. Memberikan informasi kepada ibu bersalin tentang nyeri persalinan



**KUNCI JAWABAN KUESIONER**

- 1.A. Relaksasi adalah suatu cara yang alamiah untuk mengurangi nyeri pada persalinan
- 2.A. Pada saat mengalami kontraksi di kala 1
- 3.C. Melakukan relaksasi yang benar
- 4.A.Mengurangi ketegangan pada ibu yang meningkatkan persepsi terhadap nyeri dan menurunkan toleransi terhadap nyeri
- 5.B.Mengurangi kecemasan dan ketakutan agar ibu dapat beradaptasi dengan nyeri selama proses persalinan
- 6.C. Pada saat adanya pembukaan pada jalan lahir dan kontraksi semakin kuat
- 7.C. Bernafas sambil mengedan
- 8.A. Melakukan relaksasi pernafasan dengan benar untuk menetralkan nyeri kontraksi
- 9.C. Membantu ibu untuk lebih percaya diri dalam menghadapi nyeri persalinan
- 10.C .mengambil nafas dari hidung secara lambat dan menghembuskannya dari mulut secara perlahan
- 11.A.menarik dan mengeluarkan nafas dalam setelah masing-masing kontraksi,relaksasi dapat di ajarkan ketika ibu berada di persalinan aktif
- 12.A. Pemenuhan kebutuhan fisik, kehadiran seorang pendamping dan keringanan atas rasa sakit





## MASTER DATA

master data - Excel

lannazlah160h@gmail.com

FileHomeInsertPage LayoutFormulasDataReviewViewHelpTell me what you want to do

ClipboardFontAlignmentNumberStylesCellsEditing

B1	X	✓	f	Nama Responden																					
A	B	C	D	E	F	G	H	I	J	K	L	M	N	O	P	Q	R	S	T	U	V	W	X	Y	Z
1	NO	Nama Responden	Pertanyaan (P)	P1	P2	P4	P5	P6	P7	P8	P9	P10	P11	P12	Skor	Tingkat Keterserahan	Pendidikan	Pekerjaan	Umur	paritas					
2	1	Halimah	1	1	1	0	0	0	0	0	0	0	0	0	4	2	SD	RT	35	3					
3	2	Laili	1	1	0	0	1	1	0	0	0	0	0	0	4	2	SNP	RT	20	2					
4	3	Anggi	0	0	0	0	0	1	1	0	0	0	0	0	3	3	SNP	RT	20	1					
5	4	Lurita	1	1	0	1	0	1	0	0	0	0	0	0	4	2	SMA	BURUH	24	1					
6	5	Diki Khelis	1	1	0	0	1	0	1	0	0	0	0	0	4	2	SD	RT	35	3					
7	6	Rika	1	1	1	0	0	0	0	0	0	0	0	0	3	3	SD	RT	35	3					
8	7	Malia Devani	1	1	0	0	1	0	0	0	0	1	0	0	4	2	SNP	RT	30	3					
9	8	Peti	0	0	0	0	1	0	1	0	0	1	0	0	3	3	SD	RT	35	3					
10	9	Desi safri	0	1	0	0	0	1	0	0	0	1	0	0	3	3	SD	RT	35	3					
11	10	Pity	0	1	0	0	1	0	0	1	0	0	0	0	3	3	SD	RT	35	2					
12	11	Sabijah	1	0	0	0	0	0	0	1	0	0	0	1	4	2	SNP	RT	32	3					
13	12	Desi Indrayayu	0	0	0	0	0	0	1	0	0	0	0	0	3	3	SNP	RT	27	1					
14	13	Windi	0	2	0	0	0	0	0	0	0	1	0	0	3	3	SMA	BURUH	30	2					
15	14	Henny	1	1	0	0	1	0	0	0	0	1	0	0	4	2	SD	RT	35	3					
16	15	Andrian	0	1	0	0	0	0	1	0	0	1	1	0	4	2	SNP	RT	27	2					
17	16	Ayu Arika	1	1	0	0	0	1	1	0	0	1	0	0	4	2	SD	RT	35	3					
18	17	wulan	1	1	1	0	0	0	0	0	0	0	0	0	3	3	SNP	RT	21	2					
19	18	Mariah	1	1	1	0	1	1	1	0	0	0	1	0	4	2	SMA	BURUH	22	1					
20	19	Ani	0	0	0	0	0	0	1	0	0	0	0	0	2	3	SMA	RT	21	1					
21	20	Meni	0	0	0	0	0	0	0	0	0	1	0	0	2	3	SD	RT	35	2					
22	21	Aida	1	0	1	1	0	0	1	0	1	0	0	0	3	3	SMA	RT	20	1					
23	22	Efira	1	0	0	0	0	0	0	0	0	1	0	0	2	3	SD	RT	35	3					
24	23	Idiprah	1	0	0	0	0	1	0	0	0	1	0	0	4	3	SNP	RT	35	2					
25	24	Desi wulan	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	1	0	6	3	SMA	RT	22	2					
26	25	Shirahayu	0	1	0	1	1	1	1	0	1	0	0	1	8	2	SD	RT	20	2					
27	26	Rosa wati	0	0	0	1	1	0	1	0	0	1	0	0	8	2	SMA	RT	20	1					
28	27	Devi Diani	1	0	0	1	0	1	0	0	0	1	0	1	7	2	SD	RT	35	4					
29	28	Ardita	0	0	0	0	0	1	1	0	0	1	0	1	4	3	SMA	BURUH	23	1					
30	29	Andra	1	1	0	1	0	0	0	1	0	0	1	0	6	3	SNP	RT	26	4					
31	30	Kiki	1	1	0	0	0	0	1	0	0	0	0	0	9	3	SNP	RT	20	2					

Sheet1

1

100%

15.56

ENG

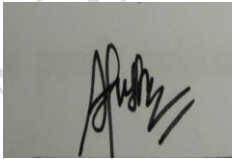
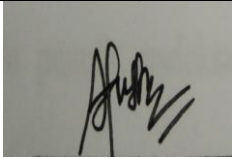
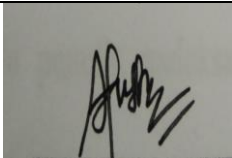
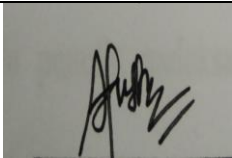


**DAFTAR KONSULTASI**

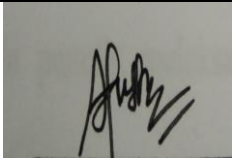
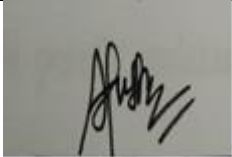
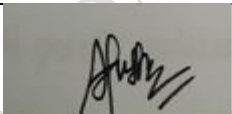
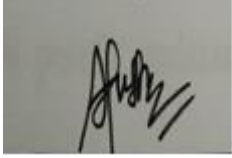



NAMA: DEWI WIRAYANTI S

NIM : 022017027


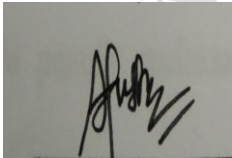
PRODI: D3 KEBIDANAN

Hari/ tanggal	Saran/perbaikan	Konsultasi	Pembimbing	Tanda tangan
01 juli 2020	Belum ada	Skripsi	Aprilita Br Sitepu,SST.,M.K.M	
04 juli 2020	Pebaikan tentang tabel bab 5 dan asumsi peneliti, pembahasan dan penambahan jurnal	Bab5 dan 6	Aprilita Br Sitepu,SST.,M.K.M	
06 juli 2020	Pengaturan spasi pada tabel, lengkapi daftar pustaka, dan jurnal	Bab 5	Aprilita Br Sitepu,SST.,M.K.M	
07 juli 2020	Sidang hasil dan pengurangan judul dalam skripsi, dikarenakan adanya melakukan observasi pada judul sehingga terhahalang untuk melakukannya akibat covid 19	Revisi skripsi	Aprilita Br Sitepu,SST.,M.K.M	



09 juli 2020	Perbaikan teori dan jurnal, hasil penelitian bab 5	Revisi skripsi	Aprilita Br Sitepu,SST,.,M.K.M	
10 juli 2020	Perbaikan tabel penelitian, pembahasan, asumsi peneliti, dab bab 6	Revisi skripsi	Aprilita Br Sitepu,SST,.,M.K.M	
13 juli 2020	ACC Jilid	Skripsi	Aprilita Br Sitepu,SST,.,M.K.M	
14 juli 2020	Sidang hasil	Skripsi	Aprilita Br Sitepu,SST,.,M.K.M	
20 juli 2020	Perbaikan posisi tabel, perjelas asumsi peneliti, perbaikan kesimpulan dan saran	Revisi skripsi	Risda Manik,SST,.,M.K.M	
23 juli 2020	ACC Kembali kepembimbing	Revisi skripsi	Risda Manik,SST,.,M.K.M	
27 juli 2020	Perbaikan penulisan cover, spasi pada penulisan bab, daftar pustaka, lengkapi lampiran	Revisi skripsi	Desriati Sinaga,SST,.,M.Keb	



28 juli 2020	ACC kembali kepembimbing	Revisi skripsi	Desriati Sinaga,SST,.M.Keb	
29 juli 2020	Perbaikan penulisan nama dan gelar dosen	Skripsi	Aprilita Br Sitepu,SST,.M.K.M	



**STIKes SANTA ELISABETH MEDAN  
PROGRAM STUDI DIII KEBIDANAN**

Jl. Bunga Terompet No. 118, Kel. Sempakata Kec. Medan Selayang

Telp. 061-8214020, Fax. 061-8225509 Medan - 20131

PRODI DIIIKEBIDANAN E-mail :stikes.elisabeth@yahoo.co.id Website: www.stikeselisabethmedan.ac.id

**PENGAJUAN JUDUL PROPOSAL**

JUDUL PROPOSAL : Gambaran Pengetahuan Ibu bersalin kala 1  
tentang Relaksasi Nafas dalam mengurangi  
nyeri Persalinan di klinik Pratama Bertha  
2020

Nama Mahasiswa : Dewi Wirayanti S

NIM : 012017027

Program Studi : D3 Kebidanan STIKes Santa Elisabeth Medan

Medan 14 Februari 2020



(Anita Veronika, S.SiT., MKM)

Mahasiswa

( Dewi Wirayanti )



## STIKes SANTA ELISABETH MEDAN PROGRAM STUDI DIII KEBIDANAN

Jl. Bunga Terompet No. 118, Kel. Sempakata Kec. Medan Selayang  
Telp. 061-8214020, Fax. 061-8225509 Medan - 20131

PRODI DIIIKEBIDANAN E-mail :stikes.elisabeth@yahoo.co.id Website: www.stikeselisabethmedan.ac.id

### USULAN JUDUL SKRIPSI DAN TIM PEMBIMBING

1. Nama Mahasiswa : Dewi Wirayanti S
2. NIM : 022017024
3. Program Studi : D3 Kebidanan STIKes Santa Elisabeth Medan.
4. Judul : Gambaran Pengetahuan Ibu bersalin kala 1  
tentang relaksasi napas dalam mengurangi  
nyeri Persalinan di Klinik Pratama Bertha  
2020

5. Tim Pembimbing :

Jabatan	Nama	Kesediaan
Pembimbing	Artulita Sibero, SST., M.K.M	Apus

6. Rekomendasi : Gambaran Pengetahuan Ibu bersalin kala 1  
tentang relaksasi napas dalam mengurangi nyeri Persalinan  
di Klinik Pratama Bertha 2020

Yang tercantum dalam usulan Judul diatas:

- a. Dapat diterima judul:
- b. Lokasi penelitian dapat diterima atau dapat diganti dengan pertimbangan obyektif.
- c. Judul dapat disempurnakan berdasarkan pertimbangan ilmiah.
- d. Tim Pembimbing dan mahasiswa diwajibkan menggunakan buku panduan penulisan Proposal penelitian dan skripsi, dan ketentuan khusus tentang Skripsi yang terlampir dalam surat ini.

Medan, 14 Januari 2020

Ketua Program Studi D3 Kebidanan



(Anita Veronika, S.SiT., M.KM)





## STIKes SANTA ELISABETH MEDAN KOMISI ETIK PENELITIAN KESEHATAN

Jl. Bunga Terompet No. 118, Kel. Sempakata, Kec. Medan Selayang

Telp. 061-8214020, Fax. 061-8225509 Medan - 20131

E-mail: stikes\_elisabeth@yahoo.co.id Website: www.stikeselisabethmedan.ac.id

KOMISI ETIK PENELITIAN KESEHATAN  
HEALTH RESEARCH ETHICS COMMITTEE  
STIKES SANTA ELISABETH MEDAN

**KETERANGAN LAYAK ETIK**  
DESCRIPTION OF ETHICAL EXEMPTION  
"ETHICAL EXEMPTION"  
No.0096/KEPK-SE/PE-DT/IV/2020

Protokol penelitian yang diusulkan oleh :  
The research protocol proposed by

Peneliti Utama : Dewi Wirayanti, S  
Principal In Investigator

Nama Institusi : STIKes Santa Elisabeth Medan  
Name of the Institution

Dengan judul:  
Title

**"Gambaran Pengetahuan Ibu Bersalin Kala I tentang Relaksasi Nafas dengan Nyeri Persalinan di Klinik Pratama Bertha Tahun 2020"**

Dinyatakan layak etik sesuai 7 (tujuh) Standar WHO 2011, yaitu 1) Nilai Sosial, 2) Nilai Ilmiah, 3) Pemerataan Beban dan Manfaat, 4) Risiko, 5) Bujukan/Eksploitasi, 6) Kerahasiaan dan Privacy, dan 7) Persetujuan Setelah Penjelasan, yang merujuk pada Pedoman CIOMS 2016. Hal ini seperti yang ditunjukkan oleh terpenuhinya indikator setiap standar.

*Declared to be ethically appropriate in accordance to 7 (seven) WHO 2011 Standards, 1) Social Values, 2) Scientific Values, Equitable Assessment and Benefits, 4) Risks, 5) Persuasion/Exploitation, 6) Confidentiality and Privacy, and 7) Informed Consent, referring to the 2016 CIOMS Guidelines. This is as indicated by the fulfillment of the indicators of each standard.*

Pernyataan Laik Etik ini berlaku selama kurun waktu tanggal 01 April 2020 sampai dengan tanggal 01 September 2020.

*This declaration of ethics applies during the period April 01, 2020 until September 01, 2020.*

April 01, 2020  
Chairperson,

Mestiana Br. Karo, M.Kep. DNSc.



KLINIK PRATAMA BERTHAH

JL. SUASA TENGAH, MEDAN HILIR, KEC MEDAN DELI, KOTA MEDAN

Medan, 21 Februari 2020

Nomor : Perihal : surat balasan penelitian

Berdasarkan surat saudara tanggal 21 Februari 2020, perihal izin melakukan penelitian di Klini Pratama Bertha maka bersama ini kami sampaikan kepada program studi pendidikan DIII Kebidanan Stikes Santa Elisabeth Medan bahwa mahasiswa yang berketerangan di bawah ini:

Nama : Dewi wirayanti silalahi

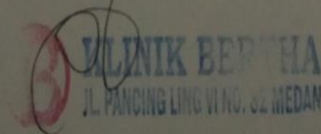
Nim : 022017027

Judul penelitian : "Gambaran Pengetahuan Ibu Bersalin Tentang Relaksasi Nafas

Dalam Pengurangan Nyeri Persalinan Di Klinik Pratama  
Bertha Tahun 2020"

Telah kami setuju untuk melaksanakan penelitian pada Klinik kami. Demikian surat ini kami sampaikan dan atas kerjasamanya kami mengucapkan terima kasih.

Klinik Pratama Bertha



(dr.Regina Br Sembiring)