

**EFEKTIVITAS TEKNIK RELAKSASI PROGRESIF TERHADAP NYERI
LUKA EPISIOTOMI PADA IBU POST PARTUM DI RSUD**

Dr. MOEWARDI SURAKARTA

SKRIPSI

**Diajukan Sebagai Salah Satu Syarat
Untuk Meraih Gelar Sarjana Keperawatan**



Oleh:

WIWIK ERNAWATI
J. 210 060 099

**FAKULTAS ILMU KESEHATAN
UNIVERSITAS MUHAMMADIYAH SURAKARTA**

2011

PENGESAHAN

**EFEKTIVITAS TEKNIK RELAKSASI PROGRESIF TERHADAP NYERI
LUKA EPISIOTOMI PADA IBU POST PARTUM DI RSUD
Dr. MOEWARDI SURAKARTA**

Diajukan oleh:

WIWIK ERNAWATI
J. 210 060 099

Telah dipertahankan di depan dewan penguji
pada tanggal 26 Juli 2011 dan dinyatakan telah memenuhi syarat

Susunan Dewan Penguji:

1. Winarsih Nur A, S.Kep. Ns. ETN. M.Kep (.....)
2. Kartinah, A.Kep. S.Kep. (.....)
3. Arum Pratiwi, S.Kp.M.Kes (Kep) (.....)

Surakarta, 26 Juli 2011
Fakultas Ilmu Kesehatan
Universitas Muhammadiyah Surakarta
Dekan,

(Arif Widodo, A.Kep.,M.Kes.)

PERNYATAAN

Dengan ini, saya menyatakan bahwa dalam skripsi ini tidak terdapat karya yang pernah diajukan untuk memperoleh gelar kesarjanaan di suatu Perguruan Tinggi dan sepanjang pengetahuan saya juga tidak terdapat karya atau pendapat yang pernah ditulis atau diterbitkan oleh orang lain kecuali yang secara tertulis diacu dalam naskah dan disebutkan dalam daftar pustaka.

Apabila kelak dikemudian hari terbukti ada ketidakbenaran dalam pernyataan saya di atas, maka saya akan bertanggung jawab sepenuhnya.

Surakarta, Agustus 2011

Wiwik Ernawati

MOTTO

“Sesungguhnya sesudah kesulitan itu ada kemudahan, maka apabila kamu telah selesai dari suatu urusan, kerjakanlah dengan sungguh-sungguh urusan yang lain, dan hanya kepada Allah SWT kamu berharap”.

(QS. Alam Nasyrat : 6-8)

“Carilah ilmu, karena apabila engkau menjadi orang fakir maka ilmu itulah hartamu, sedangkan jika engkau kaya maka itu perhiasan dirimu”.

(Lukman Al Hakim)

“Segalanya tercapai kalau kamu yakin, Keyakinanlah yang membuat segalanya tercapai”. (Frank Lyod Wright)

“ Nikmati hidup karena hidup itu sungguh luar biasa!”

“Hidup adalah perjalanan yang indah”.

(Bob Proctor)

“Ketika kita berusaha untuk meraih apa yang kita inginkan, tentu banyak tantangan yang harus dihadapi, maka hadapi semuanya dengan kesadaran dan optimis”. (Penulis)

“Tiada kesuksesan dan kebahagiaan yang dapat diraih tanpa adanya cucuran keringat dan usaha”.(Penulis)

“Ada saatnya perlu waktu untuk sendiri, dan saat itu kamu bisa lebih focus dengan apa yang kamu lakukan”. (Penulis)

PERSEMBAHAN

Skripsi ini penulis persembahkan kepada:

- Kedua orang tuaku yang dengan segenap cinta, doa dan dukungannya bagi peneliti.
- Sahabat-sahabatku atas segala dukungannya.
- Almamater tercinta.

KATA PENGANTAR

Assalamu'alaikum Wr. Wb

Alhamdulillah, segala puji syukur pada ALLAH SWT, yang senantiasa melimpahkan nikmatNya serta selalu memberikan yang terbaik bagi hamba-Nya. Dengan kekuatan dan hidayah-Nya penulis dapat menyelesaikan skripsi sebagai syarat untuk memperoleh gelar sarjana keperawatan dengan judul *“Efektivitas Teknik Relaksasi Progresif terhadap Nyeri Luka Episiotomi Pada Ibu Post Partum Di RSUD Dr. Moewardi Surakarta ”*.

Dalam penyusunan skripsi ini, penulis banyak menghadapi kesulitan dan hambatan, namun berkat bantuan dari berbagai pihak, maka penulis dapat menyelesaikan penyusunan skripsi ini tidak lupa penulis mengucapkan terima kasih yang sebanyak-banyaknya kepada :

1. Prof. Dr. Bambang Setiaji selaku rektor Universitas Muhammadiyah Surakarta.
2. Arif Widodo, A.Kep., M.Kes. selaku Dekan Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas Muhammadiyah Surakarta.
3. Winarsih Nur Ambarwati, S.Kep., Ns, ETN, M.Kep. selaku ketua program studi keperawatan Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas Muhammadiyah Surakarta dan selaku pembimbing I yang telah memberikan bimbingan, saran, serta arahan dalam penyusunan skripsi ini.
4. Kartinah, A.Kep. S.Kep selaku pembimbing II yang telah memberikan bimbingan, saran, serta arahan dalam penyusunan skripsi ini.
5. Arum Pratiwi, SKp, M.Kes (Kep) selaku penguji yang telah meluangkan waktu dan memberikan bimbingan serta arahan selama proses penyusunan skripsi ini berlangsung.
6. Seluruh staf pengajar ProgdI S1 Keperawatan Fakultas Ilmu Kesenatan Universitas Muhammadiyah Surakarta yang telah membimbing sehingga penulis mendapatkan ilmu dan bekal dalam penyusunan skripsi ini.
7. Ibu dan bapak tercinta yang telah memberikan dukungan baik materiil

maupun spiritual dalam penyusunan skripsi ini.

8. Adik-adikku dan keluarga besarku tersayang. Makasih buat bantuan do'a, semangat dan kasih sayang dalam tali persaudaran yang indah ini..
9. Sahabatku (Handy, anita, sulasmi, echo, fiza, tia, dian, hidayah) makasih untuk dukungan dan doanya, persahabatan kita adalah sesuatu yang indah.
10. Teman-teman satu perjuangan "Keperawatan S1 angkatan 2006" teruskan perjuangan untuk esok yang lebih baik.
11. Serta semua pihak yang tidak bisa penulis sebutkan satu persatu yang telah memberikan dukungan dan dorongan dalam penyelesaian skripsi ini.

Mengingat segala keterbatasan yang ada, tentunya penelitian ini masih jauh dari sempurna. Oleh karena itu, penulis menerima saran dan kritik yang membangun demi perbaikan selanjutnya.

Akhir kata penulis berharap semoga penelitian ini dapat bermanfaat bagi penulis maupun pengembangan ilmu pengetahuan pada umumnya dan ilmu keperawatan khususnya.

Wassalamu'alaikum Wr. Wb

Surakarta, Agusutus 2011

Penulis

**HALAMAN PERNYATAAN PERSETUJUAN PUBLIKASI SKRIPSI
UNTUK KEPENTINGAN AKADEMIS**

Sebagai civitas akademik Universitas Muhammadiyah Surakarta, saya yang bertanda tangan dibawah ini:

Nama : Wiwik Ernawati
NIM : J 210 060 099
Program Studi : Keperawatan S1
Fakultas : Ilmu Kesehatan
Jenis Karya : Skripsi

Demi pengembangan ilmu pengetahuan, menyetujui untuk memberikan kepada Universitas Muhammadiyah Surakarta **Hak Bebas Royalti Noneksklusif (*Non-exclusive Royalty - Free Right*)** atas karya ilmiah saya yang berjudul: EFEKTIVITAS TEKNIK RELAKSASI PROGRESIF TERHADAP NYERI LUKA EPISIOTOMI PADA IBU POST PARTU DI RSUD Dr. MOEWRDI SURAKARTA.

Beserta perangkat yang ada (jika diperlukan). Dengan Hak Bebas Royalti Noneksklusif ini Universitas Muhammadiyah Surakarta berhak menyimpan, mengalih media / formatkan, mengelola dalam bentuk pangkalan data (*database*), merawat dan mempublikasikan skripsi saya selama tetap mencantumkan nama saya sebagai penulis / pencipta dan sebagai pemilik Hak Cipta.

Demikian pernyataan ini saya buat dengan sebenarnya.

Dibuat di : Surakarta

Pada Tanggal :

Yang menyatakan,

(Wiwik Ernawati)

**EFEKTIVITAS TEKNIK RELAKSASI PROGRESIF TERHADAP
NYERI LUKA EPISIOTOMI PADA IBU POST PARTUM
DI RSUD Dr. MOEWARDI SURAKARTA**

Oleh :Wiwik Ernawati

Abstrak

Nyeri merupakan salah satu gejala atau keluhan yang menyebabkan seseorang harus mencari pertolongan kesehatan. Kondisi tersebut dapat mengganggu atau membahayakan kualitas hidup seseorang yang mengalaminya. Nyeri yang terjadi pada ibu post partum yang dilakukan tindakan episiotomi dapat mempengaruhi kondisi ibu seperti ibu sulit beristirahat, cemas akan kemampuannya merawat bayi, stress dan ibu sukar tidur. Selain itu pemenuhan ASI pada bayi berkurang dan keluarga akan repot untuk mengurus ibu dan bayi. Perawat harus mengenali masalah nyeri dan membantu pasien untuk mengurangi atau menghilangkan serta memberikan rasa nyaman. Manajemen nyeri yang digunakan untuk mengatasi nyeri luka episiotomi adalah teknik relaksasi progresif. Karena teknik relaksasi progresif yang dilakukan dapat bermanfaat untuk mengurangi nyeri, mempercepat penyembuhan luka, mengurangi nyeri kepala. Tujuan penelitian ini adalah untuk mengetahui pengaruh teknik relaksasi progresif terhadap penurunan tingkat nyeri luka episiotomi pada ibu post partum di RSUD Dr. Moewardi Surakarta. Penelitian ini adalah penelitian *pra-eksperimen dengan one group pra-test-posttest design*. Sampel penelitian 64 ibu post partum di RSUD Dr. Moewardi Surakarta dengan luka episiotomi. Teknik pengolahan data menggunakan teknik analisis *Marginal Homogeneity Test*. Berdasarkan hasil penelitian dan pembahasan, maka kesimpulan dari penelitian ini adalah: (1) nyeri luka episiotomi ibu *post partum* sebelum terapi relaksasi progresif pada ibu *post partum* di RSUD Dr. Moewardi Surakarta rata-rata adalah mengganggu kenyamanan, (2) nyeri luka episiotomi ibu *post partum* sesudah terapi relaksasi progresif pada ibu *post partum* di RSUD Dr. Moewardi Surakarta rata-rata adalah nyeri ringan, dan (3) ada pengaruh yang signifikan relaksasi progresif terhadap penurunan nyeri luka episiotomi pada ibu *post partum* yang dilakukan episiotomi di RSUD Dr. Moewardi Surakarta.

Kata kunci: *nyeri, luka episiotomi, post partum, relaksasi progresif.*

**THE EFFECTIVENESS OF RELAXATION PROGRESSIVE TECHNIQUES ON
PAIN EPISIOTOMY INJURY TO POST PARTUM MOTHER AT
DR. MOEWARDI HOSPITAL OF SURAKARTA**

By: Wiwik Ernawati

Abstract

Pain is one symptom or complaint that causes a person should seek medical help. Such conditions may interfere or endanger the quality of life of someone who experienced it. Pain that occurs in the post partum mother that performed episiotomy actions can affect the condition of mothers, such as difficult to rest, worried about its ability to treat infants, maternal stress and sleeplessness. Besides the fulfillment of breast milk in infants is reduced and the family would bother to take care of mother and baby. Nurses must recognize the problem of pain and helping patients to reduce or eliminate and provide comfort. Pain management used to treat pain on episiotomy wound is progressive relaxation techniques. Because of progressive relaxation techniques is useful to reduce pain, accelerate wound healing, reduce headache. The purpose of this study was to determine the effect of progressive relaxation techniques to decrease the level of pain on episiotomy wound in post partum mothers at Dr. Moewardi Hospitals of Surakarta. This study is a pre-experimental study with a one group pre-test-posttest design. Study sample 64 mothers postpartum mothers at Dr. Moewardi hospitals of Surakarta with an episiotomy wound. Data processing techniques using marginal Homogeneity analysis techniques Test. Based on the results of research and discussion, the conclusions of the study are: (1) episiotomy wound pain on post-partum mothers before progressive relaxation therapy at Dr. Surakarta Hospitals of Moewardi average is disturb the comfort, (2) episiotomy wound pain on maternal post partum after progressive relaxation therapy at Dr. Moewardi Hospitals of Surakarta average is mild pain, and (3) there is significant effect of progressive relaxation in reducing pain on post partum episiotomy wound to women who do an episiotomy in Dr. Moewardi Hospitals of Surakarta.

Key words: *pain, episiotomy wounds, post partum, progressive relaxation.*

DAFTAR ISI

	Halaman
HALAMAN JUDUL.....	i
HALAMAN PERSETUJUAN.....	ii
PERNYATAAN.....	iv
MOTTO.....	v
PERSEMBAHAN.....	vi
KATA PENGANTAR.....	vi
HALAMAN PERNYATAAN PERSETUJUAN PUBLIKASI.....	vii
ABSTRAK.....	viii
<i>ABSTRAC</i>	ix
DAFTAR ISI.....	x
DAFTAR GAMBAR.....	xii
DAFTAR TABEL.....	xiii
DAFTAR LAMPIRAN.....	xiv
BAB I PENDAHULUAN	
A. Latar Belakang.....	1
B. Rumusan Masalah.....	4
C. Tujuan Penelitian.....	5
D. Manfaat Penelitian.....	5
E. Keaslian Penelitian.....	6
BAB II LANDASAN TEORI	
A. Relaksasi Progresif.....	9
B. Nyeri.....	10
C. Luka Episiotomi.....	20
D. Post Partum.....	22
E. Nyeri Post Partum.....	28
F. Dampak Nyeri Episiotomi.....	29

G. Kerangka Teori.....	30
H. Kerangka Konsep.....	31
I. Hipotesis.....	32
BAB III METODE PENELITIAN	
A. Jenis dan Rancangan Penelitian	33
B. Waktu dan Tempat Penelitian	33
C. Populasi dan Sampel	34
D. Variabel Penelitian	36
E. Definisi Operasional	36
F. Instrumen Penelitian	37
G. Validitas dan Reliabilitas	38
H. Analisa Data.....	39
I. Etika Penelitian	40
J. Jalanya Pelaksanaan Penelitian	41
BAB IV HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN	
A. Karakteristik Responden	44
1. Distribusi Responden menurut Umur.....	44
2. Distribusi Responden menurut Pekerjaan	46
3. Distribusi Responden menurut Urutan Kelahiran	46
4. Distribusi Responden menurut Komplikasi	47
5. Distribusi Responden menurut Jenis Persalinan	48
B. Analisis Univariat.....	49
1. Nyeri Luka Episiotomi Pasien Sebelum Perlakuan	49
2. Nyeri Luka Episiotomi Pasien Sesudah Perlakuan	51

C. Analisis Bivariat.....	52
D. Keterbatasan Penelitian.....	57
BAB IV KESIMPULAN DAN SARAN	
A. Kesimpulan	58
B. Saran.....	58
DAFTAR PUSTAKA	
LAMPIRAN	

DAFTAR GAMBAR

Gambar 2.1 Efektivitas Teknik Relaksasi Progresif Terhadap Nyeri Luka Episiotomi pada Ibu Post Partum di RSUD Dr. Moewardi Surakarta	30
Gambar 2.2 Kerangka Konsep Penelitian	31

DAFTAR TABEL

Tabel 3.1 Rancangan Penelitian	33
Tabel 4.1. Distribusi Umur Responden.....	44
Tabel 4.2. Distribusi Responden menurut Pekerjaan	46
Tabel 4.3. Distribusi Responden menurut Urutan Melahirkan	47
Tabel 4.4. Distribusi Responden menurut Komplikasi Persalinan	47
Tabel 4.5. Distribusi Responden menurut Jenis Persalinan	48
Tabel 4.6. Distribusi Nyeri luka episiotomi Sebelum Perlakuan	49
Tabel 4.7. Distribusi Nyeri luka episiotomi Sesudah Perlakuan.....	52
Tabel 4.8. Rangkuman Hasil Pengujian Hipotesis.....	53

DAFTAR LAMPIRAN

- Lampiran 1. Lembar permintaan menjadi responden
- Lampiran 2. Lembar persetujuan menjadi responden
- Lampiran 3. Lembar Observasi
- Lampiran 4. Check List Relaksasi Progresif
- Lampiran 5. Data Penelitian
- Lampiran 6. Deskripsi Data Penelitian
- Lampiran 7. Analisis Data Penelitian