

**PERBEDAAN NYERI PERSALINAN KALA I FASE
AKTIF ANTARA YANG MENGIKUTI DAN TIDAK
MENGIKUTI YOGA PRANAYAMA DI PMB YULIS
INDRIANA DAN PMB CAECILLIA WINARSIH
KOTA MALANG**

SKRIPSI



**DISUSUN OLEH:
ALIFIYAH CAHYA FIRDAUS
NIM : 1502450070**

**KEMENTERIAN KESEHATAN REPUBLIK INDONESIA
POLITEKNIK KESEHATAN KEMENKES MALANG
JURUSAN KEBIDANAN
PRODI SARJANA TERAPAN DAN PROFESI
KEBIDANAN MALANG
2019**

**Utama
alang**

**PERBEDAAN NYERI PERSALINAN KALA I FASE
AKTIF ANTARA YANG MENGIKUTI DAN TIDAK
MENGIKUTI YOGA PRANAYAMA DI PMB YULIS
INDRIANA DAN PMB CAECILLIA WINARSIH
KOTA MALANG**

SKRIPSI



**DISUSUN OLEH:
ALIFIYAH CAHYA FIRDAUS
NIM : 1502450070**

**KEMENTERIAN KESEHATAN REPUBLIK INDONESIA
POLITEKNIK KESEHATAN KEMENKES MALANG
JURUSAN KEBIDANAN
PRODI SARJANA TERAPAN DAN PROFESI
KEBIDANAN MALANG
2019**

LEMBAR PERSETUJUAN

Skripsi dengan Judul Perbedaan Nyeri Persalinan Kala I Fase Aktif antara yang Mengikuti dan tidak Mengikuti Yoga Pranayama di PMB Yulis indriana dan PMB Caecilia Winarsih Kota Malang Oleh Alifiyah Cahya Firdaus NIM 1502450070 ini telah disetujui untuk diujikan dalam Ujian Sidang Skripsi.

Pembimbing Utama,



Syiska Atik M., S.Si.T, M.Keb
NIP./NIK. 197804172002122003.

Pembimbing Pendamping,



Ita Yuliani, SST., M.Keb
NIP./NIK. 82072102

LEMBAR PENGESAHAN

Skripsi dengan Judul Perbedaan Nyeri Persalinan Kala I Fase Aktif antara yang Mengikuti dan tidak Mengikuti Yoga Pranayama di PMB Yulis indriana dan PMB Caecilia Winarsih Kota Malang Oleh Alifiyah Cahya Firdaus NIM 1502450070 ini telah dipertahankan di depan Dewan Penguji Ujian Sidang Skripsi.

Dewan Penguji

Penguji Ketua



Triatmi Andri Y., SST., M.Keb.
NIP.198101282005012002

Penguji Anggota I



Sviska Atik M., S.Si.T, M.Keb
NIP.197804172002122003

Penguji Anggota II



Ita Yuliani, SST., M.Keb
NIP.82072102

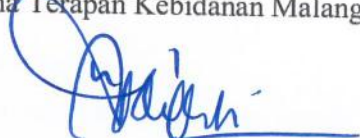
Mengetahui,

Ketua Jurusan Kebidanan
Politeknik Kesehatan Kemenkes Malang



Herawati Mansur, S.ST., M.Psi.
NIP.196501101985032002

Ketua Program Studi
Sarjana Terapan Kebidanan Malang



Ika Yudianti, S.ST., M.Keb.
NIP.198007272003122002

ABSTRACT

Firdaus, Alifiyah Cahya, 2019. *Differences in Labor Pain When One Active Phase Between Those Who Follow and Do not Participate in Yoga Pranayama at PMB Yulis Indriana and PMB Caecilia Winarsih Malang City*. Thesis Program Studi Sarjana Terapan Kebidanan Poltekkes Kemenkes Malang.

Labor pain occurs when the uterine muscles contract as an effort to open the cervix, uterine muscle hypoxia when contracting and stretching the lower uterine segment and peak pain occurs in the active phase. Yoga pranayama in labor can control pain and if done properly labor pain can be reduced. This study was conducted to determine the differences in labor pain when one active phase between those who followed and did not follow yoga pranayama. Research Design uses comparative analytical design. The population of all maternity mothers giving birth on 8-31 May 2018 was 10 respondents in Yulis Indriana PMB and 10 respondents in Caecillia Winarsih PMB. The sample size of 20 respondents was taken by total sampling technique. The instruments used are observation sheets and NRS (Numeric Rating Scale). Analysis with the Independent T-Test with α 0,05. The results of the analysis obtained p value (0.038) $< \alpha$ (0.05) which means that in the study showed there were differences in labor pain during the first active phase between those who followed and did not follow yoga pranayama. Pranayama yoga is expected to be given to mothers to reduce and control pain during labor

Keyword : Labor Pain, Pranayama Yoga

ABSTRAK

Firdaus, Alifiyah Cahya, 2019. *Perbedaan Nyeri Persalinan Kala I Fase Aktif Antara Yang Mengikuti dan Tidak Mengikuti Yoga Pranayama di PMB Yulis Indriana dan PMB Caecillia Winarsih Kota Malang. Skripsi Program Studi Sarjana Terapan Kebidanan Poltekkes Kemenkes Malang.*

Nyeri persalinan terjadi ketika otot-otot rahim berkontraksi sebagai upaya membuka servik, hipoksia otot uterus saat kontraksi dan peregangan segmen bawah rahim dan puncak nyeri terjadi pada fase aktif. Yoga pranayama dalam proses persalinan dapat mengontrol rasa nyeri dan jika dilakukan dengan tepat nyeri persalinan dapat berkurang. Penelitian ini dilakukan untuk mengetahui perbedaan nyeri persalinan kala I fase aktif antara yang mengikuti dan tidak mengikuti yoga pranayama. Design Penelitian menggunakan design analitik komparatif. Populasi seluruh ibu bersalin yang bersalin di tanggal 8-31 Mei 2018, sebanyak 10 responden di PMB Yulis Indriana dan 10 responden di PMB Caecillia Winarsih. Besar sampel sebanyak 20 responden diambil dengan teknik total sampling. Instrumen yang digunakan adalah lembar observasi dan NRS (Numeric Rating Scale). Analisa dengan Uji Independent T-Test dengan α 0,05. Hasil analisis didapatkan nilai p value $(0,038) < \alpha (0,05)$ artinya pada penelitian menunjukkan ada perbedaan nyeri persalinan kala I fase aktif antara yang mengikuti dan tidak mengikuti yoga pranayama. Diharapkan yoga pranayama diberikan pada ibu bersalin untuk mengurangi dan mengontrol nyeri selama proses persalinan

Kata Kunci : Nyeri Persalinan, Yoga Pranayama

DAFTAR ISI

SAMPUL DEPAN	
SAMPUL DALAM	
PERNYATAAN KEASLIAN TULISAN	i
LEMBAR PERSETUJUAN	ii
LEMBAR PENGESAHAN	iii
KATA PENGANTAR	iv
ABSTRAK	v
DAFTAR ISI	vi
DAFTAR TABEL	viii
DAFTAR GAMBAR	ix
DAFTAR LAMPIRAN	x
DAFTAR SINGKATAN	xi
BAB I PENDAHULUAN	
1.1 Latar Belakang	1
1.2 Rumusan Masalah	4
1.3 Tujuan	5
1.4 Manfaat	5
BAB II TINJAUAN PUSTAKA	
2.1 Konsep Persalinan	6
2.2 Konsep Nyeri Persalinan	16
2.3 Konsep Yoga	30
2.4 Pengukuran Skala Nyeri	48
2.5 Kerangka Konsep	56
2.6 Hipotesis	57
BAB III METODE PENELITIAN	
3.1 Desain Penelitian	58
3.2 Kerangka Operasional	59
3.3 Populasi, Sampel dan Sampling	60
3.4 Kriteria Sampel	60
3.5 Variabel Penelitian	61
3.6 Definisi Operasional	62
3.7 Lokasi dan Waktu Penelitian	62
3.8 Alat Pengumpulan Data	63
3.9 Metode Pengumpulan Data	63
3.10 Metode Pengolahan Data	65
3.11 Analisa Data	68
3.12 Etika Penelitian	70
BAB IV PEMBAHASAN	
4.1 Hasil Penelitian	72
4.2 Pembahasan	77
4.3 Keterbatasan Peneliti	93
BAB V KESIMPULAN DAN SARAN	
5.1 Kesimpulan	94
5.2 Saran	94

DAFTAR PUSTAKA	97
LAMPIRAN	