

ABSTRAK

Perbedaan Efektivitas Teknik Relaksasi Nafas Dalam dan Terapi Musik Klasik Terhadap Nyeri Pada Pasien *Post SC* di RSUD dr. Soedomo Trenggalek. Tsalvadilla Amanda Putrie (2024). Program Studi Sarjana Terapan Keperawatan Malang Jurusan Keperawatan Politeknik Kesehatan Malang. Dosen Pembimbing Supono, S.Kep., Ns., M.Kep., Sp.MB., Imam Subekti, S.Kp., M.Kep., Sp.Kom, Wiwin Martiningsih. M.Kep., PhD., NS.

Nyeri *post sc* yang tidak diatasi dapat menimbulkan bahaya bagi pasien. Maka, perlu dilakukan terapi non farmakologis berupa teknik relaksasi nafas dalam dan terapi musik klasik. Tujuan penelitian ini untuk mengetahui perbedaan efektivitas teknik relaksasi nafas dalam dan terapi musik klasik terhadap nyeri pada pasien *post sc*. Desain penelitian menggunakan *quasi experiment with two group pretest-posttest design*. Metode penelitian yaitu *purposive sampling* dengan 32 responden yang dibagi menjadi 2 kelompok intervensi. Instrumen penelitian menggunakan kuesioner berupa *NRS* untuk mengukur tingkat nyeri *pretest-posttest* pada masing-masing kelompok. Uji analisis data menggunakan uji *Wilcoxon*. Hasil penelitian ini diperoleh rata-rata *pretest* kelompok teknik relaksasi nafas dalam sebesar 4,38 dan *posttest* sebesar 2,31. Sedangkan *pretest* kelompok terapi musik klasik sebesar 5,06 dan *posttest* sebesar 3,94. Hasil uji *Wilcoxon pretest-posttest* kelompok teknik relaksasi nafas dalam diperoleh nilai *p-value* 0,000, sedangkan *pretest-posttest* kelompok terapi musik klasik nilai *p-value* 0,002, serta *posttest* kedua kelompok intervensi diperoleh nilai *p-value* 0,002. Kesimpulan dari penelitian ini terdapat perbedaan efektivitas teknik relaksasi nafas dalam dan terapi musik klasik terhadap nyeri pada pasien *post sc* di RSUD dr. Soedomo Trenggalek. Saran bagi rumah sakit yaitu teknik relaksasi nafas dalam dan terapi musik klasik dapat diterapkan sebagai alternatif untuk mengurangi nyeri pada pasien *post sc*.

Kata Kunci : Tingkat Nyeri, *Post Sectio Caesar*, Teknik Relaksasi Nafas Dalam, Terapi Musik Klasik.