

KARYA ILMIAH AKHIR NERS

**ASUHAN KEPERAWATAN *POST PARTUM* PADA NY. R DALAM
PENERAPAN TEKNIK RELAKSASI NAFAS DALAM DENGAN
AROMATERAPI LAVENDER UNTUK MENGURANGI NYERI
MASA NIFAS DI KLINIK PRATAMA NIAR PATUMBAK**



MEIDAR DWI ALFANI ZEGA

P07520623037

**KEMENTERIAN KESEHATAN REPUBLIK INDONESIA
POLITEKNIK KESEHATAN MEDAN
JURUSAN KEPERAWATAN
PROGRAM STUDI PROFESI NERS
2024**

KARYA ILMIAH AKHIR NERS

**ASUHAN KEPERAWATAN *POST PARTUM* PADA NY. R DALAM
PENERAPAN TEKNIK RELAKSASI NAFAS DALAM DENGAN
AROMATERAPI LAVENDER UNTUK MENGURANGI NYERI
MASA NIFAS DI KLINIK PRATAMA NIAR PATUMBAK**

Sebagai Syarat Menyelesaikan Pendidikan Program Studi
Profesi Ners



**MEIDAR DWI ALFANI ZEGA
P07520623037**

**KEMENTERIAN KESEHATAN REPUBLIK INDONESIA
POLITEKNIK KESEHATAN MEDAN
JURUSAN KEPERAWATAN
PROGRAM STUDI PROFESI NERS
2024**

LEMBAR PERNYATAAN ORISINALITAS

Saya yang bertanda tangan dibawah ini :

Nama : Meidar Dwi Alfani Zega
NIM : P07520623037
Prodi/Jurusan : Profesi Ners/Keperawatan

Menyatakan bahwa karya ilmiah akhir ners saya yang berjudul **“ASUHAN KEPERAWATAN *POST PARTUM* PADA NY. R DALAM PENERAPAN TEKNIK RELAKSASI NAFAS DALAM DENGAN AROMATERAPI LAVENDER UNTUK MENGURANGI NYERI MASA NIFAS DI KLINIK PRATAMA NIAR PATUMBAK”** ini benar-benar hasil karya saya sendiri, kecuali dalam pengutipan substansi disebutkan sumbernya dan bukan karya jiplakan. Saya bertanggung jawab atas keabsahan dan kebenaran isinya sesuai dengan kaidah ilmiah yang harus di junjung tinggi.

Demikian pernyataan ini dibuat dengan sebenarnya tanpa ada tekanan dan paksaan dari pihak manapun serta bersedia mendapatkan sanksi akademik jika ternyata di kemudian hari pernyataan ini tidak benar.

Medan, 09 Juli 2024

Penulis

Meidar Dwi Alfani Zega
P07520623037

LEMBAR PERSETUJUAN

JUDUL : ASUHAN KEPERAWATAN *POST PARTUM* PADA NY. R
DALAM PENERAPAN TEKNIK RELAKSASI NAFAS DALAM
DENGAN AROMATERAPI LAVENDER UNTUK
MENGURANGI NYERI MASA NIFAS DI KLINIK PRATAMA
NIAR PATUMBAK

NAMA : MEIDAR DWI ALFANI ZEGA

NIM : P07520623037

Telah Diterima dan Disetujui Untuk Diseminarkan Dihadapan Penguji
Medan, 28 Juni 2024

Menyetujui

Pembimbing Utama



Nani Zulfikar, S.Kep, Ns, M.Kes
NIP. 197204131997032002

Pembimbing Pendamping



Yufdel, S.Kep, Ns, M.Kes
NIP. 196406251990032002

**Ketua Jurusan Keperawatan
Kemenkes RI Politeknik Kesehatan Medan**



Dr. Amira Permata Sari Tarigan, S.Kep, Ns, M.Kes
NIP. 197703162002122001

LEMBAR PENGESAHAN

JUDUL : ASUHAN KEPERAWATAN *POST PARTUM* PADA NY. R
DALAM PENERAPAN TEKNIK RELAKSASI NAFAS DALAM
DENGAN AROMATERAPI LAVENDER UNTUK
MENGURANGI NYERI MASA NIFAS DI KLINIK PRATAMA
NIAR PATUMBAK

NAMA : MEIDAR DWI ALFANI ZEGA

NIM : P07520623037

Karya Ilmiah Akhir Ners Ini Telah Diuji Pada Sidang Ujian Akhir Program Studi Profesi Ners
Kementerian Kesehatan Republik Indonesia Politeknik Kesehatan Medan
Medan, 02 Juli 2024

Menyetujui

Penguji I



Nurlama Siregar, S.Kep, Ns, M.Kes
NIP. 197206221995032001

Penguji II



Masnila Siregar, S.Kep, Ns, M.Pd
NIP. 197011301993032013

Ketua Penguji



Nani Zulfikar, S.Kep, Ns, M.Kes
NIP. 197204131997032002

Ketua Jurusan Keperawatan
Kemenkes RI Politeknik Kesehatan Medan



Dr. Amira Permata Sari Tarigan, S.Kep, Ns, M.Kes
NIP. 197703162002122001

KEMENTERIAN KESEHATAN REPUBLIK INDONESIA
POLITEKNIK KESEHATAN MEDAN
JURUSAN KEPERAWATAN
KARYA ILMIAH AKHIR NERS

MEIDAR DWI ALFANI ZEGA
P07520623037

ASUHAN KEPERAWATAN *POST PARTUM* PADA NY. R DALAM
PENERAPAN TEKNIK RELAKSASI NAFAS DALAM DENGAN
AROMATERAPI LAVENDER UNTUK MENGURANGI NYERI MASA NIFAS DI
KLINIK PRATAMA NIAR PATUMBAK

V BAB + 88 Halaman + 7 Tabel + 6 Gambar + 11 Lampiran

ABSTRAK

Post partum spontan merupakan periode pasca persalinan melalui organ reproduksi tanpa menggunakan alat maupun obat tertentu, dimulai setelah plasenta keluar dan berakhir ketika organ reproduksi kembali seperti semula yang berlangsung $\pm$ 6 minggu. Ibu *post partum* hampir selalu merasakan berbagai ketidaknyamanan oleh karena terjadinya involusi uterus, trauma perineum, baik *rupture* spontan maupun episiotomi, bendungan ASI, kelelahan akibat proses persalinan dan lainnya. Salah satu penerapan yang dapat dilakukan adalah pemberian pengobatan non farmakologis teknik relaksasi nafas dalam dengan aromaterapi lavender, yang dapat menjadi alternatif karena tidak banyak memberikan efek samping dan biaya lebih terjangkau. Tujuan dilakukan studi kasus ini adalah untuk memberi gambaran mengenai pelaksanaan asuhan keperawatan secara langsung kepada pasien *post partum* dalam penerapan teknik relaksasi nafas dalam dengan aromaterapi lavender untuk mengurangi nyeri masa nifas. Penelitian ini menggunakan metode deskriptif dengan pendekatan studi kasus. Penelitian ini dilakukan di Klinik Pratama Niar Patumbak pada tanggal 6 - 9 Juni 2024. Subjek dalam studi kasus ini adalah 1 pasien dengan diagnosa medis *Post Partum*. Hasil studi kasus menunjukkan bahwa pasien dilakukan perawatan dengan beberapa masalah keperawatan, yaitu nyeri akut, menyusui tidak efektif, dan ketidaknyamanan pasca partum. Setelah dilakukan intervensi dan implementasi pada tiap-tiap masalah, terdapat 3 diagnosis keperawatan yang teratasi dan tidak ada diagnosis keperawatan yang belum teratasi. Kesimpulannya adalah teknik relaksasi nafas dalam dengan aromaterapi lavender ini bermanfaat untuk menurunkan nyeri masa nifas, khususnya nyeri jahitan perineum. Harapannya teknik relaksasi ini bisa menjadi suatu pilihan yang dilakukan pada pasien *post partum* untuk menurunkan nyeri dan ketidaknyamanan yang dirasakan pasca persalinan.

Kata Kunci: *Post Partum*, Relaksasi Nafas Dalam, Aromaterapi Lavender, Nyeri Masa Nifas

**MEDAN HEALTH POLYTECHNIC OF MINISTRY OF HEALTH
DEPARTMENT OF NURSING
FINAL SCIENTIFIC PAPER OF NERS**

**MEIDAR DWI ALFANI ZEGA
P07520623037**

**POST PARTUM NURSING CARE FOR MRS. R IN THE APPLICATION OF
DEEP BREATHING RELAXATION TECHNIQUE WITH LAVENDER
AROMATHERAPY TO REDUCE PAIN IN THE PARTIAL PAIN PERIOD OF
NIAR PATUMBAK CLINIC**

V Chapter + 88 Pages + 7 Tables + 6 Figures + 11 Attachments

ABSTRACT

Spontaneous postpartum is a period after childbirth through the reproductive organs without using certain tools or drugs, starting after the placenta comes out and ending when the reproductive organs return to their original state which lasts $\pm$ 6 weeks. Postpartum mothers almost always feel various discomforts due to uterine involution, perineal trauma, spontaneous rupture and episiotomy, breast milk dams, fatigue due to the labor process, and others. One application that can be done is the provision of non-pharmacological treatment of deep breathing relaxation techniques with lavender aromatherapy, which can be an alternative because it does not have many side effects and is more affordable. The purpose of this case study is to provide an overview of the implementation of direct nursing care for postpartum patients in the application of deep breathing relaxation techniques with lavender aromatherapy to reduce postpartum pain. This study uses a descriptive method with a case study approach. This research was conducted at the Niar Patumbak Pratama Clinic on June 6-9th, 2024. The subject in this case study was 1 patient with a medical diagnosis of postpartum. The results of the case study showed that the patient was treated with several nursing problems, namely acute pain, ineffective breastfeeding, and postpartum discomfort. After intervention and implementation of each problem, 3 nursing diagnoses were resolved, and no nursing diagnoses that had not been resolved. The conclusion is that the deep breathing relaxation technique with lavender aromatherapy is useful for reducing postpartum pain, especially perineal stitch pain. It is hoped that this relaxation technique can be an option for postpartum patients to reduce pain and discomfort felt after childbirth.

Keywords: Postpartum, Deep Breathing Relaxation, Lavender Aromatherapy, Postpartum Pain



KATA PENGANTAR

Puji dan syukur yang tak terhingga penulis ucapkan kepada Tuhan Yesus Kristus terkasih yang telah mengizinkan penulis untuk mengemban pendidikan serta menyertai penulis sehingga dapat menyelesaikan Karya Ilmiah Akhir Ners ini dengan judul **“ASUHAN KEPERAWATAN *POST PARTUM* PADA NY. R DALAM PENERAPAN TEKNIK RELAKSASI NAFAS DALAM DENGAN AROMATERAPI LAVENDER UNTUK MENGURANGI NYERI MASA NIFAS DI KLINIK PRATAMA NIAR PATUMBAK”**.

Penulis juga mengucapkan terima kasih sebesar-besarnya kepada :

1. Dr. RR. Sri Arini Winarti Rinawati, SKM, M.Kep selaku Direktur Politeknik Kesehatan Kemenkes RI Medan
2. Dr. Amira Permata Sari Tarigan, S.Kep, Ns, M.Kes selaku Ketua Jurusan Keperawatan Politeknik Kesehatan Kemenkes Medan
3. Ibu Lestari, S.Kep, Ners, M.Kep selaku Ketua Prodi Pendidikan Profesi Ners Jurusan Keperawatan Politeknik Kesehatan Kemenkes Medan
4. Ibu Nani Zulfikar, S.Kep, Ns, M.Kes selaku pembimbing utama dan Ibu Yufdel, S.Kep, Ns, M.Kes selaku pembimbing pendamping yang telah membimbing penulis sehingga bisa menyelesaikan Karya Ilmiah Akhir Ners ini.
5. Ibu Nurlama Siregar, S.Kep, Ns, M.Kes dan Ibu Masnila Siregar, S.Kep, Ns, M.Pd selaku penguji I dan II dalam Karya Ilmiah Akhir Ners ini.
6. Para dosen dan seluruh staff di Politeknik Kesehatan Kemenkes RI Medan Jurusan Keperawatan, yang banyak membantu dalam penyusunan skripsi ini
7. Kepala Klinik Pratama Niar Patumbak beserta jajarannya, yang telah memberikan izin dan membantu penulis untuk melaksanakan studi kasus di Klinik Pratama Niar Patumbak.
8. Teristimewa untuk kedua orangtua tersayang yaitu Mama (Yusniar Molo) dan mendiang Papa (Fatizanolu Zega) yang telah membesarkan dan mendidik penulis hingga penulis bisa berada di titik ini, beserta dengan Abang (Franky Kurniawan Zega) dan Adik (Faldin Oktavian Saputra Zega), serta semua keluarga dan sanak saudara yang telah banyak

memberikan dukungan dan dorongan kepada penulis dalam penyusunan Karya Ilmiah Akhir Ners ini.

9. Teruntuk sahabat dan seluruh teman-teman dari Prodi Profesi Ners angkatan 2023, yang telah sama-sama berjuang dan saling mendukung, serta memberi semangat sehingga penulis dapat menyelesaikan Karya Ilmiah Akhir Ners ini.

Penulis menyadari bahwa dalam penulisan Karya Ilmiah Akhir Ners ini masih banyak kekurangan dan jauh dari kesempurnaan, baik dari segi penulisan maupun dari tata bahasa. Maka dengan segala kerendahan hati penulis mengharapkan saran dan kritik serta masukan dari semua pihak demi kesempurnaan Karya Ilmiah Akhir Ners ini.

Semoga segenap bantuan, bimbingan, dan arahan yang telah diberikan kepada penulis mendapatkan balasan dari Tuhan. Harapan penulis, Karya Ilmiah Akhir Ners ini dapat bermanfaat bagi peningkatan dan pengembangan bagi profesi keperawatan.

Medan, 09 Juli 2024

Meidar Dwi Alfani Zega
NIM: P07520623037

DAFTAR ISI

	Halaman
LEMBAR PERNYATAAN ORSINILITAS	i
LEMBAR PERSETUJUAN	ii
LEMBAR PENGESAHAN	iii
ABSTRAK	iv
ABSTRACT	v
KATA PENGANTAR	vi
DAFTAR ISI	viii
DAFTAR TABEL	xi
DAFTAR GAMBAR	xii
DAFTAR LAMPIRAN	xiii
BAB I PENDAHULUAN	1
A. Latar Belakang	1
B. Rumusan Masalah	4
C. Tujuan Penelitian	4
1. Tujuan Umum	4
2. Tujuan Khusus	4
D. Manfaat Penelitian	5
1. Bagi Institusi Pendidikan	5
2. Bagi Tempat Penelitian	5
3. Bagi Penulis	5
BAB II TINJAUAN PUSTAKA	6
A. Konsep Dasar <i>Post Partum</i>	6
1. Pengertian <i>Post Partum</i>	6
2. Anatomi Sistem Reproduksi Pada Wanita	6
3. Tahapan Masa <i>Post Partum</i>	9
4. Perubahan Fisiologis Dan Psikologis Pada Masa <i>Post Partum</i> ...	10
5. Patofisiologi <i>Post Partum</i>	16
6. WOC <i>Post Partum</i>	17
7. Komplikasi Pada Masa <i>Post Partum</i>	18
8. Kebutuhan Masa <i>Post Partum</i>	20

B. Konsep Relaksasi Nafas Dalam	21
1. Pengertian Relaksasi Nafas Dalam.....	21
2. Mekanisme Kerja	22
3. Teknik Pemberian	22
C. Konsep Aromaterapi Lavender.....	23
1. Pengertian Aromaterapi Lavender	23
2. Mekanisme Kerja Aromaterapi.....	24
3. Teknik Pemberian	24
D. Konsep Dasar Nyeri.....	25
1. Pengertian Nyeri	25
2. Etiologi Nyeri.....	26
3. Klasifikasi Nyeri	26
4. Penilaian Nyeri.....	27
5. Karakteristik Nyeri.....	28
6. Penatalaksanaan Nyeri.....	28
E. Konsep Asuhan Keperawatan	29
1. Pengkajian	29
2. Diagnosis Keperawatan	33
3. Intervensi Keperawatan	34
4. Implementasi Keperawatan.....	43
5. Evaluasi Keperawatan	44
BAB III GAMBARAN KASUS	44
A. Pengkajian	44
1. Identitas	44
2. Keluhan Utama	46
3. Riwayat Kesehatan	45
4. Riwayat Obstetrik.....	45
5. Pemeriksaan Fisik.....	47
6. Pola Fungsional Kesehatan	48
7. Penatalaksanaan Medis.....	49
8. Analisa Data	49
B. Diagnosis Keperawatan	52
C. Prioritas Masalah	52
D. Intervensi Keperawatan	54

E. Implementasi, Evaluasi, dan Catatan Perkembangan	58
BAB IV PEMBAHASAN	75
A. Analisis dan Diskusi Hasil	75
1. Pengkajian	75
2. Diagnosis Keperawatan	76
3. Intervensi Keperawatan	78
4. Implementasi Keperawatan	79
5. Evaluasi Keperawatan	81
B. Keterbatasan Penulis	83
BAB V KESIMPULAN DAN SARAN	84
A. Kesimpulan	84
1. Pengkajian	84
2. Diagnosis Keperawatan	84
3. Intervensi Keperawatan	84
4. Implementasi Keperawatan	85
5. Evaluasi Keperawatan	85
B. Saran	85
1. Bagi Institusi Pendidikan	85
2. Bagi Tempat Penelitian	85
3. Bagi Penulis Selanjutnya	85
DAFTAR PUSTAKA	86
LAMPIRAN	

DAFTAR TABEL

Tabel 2.1 Perubahan Uterus.....	10
Tabel 2.2 Intervensi Keperawatan	34
Tabel 3.1 Riwayat Kehamilan dan Persalinan.....	47
Tabel 3.2 Penatalaksanaan Medis.....	49
Tabel 3.3 Analisa Data.....	49
Tabel 3.4 Intervensi Keperawatan	54
Tabel 3.5 Implementasi dan Evaluasi Keperawatan.....	58

DAFTAR GAMBAR

Gambar 2.1 Anatomi Sistem Reproduksi Pada Wanita Eksterna	6
Gambar 2.1 Anatomi Sistem Reproduksi Pada Wanita Interna.....	8
Gambar 2.3 WOC <i>Post Partum</i>	17
Gambar 2.4 Aromaterapi Lavender.....	23
Gambar 2.5 Skala Nyeri <i>Wong-Baker Faces</i>	27
Gambar 2.6 Skala Nyeri <i>Numeric Rating Scale (NRS)</i>	27

DAFTAR LAMPIRAN

- Lampiran 1 : Surat Permohonan Survey Awal
- Lampiran 2 : Surat Balasan Survey Awal
- Lampiran 3 : Surat Balasan Penelitian
- Lampiran 4 : Lembar *Informed Consent*
- Lampiran 5 : SPO Teknik Relaksasi Nafas Dalam
- Lampiran 6 : SPO Aromaterapi Lavender
- Lampiran 7 : Poster
- Lampiran 8 : Lembar Konsultasi Bimbingan KIAN
- Lampiran 9 : Dokumentasi
- Lampiran 10 : Riwayat Hidup Penulis
- Lampiran 11 : Uji Similaritas