

PENERAPAN TERAPI *SLOW DEEP BREATHING* DALAM MENURUNKAN SKALA NYERI PADA IBU POST *SECTIO CAESAREA* DI RUANG MELATI RSUD dr. SOEDIRAN MANGUN SUMARSO WONOGIRI

Indri Magfiroh Rahmawati¹, Zulfa Mahdiatur Rasyida², Sumardi³
^{1,2}Universitas ‘Aisyiyah Surakarta
³RSUD dr. Soediran Mangun Sumarso Kabupaten Wonogiri
indrimagfirohrahmawati.students@aiska-university.ac.id

ABSTRAK

Latar Belakang: *Sectio caesarea* (SC) merupakan tindakan mengeluarkan bayi melalui insisi pada dinding abdomen dan uterus untuk menyelamatkan ibu dan bayi atas beberapa indikasi medis. Pada pasien yang menjalani persalinan dengan cara SC biasanya merasakan berbagai ketidaknyamanan berupa nyeri. Salah satu tindakan non-farmakologis yang dapat dilakukan untuk mengurangi nyeri yaitu *slow deep breathing*. **Tujuan:** Untuk mengetahui hasil pemberian tehnik *slow deep breathing* dalam menurunkan skala nyeri pada ibu post SC diruang melati RSUD dr. Soediran Mangun Sumarso Wonogiri. **Metode:** Desain penelitian yang digunakan yaitu studi kasus deskriptif. **Hasil:** Dari hasil penerapan tehnik *slow deep breathing* selama 2 hari menunjukkan terdapat penurunan skala nyeri post operasi. Pada Ny.Y skala nyeri post operasi dengan skala nyeri 7 (nyeri berat) nyeri turun menjadi skala 3 (nyeri ringan), sedangkan pada Ny. M skala nyeri post operasi dengan skala nyeri 7 (nyeri berat) nyeri turun menjadi skala 2 (nyeri ringan). **Kesimpulan:** Terdapat penurunan skala nyeri post SC setelah dilakukan penerapan tehnik *slow deep breathing* selama 2 hari

Kata Kunci: *Sectio_caesarea*, Nyeri, *Slow_deep_breathing*