

ABSTRAK

Salah satu faktor yang mempengaruhi jalannya persalinan adalah nyeri persalinan, dimana dengan meningkatnya perasaan nyeri, ibu – ibu selalu meminta agar persalinannya dipercepat dan ingin diberikan obat penghilang rasa sakit dan sebagian lagi ingin agar dilakukan operasi. Relaksasi merupakan salah satu metode manajemen nyeri non-farmakologi. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui pengaruh relaksasi terhadap tingkat nyeri persalinan kala I di Rumah Bersalin dan Klinik “EVA” Candi Sidoarjo.

Penelitian ini menggunakan desain *pra-eksperimental* dengan rancangan *one-group pra-post test design*. Besar populasi adalah 21 orang. Besar sampel adalah 20 orang. Teknik sampling adalah *purposive sampling*. Instrumen adalah lembar observasi dan SOP (Standar operasional Prosedur) Relaksasi, dan analisa data menggunakan uji statistik *Uji T Dependen (Paired-Samples T-Test)* dengan tingkat signifikan $\alpha = 0,05$.

Hasil penelitian menunjukkan bahwa setengahnya 50% responden mengalami nyeri berat sebelum relaksasi dan hampir setengahnya 45% responden mengalami nyeri sedang setelah relaksasi. Hasil uji statistik *Uji T Dependen (Paired-Samples T-Test)* $p = 0,000 < \alpha = 0,05$ sehingga, H_0 ditolak yang artinya ada pengaruh relaksasi terhadap tingkat nyeri persalinan pada kala I di Rumah Bersalin dan Klinik “EVA” Candi Sidoarjo.

Kesimpulan dari penelitian ini adalah ada pengaruh relaksasi terhadap tingkat nyeri persalinan. Sehingga perlu adanya relaksasi yang tepat guna mengurangi ketidaknyamanan atau nyeri selama persalinan.

Kata Kunci : Relaksasi, Tingkat Nyeri Persalinan.