

ABSTRAK

Kehamilan merupakan suatu proses yang alamiah dan fisiologis. Setiap wanita yang memiliki organ reproduksi sehat yang telah mengalami menstruasi dan melakukan hubungan seksual dengan seorang pria yang organ reproduksinya sehat sangat besar kemungkinannya akan mengalami kehamilan masalah yang sering dijumpai pada kehamilan trimester III adalah cemas yang dapat mempengaruhi proses persalinan. Sedangkan intervensi yang berfokus pada cara mengurangi kecemasan masih jarang dilakukan misalnya relaksasi autogenik. Penerapan ini bertujuan untuk mengetahui pengaruh relaksasi autogenik pada pasien ibu primigravida trimester III dengan masalah keperawatan ansietas menjelang persalinan di wilayah kerja Puskesmas Kebonsari Jambangan Surabaya.

Desain penulisan yang digunakan adalah deskriptif dengan metode studi kasus. Subjeknya adalah Ny. R keluarga Tn. K primigravida trimester III dengan masalah keperawatan ansietas menjelang persalinan yang diberikan asuhan keperawatan keluarga dengan pendekatan proses keperawatan selama 3 hari.

Hasil penerapan asuhan keperawatan relaksasi autogenik dalam 6x tindakan selama 3 hari berturut-turut pada Ny. R keluarga Tn. K primigravida trimester III didapatkan keberhasilan mengurangi rasa cemas menjelang kriteria hasil pasien lebih rileks ditambah adanya dukungan dari keluarga.

Simpulan dari studi kasus ini bahwa adanya pengaruh relaksasi autogenik terhadap pengurangan kecemasan menjelang persalinan. Oleh karena itu, Diharapkan perlu adanya terapi komplementer untuk mengurangi kecemasan menjelang persalinan pada ibu primigravida trimester III.

Kata kunci : kehamilan, relaksasi *autogenik*