

**Program Studi Keperawatan Program Diploma Tiga
Fakultas Ilmu Kesehatan
Universitas Kusuma Husada Surakarta
2024**

**ASUHAN KEPERAWATAN PADA IBU POSTPARTUM SPONTAN:
KETIDAKNYAMANAN PASCA PARTUM DENGAN INTERVENSI SLOW
STROKE BACK MASSAGE**

Riza Indah Islamiah¹, Mutiara Dewi Listiyanawati²

¹Mahasiswa Program Studi Keperawatan Program Diploma Tiga,
Universitas Kusuma Husada Surakarta

²Dosen Program Studi Keperawatan Program Diploma Tiga,
Universitas Kusuma Husada Surakarta

Email: riza.indaislamiah@gmail.com

abstrak

Postpartum spontan merupakan masa setelah dilahirkannya plasenta hingga kembali pulihnya alat kandungan terhitung sejak 2 jam setelah plasenta lahir hingga 42 hari. Melahirkan pervaginaan sangat rentan mengalami rupture perineum sehingga menimbulkan rasa tidaknyaman karena nyeri akibat terjadinya rupture jaringan. Salah satu cara untuk mengatasi rasa tidaknyaman yang timbul dengan teknik slow stroke back massage. Tujuan dilakukannya studi kasus untuk mengetahui gambaran pelaksanaan asuhan keperawatan pada ibu postpartum spontan ketidaknyamanan pasca partum dengan intervensi slow stroke back massage. Jenis penelitian ini adalah penelitian observasional deskriptif dengan metode pendekatan studi kasus. Subjek dalam studi kasus adalah satu orang ibu postpartum spontan dengan keluhan nyeri pada luka jahitan perineum di bangsal maternitas RSUD Simo Boyolali. Hasil studi kasus menunjukkan bahwa pengelolaan asuhan keperawatan ibu postpartum spontan dengan diagnosis keperawatan ketidaknyamanan pasca partum dengan diberikan teknik slow stroke back massage selama 4 hari frekuensi pemberian 1 kali sehari selama 20 menit didapatkan adanya penurunan intensitas nyeri dari skala 6 (nyeri sedang) menjadi skala 3 (nyeri ringan).

Kata Kunci: Ketidaknyamanan pasca partum, Postpartum spontan, slow stroke back massage,

Daftar Pustaka: 25 referensi (2019-2023)

**Nursing Study Program Of Diploma 3 Programs
Faculty Of Health Sciences
University Of Kusuma Husada Surakarta
2024**

**NURSING CARE FOR SPONTANEOUS POSTPARTUM MOTHERS:
POSTPARTUM DISCOMFORT USING THE INTERVENTION OF SLOW
STROKE BACK MASSAGE**

Riza Indah Islamiah¹, Mutiara Dewi Listiyanawati²

¹Student of Nursing Study Program of Diploma 3 Programs, University of Kusuma
Husada Surakarta

²Lecturer of Nursing Study Program of Diploma 3 Programs, University of Kusuma
Husada Surakarta

Email: riza.indaislamiah@gmail.com

abstract

The spontaneous postpartum period refers to the time from the delivery of the placenta until the recovery of the uterine apparatus, spanning from 2 hours post-placenta delivery to 42 days. Vaginal delivery is prone to perineal rupture, which can cause discomfort due to pain from tissue damage. A method to overcome this discomfort is the slow stroke back massage technique. This case study aimed to determine the description of nursing care management for spontaneous postpartum mothers who experience postpartum discomfort using the intervention of slow stroke back massage. This research employed descriptive observational research with a case study approach. The subject was one (1) spontaneous postpartum mother who experienced pain in the perineal suture wound in the maternity room of Simo Hospital at Boyolali. The slow stroke back massage technique was performed for four (4) days, once a day for 20 minutes. The case study discoveries indicated that applying the slow stroke back massage technique for four (4) days significantly improved nursing care management for spontaneous postpartum mothers experiencing postpartum discomfort. The pain intensity reduced from scale 6 (moderate pain) to 3 (mild pain). The slow stroke back massage technique is effective in reducing pain intensity in spontaneous postpartum mothers with postpartum discomfort.

Keywords: Postpartum discomfort, slow stroke back massage, spontaneous postpartum
Bibliography: 25 references (2019-2023)

Translated by
Bambang A Syukur, M.Pd.
HPI-01-20-3697

PENDAHULUAN

Postpartum adalah masa sesudah persalinan atau disebut masa nifas, masa ini adalah masa yang diperlukan untuk pulihnya kembali alat kandungan yang lamanya 6 minggu. Tindakan episiotomi menyebabkan luka di daerah perineum akan menyebabkan ketidaknyamanan pasca partum berupa nyeri pada luka jahitan di perineum (Saadah & Siti Haryani, 2022).

Masa nifas merupakan masa transisi dimana perubahan secara fisik dan psikologis pasca persalinan, salah satunya yakni nyeri perineum akibat ruptur perineum dan rasa cemas yang dirasakan pada masa postpartum. Kondisi ini seringkali menjadi penyebab morbiditas ibu, yang berdampak pada ketidaknyamanan ibu ketika duduk, berdiri, berjalan, dan bergerak, kelemahan otot dasar panggul, inkontinensia urin, terhambatnya mobilisasi dini, terhambatnya inisiasi menyusui dini, terhambatnya proses bonding attachment, perasaan lelah, kecemasan, gangguan pola tidur sehingga dapat berdampak pada gangguan istirahat ibu. Postpartum dan keterlambatan kontak awal antara ibu dan bayinya yang akan meningkatkan risiko postpartum blues pada ibu. Salah satu yang dapat dilakukan adalah *slow stroke back massage* yang bertujuan untuk

membantu mengurangi rasa sakit pada otot-otot setelah melahirkan, memperbaiki sirkulasi darah, meminimalisir timbulnya komplikasi masa nifas, dan melatih ibu mencapai kondisi rileks serta meningkatkan kadar hormon endorphin yang dapat membantu menurunkan intensitas skala nyeri perineum dan kecemasan (Pujiningrum, 2019).

Angka kesakitan pada ibu postpartum salah satunya diakibatkan oleh nyeri luka perineum. Luka perineum terjadi pada hampir semua persalinan pervaginam atau persalinan spontan baik itu luka yang disengaja dengan episiotomi maupun ruptur akibat dari persalinan (Oktaviani *et al.*, 2023). Menurut Kurniasari (2019), diperkirakan 60% kematian ibu akibat kehamilan terjadi setelah persalinan dan 50% kematian masa nifas terjadi dalam 24 jam pertama. Kematian ibu pada masa nifas biasanya disebabkan oleh infeksi nifas (10%), Hal ini terjadi karena kurangnya perawatan luka perineum, perdarahan (42%) akibat robekan jalan lahir, sisa plasenta dan atonia uteri, eklamsia (13%) dan komplikasi masa nifas (11%), asuhan masa nifas diperlukan karena merupakan masa kritis baik ibu maupun bayinya.

Luka perineum biasanya dirasakan sangat nyeri oleh ibu nifas tapi ternyata

ada juga ibu nifas yang tidak merasakan nyeri meskipun ada laserasi di perineumnya. Hal tersebut terjadi karena ambang nyeri pada setiap orang berbeda-beda (Istiana *et al.*, 2020). Rasa nyeri tersebut merupakan salah satu bentuk ketidaknyamanan pasca partum dimana berupa perasaan tidak nyaman yang berhubungan dengan kondisi setelah melahirkan (Saadah & Siti Haryani, 2022). Ketidaknyamanan pasca partum merupakan perasaan tidak nyaman yang berhubungan dengan kondisi setelah melahirkan seperti nyeri perineum, adaptasi psikologis fisisologis setelah melahirkan.

Nyeri merupakan pengalaman sensorik atau emosional yang berkaitan dengan kerusakan jaringan yang sifatnya actual atau emosional (PPNI, 2017). Penatalaksanaan nonfarmakologis pada nyeri diberikan terapi seperti akupressure ,teknik imajinasi terbimbing ,pemberian aroma terapi ,dan terapi pijat seperti teknik *slow stroke back massage* (Rejeki, 2020).

Berdasarkan hasil penelitian (Oktaviani *et al.*,(2023) membuktikan bahwa teknik *slow stroke back massage* efektif dalam menurunkan intensitas nyeri pada ibu postpartum spontan ditunjukkan dengan hasil uji wilcoxon bahwa terdapat perbedaan penurunan intensitas nyeri perineum sesudah dan

sebelum diberikan *slow stroke back massage*. Intervensi *slow stroke back massage* merupakan asuhan pelengkap yang diberikan bersamaan dengan obat yang diberikan oleh dokter. *Slow stroke back massage* dapat diberikan pada ibu postpartum yang mengalami nyeri dari skala nyeri ringan, sedang hingga berat.

Slow stroke back massage (SSBM) efektif menurunkan nyeri dengan merangsang tubuh melepaskan senyawa endorphin yang dapat menghilangkan sakit secara alamiah sehingga merasa lebih nyaman (Oktaviani *et al.*,(2023). Berdasarkan pernyataan diatas penulis ingin mengetahui tentang gambaran asuhan keperawatan pada ibu postpartum : ketidaknyamanan pasca partum dengan intervensi *slow stroke back massage*.

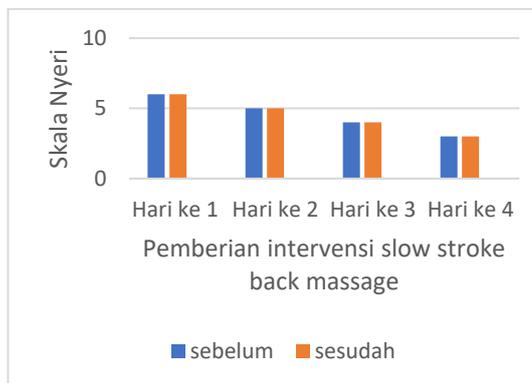
METODE PENELITIAN

Laporan studi kasus ini menggunakan metode deskriptif observasional. Penelitian deskriptif adalah penelitian yang bertujuan untuk menggambarkan fenomena yang ada, yaitu fenomena alam maupun fenomena buatan manusia, atau yang digunakan untuk menganalisis dan menggambarkan hasil subjek tetapi tidak dimaksudkan untuk memberikan implikasi yang lebih luas (Adiputra *et al.*, 2021). Studi kasus ini dilakukan di RSUD Simo Boyolali pada tanggal 1 februari 2024 hingga tanggal 4 februari 2024.

HASIL

Gambaran Subjek studi kasus

Studi kasus ini dilakukan pada satu orang pasien sebagai subjek studi kasus dengan kriteria ibu postpartum spontan hari kedua yang terdapat keluhan nyeri pada luka jahitan pada rupture perineum. Subjek studi kasus ini adalah Ny.N yang berusia 32 tahun, beragama islam dengan pendidikan terakhir SLTA dan berperan sebagai ibu rumah tangga beralamat di Simo Boyolali. Subjek masuk ke ruang perawatan pada tanggal 31 Januari 2024 dengan diagnosa medis postpartum spontan.



Gambar 4.1 Hasil perbandingan penurunan intensitas nyeri sebelum dan sesudah diberikan teknik *slow stroke back massage*

Berdasarkan Gambar 4.1 diketahui bahwa terdapat penurunan intensitas nyeri yang dirasakan Ny.N setelah 4 hari diberikan teknik nonfarmakologis untuk menurunkan intensitas nyeri dengan teknik *slow stroke back massage*. Pada

hari pertama Ny.N mengeluh nyeri berada di skala 6 yang termasuk dalam kategori nyeri sedang pada hari terakhir diberikan teknik *slow stroke back massage* Ny.N mengatakan nyeri berkurang di skala 3 yang termasuk dalam kategori nyeri ringan, sehingga dapat disimpulkan bahwa teknik *slow stroke back massage* yang diberikan selama 4 hari efektif dalam menurunkan nyeri ibu postpartum pada luka post hetaing di perineum

PEMBAHASAN

Tahap Pengkajian Keperawatan

Berdasarkan hasil pengkajian yang telah dilakukan pada tanggal 1 Februari 2024 didapatkan hasil data subjektif yaitu Ny.N mengeluh tidaknyaman pada post hecting di perineum karena terasa nyeri dengan nyeri timbul saat bergerak, nyeri terasa cekit-cekit dengan skala nyeri 6 (nyeri sedang) Ny.N mengatakan nyeri hilang timbul, ekspresi wajah Ny.N tampak meringis saat bergerak dan terdapat luka post hecting di perineum tekanan darah 116/74 mmHg, Nadi 76 x permenit pernafasan 20 x permenit dan terdapat rupture perineum derajat 2 dengan 7 jahitan.

Berdasarkan analisis teori diatas didapatkan bahwasannya kesesuaian teori dan juga fakta dilahan sesuai yakni ibu dengan proses persalihan spontan atau pervaginan rentan mengalami

terjadinya robekan jalan lahir yang mengharuskan dilakukan penjahitan di perineum sehingga akan menimbulkan rasa tidak nyaman setelah persalinaan.

Berdasarkan hasil pengkajian yang telah dilakukan pada tanggal 1 Februari 2024 didapatkan hasil data subjektif yaitu Ny.N mengeluh tidaknyaman pada post hecting di perineum karena terasa nyeri dengan nyeri timbul saat bergerak, nyeri terasa cekit-cekit dengan skala nyeri 6 (nyeri sedang) Ny.N mengatakan nyeri hilang timbul, ekspresi wajah Ny N tampak meringis saat bergerak dan terdapat luka post hecting di perineum dan terdapat kontraksi uterus tekanan darah 116/74 mmHg, Nadi 76 x permenit pernafasan 20 x permenit dan terdapat rupture perineum derajat 2 dengan terdapat luka post hecting sebnayak 7 hecting yang berada di perineum. Berdasarkan data tersebut dapat dirumuskan diagnosis keperawatan utama yakni ketidaknyamanan pasca partum (D.0075) berhubungan dengan trauma perineum selama persalinana

Berdasarkan analisis teori diatas didapatkan bahwasannya kesesuaian teori dan juga fakta dilahan sesuai yakni terjadinya rupture perineum menyebabkan timbulnya rasa nyeri dimana rasa nyeri tersebut merupakan salah satu bentuk ketidaknyamanan pasca partum yang berupa perasaan tidak

nyaman yang berhubungan dengan kondisi setelah melahirkan.

Tujuan diberikannya asuhan keperawatan yakni setelah diberikan asuhan keperawatan selama 4 x 8 jam diharapkan tingkat nyeri menurun (L.08066) dengan kriteria hasil tingkat nyeri menurun, keluhan nyeri menurun, skala nyeri menurun, meringis menurun, gelisah menurun, kesulitan tidur menurun, sikap protektif menurun.

Intervensi yang dilakukan berdasarkan SLKI (Standar Intevensi Keperawatan Indonesia) Manajemen nyeri (I.08238).

Terapeutik: Berikan teknik nonfarmakologis untuk mengurangi nyeri dengan teknik slow stroke back massage selama 4 hari dengan frekuensi 1 kali sehari, jelaskan penyebab dan pemicu nyeri, anjurkan memonitor nyeri secara mandiri, anjurkan menggunakan analgesik secara tepat serta melakukan kolaborasi dengan dokter dalam pemberian obat analgesik (asamefenamat).

Tindakan yang diberikan pada Ny.N dalam SLKI yakni berikan teknik nonfarmakologis untuk mengurangi nyeri yakni dengan pemberian teknik slow stroke back massage. Berdasarkan hasil penelitian (Oktaviani et al.,(2023) membuktikan bahwa teknik slow stroke back massage efektif dalam menurunkan intensitas nyeri pada ibu Postpartum

spontan ditunjukkan dengan hasil uji wilcoxon bahwa terdapat perbedaan penurunan intensitas nyeri perineum sesudah dan sebelum diberikan slow stroke back massage. dengan terapi pijatan slow stroke back massage. Slow stroke back massage dilakukan selama 4 hari dengan frekuensi 1 kali sehari. Teknik slow stroke back massage diberikan selama 20 menit dengan dilakukan monitoring pengukuran tingkat nyeri menggunakan NRS (Numeric Rating Scale) sebelum dan sesudah dilakukan teknik slow stroke back massage (Sutrang et al., 2023).

Tahap Implementasi keperawatan

Implementasi slow stroke back massage merupakan asuhan pelengkap yang diberikan bersamaan dengan obat yang diberikan oleh dokter. Slow stroke back massage dapat diberikan pada ibu postpartum yang mengalami nyeri dari skala nyeri ringan, sedang hingga berat. Slow stroke back massage (SSBM) efektif menurunkan nyeri dengan merangsang tubuh melepaskan senyawa endorphen yang dapat intensitas nyeri/ rasa sakit secara alamiah sehingga merasa lebih nyaman. Instrumen untuk pemberian slow stroke back massage yang digunakan pada penelitian ini adalah SOP (Standar Operasional Prosedur), dan Lembar observasi Numeric Rating Scale (NRS) untuk

observasi data nyeri perineum (Oktaviani et al.,(2023).

Dalam Pemberian asuhan keperawatan yang dilakukan terdapat tindakan kolaborasi dengan dokter dalam pemberian obat analgesik asamefenamat tablet 3 x 1 sehari. Sebagaimana ini berjalan sesuai dengan analisa teori yang telah dipaparkan bahwa slow stroke back massage diberikan sebagai asuhan tambahan yang beriringan dnegan pemberian obat analgesik.

Berdasarkan hasil analisis teori yang telah disampaikan dalam karya tulis ilmiah ini tidak terdapat kesenjangan ataupun modifikasi terhadap jurnal utama yang digunakan. Dikarenakan tidak terdapat hambatan dan keterbatasan saat melakukan studi kasus.

Tahap Evaluasi Keperawatan

Berdasarkan hasil penelitian (Oktaviani et.al.,(2023) membuktikan bahwa teknik slow stroke back massage efektif dalam menurunkan intensitas nyeri pada ibu postpartum spontan ditunjukkan dengan hasil uji wilcoxon bahwa terdapat perbedaan penurunan intensitas nyeri perineum sesudah dan sebelum diberikan slow stroke back massage. Intervensi slow stroke back massage merupakan asuhan pelengkap yang diberikan bersamaan dengan obat yang diberikan oleh dokter. Slow stroke back massage dapat diberikan pada ibu postpartum

yang mengalami nyeri dari skala nyeri ringan, sedang hingga berat.

Berdasarkan hasil penelitian (Oktaviani et.al., (2023) sebelum diberikan teknik slow stroke back massage sebagian terdapat 51% responden dalam tingkat nyeri sedang dan terdapat 30% responden mengalami nyeri berat. Setelah diberikannya teknik slow stroke back massage didapatkan penurunan jumlah responden yang mengalami nyeri sedang menjadi 30% dan responden yang mengalami nyeri berat menjadi 24%.

Berdasarkan analisis teori yang telah dilakukan dan fakta yang didapatkan dapat disimpulkan pemberian teknik slow stroke back massage selama 4 x 24 jam pada ibu postpartum dengan nyeri pada luka post hecting di perineum efektif dalam mengurangi nyeri yang dirasakan oleh ibu postpartum. Berdasarkan hasil data di atas Ny.N pada hari pertama mengeluh nyeri pada luka post hecting di perineum dengan skala 6 dan terdapat ekspresi wajah meringis saat pergerakan pada hari ke empat diberikannya teknik slow stroke back massage Ny.N mengeluh nyeri yang dirasakan sudah mulai membaik dan merasa lebih nyaman dan relaks berada di skala nyeri 3 yang termasuk dalam nyeri ringan dan tidak lagi ada ekspresi wajah meringis dengan keluhan nyeri menurun.

KESIMPULAN

Pengkajian

Berdasarkan hasil pengkajian yang dilakukan pada tanggal 1 Februari 2024 didapatkan data fokus Ny.N mengeluh tidaknyaman pada *post hecting* di perineum karena terasa nyeri dengan nyeri timbul saat bergerak, nyeri terasa cekit-cekit dengan skala nyeri 6 (nyeri sedang) Ny.N mengatakan nyeri hilang timbul, ekspresi wajah Ny.N tampak meringis saat bergerak dan terdapat luka *post hecting* di perineum tekanan darah 116/74 mmHg, Nadi 76 x permenit pernafasan 20 x permenit. Ny.N mengeluh nyeri yang dirasakan berskala 6 termasuk dalam nyeri sedang.

Diagnosis Keperawatan

Berdasarkan hasil pengkajian yang dilakukan didapatkan prioritas diagnosis keperawatan yakni ketidaknyamanan pasca partum berhubungan dengan trauma perineum selama persalianan dibuktikan dengan Ny.N mengeluh tidak nyaman pada *post hecting* di perineum karena terasa nyeri dengan nyeri timbul saat bergerak, nyeri terasa cekit-cekit dengan skala nyeri 6 (nyeri sedang) Ny.N mengatakan nyeri hilang timbul, ekspresi wajah Ny N tampak meringis saat bergerak dan terdapat luka *post hecting* di perineum tekanan darah 116/74 mmHg, Nadi 76 x permenit

pernafasan 20 x permenit dan terdapat luka *post hecting* di perineum.

Intervensi Keperawatan

Intervensi keperawatan yang akan dilakukan pada Ny.N pada diagnosis keperawatan ketidaknyamanan pasca partum yakni dengan manajemen nyeri (I.08238) dengan kriteria hasil keluhan nyeri menurun, skala nyeri menurun dan meringis menurun dengan dilakukannya observasi dengan mengidentifikasi lokasi, karakteristik dan intensitas nyeri, identifikasi skala nyeri dan faktor yng memperberat dan memperingan nyeri, identifikasi pengetahuan dan keyakinan tentang nyeri, monitor efek samping penggunaan analgesik. Terapeutik: Berikan teknik nonfarmakologis untuk mengurangi nyeri dengan teknik *slow stroke back massage* selama 4 hari dengan frekuensi 1 kali sehari serta dilakukanya monitor keberhasilan terapi nonfarmakologis yang diberikan.

Implementasi keperawatan

Implementasi keperawatan yang dilakukan penulis sesuai dengan intervensi keperawatan yang telah disusun dengan menekankan pada pemberian teknik *slow stroke back massage* selama 4 hari dengan frekuensi 1 kali sehari.

Evaluasi Keperawatan

Hasil evaluasi dari diagnosis keperawatan keperawatan yakni

ketidaknyamanan pasca partum berhubungan dengan trauma perineum selama persalihan dibuktikan dengan Ny.N mengeluh tidak nyaman pada *post hecting* di perineum karena terasa nyeri dengan Ny. N mengatakan nyeri yang dirasakan mulai membaik nyeri terasa seperti cekit-cekit dengan skala 6 menjadi berskala 3, mengatakan nyeri hilang timbul. Data Objektif yang muncul ekspresi wajah Ny N tampak relaks saat bergerak dan terdapat luka *post hecting* di perineum yang dilakukan pada hari Senin 1 februari 2024 hingga Kamis 4 februari 2024 didapatkan analisa berupa masalah teratasi sebagian karena kriteria hasil dalam tujuan belum tercapai sepenuhnya.

SARAN

Setelah dilakukannya asuhan keperawatan pada ibu postpartum spontan dengan ketidaknyamanan pasca partum.

a. Bagi Perawat

Karya tulis Ilmiah ini diharapkan dapat digunakan sebagai implementasi tambahan dalam memberikan asuhan keperawatan pada ibu postpartum spontan : ketidaknyamanan pasca partum dengan intervensi *slow stroke back massage*.

b. Bagi Rumah Sakit

Karya tulis ilmiah ini diharapkan dapat digunakan sebagai inovasi dalam

pemberian asuhan keperawatann pada pada ibu postpartum dengan intervensi *slow stroke back massage* yang dapat mengurangi biaya operasional dalam pemberian terapi obat pereda nyeri.

c. Bagi Institusi Pendidikan

Karya tulis ilmiah ini diharapkan dapat menjadi tambahan informasi dalam proses belajar mengajar di kampus mengenai cara penerapan dalam pemeberian asuhan keperawatan pada pada ibu postpartum spontan: ketidaknyamanan pasca partum dengan intervensi *slow stroke back massage*.

Bagi Pasien

Karya tulis ilmiah ini diharapkan dapat menjadi alternatif terapi nonfarmakologis yang dapat dilakukan dirumah untuk meredakan nyeri pada pada ibu postpartum dengan intervensi *slow stroke back massage*.

DAFTAR PUSTAKA

- Adiputra, I. M. S., Trisnadewi, N. W., Oktaviani, N. P. W., & Munthe, S. A. (2021). *Metodologi Penelitian Ilmu Sosial*. Bandung:Widina Bhakti Persada Bandung.
- Istiana, S., Rahmawati, A., & Kusumawati, E. (2020). Pengaruh derajat laserasi perineum terhadap skala nyeri perineum pada ibu post partum. *Jurnal Kebidanan*, 9(1), 53. <https://doi.org/10.26714/jk.9.1.2020.53-60>
- Kurniasari, L. (2019). Analisis Pelaksanaan Pencegahan Komplikasi Nifas di Wilayah Kerja Puskesmas Paal V Kota Jambi Tahun 2018. *Scientia Journal*, 8(1), 197–204. <https://doi.org/10.35141/scj.v8i1.436>
- Listiyanawati, M. D., Rizky, W., Sanjaya, A., Santoso, J., & Wardhana, A. (2021). Evaluasi Diet Pasien Diabetes Mellitus. *Jurnal Keperawatan*, 13(3), 815-824
- Oktaviani, A. sevi, Retnowati, M., & Ernawati. (2023). *Slow Stroke Back Massage Upaya Mengurangi Nyeri Luka Jahitan Perineum Pada Ibu Postpartum Hari Kedua*. XIX(2), 91–100.
- PPNI. (2017). *Standar Diagnosis Keperawatan Indonesia: Definisi dan indikator Diagnostik* (1st ed.). Jakarta: DPP PPNI.
- Rejeki, S. (2020). *Buku ajar Manajemen Nyeri Dalam Proses Persalinan (Non Farmaka)*. Semarang: Penerbit Unimus Press.
- Saadah, L., & Siti Haryani. (2022). Pengelolaan Ketidaknyamanan Pasca Partum pada Ibu Post Partum Spontan dengan Episiotomy. *Journal of Holistics and Health Science*, 4(2), 246–260. <https://doi.org/10.35473/jhhs.v4i2.167>
- Suciani Pujiningrum, A. R. (2019). Pengaruh Senam Nifas terhadap Intensitas Nyeri Perineum dan Kecemasan Postpartum di RSIA Pertiwi Makassar. *UMI Medical Journal*, 4(2), 11–19. <https://doi.org/10.33096/umj.v4i2.64>
- Sensussiana, T., Irdiyanti, M. S., & Dewi, M. (2023). Program GAMES (Gadget Manajemen and Mothers Skill) dalam Pencegahan Kegawatan Perilaku Agresif Anak Usia 3-5 Tahun. *Journal of Innovation in Community Empowerment*, 5(1), 7-12. <https://doi.org/10.30989/jice.v5i1.770>
- Vioneery, D., Listiyanawati, M. D., & Dirhan, D. (2022). Penurunan Nyeri Osteoarthritis Dengan Teknik Relaksasi Genggam Jari. *Nursing News*, 6(2).
- Vioneery, D., Listrikawati, M., Listiyanawati, M. D., Sensussiana, T., & Dirhan, D. (2024). Penanggulangan Krisis Hipertensi dan Hiperglikemia dengan Rebusan Daun Salam pada Lansia di Desa Wonolapan Kab. Karanganyar. *Jurnal Peduli Masyarakat*, 6(1), 209-214.

