

**PENERAPAN TEKNIK RELAKSASI NAPAS DALAM PADA
IBU *POST SECTIO CAESAREA* DENGAN MASALAH NYERI
DI RS TK. II MOH. RIDWAN MEURAKSA**

KARYA TULIS ILMIAH

Oleh:

IKA ENZELIKA

1963030008



PROGRAM STUDI D-III KEPERAWATAN

FAKULTAS VOKASI

UNIVERSITAS KRISTEN INDONESIA

JAKARTA

2022

**PENERAPAN TEKNIK RELAKSASI NAPAS DALAM PADA
IBU *POST SECTIO CAESAREA* DENGAN MASALAH NYERI
DI RS TK. II MOH. RIDWAN MEURAKSA**

KARYA TULIS ILMIAH

Diajukan untuk memenuhi persyaratan akademik guna memperoleh gelar Ahli Madya
Keperawatan (A.Md.Kep.) pada Program Studi Keperawatan Fakultas Vokasi
Universitas Kristen Indonesia

Oleh.:

IKA ENZELIKA

1963030008



**PROGRAM STUDI D-III KEPERAWATAN
FAKULTAS VOKASI
UNIVERSITAS KRISTEN INDONESIA
JAKARTA
2022**



PERNYATAAN KEASLIAN KARYA TUGAS AKHIR

Saya yang bertanda tangan di bawah ini :

Nama : Ika Enzelika

NIM : 1963030008

Program Studi : Diploma Tiga Keperawatan

Institusi : Fakultas Vokasi, Universitas Kristen Indonesia

Dengan ini menyatakan bahwa Karya Tulis Ilmiah yang berjudul "Penerapan Teknik Relaksasi Napas Dalam pada Ibu *Post Sectio Caesarea* dengan Masalah Nyeri di RS TK.II Moh.Ridwan Meuraksa" adalah:

1. Dibuat dan diselesaikan sendiri dengan menggunakan hasil studi kasus di lapangan, buku-buku dan jurnal yang tertera di dalam daftar pustaka pada Karya Tulis Ilmiah saya.
2. Bukan merupakan duplikasi karya tulis yang sudah dipublikasikan atau yang pernah dipakai untuk mendapatkan gelar diploma di universitas lain, kecuali pada bagian-bagian informasi yang dicantumkan dengan cara referensi yang semestinya.
3. Bukan merupakan karya terjemahan dari kumpulan buku atau jurnal acuan yang tertera di dalam daftar pustaka pada tugas.

Kalau terbukti saya tidak memenuhi apa yang dinyatakan diatas, maka Karya Tulis Ilmiah saya dianggap batal.

Jakarta, 22 Juni 2022


METRAJ
TEMPEL
22BFAKX215321398 Ika Enzelika

HALAMAN PENGESAHAN

Karya Tulis Ilmiah Akhir ini telah diajukan, dipertahankan dan direvisi di hadapan panitia sidang ujian sebagaimana selayaknya dan penulis telah memenuhi persyaratan yang dibutuhkan untuk mencapai gelar Ahli Madya Keperawatan (AMd.Kep).

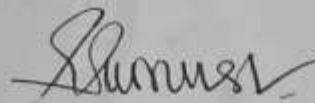
Disetujui pada tanggal:

Pembimbing

Ketua Program Studi Keperawatan



Ns. Hasian Leniwita, S.Kep., M.Kep.
NIDN : 0320127701



Ns. Erita, S.Kep., M.Kep.
NIDN: 0326106606

Mengetahui

Dekan Fakultas Vokasi Universitas Kristen Indonesia




Maksimus Bisa, SKM., Sst.Ft., M.Fis

NIDN: 0329047101

HALAMAN PENGUJI

Panitia Penguji Karya Tulis Ilmiah Akhir Program Studi Diploma Tiga Keperawatan Fakultas Vokasi Universitas Kristen Indonesia telah meneliti dan mengetahui proses pembuatannya yang telah dipertanggungjawabkan oleh mahasiswa yang bersangkutan.

Jakarta, 22 Juni 2022

Nama Penguji

Tanda Tangan

Ketua Penguji :

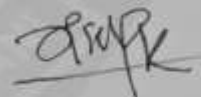
Ns. Melfa Damanik, S.Kep,M.Kep.,Sp.Kep.An



.....

Anggota Penguji :

1. Esty Rajagukguk, S.Tr.Keb.



.....

2. Ns. Hasian Leniwita, S.Kep., M.Kep.



.....

Catatan Penguji :

.....
.....
.....
.....

LEMBAR REVISI

Telah Direvisi pada Tanggal/...../2022

Dan Telah Diajukan Kembali pada Tanggal/...../2022

Penguji

Nama Penguji

Tanda Tangan

Ketua Penguji :

Ns. Melfa Damanik, S.Kep.,M.Kep.,Sp.Kep.An



.....

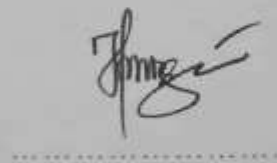
Anggota Penguji :

1. Esty Rajagukguk, S.Tr.Keb.



.....

2. Ns. Hasian Leniwita, S.Kep., M.Kep.



.....



UNIVERSITAS KRISTEN INDONESIA

PERNYATAAN DAN PERSETUJUAN PUBLIKASI
TUGAS AKHIR

Saya yang bertanda tangan di bawah ini:

Nama : Ika Enzelika
NIM : 1963030008
Fakultas : Vokasi
Program Studi : Diploma Tiga Keperawatan
Jenis Tugas Akhir : Karya Tulis Ilmiah Akhir
Judul : "PENERAPAN TEKNIK RELAKSASI NAPAS DALAM
PADA IBU *POST SECTIO CAESAREA* DENGAN
MASALAH NYERI DI RS TK.II MOH.RIDWAN
MEURAKSA"

Menyatakan bahwa:

1. Tugas akhir tersebut adalah benar karya saya dengan arahan dari dosen pembimbing dan bukan merupakan duplikasi karya tulis yang sudah dipublikasikan atau yang pernah dipakai untuk mendapatkan gelar akademik di perguruan tinggi manapun;
2. Tugas akhir tersebut bukan merupakan plagiat dari hasil karya pihak lain, dan apabila saya/kami mengutip dari karya orang maka akan dicantumkan sebagai referensi sesuai dengan ketentuan yang berlaku;
3. Saya memberikan Hak Nonesklusif Tanpa Royalti kepada Universitas Kristen Indonesia yang berhak menyimpan, mengalih media/format-kan, mengelola dalam bentuk pangkalan data (database), merawat dan mempublikasikan tugas akhir saya selama mencantumkan nama saya sebagai penulis/pencipta dan sebagai pemilih hak cipta.

Apabila di kemudian hari ditemukan pelanggaran Hak Cipta dan Kekayaan Intelektual atau Peraturan Perundang-undangan Republik Indonesia lainnya dan Integritas akademik karya tersebut, maka saya bersedia menanggung secara pribadi segala bentuk tuntutan hukum dan sanksi akademis yang timbul serta membebaskan Universitas Kristen Indonesia dari segala tuntutan hukum yang berlaku.

Jakarta, 22 Juni 2022



Ika Enzelika

KATA PENGANTAR

Puji syukur penulis panjatkan kepada Tuhan Yang Maha Esa atas berkat, kasih dan karunia-Nya sehingga penulis dapat menyelesaikan karya tulis ilmiah akhir dengan judul “Penerapan Teknik Relaksasi Napas dalam pada Ibu *Post Sectio Caesarea* dengan Masalah Nyeri di RS TK.II Moh.Ridwan Meuraksa.”

Studi kasus ini dibuat dan disusun sebagai tugas akhir, serta sebagai syarat yang harus dipenuhi guna menempuh Sidang Ujian Ahli Madya serta untuk mendapat gelar Ahli Madya Keperawatan (Amd.Kep) pada Program Studi Diploma Tiga Keperawatan Fakultas Vokasi Universitas Kristen Indonesia tahun 2022.

Dalam penyusunan karya tulis ilmiah ini, penulis juga menyadari tidak sedikit kendala yang dihadapi penulis dan menyadari bahwa karya tulis ilmiah ini masih jauh dari kata sempurna dan masih terdapat kekurangan karena keterbatasan kemampuan yang dimiliki oleh penulis. Penyusunan karya tulis ilmiah ini dapat terselesaikan tepat pada waktunya berkat bantuan dan kontribusi dari berbagai pihak dan kemampuan yang diberikan oleh Tuhan Yesus Kristus.

Penulis mendapat banyak ilmu pembelajaran dan bermanfaat dalam menempuh pendidikan selama belajar di Program Studi Diploma Tiga Keperawatan FV UKI. Dalam proses studi kasus dan penyusunan karya tulis ilmiah ini penulis banyak mendapat dukungan dari orang-orang sekitar penulis.

Pada kesempatan ini dengan segala kerendahan dan ketulusan hati, penulis ingin mengucapkan rasa terimakasih yang sebesar-besarnya kepada:

1. Keluarga dan Orang tua : Alm. Mamah (Esther Tarigan) yang sudah sangat sabar memberikan dukungan baik fisik, psikologi, doa, serta nasehat dalam hidup penulis, sehingga penulis mampu menyelesaikan karya tulis ilmiah ini dengan baik dan lancar.

Tidak lupa juga kakak saya Kakak Hevy Octavia, adik saya Janharsel Morales dan kepada paman Taufik yang selalu memberikan dukungan dan memenuhi segala kebutuhan penulis dalam menyelesaikan karya tulis ilmiah ini.

2. Dr. Dhaniswara K. Harjono, S.H., M.H., M.B.A. selaku Rektor Universitas Kristen Indonesia.
3. Maksimus Bisa, S.K.M., Sst.Ft.,M.Fis selaku Dekan Fakultas Vokasi Universitas Kristen Indonesia.
4. Ns. Erita Sitorus, S.Kep, M.Kep selaku Ketua Prodi DIII Keperawatan Fakultas Vokasi Universitas Kristen Indonesia sekaligus Dosen penasehat Akademik yang selalu mendukung dan memberikan arahan, masukan, motivasi serta semangat bagi penulis dalam menyelesaikan karya tulis ilmiah ini.
5. Kolonel Ckm dr. Hardono SPS selaku Direktur RS TK.II Moh.Ridwan Meuraksa yang telah memberikan izin untuk melakukan penelitian.
6. Ns. Hasian Leniwita, S.Kep, M.Kep sebagai dosen pembimbing yang baik hati, sabar, meluangkan waktu, tenaga, dan pikiran untuk membimbing dan mengarahkan penulis dalam menyusun Karya Tulis Ilmiah.
7. Ns. Sri Melfa Damanik, S.Kep, M.Kep., Sp.Kep.An sebagai penguji utama yang telah memberikan waktunya dalam menguji penyusunan Karya Tulis Ilmiah ini serta pembimbing akademik yang telah membimbing penulis.
8. Bd. Esty, S.Tr.Keb selaku penguji lahan yang telah meluangkan waktu dan memberikan arahan dalam penyusunan Karya Tulis Ilmiah.
9. Seluruh Dosen program studi D3 Keperawatan dan seluruh Staf Prodi DIII Keperawatan FV UKI yang ikut serta membantu memberikan dukungan dan bantuan dalam penulisan karya tulis ilmiah ini.
10. Sahabat perjuangan dan terkasih Rachel Radella dan Dessy Hasyanti yang telah mendukung, memberikan motivasi dan berjuang bersama-sama dalam menyelesaikan Karya Tulis Ilmiah ini. Terima kasih atas

kesenangan, canda tawa yang membahagiakan dan menjadi keluarga baru bagi penulis.

11. Teman-teman seperjuangan di peminatan Maternitas Sita dan Merlina yang telah berjuang bersama dalam menyelesaikan Karya Tulis Ilmiah ini.
12. Seluruh teman-teman seperjuangan angkatan 2019 Prodi DIII Keperawatan FV UKI yang tidak dapat disebutkan namanya satu persatu. Terimakasih atas pertemanan serta berjuang bersama dalam menempuh pendidikan selama tiga tahun.
13. Teman-teman dan orang sekitar saya yang tidak dapat saya sebutkan satu-persatu yang memberikan dukungan sehingga penulis dapat menyelesaikan karya tulis ilmiah ini.
14. Perpustakaan UKI yang digunakan oleh penulis sebagai referensi untuk menyelesaikan Karya Tulis Ilmiah ini.
15. Perpustakaan Nasional RI yang digunakan oleh penulis sebagai sarana buku untuk menyelesaikan Karya Tulis Ilmiah ini.

Penulis berterimakasih kepada diri sendiri yang dapat berproses dan menyelesaikan karya tulis ilmiah ini tepat pada waktunya, walaupun terkadang terdapat kendala namun penulis mampu menyelesaikan dengan baik. Seperti tertulis di dalam Amsal 24:14 “Ketahuilah, demikian hikmat untuk jiwamu: Jika engkau mendapatkannya, maka ada masa depan, dan harapanmu tidak akan hilang” yang memberikan kekuatan kepada penulis dan motto penulis “Orang yang meraih kesuksesan tidak selalu orang pintar. Orang yang selalu meraih kesuksesan adalah orang yang gigih dan pantang menyerah” *“we can definitely get through all trials, if we always rely on God in our every step”*

Jakarta, 17 Maret 2022

DAFTAR ISI

PERNYATAAN KEASLIAN KARYA TUGAS AKHIR	i
HALAMAN PENGESAHAN.....	ii
HALAMAN PENGUJI.....	iii
LEMBAR REVISI	iv
PERNYATAAN DAN PERSETUJUAN PUBLIKASI TUGAS AKHIR.....	v
KATA PENGANTAR.....	vi
DAFTAR ISI	ix
DAFTAR TABEL.....	xii
DAFTAR GAMBAR.....	xiii
DAFTAR SINGKATAN	xiv
DAFTAR LAMPIRAN	xvi
ABSTRAK	xvii
<i>ABSTRACT</i>	xviii
BAB 1 PENDAHULUAN	1
1.1 Latar Belakang	1
1.2 Rumusan Masalah	4
1.3 Tujuan Studi Kasus.....	4
1.3.1 Tujuan Umum.....	4
1.3.2 Tujuan Khusus.....	4
1.4 Manfaat Studi Kasus.....	5
1.4.1 Masyarakat	5
1.4.2 Bagi Pengembangan Ilmu dan Teknologi Keperawatan	5
1.4.3 Bagi Rumah Sakit	5
1.4.4 Bagi Institusi Pendidikan.....	5
1.4.5 Penulis.....	6
BAB 2 TINJAUAN PUSTAKA.....	7
2.1 Konsep Dasar <i>Sectio Caesarea</i> (SC).....	7
2.1.1 Pengertian <i>Sectio Caesarea</i> (SC)	7
2.1.2 Tipe-Tipe <i>Sectio Caesarea</i>	7
2.1.3 Indikasi	10
2.1.4 Patofisiologis <i>Sectio Caesarea</i>	10
2.1.5 Komplikasi <i>Sectio Caesarea</i>	11
2.1.6 Perawatan <i>Post Sectio Caesarea</i>	11
2.2 Konsep Dasar Nyeri.....	14
2.2.1 Pengertian Nyeri	14
2.2.2 Klasifikasi Nyeri.....	15

2.2.3 Faktor-Faktor yang Mempengaruhi Respons Nyeri.....	17
2.2.4 Penilaian Respon Intensitas Nyeri.....	23
2.2.5 Teknik non-farmakologis Relaksasi Nafas Dalam	26
2.2.6 Prosedur Teknik Relaksasi Napas Dalam	27
2.3 Konsep Asuhan Keperawatan <i>Sectio Caesarea</i>	28
2.3.1 Pengkajian	29
2.3.2 Pengkajian Nyeri.....	32
2.3.3 Diagnosa Keperawatan.....	34
2.3.4 Perencanaan Keperawatan	37
2.3.5 Implementasi Keperawatan.....	49
2.3.6 Evaluasi Keperawatan	49
BAB 3 METODE STUDI KASUS.....	51
3.1 Rancangan studi kasus	51
3.2 Subyek Studi Kasus	52
3.3 Fokus Studi	53
3.4 Definisi Operasional Fokus Studi	53
3.5 Instrumen Studi Kasus	54
3.6 Metode Pengumpulan Data	55
3.7 Tempat dan Waktu	57
3.8 Penyajian Data	57
3.9 Etika Studi Kasus	58
BAB 4 HASIL STUDI KASUS DAN PEMBAHASAN	60
4.1 Hasil Studi Kasus	60
4.1.1 Gambaran Lokasi Pengambilan Data	60
4.1.2 Pengkajian Keperawatan	61
4.1.3 Analisa Data	68
4.1.4 Diagnosa Keperawatan.....	72
4.1.5 Intervensi Keperawatan	74
4.1.6 Implementasi Keperawatan.....	77
4.1.7 Evaluasi Keperawatan	82
4.2 Pembahasan	84
4.2.1 Pengkajian	84
4.2.2 Diagnosa Keperawatan.....	86
4.2.3 Intervensi Keperawatan	86
4.2.4 Implementasi Keperawatan.....	87
4.2.5 Evaluasi Keperawatan	90
4.3 Keterbatasan.....	93
BAB 5 KESIMPULAN DAN SARAN	95
5.1 Kesimpulan	95
5.2.1 Pengkajian Keperawatan	95
5.2.2 Diagnosa Keperawatan.....	95
5.2.3 Intervensi Keperawatan	95

5.2.4 Implementasi Keperawatan.....	96
5.2.5 Evaluasi Keperawatan	96
5.2 Saran.....	96
5.2.1 Bagi Pasien.....	96
5.2.2 Bagi Rumah Sakit	97
5.2.3 Bagi Institusi Pendidikan.....	97
5.2.4 Bagi Penulis.....	97
DAFTAR PUSTAKA.....	98



DAFTAR TABEL

Tabel 2.1 Langkah Teknik Relaksasi Napas Dalam	28
Tabel 2.2 Diagnosa Keperawatan	35
Tabel 2.3 Intervensi Keperawatan	38
Tabel 4.1 Pengkajian	61
Tabel 4.2 Riwayat Keperawatan	62
Tabel 4.3 Riwayat Sehari-hari sebelum di Rawat	63
Tabel 4.4 Riwayat Psikosial	64
Tabel 4.5 Pemeriksaan Fisik	64
Tabel 4.6 Pemeriksaan Penunjang	66
Tabel 4.7 Penatalaksanaan	67
Tabel 4.7 Data Fokus	67
Tabel 4.9 Analisa Data	69
Tabel 4.10 Diagnosa Keperawatan	73
Tabel 4.11 Intervensi Keperawatan	74
Tabel 4.12 Implementasi Keperawatan	78
Tabel 4.13 Evaluasi Keperawatan	82

DAFTAR GAMBAR

Gambar 2.1 Skala Deskriptif	23
Gambar 2.2 Skala Numerik	24
Gambar 2.3 Skala Analog Visual	26
Gambar 2.4 Skala Numerik	34



DAFTAR SINGKATAN

ASI	Air Susu Ibu
BB	Berat Badan
DO	Data Objektif
DS	Data Subjektif
GPA	G (Gravida), P (Partus), A (Abortus)
HB	Hemoglobin
HCT	Hematokrit
HPHT	Hari Pertama Haid Terakhir
IASP	<i>International Association for The Study of Pain</i>
IV	Intravena
Kemenkes	Kementrian Kesehatan
N	Nadi
PB	Panjang Badan
PO	Per Oral
PPNI	Persatuan Perawat Negara Indonesia
PQRST	P (Paliatif), Q (Quality), R (Region), S (severity), T (Timing)
Riskesdas	Riset Kesehatan Daerah
RL	Ringer Laktat
ROM	Range of Motion
RR	<i>Respiratory Rate</i>
S	Suhu
SC	<i>Sectio Caesarea</i>
SDKI	Standar Diagnosa Keperawatan Indonesia
SIKI	Standar Intervensi Keperawatan Indonesia
SLKI	Standar Luaran Keperawatan Indonesia

SOP	Standar Operasional Prosedur
TD	Tekanan Darah
TF	Tafsiran Partus
TT	Tetanus Toksoid
TTV	Tanda-Tanda Vital
VAS	<i>Visual analog scale</i>
WBC	White Blood Cell
WHO	<i>World Health Organization</i>



DAFTAR LAMPIRAN

- | | |
|--------------|--|
| Lampiran 1. | Patoflowdiagram |
| Lampiran 2. | <i>Informed Consent</i> |
| Lampiran 3. | Penjelasan Untuk mengikuti Penelitian |
| Lampiran 4. | Leaflet |
| Lampiran 5. | Skala Penilaian Numerik |
| Lampiran 6. | Lembar Obsevasi Skala Nyeri |
| Lampiran 7. | SOP Teknik Relaksasi Napas Dalam |
| Lampiran 8. | Lembar Observasi Tanda-Tanda Vital |
| Lampiran 9. | SOP Mengukur Tekanan Darah, Nadi, Suhu, Pernapasan |
| Lampiran 10. | Lembar Bimbingan |



Program Studi Diploma III Keperawatan Fakultas Vokasi

KTI, Juni 2022

PENERAPAN TEKNIK RELAKSASI NAPAS DALAM PADA IBU *POST SECTIO CAESAREA* DENGAN MASALAH NYERI DI RS TK.II MOH.RIDWAN MEURAKSA

Ika Enzelika¹ , Hasian Leniwita²

¹Mahasiswa Prodi DIII Keperawatan Universitas Kristen Indonesia

²Pembimbing Prodi DIII Keperawatan Universitas Kristen Indonesia

Jl. Mayjen Sutoyo No 2 RT 9/RW 6 Cawang, Kec. Kramat Jati, Jakarta Timur, 13630.

Email : ikaenzelika11@gmail.com

ABSTRAK

Sectio Caesarea merupakan salah satu trauma fisik yang disengaja, dimana dilakukan tindakan pembedahan untuk melahirkan janin dengan cara insisi dinding perut dan dinding rahim. Angka kejadian *Sectio Caesarea* di dunia 45,5%, di tingkat nasional 45,3%, di Indonesia 17,6% sedangkan di DKI Jakarta sebesar 31,3% (Kemenkes RI, 2019). Tujuan studi kasus ini melakukan asuhan keperawatan pada ibu *Post Sectio Caesarea* dengan penerapan Relaksasi Napas Dalam untuk mengurangi Nyeri di RS TK.II Moh. Ridwan Meuraksa. Metode : Penelitian ini berupa studi kasus dengan membandingkan tingkat keberhasilan dua pasien yang berfokus pada diagnosa keperawatan yang sama yaitu nyeri, pemberian asuhan keperawatan berlangsung selama 3 hari untuk setiap pasien, dimulai tanggal 11 April – 16 April 2022, yang meliputi wawancara, observasi, pemeriksaan TTV, pemeriksaan fisik, observasi skala nyeri numerik. Hasil : Pada pasien 1 ditemukan skala nyeri 7 menjadi skala 3, sedangkan pada pasien 2 skala nyeri 5 menjadi skala 2. Kesimpulan : Teknik relaksasi napas dalam mampu menurunkan intensitas nyeri pada pasien post *Sectio Caesarea* di RS TK.II Moh.Ridwan Meuraksa. Faktor yang mendukung dalam penyembuhan pasien adalah pasien yang kooperatif dan motivasi dari diri pasien.

Kata Kunci : Relaksasi napas dalam, *Sectio Caesarea*, Nyeri

Diploma III Nursing Study Program Vocational Faculty

KTI, June 2022

**APPLICATION OF DEEP BREATH RELAXATION TECHNIQUES IN
POST SECTIO CAESARIAN MOTHERS WITH PAIN PROBLEMS IN RS
TK.II MOH.RIDWAN MEURAKSA**

Ika Enzelika¹ , Hasian Leniwita²

¹Mahasiswa Prodi DIII Keperawatan Universitas Kristen Indonesia

²Pembimbing Prodi DIII Keperawatan Universitas Kristen Indonesia

Jl. Mayjen Sutoyo No 2 RT 9/RW 6 Cawang, Kec. Kramat Jati, Jakarta Timur, 13630.

Email : ikaenzelika11@gmail.com

ABSTRACT

*Sectio Caesarea is a deliberate physical trauma, where surgery is performed to give birth to the fetus by incising the abdominal wall and uterine wall. The incidence of Sectio Caesarea in the world is 45.5%, at the national level 45.3%, in Indonesia 17.6% while in DKI Jakarta it is 31.3% (Kemenkes RI, 2019). **Objective:** To provide nursing care for Post Sectio Caesarea mothers with the application of Deep Breathing Relaxation to reduce pain in RS TK.II Moh. Ridwan Meuraksa. **Methods:** This research is a case study with the provision of nursing care for 3 days from April 11 to April 16, 2022, which includes interviews, observations, TTV examinations, physical examinations, numerical pain scale observations, as well as comparing the success rates of two patients focusing on diagnosis. The same treatment is pain. **Results:** In patient 1, the pain scale was found to be 7 to a scale of 3, while in patient 2 the pain scale was 5 to a scale of 2. **Conclusion:** The deep breathing relaxation technique was able to reduce pain intensity in patients with post Sectio Caesarea at RS TK.II Moh.Ridwan Meuraksa.*

Keywords: Deep breathing relaxation, Sectio Caesarea, Pain