

KARYA TULIS ILMIAH AKHIR NERS

**ASUHAN KEPERAWATAN NAUSEA DENGAN INTERVENSI
SLOW DEEP BREATHING PADA IBU HAMIL TRIMESTER I
DI WILAYAH UPTD PUSKESMAS
SELEMADEG BARAT**



Oleh:

NIKADEK SENI ARIANI

NIM. P07120324096

**POLTEKKES KEMENKES DENPASAR
JURUSAN KEPERAWATAN
PROGRAM STUDI PROFESI NERS
DENPASAR
2025**

**ASUHAN KEPERAWATAN NAUSEA DENGAN INTERVENSI
SLOW DEEP BREATHING PADA IBU HAMIL TRIMESTER I
DI WILAYAH UPTD PUSKESMAS
SELEMADEG BARAT**

**Diajukan Untuk Memenuhi Salah Satu Syarat
Menyelesaikan Pendidikan Profesi Ners Jurusan
Keperawatan**

**Oleh:
NI KADEK SENI ARIANI
NIM. P07120324096**

**POLTEKKES KEMENKES DENPASAR
JURUSAN KEPERAWATAN
PROGRAM STUDI PROFESI NERS
DENPASAR
2025**

LEMBAR PERSETUJUAN

ASUHAN KEPERAWATAN NAUSEA DENGAN INTERVENSI *SLOW DEEP BREATHING* PADA IBU HAMIL TRIMESTER PERTAMA DI WILAYAH UPTD PUSKESMAS SELEMADEG BARAT

Diajukan oleh:
NI KADEK SENI ARIANI
NIM. P07120324096

TELAH MENDAPATKAN PERSETUJUAN

Pembimbing Utama



(Dr. Drs. DM Ruspawan, S.Kp, M.Biomed)
NIP. 196005151982121001

Pembimbing Pendamping



(Dra. DA Ketut Surinati, S.Kep. Ns, M.Kes)
NIP. 196412311985032010

MENGETAHUI

KETUA JURUSAN KEPERAWATAN
POLTEKKES KEMENKES DENPASAR



I Made Sukarja, S.Kep.,Ns.,M.Kep
NIP. 196812311992031020

LEMBAR PENGESAHAN
KARYA TULIS ILMIAH AKHIR NERS

ASUHAN KEPERAWATAN NAUSEA DENGAN INTERVENSI *SLOW DEEP BREATHING* PADA IBU HAMIL TRIMESTER I DI WILAYAH UPTD PUSKESMAS SELEMADEG BARAT

Diajukan oleh:

NI KADEK SENI ARIANI
NIM. P07120324096

TELAH DISEMINARKAN DI HADAPAN TIM

PENGUJI PADA HARI : KAMIS
TANGGAL : 15 MEI 2025

TIM PENGUJI:

1. Ni Nyoman Hartati, S.Kep, Ns, M.Biomed
NIP. 196211081982122001
2. Ni Luh Ketut Suardani, S.Kep, Ns, M.Kes
NIP. 197602262001122003
3. Suratiah, S.Kep, Ners, M.Biomed
NIP. 197112281994022001

Ketua (.....)

Anggota (.....)

Anggota (.....)

MENGETAHUI
KETUA JURUSAN KEPERAWATAN
POLTEKKES KEMENKES DENPASAR


I Made Sukarja, S.Kep.,Ns.,M.Kep
NIP 196812311992031020

ASUHAN KEPERAWATAN NAUSEA DENGAN INTERVENSI *SLOW DEEP BREATHING* PADA IBU Hamil TRIMESTER I DI WILAYAH UPTD PUSKESMAS SELEMADEG BARAT

Ni Kadek Seni Ariani

Program Studi Profesi Ners Poltekkes Kemenkes Denpasar

Email : dexani83@gmail.com

ABSTRAK

Kehamilan adalah pertemuan sperma laki-laki dan ovum dari Perempuan yang menyebabkan berbagai perubahan fisik, sosial, dan mental. Dalam masa kehamilan banyak terjadi perubahan salah satunya mual muntah yang terjadi karena adanya ketidakstabilan antara hormone progesteron dan estrogen sejak terjadinya proses pembuahan. Tujuan penelitian ini adalah mendeskripsikan dan menganalisis asuhan keperawatan nausea pada pasien 1 dan pasien 2 ibu hamil trimester I dengan pemberian *slow deep breathing* di Wilayah UPTD Puskesmas Selemadeg Barat menggunakan metode analisis deskriptif yang dilaksanakan pada tanggal 14 sampai 19 oktober 2024. Subjek penelitian adalah ibu hamil trimester I. Teknik pengumpulan data dengan wawancara, observasi, pemeriksaan fisik, dan studi dokumentasi. Hasil studi kasus pasien 1 dan pasien 2 dengan keluhan mual terus menerus. Diagnosis keperawatan yang dirumuskan yaitu nausea berhubungan dengan kehamilan dibuktikan dengan pasien mengeluh mual, merasa ingin muntah, tidak berminat makan, merasa asam dimulut, sering menelan dan saliva meningkat. Intervensi inovasi yang dilakukan yaitu *slow deep breathing*. Implementasi dilakukan sekali sehari dalam waktu 10 menit selama tiga kali pertemuan. Hasil evaluasi yang didapatkan yaitu tingkat mual pada kedua pasien telah berkurang. *Slow deep breathing* memberikan respon tenang atau rileks dan meningkatkan hormon endorfin, sehingga dapat meningkatkan kerja saraf parasimpatis pada sistem pencernaan, mengurangi kerja saraf vagus abdomen dan mengurangi kerja CTZ (Chemoreceptor Trigger Zone), sehingga dapat mengurangi rasa mual (muntah) dan muntah-muntah (mual) pada wanita hamil. Kesimpulan yang diperoleh yaitu *slow deep breathing* dapat menurunkan nausea pada ibu hamil trimester I salah satu referensi dalam memberikan terapi nonfarmakologi sebagai terapi alternatif untuk mengurangi mual-muntah.

Kata Kunci : Asuhan Keperawatan, Nausea, *Slow Deep Breathing*

**NURSING CARE FOR NAUSEA WITH SLOW DEEP BREATHING
INTERVENTIONS IN FIRST TRIMESTER PREGNANT WOMEN IN THE
UPTD AREA WEST SELEMADEG HEALTH CENTER**

ABSTRACT

Pregnancy is the meeting of male sperm and female ovum that causes various physical, social, and mental changes. During pregnancy, there are many changes, one of which is nausea and vomiting, which occurs due to the instability between progesterone and estrogen hormones since the conception process. The purpose of this study was to describe and analyse nursing care for nausea in patient 1 and patient 2 of first trimester pregnant women by giving slow deep breathing in the UPTD Puskesmas Selemadeg Barat Region using descriptive analysis methods carried out on 14 to 19 October 2024. The research subjects were first trimester pregnant women. Data collection techniques with interviews, observations, physical examinations, and documentation studies. The results of case studies of patient 1 and patient 2 with complaints of continuous nausea. The nursing diagnosis formulated is nausea associated with pregnancy as evidenced by patients complaining of nausea, feeling like vomiting, not interested in eating, feeling sour in the mouth, swallowing frequently and increasing saliva. The innovation intervention carried out is slow deep breathing. Implementation is carried out once a day within 10 minutes for three meetings. The evaluation results obtained were that the level of nausea in both patients had decreased. Slow deep breathing provides a calm or relaxed response and increases endorphins, so that it can increase the work of parasympathetic nerves in the digestive system, reduce the work of the abdominal vagus nerve and reduce the work of CTZ (Chemoreceptor Trigger Zone), so as to reduce nausea (vomiting) and vomiting (nausea) in pregnant women. The conclusion obtained is that slow deep breathing can reduce nausea in first trimester pregnant women, one of the references in providing non-pharmacological therapy as an alternative therapy to reduce nausea and vomiting.

Keywords: *Nursing Care, Nausea, Slow Deep Breathing*

KATA PENGANTAR

Puji syukur peneliti panjatkan kehadapan Ida Sang Hyang Widhi Wasa/Tuhan Yang Maha Esa karena atas berkat-Nya peneliti dapat menyelesaikan Karya Tulis Ilmiah Akhir Ners dengan judul “Asuhan Keperawatan Nausea Dengan Intervensi *Slow Deep Breathing* Pada Ibu Hamil Trimester I Di Wilayah UPTD Puskesmas Selemadeg Barat” dengan tepat waktu dan sesuai dengan harapan. Karya Tulis Ilmiah Akhir Ners ini dapat diselesaikan bukanlah semata-mata usaha peneliti sendiri, melainkan berkat dorongan dan bantuan dari berbagai pihak, untuk itu melalui kesempatan ini peneliti mengucapkan terimakasih kepada:

1. Dr. Sri Rahayu, S.Tr.Keb., S.Kep., Ners., M.Kes., selaku Direktur Poltekkes Kemenkes Denpasar yang telah memberi kesempatan bimbingan secara tidak langsung dalam pendidikan Profesi Ners di Politeknik Kemenkes Denpasar jurusan Keperawatan.
2. I Made Sukarja, S.Kep., Ns., M.Kep., selaku Ketua Jurusan Keperawatan Poltekkes Kemenkes Denpasar, yang telah memberikan bimbingan secara tidak langsung selama pendidikan di Jurusan Keperawatan Politeknik Kesehatan Kemenkes Denpasar.
3. Nengah Runiari., S.Kp., S.Pd., M.Kep., Sp.Mat, selaku Ketua Program Studi Ners Poltekkes Kemenkes Denpasar, yang telah memberi kesempatan dalam menyelesaikan karya ilmiah akhir ners ini.
4. Dr. Drs. DM Ruspawan, S.Kp, M.Biomed, selaku pembimbing utama yang telah banyak memberikan masukan, pengetahuan dan bimbingan serta mengarahkan peneliti dalam menyelesaikan karya ilmiah akhir ners ini.
5. Dra. DA Ketut Surinati, S.Kep, Ns, M.Kes, selaku pembimbing pendamping

yang telah banyak memberikan masukan, pengetahuan, dan bimbingan serta mengarahkan peneliti dalam menyelesaikan Karya Ilmiah Akhir Ners ini.

Dalam karya ilmiah akhir ners ini, peneliti mengharapkan kritik dan saran yang membangun untuk kesempurnaan karya ilmiah akhir ners ini.

Denpasar, Maret 2025

peneliti,

SURAT PERNYATAAN BEBAS PLAGIAT

Saya yang bertanda tangan di bawah ini :

Nama : Ni Kadek Seni Ariani

NIM : P07120324096

Program Studi : Profesi Ners

Jurusan : Keperawatan

Tahun Akademik : 2024/2025

Alamat : Banjar Dinas Kutuh Desa Lalanglinggah

Dengan ini menyatakan bahwa :

1. Karya Tulis Akhir Ners dengan judul Asuhan Keperawatan Nausea Dengan Intervensi Slow Deep Breathing Pada Ibu Hamil Trimester I Wilayah di UPTD Puskesmas Selemadeg Barat adalah benar karya sendiri atau bukan plagiat hasil karya orang lain.
2. Apabila dikemudian hari terbukti bahwa laporan Akhir ini bukan karya saya sendiri atau plagiat hasil karya orang lain, maka saya sendiri bersedia menerima sanksi sesuai Peraturan Mendiknas RI No.17 Tahun 2010 dan ketentuan perundang-undangan yang berlaku.

Demikian surat pernyataan ini saya buat untuk dipergunakan sebagaimana mestinya.

Denpasar, 6 Mei 2025

Yang membuat pernyataan



Ni Kadek Seni Ariani

NIM. P07120324097

DAFTAR ISI

HALAMAN SAMPUL	i
HALAMAN JUDUL.....	ii
LEMBAR PERSETUJUAN.....	iii
LEMBAR PENGESAHAN.....	iv
ABSTRAK	v
<i>ABSTRACT</i>	vi
KATA PENGANTAR.....	viii
SURAT PERNYATAAN BEBAS PLAGIAT	ix
DAFTAR ISI	x
DAFTAR TABEL	xiii
DAFTAR GAMBAR	xvi
DAFTAR LAMPIRAN	xvii
BAB I PENDAHULUAN	1
A. Latar Belakang.....	1
B. Rumusan Masalah.....	5
C. Tujuan Penulisan	5
1. Tujuan umum.....	5
2. Tujuan khusus.....	5
D. Manfaat Penulisan	6
1. Manfaat Teoritis	6
2. Manfaat Praktis.....	6
E. Metode Penyusunan Karya Ilmiah	7
BAB II TINJAUAN PUSTAKA.....	8
A. Konsep Dasar Kehamilan Trimester I.....	8
1. Definisi	8
2. Proses terjadinya kehamilan	9
3. Tanda dan gejala.....	12
4. Perubahan pada ibu hamil.....	14
5. Tanda bahaya kehamilan trimester I.....	19
6. Faktor risiko kehamilan	22

B.	Konsep Dasar Nausea	23
1.	Definisi	23
2.	Faktor yang mempengaruhi nausea	23
3.	Penyebab.....	24
4.	Tanda dan Gejala	25
5.	Patofisiologi	26
6.	Penatalaksanaan	27
C.	Konsep Dasar <i>Slow Deep Breathing</i>	29
1.	Definisi	29
2.	Manfaat.....	30
3.	Mekanisme	32
4.	Pengaruh slow deep breathing terhadap nausea pada ibu hamil trimester I.....	32
D.	Konsep Asuhan Keperawatan Nausea Dengan Intervensi <i>Slow Deep Breathing</i> Pada Ibu Hamil Trimester I	34
1.	Pengkajian	34
2.	Diagnosis Keperawatan	38
3.	Perencanaan Keperawatan	39
4.	Implementasi Keperawatan	42
5.	Evaluasi Keperawatan	43
BAB III LAPORAN KASUS KELOLAAN UTAMA.....		45
A.	PENGKAJIAN	45
1.	Identitas pasien	45
2.	Keluhan utama.....	45
3.	Riwayat penyakit	46
4.	Pemeriksaan fisik.....	47
5.	Terapi obat.....	48
B.	Diagnosis Keperawatan	49
C.	Perencanaan Keperawatan	51
D.	Implementasi Keperawatan	52
E.	Evaluasi Keperawatan	58

BAB IV ANALISIS ASUHAN KEPERAWATAN	60
A. Analisis Masalah Keperawatan Sesuai Evidance Based Practice.....	60
1. Pengkajian Keperawatan	60
2. Diagnosis keperawatan	64
3. Perencanaan Keperawatan	66
4. Implementasi Keperawatan	68
5. Evaluasi Keperawatan	70
B. Analisis Intervensi <i>Slow Deep Breathing</i> pada Masalah Keperawatan Nausea dengan Konsep <i>Evidence Based Practice</i>	73
BAB V PENUTUP.....	77
A. SIMPULAN.....	77
B. SARAN.....	78
DAFTAR PUSTAKA.....	80
LAMPIRAN	82

DAFTAR TABEL

Tabel 1.	Analisis Data Asuhan Keperawatan Nausea Pada Ibu Hamil Trimester I	39
Tabel 2.	Intervensi Keperawatan berdasarkan Standar Luaran Keperawatan Indonesia (SLKI) dan Standar Intervensi Keperawatan Indonesia (SIKI) Pada Ibu Hamil Trimester I dengan Nausea	40
Tabel 3.	Analisis Data Asuhan Keperawatan Nausea Pada Pasien Ny. L Dengan Intervensi <i>Slow Deep Breathing</i> Pada Ibu Hamil Trimester I di Wilayah UPTD Puskesmas Selemadeg Barat.....	49
Tabel 4.	Analisis Data Asuhan Keperawatan Nausea Pada Pasien Ny. V Dengan Intervensi <i>Slow Deep Breathing</i> Pada Ibu Hamil Trimester I di Wilayah UPTD Puskesmas Selemadeg Barat.....	50
Tabel 5.	Rencana Asuhan Keperawatan Nausea Pada Pasien 1 dan 2 Dengan Intervensi <i>Slow Deep Breathing</i> Pada Ibu Hamil Trimester I di Wilayah UPTD Puskesmas Selemadeg Barat	51
Tabel 6.	Implementasi Asuhan Keperawatan Nausea Pada Pasien Ny. L Dengan Intervensi <i>Slow Deep Breathing</i> Pada Ibu Hamil Trimester I di Wilayah UPTD Puskesmas Selemadeg Barat.....	52
Tabel 7.	Implementasi Asuhan Keperawatan Nausea Pada Pasien Ny. V Dengan Intervensi <i>Slow Deep Breathing</i> Pada Ibu Hamil Trimester I di Wilayah UPTD Puskesmas Selemadeg Barat.....	56
Tabel 8.	Evaluasi Asuhan Keperawatan Nausea Pada Ny. L Dengan Intervensi <i>Slow Deep Breathing</i> Pada Ibu Hamil Trimester I di Wilayah UPTD Puskesmas Selemadeg Barat.....	58

Tabel 9. Evaluasi Asuhan Keperawatan Nausea Pada Ny. V Dengan Intervensi Slow Deep Breathing Pada Ibu Hamil Trimester I di Wilayah UPTD Puskesmas Selemadeg Barat.....	59
--	----

DAFTAR GAMBAR

Gambar 1. Proses Penyusunan Karya Ilmiah Akhir Ners Asuhan Keperawatan Nausea Dengan Intervensi Slow Deep Breathing Pada Ibu Hamil Trimester I di Wilayah UPTD Puskesmas Selemadeg Barat.....	43
---	----

DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran 1 Jadwal Kegiatan Penelitian	82
Lampiran 2 Realisasi Anggaran Biaya Penelitian	83
Lampiran 3 Surat Permohonan Menjadi Responden.....	84
Lampiran 4 Naskah Persetujuan Setelah Penjelasan	85
Lampiran 5 SOP <i>Slow Deep Breathing</i>	86
Lampiran 6 Surat Ijin Penelitian.....	88
Lampiran 7 Dokumentasi Penelitian	91
Lampiran 8 Hasil Turnitin.....	92
Lampiran 9 Surat Pernyataan Persetujuan Publikasi Repository	95
Lampiran 10 Bukti Penyelesaian Administrasi.....	96
Lampiran 11 Bimbingan SIAK	97