

# BAB 1

## PENDAHULUAN

### A. Latar Belakang

Persalinan proses yang fisiologis dimana pengeluaran hasil konsepsi telah cukup bulan dan dapat hidup diluar, yang dimulai dengan adanya kontraksi yang kuat pada uterus sehingga terjadi pembukaan dan penipisan serviks (Sulistiyawati, 2010; Widiastini, 2018; Syaripudin dan Nurhaeni, 2019).

Nyeri persalinan dalam persepsi ibu bersalin sebenarnya bermanfaat untuk mengeluarkan bayi dari jalan lahir karena ketika otot rahim berkontraksi maka serviks akan membuka dan mendorong kepala janin kearah panggul sehingga menimbulkan nyeri yang terjadi pada kala I persalinan, dengan adanya kontraksi maka otot rahim akan semakin sering dan semakin kuat terutama fase aktif dan saat persalinan mengalami kemajuan sehingga mengakibatkan intensitas nyeri yang besar. Nyeri yang tidak tertangani akan mengakibatkan nyeri persalinan yang hebat, persalinan lama, dapat mempengaruhi ventilasi, stress dan konsentrasi ibu selama persalinan bisa terganggu, sehingga bisa mengancam kesehatan ibu maupun janinnya (dalam Fitri, L.2019). Berdasarkan penelitian yang dilaporkan oleh Murray kejadian nyeri pada 2.700 ibu bersalin di Klinik Pratama Jambu Mawar di Pekanbaru hanya 15% persalinan yang berlangsung dengan nyeri ringan, 35% persalinan dengan nyeri sedang, 30% persalinan dengan nyeri hebat, dan 20% persalinan disertai nyeri yang sangat hebat Gondo (dalam Fitri L,2019).

Upaya untuk mengatasi nyeri persalinan ada dua yaitu dengan metode farmakologi dan non farmakologi, untuk metode non farmakologi menggunakan anestesi, ILA, dan obat analgesik. Obat tersebut jika diberikan terlalu dini bisa memperlama persalinan dan membuat depresi janin sedangkan jika diberikan terlalu lambat bisa menimbulkan depresi pernafasan pada bayi baru lahir sehingga kurang efektif jika diberikan dan biasanya bidan menggunakan metode non farmakologi dengan diberikan

asuhan kebidanan menggunakan cara relaksasi nafas dalam untuk mengurangi nyeri persalinan (Maryunani,2010). Cara relaksasi nafas dalam yaitu dengan ibu duduk rileks kemudian menutup kedua mata, tarik nafas 3-5 detik dari hidung sampai paru-paru terisi udara lalu dihembuskan melalui mulut 3-5 detik dengan hembusan yang lembut sampai muka, mulut dan dagu akan menjadi rileks lakukan selama 30 menit (Nurgiwati,2015).

Kurangnya pengetahuan tentang aplikasi relaksasi nafas dalam dengan benar sehinggalap pasien mengalami kesalahan dalam melakukan relaksasi nafas dalam, maka dari itu penulis tertarik akan melakukan bagaimana cara melakukan aplikasi relaksasi nafas dalam untuk mengurangi nyeri persalinan dengan menggunakan metode buku saku.

Tujuan dari buku saku ini adalah untuk bahan bacaan dan menambah pengetahuan mahasiswa terhadap aplikasi relaksasi nafas dalam serta khususnya ibu bersalin untuk mengurangi nyeri persalinan. Target luaran yang ingin dicapai dalam buku saku ini adalah dapat bermanfaat bagi berbagai pihak, diantaranya bagi mahasiswa yaitu dapat mengetahui pembuatan buku saku dan dapat mempermudah belajar bagi mahasiswa karena isinya singkat dan jelas. Sedangkan bagi Kampus dapat dijadikan bahan bacaan diperpustakaan dan bahan referensi bagi mahasiswa, Kemudian untuk ibu bersalin dapat mengetahui cara mengurangi nyeri persalinan dengan aplikasi relaksasi nafas dalam.