

BAB I

PENDAHULUAN

Sectio Caesaria (SC) didefinisikan sebagai sebuah metode persalinan dimana janin lahir melalui insisi bedah yang dibuat di dinding perut atau laparotomi dan dinding rahim atau histerektomi (Andriati & Martina, 2019). Pada masa lalu persalinan melalui operasi *Sectio Caesarea* (SC) masih menjadi hal yang menakutkan namun dengan berkembangnya kecanggihan bidang ilmu kedokteran kebidanan pandangan tersebut mulai bergeser. Persalinan melalui operasi *Sectio Caesarea* (SC) sering menjadi alternatif pilihan persalinan.

Menurut (*World Health Organization* (WHO) menetapkan rata-rata persalinan operasi SC di sebuah negara adalah sekitar 5-15% per 1000 kelahiran di dunia. Angka kejadian dirumah sakit pemerintah rata-rata 11%, sementara di rumah sakit swasta bisa lebih dari 30%. Selain itu menurut WHO prevalensi SC meningkat 46% di Cina dan 25% di Asia, Eropa, dan Amerika Latin (Ferinawati & Hartati, 2019).

Di Indonesia proporsi metode persalinan dengan operasi SC pada perempuan umur 10-54 tahun mencapai rata-rata 17,6%. Tertinggi di DKI Jakarta sebesar 31,1% dan terendah di Papua sebesar 6,7%. Sedangkan proporsi metode persalinan dengan operasi SC di Jawa Tengah mencapai 17,1%. Proporsi ini menunjukkan bahwa persalinan dengan SC semakin banyak dilakukan oleh ibu melahirkan (Risksdas 2018).

Pasien post operasi *Sectio Caesaria* biasanya akan merasakan nyeri luka operasi setelah beberapa jam pasca operasi sejalan dengan mulai pulihnya efek anestesi dari tubuh ibu. Hal ini yang banyak dikeluhkan oleh ibu post operasi *Sectio Caesaria* (Andriati & Martina, 2019). Tindakan pembedahan pada SC akan memutuskan kontinuitas atau persambungan jaringan karena insisi yang akan mengeluarkan reseptor nyeri sehingga pasien akan merasakan nyeri terutama setelah efek anestesi habis (Metasari & Sianipar, 2018).

Pasien post operasi *Sectio Caesaria* biasanya akan merasakan nyeri luka operasi dengan skala 4-6 (nyeri sedang). Keluhan nyeri terutama terasa

saat efek anestesi sudah mulai hilang, antara 4 sampai 6 jam setelah operasi dan semakin lama keluhan nyeri semakin bertambah. Hal ini yang banyak dikeluhkan oleh ibu post operasi *Sectio Caesarea* (Andriati & Martina, 2019).

Nyeri adalah pengalaman sensori dan emosional yang tidak menyenangkan akibat dari kerusakan jaringan yang aktual dan potensial. Nyeri sangat mengganggu dibandingkan dengan penyakit lainnya (Nurhayati, *et.al.*, 2015). Nyeri merupakan kondisi berupa perasaan tidak menyenangkan, bersifat sangat subjektif karena perasaan nyeri berbeda pada setiap orang dalam hal skala atau tingkatannya, dan hanya orang yang merasakan nyeri tersebut yang dapat menjelaskan atau mengevaluasi rasa nyeri yang dialami (Andriati & Martina, 2019).

Data jumlah pasien *Sectio Caesarea* pada tahun 2016 berjumlah 1.687 jiwa atau sekitar 63% dari seluruh persalinan. Pasien mengalami nyeri dengan skala 4-6 (nyeri sedang). Keluhan nyeri terutama terasa saat efek anestesi sudah mulai hilang, antara 4 sampai 6 jam setelah operasi dan semakin lama keluhan nyeri semakin bertambah. (Andriati & Martina, 2019).

Rasa nyeri dapat menimbulkan stressor dimana individu berespon secara biologis dan hal ini dapat menimbulkan respon perilaku fisik dan psikologis. Salah satu teknik non farmakologis yaitu Mobilisasi dini. Mobilisasi dini adalah upaya untuk memandirikan pasien secara bertahap mengingat besarnya tanggung jawab yang harus dilakukan oleh ibu untuk pemulihannya dan merawat bayinya, namun banyak ibu takut melakukan pergerakan karena takut merasa nyeri padahal pergerakan itu dapat mengurangi nyeri selain itu mobilisasi dini dapat melatih kemandirian ibu. Teknik non farmakologis lainnya yang bisa dilakukan oleh ibu postpartum yaitu melakukan teknik relaksasi secara teratur dan benar, teknik relaksasi akan mengurangi intensitas nyeri ibu post SC dan membantu relaksasi otot serta membantu pernafasan menjadi lebih baik (Metasari & Sianipar, 2018).

Strategi penatalaksanaan nyeri mencakup baik pendekatan farmakologis dan non farmakologis. Penatalaksanaan secara farmakologis yaitu dengan obat-obatan dan penatalaksanaan secara non farmakologis antara lain relaksasi nafas dalam, masase, kompres panas dingin, terapi musik. Pengendalian ini

menjadi lebih murah, mudah, efektif dan tanpa efek yang merugikan. Relaksasi autogenic merupakan gabungan dari teknik relaksasi dalam dan imajinasi terbimbing untuk meredakan nyeri. Salah satu metode untuk mengatasi nyeri secara non farmakologis adalah terapi relaksasi autogenik. Relaksasi autogenic merupakan relaksasi yang bersumber dari diri sendiri dengan menggunakan kata-kata atau kalimat pendek yang bisa membuat pikiran menjadi tenang. Relaksasi autogenic membantu individu untuk dapat mengendalikan beberapa fungsi tubuh seperti tekanan darah, frekuensi jantung dan aliran darah (Nurhayati, *et.al.*, 2015).

Relaksasi merupakan suatu keadaan dimana seseorang merasakan bebas mental dan fisik dari ketegangan dan stress. Teknik relaksasi bertujuan agar individu dapat mengontrol diri ketika terjadi ketegangan dan stres yang membuat individu merasa dalam kondisi yang tidak nyaman. Relaksasi autogenic merupakan relaksasi yang bersumber dari diri sendiri dengan menggunakan kata-kata atau kalimat pendek yang bisa membuat pikiran menjadi tenang (Nurhayati, *et.al.*, 2015). Autogenic memiliki makna pengaturan sendiri. Autogenic merupakan salah satu contoh dari teknik relaksasi yang berdasarkan konsentrasi pasif dengan menggunakan persepsi tubuh (misalnya tangan merasa hangat dan berat) yang difasilitasi oleh suesti diri sendiri (Arif & Amalia, 2019).

Berdasarkan hasil penelitian yang menunjukkan adanya perbedaan yang signifikan tingkat nyeri pasien post operasi *Sectio Caesaria* sesudah diberikan terapi relaksasi autogenic. Dan hal ini menunjukkan bahwa terdapat perbedaan pengaruh pemberian terapi relaksasi autogenic terhadap penurunan tingkat nyeri pada pasien post operasi *Sectio Caesaria* (Andriati & Martina, 2019). Berdasarkan hasil penelitian yang menunjukkan bahwa skala nyeri post operasi SC sebelum dilakukan intervensi relaksasi autogenic sebanyak 64% responden mengalami nyeri luka post operasi dengan rentang skala 4-6 (nyeri sedang). Sedangkan skala nyeri post operasi SC setelah dilakukan relaksasi autogenic menunjukkan 73,3% responden mengalami nyeri dengan rentang skala 4-6 (nyeri sedang). Terdapat pengaruh yang signifikan antara relaksasi autogenic dengan penurunan skala nyeri. Terdapat perbedaan skala nyeri

antara sebelum dan sesudah dilakukan relaksasi autogenic yaitu terjadi kecenderungan penurunan skala nyerinya (Nurhayati, *et.al.*, 2015).

Perkembangan teknologi multimedia memberikan kemungkinan untuk membuat sebuah alat bantu pelatihan relaksasi berupa video yang disimpan dalam media CD maupun flashdisk. Ada beberapa keuntungan yang dapat diperoleh. Keuntungan tersebut antara lain adalah kualitas gambar dan suara yang lebih bagus karena menggunakan teknologi digital. Selain itu penggunaan media video juga dapat memberikan kemudahan karena teknologi ini sudah dimiliki oleh masyarakat luas (Ramdhani & Putra, 2017). Dengan menggunakan luaran video dapat meningkatkan pengetahuan dan keterampilan bagi masyarakat dalam mempelajari teknik relaksasi autogenic. Relaksasi autogenic dapat menurunkan tekanan darah, juga nyeri (Arif & Amalia, 2019). Salah satu usaha yang dilakukan untuk meningkatkan pemahaman dan pengetahuan tentang relaksasi autogenic serta penanganannya adalah dengan memberikan pendidikan kesehatan. Ada beberapa media yang dapat digunakan dalam menyampaikan pendidikan kesehatan, salah satunya dengan media video.

Berdasarkan latar belakang tersebut, maka penulis tertarik untuk membuat luaran berupa video tentang relaksasi autogenik yang bertujuan untuk menurunkan skala nyeri pada pasien post operasi *Sectio Caesarea* (SC). Hal ini karena banyak ibu nifas yang belum mengetahui apa dan bagaimana cara melakukan mobilisasi dini pasca operasi *Sectio Caesarea* dengan teknik relaksasi autogenik.

Tujuan penelitian ini adalah Memperkenalkan kepada masyarakat tentang media Komunikasi, Informasi dan Edukasi (KIE) berupa video sehingga membantu masyarakat untuk dijadikan sebagai sumber informasi tambahan, serta menambah pengetahuan dan wawasan mengenai manfaat relaksasi autogenic untuk menurunkan skala nyeri pada pasien post operasi *Sectio Caesarea*. Adapun manfaat penelitian ini bagi penulis sendiri adalah untuk menambah pengetahuan penulis tentang relaksasi autogenik dalam menurunkan skala nyeri pada pasien post operasi *Sectio Caesarea*. Manfaat bagi masyarakat adalah sebagai sumber tambahan pengetahuan bagi

masyarakat khususnya, pengetahuan tentang penatalaksanaan nyeri pada pasien post operasi *Sectio Caesarea* dengan media video tentang relaksasi autogenic.