

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Persalinan adalah rangkaian peristiwa keluarnya bayi yang sudah cukup berada dalam rahim ibunya, dengan disusul oleh keluarnya plasenta dan selaput janin dari tubuh ibu (Fitriana & Nurwiandani, 2021). Persalinan seringkali disertai dengan rasa nyeri. Nyeri persalinan merupakan kombinasi nyeri fisik akibat kontraksi miometrium disertai regangan segmen bawah rahim menyatu dengan kondisi psikologis ibu selama persalinan.

Nyeri persalinan dapat memiliki dampak negatif yang signifikan bagi ibu dan janin. Hiperventilasi akibat nyeri dapat menyebabkan alkalosis respiratorik dan asidosis janin, yang berdampak buruk pada kesehatan ibu dan janin. Oleh karena itu, manajemen nyeri selama persalinan sangat penting untuk memastikan kesejahteraan ibu dan hasil persalinan yang lebih baik (Juanti & Ningrum, 2021).

Jika nyeri persalinan tidak diatasi, ibu dapat mengalami kecemasan, ketakutan, dan stres yang dapat memperlambat proses persalinan dan meningkatkan intensitas nyeri yang dirasakan (Safitri et al., 2020). Hal ini dapat menyebabkan komplikasi seperti hipoksia janin dan gangguan kontraksi uterus, yang berisiko pada keselamatan ibu dan janin serta keberhasilan persalinan pervaginam (Safitri et al., 2020).

Pendekatan untuk mengatasi nyeri persalinan dapat dilakukan melalui dua metode utama, yaitu farmakologis dan nonfarmakologis. Pendekatan farmakologis melibatkan penggunaan analgesik seperti intrathecal labor analgesia (ILA), sebagaimana disarankan oleh Yunika et al. (2023). Pendekatan nonfarmakologis meliputi teknik seperti distraksi dengan birth ball, effleurage massage, aromaterapi, kompres hangat, dan relaksasi nafas dalam (Ningdiah et al., 2022). Teknik relaksasi nafas dalam merupakan salah satu metode nonfarmakologis yang terbukti efektif dalam mengurangi nyeri persalinan (Juanti & Ningrum, 2021).

Teknik relaksasi nafas dalam atau deep breathing dapat membantu mengurangi rasa nyeri dengan mengatur pola nafas selama proses persalinan (Juanti & Ningrum, 2021). Hasil penelitian oleh Tchounwou et al. (2022) menunjukkan bahwa sebagian

besar ibu mengalami nyeri persalinan dalam tingkat yang signifikan, dengan median keparahan nyeri sebelum terapi adalah 7, yang menandakan tingkat nyeri yang cukup tinggi. Selain itu, temuan penelitian lain yang dilakukan oleh Safitri et al. (2020) menunjukkan bahwa secara signifikan dalam menurunkan nyeri persalinan ($p < 0.0001$) rata-rata intensitas nyeri sebelum terapi relaksasi adalah 6,7, namun setelah dilakukan terapi, rata-rata intensitas nyeri turun menjadi 4,3 (Safitri et al., 2020).

Meskipun terdapat banyak bukti yang mendukung efektivitas teknik relaksasi nafas dalam dalam mengurangi nyeri persalinan, belum banyak penelitian yang menginvestigasi pengaruhnya pada ibu bersalin di fasilitas kesehatan tertentu. Oleh karena itu, penelitian ini bertujuan untuk mengevaluasi pengaruh teknik relaksasi nafas dalam terhadap penurunan nyeri pada ibu bersalin fase aktif di RS Hosana Medica Kabupaten Bekasi. Penelitian ini diharapkan dapat memberikan kontribusi dalam peningkatan kualitas pelayanan kebidanan di RS Hosana Medica.

B. Perumusan Masalah

Berdasarkan latar belakang yang sudah tertulis di atas, maka terdapat rumusan masalah dalam penelitian ini yaitu, apakah terdapat pengaruh teknik relaksasi nafas dalam terhadap penurunan nyeri pada ibu bersalin fase aktif RS Hosana Medica Kabupaten Bekasi?

C. Tujuan Penelitian

1. Tujuan Umum

Tujuan penelitian ini untuk mengetahui pengaruh teknik relaksasi nafas terhadap penurunan nyeri pada ibu bersalin fase aktif di RS Hosana Medica Kabupaten Bekasi.

2. Tujuan Khusus

- a) Mengidentifikasi nyeri pada ibu bersalin fase aktif sebelum dilakukannya teknik relaksasi nafas dalam di RS Hosana Medica Kabupaten Bekasi.

- b) Mengidentifikasi nyeri pada ibu bersalin fase aktif sesudah dilakukannya teknik relaksasi nafas dalam di RS Hosana Medica Kabupaten Bekasi.
- c) Menganalisa perbedaan nyeri pada ibu bersalin fase aktif sebelum dan sesudah dilakukannya teknik relaksasi nafas dalam di RS Hosana Medica Kabupaten Bekasi.

D. Manfaat Penelitian

1. Bagi Peneliti

Menambah ilmu dan dapat memberikan asuhan kebidanan khususnya mengenai pemberian teknik relaksasi nafas dalam terhadap pengurangan nyeri persalinan pada ibu bersalin.

2. Bagi Instansi Pendidikan

Sebagai referensi untuk memperkaya ilmu pengetahuan dalam ranah kebidanan khususnya mengenai penanganan nyeri persalinan dengan teknik nafas dalam pada ibu bersalin.

3. Bagi Responden

Responden menjadi tahu mengenai manfaat dari teknik relaksasi nafas dalam yang dapat mengurangi stres baik stres fisik maupun emosional yaitu menurunkan intensitas nyeri dan menurunkan kecemasan.

4. Bagi Tempat Penelitian

Dapat diaplikasikan dalam memberikan perawatan selama persalinan, terutama dalam mengelola rasa nyeri melalui penerapan teknik relaksasi nafas dalam pada ibu yang sedang melahirkan.

E. Keaslian Penelitian

Tabel 1. 1 Tabel Keaslian Penelitian

No	Penulis dan Tahun	Judul	Persamaan	Perbedaan
1.	Alfa Rahmannisa Rabbani (2020)	Pengaruh Kombinasi Birthball dan Teknik Relaksasi Pernapasan Terhadap Intensitas Nyeri Persalinan Kala I Fase Aktif di Puskesmas Bangetayu	Membahas tentang teknik relaksasi pernapasan pada persalinan Kala I	Tidak mengkombinasikannya dengan <i>birthball</i> .
2.	Supriyani, Herlina Simanjuntak (2023)	Pengaruh Teknik Relaksasi Pernafasan Terhadap Intensitas Nyeri Pada Ibu Bersalin Kala I Fase Aktif di PMB M Karawang Tahun 2023	Membahas tentang teknik relaksasi pernapasan pada persalinan Kala I	Penelitian ini melihat pengaruh terhadap penurunan nyeri pada ibu bersalin, sedangkan penelitian terdahulu melihat pengaruh terhadap intensitas nyeri pada ibu bersalin.
3.	Rosalina Penaten Ola (2023)	Pengaruh Relaksasi Pernapasan Terhadap Penurunan Nyeri Pada Persalinan Kala I Fase Aktif di PMB Bidan Apin Kota Depok Tahun 2023	Membahas tentang teknik relaksasi pernapasan terhadap penurunan nyeri pada persalinan Kala I	Perbedaan tempat penelitian. Pada penelitian ini dilakukan penelitian di RS Hosana Medica Kabupaten Bekasi, sedangkan penelitian terdahulu di PMB Bidan Apin Kota Depok.