

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Sectio Caesarea (SC) adalah tindakan mengeluarkan bayi melalui insisi pada dinding abdomen dan uterus untuk menyelamatkan ibu dan bayi atas beberapa indikasi medis seperti gawat janin, persalinan lama, plasenta *previa*, letak lintang, panggul sempit, preeklamsia (Nopriani & Utami, 2023). Operasi *sectio caesarea* atau operasi cesar adalah salah satu persalinan untuk mengeluarkan bayi melalui sayatan pada perut atau abdomen (Sidharti et al., 2023). *Sectio Caesarea* merupakan proses persalinan atau melahirkan dengan cara membuat insisi pada bagian uterus melalui dinding abdomen dengan tujuan untuk meminimalkan resiko dari ibu maupun janin yang bisa timbul selama kehamilan atau dalam persalinan serta mempertahankan kehidupan atau kesehatan ibu dan janinnya (Melani et al., 2023).

Menurun *World Health Organization* (WHO) rata-rata standar *sectio caesarea* disuatu negara adalah sekitar 5-15% per 1000 kelahiran didunia. Di Amerika serikat rata-rata *sectio caesarea* meningkat hingga 29.1%, di Inggris dan Wales mencapai 21,4%, Kanada 22,5%, data menunjukkan secara global khususnya dinegara-negara maju, bahwa angka tindakan persalian secara *sectio caesarea* terbilang tinggi (Febrianawati et al., 2023). Di Indonesia prevelensi tindakan *sectio caesarea* dinilai memiliki peningkatan dari tahun ketahun dengan peningkatan angka operasi caesar dari 2% pada tahun 1986 menjadi 16% pada tahun 2012 (Zalfa et al., 2022). Riset Kesehatan Dasar tahun 2018 proporsi persalinan dengan *sectio caesarea* di provinsi Jawa Tengah sebesar 927.000 dari 4.039.000 persalinan normal (Astuti et al., 2024).

Sectio caesarea merupakan tindakan yang berisiko, dampak dari operasi *sectio caesarea* yang timbul antara lain berupa pendarahan, infeksi, anaesthesia, emboli paru-paru, kegagalan akibat hipotensi yang lama. Pada pasien yang menjalani persalinan dengan cara *sectio caesarea* biasanya

merasakan berbagai ketidaknyamanan (Rangkuti et al., 2023). Salah satu ketidaknyamanan yang dirasakan pada pasien post operasi *sectio caesarea* yaitu nyeri, rasa nyeri tersebut disebabkan oleh lepasnya reseptor nyeri akibat terganggunya kontinuitas jaringan akibat proses sayatan bedah. Nyeri ini juga dapat menimbulkan gangguan aktivitas ibu seperti, disabilitas (pasien takut bergerak sehingga pergerakannya terbatas), keterbatasan fungsional (tidak dapat berdiri, berjalan, bergerak) hal tersebut disebabkan karena rasa nyeri yang dirasakan pada pasien (Utami & Novryanthi, 2024). Tingkat keparahan nyeri pasca operasi tergantung pada anggapan fisiologis dan psikologis individu, metode non farmakologis bukan merupakan pengganti obat-obatan, tindakan ini diperlukan untuk mempersingkat episode nyeri yang sedang berlangsung. Dalam hal ini, saat nyeri hebat berlangsung selama berjam-jam atau sehari-hari mengkombinasikan metode non farmakologis dengan farmakologis atau obat-obatan mungkin cara paling efektif untuk mengatasi nyeri, salah satunya dengan *slow deep breathing* atau tarik nafas dalam (Nurfadlilah et al., 2024).

Slow deep breathing atau tarik nafas dalam adalah teknik relaksasi yang dapat menurunkan nyeri dengan cara merangsang susunan saraf pusat yaitu otak dan sumsum tulang belakang untuk memproduksi endofrin yang berfungsi sebagai penghambat nyeri, *slow deep breathing* merupakan tindakan yang disadari untuk mengatur pernafasan secara dalam dan lambat (Rustini et al., 2022). Berdasarkan penelitian yang dilakukan oleh (Delyka et al., 2022) menunjukkan bahwa terdapat perubahan skala nyeri pada ibu post operasi sc sebelum dan sesudah dilakukan teknik *slow deep breathing* didapatkan hasil oleh peneliti dengan jumlah 32 responden sebelum dilakukan teknik *slow deep breathing* dengan kategori nyeri sedang, setelah dilakukan tindakan *slow deep breathing* didapatkan hasil dengan kategori nyeri ringan sebanyak 27 responden sedangkan 5 responden dengan kategori nyeri sedang. Sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh (Mariani & Murhan, 2023) menunjukkan terdapat penurunan skala nyeri, dari 6,23 sebelum dilakukan

teknik *slow deep breathing* menjadi 3,14 setelah diberikan teknik *slow deep breathing*

Teknik relaksasi nafas dalam atau *slow deep breathing* adalah salah satu bentuk asuhan keperawatan yang dalam hal ini perawat mengajarkan kepada pasien bagaimana cara melakukan nafas dalam, nafas lambat (menahan inspirasi secara maksimal) dan bagaimana menghembuskan nafas secara perlahan (Delyka et al., 2022). Teknik relaksasi tarik nafas dalam atau *slow deep breathing* adalah metode pernafasan yang bertujuan untuk mengurangi ketegangan dan kecemasan. Relaksasi nafas dalam dapat membantu meningkatkan kesadaran diri dengan memfokuskan perhatian pada pernafasan. Teknik relaksasi nafas dalam dapat menjaga komponen system saraf simpatis sehingga bisa menyebabkan penurunan tingkat nyeri. Relaksasi pernafasan dapat mengurangi ketegangan otot dan merangsang pelepasan hormone endorphin sehingga dapat mengurangi tranmisi sinyal nyeri ke otak (Pramuningtiyas Sanjaya et al., 2024).

Hasil studi pendahuluan yang dilakukan di bangsal melati pada tanggal 07 Januari 2025 dengan 2 responden didapatkan hasil responden pertama dengan hari ke 2 setelah operasi sc dengan tingkat nyeri 4 saat dikaji skala nyeri pada hari pertama post operasi skala nyeri 5. Sedangkan responden kedua dengan hari pertama post operasi sc dengan skala nyeri 8. Kedua responden tersebut mengatakan belum tau cara mengatasi nyeri luka operasi

Berdasarkan latar belakang diatas maka saya tertarik untuk melakukan penerapan dengan judul “Penerapan Teknik *Slow Deep Breathing* Dalam Menurunkan Skala Nyeri Pada Ibu Post *Sectio Caesarea* Di Ruang Melati RSUD dr. Soediran Mangun Sumarso Wonogiri”

B. Rumusan Masalah

Berdasarkan latar belakang diatas maka rumusan masalah pada penerapan ini adalah untuk mengetahui “Bagaimana hasil penerapan teknik *slow deep breathing* dalam menurunkan skala nyeri pada ibu post *sectio caesarea* di ruang melati RSUD dr. Soediran Mangun Sumarso Wonogiri”

C. Tujuan

1. Tujuan Umum

Mengetahui hasil implementasi pemberian teknik *slow deep breathing* dalam menurunkan skala nyeri pada ibu post *sectio caesarea* di ruang melati RSUD dr. Soediran Mangun Sumarso Wonogiri

2. Tujuan Khusus

- a. Mendiskripsikan hasil Teknik *Slow Deep Breathing* dalam menurunkan skala nyeri pada ibu post *sectio caesarea* di Ruang Melati RSUD dr. Soediran Mangun Sumarso Wonogiri sebelum dilakukan penerapan
- b. Mendiskripsikan hasil Teknik *Slow Deep Breathing* dalam menurunkan skala nyeri pada ibu post *sectio caesarea* di Ruang Melati RSUD dr. Soediran Mangun Sumarso Wonogiri setelah dilakukan penerapan
- c. Mendiskripsikan perkembangan Teknik *Slow Deep Breathing* Dalam Menurunkan Skala Nyeri Pada Ibu Post *Sectio Caesarea* di Ruang Melati RSUD dr. Soediran Mangun Sumarso sebelum dan sesudah dilakukan penerapan pada 2 responden
- d. Mendiskripsikan perbandingan hasil akhir Teknik *Slow Deep Breathing* Dalam Menurunkan Skala Nyeri Pada Ibu Post *Sectio Caesarea* di Ruang Melati RSUD dr. Soediran Mangun Sumarso Wonogiri sebelum dan sesudah dilakukan penerapan pada 2 responden

D. Manfaat

1. Bagi Penulis

Diharapkan dapat memperoleh pengalaman dalam melaksanakan riset keperawatan. Khususnya penelitian tentang penerapan teknik *Slow Deep Breathing*

2. Bagi Institusi

Diharapkan dapat digunakan sebagai bahan penelitian selanjutnya dan referensi yang dapat membantu proses pembelajaran serta menambah

wawasan tentang pengaruh teknik *slow deep breathing* dalam menurunkan skala nyeri pada ibu post *sectio caesarea*

3. Bagi ibu *post sectio caesarea*

Diharapkan dapat digunakan untuk ibu post *sectio caesarea* mampu mengurangi/mengalihkan rasa nyeri dengan menerapkan relaksasi *slow deep breathing* sebagai penanganan non farmakologis

4. Bagi Rumah Sakit

Diharapkan dapat digunakan untuk menjadi acuan bagi perawat di RSUD dr. Soediran Mangun Sumarso Wonogiri dalam melaksanakan asuhan keperawatan dalam mengatasi penurunan skala nyeri pada ibu post *sectio caesarea* dengan teknik *slow deep breathing*