

BAB I PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Sectio caesarea adalah prosedur bedah yang dilakukan untuk mengeluarkan bayi dari rahim melalui sayatan pada dinding perut dan rahim ibu. Prosedur ini biasanya dilakukan jika persalinan normal tidak memungkinkan atau tidak aman bagi ibu atau bayi, seperti jika ada masalah medis atau komplikasi selama kehamilan atau persalinan. Setelah bayi dilahirkan melalui operasi ini, ibu akan membutuhkan waktu pemulihan yang lebih lama dibandingkan dengan persalinan normal (Amita et al., 2018).

Data dari *World Health Organization* (WHO) tahun 2019 menetapkan bahwa batasan rata-rata persalinan melalui proses *sectio caesarea* di suatu negara sekitar 5 - 15% per 1.000 kelahiran. Prevalensi Di Indonesia, kelahiran melalui *sectio caesarea* mengalami peningkatan sebanyak 45,3 % dan sisanya persalinan pervaginam. Angka tersebut melampaui standar yang telah dibuat WHO. Tingginya angka *sectio caesarea* di Indonesia karena banyaknya angka persalinan *sectio caesarea* terencana (elektif) yaitu sebesar 7%. Nyeri *post operasi sectio caesarea* di dunia menunjukkan angka sebesar 46,2%. Kelahiran bayi dengan operasi *sectio caesarea* selama hampir 30 tahun terakhir mengalami peningkatan 10-15% dari semua proses persalinan. Nyeri yang dirasakan oleh ibu *post operasi sectio caesarea* juga menghambat proses adaptasi *post partum*, sebanyak 30-80% mengeluh nyeri dengan skala nyeri sedang hingga nyeri berat (Nasiri et al., 2018) Di Indonesia angka kelahiran melalui *sectio caesarea* mencapai 927.000 dari 4.039.000 persalinan. (Felix et al., 2019).

Indikasi dilakukannya persalinan secara *Sectio Caesarea* disebabkan oleh beberapa komplikasi dengan persentase sebesar 23,2% diantaranya posisi janin melintang/sungsang (3,1%), perdarahan (2,4%), kejang (0,2%), ketuban pecah dini (5,6%), partus lama (4,3%), lilitan tali pusat (2,9%), plasenta previa (0,7%), plasenta tertinggal (0,8%), hipertensi (2,7%), dan lainnya (4,6%) (Kementerian Kesehatan RI, 2018).

Berdasarkan data di RSUD Kota Salatiga tahun 2021-2023 angka kejadian ibu dengan *post partum sectio caesarea* pada tahun 2021 adalah sebanyak 106 jiwa dari 324 angka persalinan, lalu pada tahun 2022 adalah sebanyak 138 jiwa dari 377 angka persalinan, dan untuk tahun 2023 sampai dengan bulan juni angka kejadian *sectio caesarea* adalah sebanyak 84 dari 240 angka persalinan (RM RSUD Kota Salatiga, 2023).

Operasi *sectio caesarea* menimbulkan nyeri karena terjadinya perubahan kontinuitas jaringan akibat pembedahan. Jika nyeri tersebut tidak ditangani dengan baik, akan menimbulkan beberapa masalah seperti mobilisasi yang terbatas, *bonding attachment* yang terganggu antara ibu dan bayi-nya, inisiasi menyusui dini terganggu, dan juga aktivitas sehari-hari terhambat akibat adanya peningkatan intensitas nyeri (Agustina, 2020). Menurut Rasyida (2018) menyatakan bahwa nyeri post *sectio caesarea* ringan terjadi pada 15% kasus, nyeri sedang 35%, nyeri berat 30% dan nyeri ekstrem terjadi pada 20% kasus.

Nyeri pada persalinan dengan *sectio caesarea* dapat diminimalisir dengan dua metode yaitu dengan cara farmakologis yaitu mengkonsumsi obat-obatan kimiawi seperti obat Asammefenamat, Paracetamol dan lain-lain, untuk cara non farmakologis yaitu dengan cara relaksasi, yang mencakup relaksasi nafas dalam, perubahan posisi, *massage*, akupuntur, terapi panas atau dingin, *hypnobirthing*, musik dan *Transcutaneous Electrical Nerve Stimulation (TENS)* (Alvarez-Garcia & Yaban, 2020). Banyaknya intervensi yang bertujuan untuk menurunkan nyeri akan lebih efektif jika dikombinasikan, termasuk mengkombinasikan antara terapi farmakologis dan non farmakologis. Terapi non farmakologis yang paling banyak dan mudah dilakukan adalah teknik relaksasi nafas dalam.

Teknik relaksasi nafas dalam merupakan suatu bentuk asuhan keperawatan yang mana perawat mengajarkan kepada klien bagaimana cara melakukan nafas dalam, nafas lambat (menahan inspirasi secara maksimal) dan bagaimana menghembuskan nafas secara perlahan. Selain dapat menurunkan intensitas nyeri, teknik relaksasi nafas dalam juga dapat meningkatkan ventilasi paru dan meningkatkan oksigenasi darah (Ramandanty, 2019).

Teknik relaksasi nafas dalam dipercaya dapat menurunkan intensitas nyeri melalui mekanisme dengan merelaksasikan otot-otot skelet yang mengalami spasme yang disebabkan oleh peningkatan prostaglandin sehingga terjadi vasodilatasi pembuluh darah dan akan meningkatkan aliran darah ke daerah yang mengalami spasme dan iskemik. Teknik relaksasi nafas dalam dipercaya mampu merangsang tubuh untuk melepaskan opiod endogen yaitu endorphin dan enkefalin (Sutinah, & Azhari, 2020).

Beberapa penelitian telah menunjukkan bahwa relaksasi nafas dalam sangat efektif dalam menurunkan nyeri pasca operasi (Kiley et al., 2018). Penurunan nyeri yang signifikan terjadi pada pasien post operasi setelah dilakukan intervensi relaksasi

nafas dalam selama 30 menit. Relaksasi dapat menurunkan frekuensi denyut jantung, tekanan darah, frekuensi napas dan penurunan ketegangan otot (Cole, 2021)

Dari hasil penelitian yang dilakukan oleh Sutinah, & Azhari (2020) pada pasien pasca operasi di ruang seruni RSUD Dr. M Yunus Bengkulu didapatkan bahwasanya ada pengaruh teknik relaksasi nafas dalam terhadap penurunan tingkat nyeri pada pasien pasca operasi terdapat perbedaan bermakna antara sebelum dan sesudah dilakukan Teknik relaksasi nafas dalam dengan nilai $p = 0.000$ ($p < 0.005$).

Hal ini juga sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Dita, & Rika (2018) pada pasien post operasi *sectio caesarea* di rumah sakit Bengkulu. Hasil penelitian diperoleh *p value* yaitu $0,004 < 0,05$ artinya hipotesis alternatif sebelumnya dapat diterima. Dengan demikian pada penelitian ini, ada pengaruh Teknik relaksasi nafas dalam terhadap intensitas nyeri pada pasien post operasi *sectio caesarea*.

Berdasarkan uraian diatas penulis tertarik untuk melakukan penelitian karya tulis ilmiah dengan judul ” Penerapan Tehnik Relaksasi Nafas Dalam Terhadap Intensitas Nyeri Ibu post Partum *Sectio Caesarea* Di RSUD Kota Salatiga”

B. Rumusan Masalah

Berdasarkan uraian yang telah dijelaskan di atas, maka rumusan masalah dalam penerapan ini adalah “Bagaimanakah Penerapan Tehnik Relaksasi Nafas Dalam Terhadap Intensitas Nyeri Ibu post Partum *Sectio Caesarea* Di RSUD Kota Salatiga?”

C. Tujuan

1. Tujuan Umum

Mengetahui hasil implemetasi Penerapan Tehnik Relaksasi Nafas Dalam Terhadap Intensitas Nyeri Ibu post Partum *Sectio Caesarea* Di RSUD Kota Salatiga.

2. Tujuan Khusus

- a. Mendeskripsikan intensitas nyeri ibu post partum *sectio caesarea* sebelum dilakukan penerapan tehnik relaksasi nafas dalam Di RSUD Kota Salatiga
- b. Mendeskripsikan intensitas nyeri ibu post partum *sectio caesarea* setelah dilakukan penerapan tehnik relaksasi nafas dalam Di RSUD Kota Salatiga
- c. Mendeskripsikan perkembangan intensitas nyeri ibu post partum *sectio caesarea* saat sebelum dan sesudah penerapan tehnik relaksasi nafas dalam Di RSUD Kota Salatiga

- d. Mendeskripsikan perbandingan hasil akhir antara 2 responden penerapan relaksasi nafas dalam di RSUD Kota Salatiga

D. Manfaat Penerapan

1. Secara Teoritis

Dengan pemberian asuhan keperawatan secara cepat, tepat dan efisien akan menghasilkan keluaran kritis yang baik, menurunkan angka kejadian morbidity, disability, dan mortalitas pada pasien ibu post partum *Sectio Caesarea* Di RSUD Kota Salatiga

2. Secara Praktis

- a. Bagi Masyarakat

Membudayakan pengelolaan pasien dengan tehnik relaksasi nafas dalam untuk menurunkan intensitas nyeri secara mandiri.

- b. Bagi Pengetahuan Ilmu Teknologi

1. Dapat digunakan sebagai penelitian pendahuluan untuk mengawali penelitian lebih lanjut tentang penerapan tehnik relaksasi nafas dalam untuk menurunkan intensitas nyeri pada ibu post partum *sectio caesarea*

2. Sebagai salah satu sumber informasi bagi pelaksana penelitian bidang keperawatan atau kesehatan lainnya tentang penerapan tehnik relaksasi nafas dalam untuk menurunkan intensitas nyeri pada ibu post partum *sectio caesarea*

3. Bagi Penulis Selanjutnya

Untuk memperoleh pengalaman dalam melaksanakan aplikasi riset keperawatan, khususnya penelitian tentang penerapan tehnik relaksasi nafas dalam untuk menurunkan intensitas nyeri ibu post partum *sectio caesarea*