

BAB 1

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Persalinan adalah proses pengeluaran hasil konsepsi berupa janin dan plasenta yang telah cukup bulan dan dapat hidup di luar kandungan. Proses ini dapat berlangsung baik dengan bantuan ataupun secara alami. Namun, biasanya persalinan dapat menyebabkan luka perineum (Nurhalimah *et al.*, 2024). Luka perineum terjadi karena adanya robekan pada area perineum ketika lahirnya bayi secara spontan atau karena adanya indikasi tertentu sehingga harus dilakukan tindakan episiotomi (Zahirah *et al.*, 2024).

Berdasarkan data dari *World Health Organization* (WHO) pada tahun 2020, terjadi 2,7 juta kasus ruptur perineum pada ibu bersalin. Angka ini diperkirakan mencapai 6,3 juta pada tahun 2050. Di Amerika, 26 juta ibu bersalin yang mengalami ruptur perineum, 40% diantaranya mengalami ruptur perineum. Di Asia, ruptur perineum merupakan masalah yang cukup banyak dalam masyarakat, 50% dari kejadian ruptur perineum di dunia terjadi di Asia. Prevalensi ibu yang mengalami ruptur perineum di Indonesia dengan kejadian infeksi luka jahitan sebanyak 5% dan perdarahan sebanyak 7% dan kematian pada ibu post partum sebanyak 8% (Sari *et al.*, 2023).

Berdasarkan data dari Dinas Kesehatan Kabupaten Sukoharjo, prevalensi angka kelahiran dengan luka perineum di wilayah Sukoharjo pada tahun 2024 adalah 12,78% dengan kasus sebanyak 14.865. Pada tahun 2024 di Puskesmas Mojolaban didapatkan data dengan jumlah angka kelahiran 720, 80% diantaranya persalinan secara normal sejumlah 576 dan 20% dengan tindakan sejumlah 144. Dari 80% kelahiran normal, 60% diantaranya mengalami luka perineum dengan jumlah 346, 40% mengalami ruptur perineum dengan jumlah 230 dan 20% mengalami luka episiotomi sejumlah 116. Pada tahun 2025 bulan Januari – Maret didapatkan prevalensi data dengan jumlah angka kelahiran sebanyak 320. 60% diantaranya secara normal sejumlah 192 dan 20% dengan tindakan sejumlah 128. Dari 60% kelahiran

secara normal, 80% diantaranya mengalami luka perineum sejumlah 154, 60% diantaranya mengalami ruptur perineum sejumlah 116 dan 20% mengalami luka episiotomi sejumlah 38 (Dinas Kesehatan Kabupaten Sukoharjo, 2024).

Persalinan pervaginam menjadi salah satu penyebab terjadinya luka dan rasa nyeri pada daerah jalan lahir. Sekitar 80% dari proses persalinan yang berlangsung secara spontan dapat menimbulkan luka pada perineum. Luka ini terjadi akibat robekan perineum yang terjadi secara alami, serta dapat juga disebabkan oleh tindakan episiotomi yaitu sayatan pada vagina yang dilakukan untuk memperlancar proses persalinan. Tindakan ini umumnya diterapkan pada persalinan normal. Luka perineum dapat menimbulkan rasa yang tidak nyaman (nyeri) setelah persalinan (Dahlan *et al.*, 2021).

Manajemen nyeri merupakan metode yang digunakan untuk menangani atau mengurangi nyeri. Pendekatan yang efektif dalam manajemen nyeri harus mencakup secara keseluruhan, tidak hanya terbatas pada penanganan farmakologi saja, karena nyeri juga dipengaruhi oleh faktor emosional dan respon individu terhadap dirinya. Manajemen nyeri dibagi menjadi dua yaitu penanganan farmakologi dan penanganan non farmakologi. Dalam penanganan farmakologi yang sering diberikan yaitu obat-obatan analgesik yang memiliki efek samping bagi penderitanya. Sedangkan dalam penanganan non farmakologi dapat dilakukan dengan berbagai cara seperti relaksasi nafas dalam, massage, akupressure, hipnosis, murottal quran, imajinasi terbimbing, terapi benson, dan relaksasi genggam jari (Pratiwi *et al.*, 2020).

Salah satu terapi non farmakologi yang efektif untuk mengurangi nyeri pada luka perineum yaitu teknik relaksasi genggam jari. Relaksasi genggam jari merupakan teknik yang sederhana dan mudah untuk dilakukan oleh siapa saja. Teknik ini dapat menghangatkan titik-titik keluar dan masuknya energi yang terletak pada jari-jari tangan, sehingga nantinya mampu memberikan efek rangsangan secara spontan pada saat dilakukan genggamannya sehingga pasien mampu mengontrol dirinya saat merasa nyeri, mengurangi bahkan menyembuhkan ketegangan fisik dan emosional, serta terhindar dari kondisi perasaan yang tidak nyaman setelah melahirkan (Dahlan *et al.*, 2021). Selain

itu, rangsangan tersebut akan mengalirkan gelombang listrik menuju otak yang kemudian diteruskan ke saraf organ tubuh yang mengalami gangguan, sehingga proses ini mampu memperlancar sumbatan yang terjadi di dalam jalur energi tubuh (Kusuma *et al.*, 2024). Saat tubuh dalam keadaan relaksasi, maka tubuh secara alami akan memicu pengeluaran hormon endorfin, hormon ini merupakan analgesik alami dari dalam tubuh sehingga nyeri akan berkurang (Indrawati dan Arham, 2020).

Berdasarkan penelitian yang dilakukan oleh Dahlan *et al.* (2021), ditemukan bahwa sebelum dilakukan penerapan relaksasi genggam jari terdapat 9 orang (60%) yang mengalami nyeri sedang dan 6 orang (40%) yang mengalami nyeri ringan. Setelah dilakukan penerapan relaksasi genggam jari terdapat 10 orang (66,7%) yang mengalami nyeri ringan dan 5 orang (33,3%) yang tidak mengalami nyeri. Terdapat perbedaan skala nyeri pada kelompok eksperimen dengan nilai p-value sebesar 0.000 ($p < 0.05$). Dalam penelitian ini, teknik relaksasi genggam jari dipilih karena merupakan teknik yang sederhana dan mudah untuk dilakukan. Sehingga penelitian ini menunjukkan bahwa terdapat adanya pengaruh yang signifikan terhadap skala nyeri luka perineum antara kelompok eksperimen dan kelompok kontrol pada ibu post partum setelah diberikan relaksasi genggam jari.

Hasil penelitian yang dilakukan oleh Hernawati *et al.* (2023) didapatkan bahwa sebelum penerapan teknik relaksasi genggam jari, terdapat 26 responden (86,7%) yang mengalami nyeri sedang dan 4 responden (13,3%) yang mengalami nyeri ringan. Setelah penerapan teknik relaksasi genggam jari, sebagian besar responden merasakan adanya perubahan yaitu sebanyak 18 responden (60%) yang mengalami nyeri ringan, 8 responden (40%) yang tidak mengalami nyeri. Oleh karena itu, penelitian ini menunjukkan bahwa terdapat adanya pengaruh yang signifikan dari teknik relaksasi genggam jari terhadap penurunan nyeri pada pasien post *sectio caesarea*.

Berdasarkan wawancara dengan 7 ibu post partum yang kontrol di Puskesmas Mojolaban, didapatkan bahwa ibu post partum tersebut memiliki luka di daerah perineum yang menyebabkan rasa nyeri. Pada 4 ibu post partum

yang kontrol pada hari ke-7 mengalami nyeri berat, sedangkan 3 ibu post partum yang kontrol pada hari ke-10 mengalami nyeri sedang. Nyeri yang dirasakan oleh ibu post partum tersebut diukur menggunakan skala NRS (*Numeric Rating Scale*) pada saat dilakukannya wawancara. Upaya untuk mengatasi nyeri post partum sangatlah bervariasi. Berdasarkan hasil wawancara, 4 ibu post partum memilih untuk mengonsumsi obat pereda nyeri, sementara 3 ibu post partum lainnya mengatasi nyeri dengan cara mengompres perut mereka menggunakan air hangat. Nyeri yang dialami pada ibu post partum tersebut menyebabkan berbagai dampak yang tidak menyenangkan seperti rasa sakit yang berkepanjangan, rasa takut untuk bergerak karena khawatir jahitan akan robek dan lepas. Pada umumnya, luka perineum akan sembuh pada hari ke 6-7 (Dona *et al.*, 2023). Berdasarkan studi pendahuluan yang sudah dilakukan, dapat diketahui bahwa ibu post partum yang sedang kontrol di Puskesmas Mojolaban belum mengetahui cara terapi relaksasi genggam jari. Penulis ingin memberikan terapi relaksasi genggam jari yang dapat dilakukan secara mandiri di rumah sehingga dapat mengurangi nyeri yang dirasakan oleh ibu post partum.

Berdasarkan uraian dari latar belakang di atas, penulis tertarik untuk mempelajari dan membahas lebih lanjut mengenai metode non-farmakologis di dalam sebuah Karya Tulis Ilmiah dengan judul “Penerapan Terapi Relaksasi Genggam Jari Terhadap Nyeri Luka Perineum Pada Ibu Post Partum”.

B. Rumusan Masalah

Berdasarkan latar belakang yang telah diuraikan di atas, maka dapat dirumuskan masalah penelitian yaitu “Bagaimanakah tingkat nyeri pada luka perineum pasien post partum sebelum dan sesudah diberikan terapi relaksasi genggam jari?”

C. Tujuan Penelitian

1. Tujuan umum

Mendeskripsikan hasil implementasi terapi relaksasi genggam jari terhadap nyeri luka perineum pada ibu post partum di Mojolaban.

2. Tujuan khusus

- a) Mendeskripsikan hasil observasi tingkat nyeri luka perineum klien sebelum penerapan terapi relaksasi genggam jari di Mojolaban.
- b) Mendeskripsikan hasil observasi tingkat nyeri luka perineum klien sesudah penerapan terapi relaksasi genggam jari di Mojolaban.
- c) Mendeskripsikan perbandingan perkembangan tingkat penurunan nyeri luka perineum pada ibu post partum sebelum dan sesudah pada dua responden di Mojolaban.

D. Manfaat Penelitian

Penelitian ini, diharapkan dapat memberikan manfaat bagi :

1. Bagi masyarakat

Dengan penelitian ini diharapkan dapat memberikan pengetahuan kepada pembaca hasil tulisan secara luas mengenai penerapan terapi relaksasi genggam jari terhadap nyeri luka perineum pada ibu post partum.

2. Bagi pengembangan ilmu dan teknologi keperawatan

Dengan penelitian ini diharapkan dapat digunakan sebagai salah satu sumber informasi bagi pelaksanaan penelitian bidang keperawatan tentang tindakan relaksasi genggam jari pada ibu post partum pada masa yang akan datang dalam rangka peningkatan ilmu pengetahuan dan teknologi keperawatan.

3. Bagi penulis

Memperoleh pengalaman dalam melaksanakan aplikasi riset keperawatan di tatanan pelayanan keperawatan, khususnya pada penelitian mengenai Penerapan Terapi Relaksasi Genggam Jari Terhadap Nyeri Luka Perineum Pada Ibu Post Partum.