

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Persalinan *Sectio caesarea* (SC) dilakukan karena ibu tidak dapat melahirkan proses normal melewati vagina karena ada gangguan berkaitan dengan kesehatan ibu dan bayi (Sari et al., 2022). Adapun beberapa penyebab terjadinya operasi *Sectio caesarea* antara lain panggul sempit dan plasenta previa, pertolongan persalinan melalui vagina yang berat lebih baik dengan *Sectio caesarea* yang lebih aman bagi ibu dan bayi (Suastini & Pawestri, 2021).

Menurut *World Health Organization* (WHO) dalam *Global Survey on Maternal and Perinatal Health* tahun 2021 menunjukkan 46,1% kelahiran dilakukan melalui *Sectio caesarea*. Berdasarkan data Riskesdes tahun 2021, jumlah persalinan dengan metode *Sectio caesarea* di Indonesia sebesar 17,6%. Indikasi dilakukannya persalinan *Sectio caesarea* disebabkan oleh beberapa komplikasi dengan persentase sebesar 23,2% dengan posisi janin melintang/sungsang 3,1%, perdarahan 2,4%, 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% (Kementrian kesehatan RI, 2021).

Dari data provinsi NTT presentase persalinan dengan metode *Sectio caesarea* pada tahun 2013 sebanyak 4,1% dan pada tahun 2020 sebesar 40%. Dari data rekam medis Rumah Umum Sakit Daerah Waikabubak jumlah persalinan dengan section caesarea pada tahun 2021 sebesar 301 pasien, dan tahun 2022 sebesar 306 pasien, dan tahun 2023 sebesar 352, terjadi peningkatan jumlah kasus persalinan dengan metode *Sectio caesarea* setiap tahun (Rekam Medik RSUD Waikabubak, 2024).

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 (Radetyo et al., 2024). Nyeri pada persalinan dengan *Sectio caesarea* dapat diminimalisir dengan dua metode yaitu dengan cara farmakologis dan non farmakologis. Salah satu intervensi yang dapat diberikan adalah dengan teknik relaksasi. Teknik relaksasi merupakan metode yang efektif dan efisien untuk mengurangi intensitas nyeri karena dapat mengontrol rasa nyeri secara efektif dan efisien (Solehati et al., 2024).

Penanganan pada ibu post operasi caesarea yang mengalami nyeri, dapat dilakukan dengan terapi farmakologi dan terapi non farmakologi. Salah satu terapi non farmakologi yang terbukti efektif dalam menurunkan tingkat nyeri adalah relaksasi napas dalam. Terapi ini dapat menjadi solusi efektif dan mudah diterapkan untuk mengelola nyeri pasca operasi, mengurangi ketergantungan pada obat analgesik, serta meningkatkan kenyamanan pasien selama masa pemulihan. Teknik ini membantu mengaktifkan sistem saraf parasimpatis, merangsang pelepasan endorfin, dan mengurangi transmisi sinyal nyeri ke otak, sehingga memberikan efek relaksasi yang mempercepat proses pemulihan (Haflaha & Safitri, 2022a).

Menurut hasil penelitian yang dilakukan oleh (Sanjaya et al., 2024) intervensi teknik relaksasi napas dalam terbukti efektif dalam menurunkan tingkat nyeri pada pasien pasca operasi *Sectio caesarea*. Pada hari pertama intervensi, terjadi penurunan skala nyeri dari kategori berat ke sedang, dan pada hari kedua, nyeri berkurang lagi menjadi kategori ringan. Hasil penelitian oleh Elimafe dkk., 2024, teknik relaksasi napas dalam terbukti efektif dalam mengurangi intensitas nyeri pada pasien pasca operasi *Sectio caesarea*. Penurunan ini terjadi karena teknik relaksasi membantu mengurangi ketegangan otot, meningkatkan oksigenasi, dan merangsang pelepasan endorfin yang berperan sebagai penghambat rasa sakit alami. Penelitian ini menegaskan bahwa teknik relaksasi napas dalam dapat menjadi intervensi non-farmakologis yang mudah diterapkan, murah, dan bermanfaat untuk

mengurangi nyeri, meningkatkan kenyamanan, serta mempercepat proses pemulihan pasien pasca operasi caesar (Elimanafe et al., 2024).

Berdasarkan uraian diatas maka peneliti tertarik melakukan studi kasus dengan judul “Implementasi Teknik Relaksasi Napas Dalam untuk mengurangi nyeri Pada ibu *Post Sectio caesarea*”.

B. Rumusan Masalah

Berdasarkan yang sudah dijelaskan maka rumusan masalah dalam penulisan ini adalah “Gambaran Implementasi Teknik Relaksasi Napas Dalam Untuk Mengurangi nyeri Pada *post Sectio caesarea*”.

C. Tujuan Penelitian

Mampu menggambarkan implementasi teknik relaksasi napas dalam untuk mengurangi nyeri pada ibu *post Sectio caesarea*.

D. Manfaat Penelitian

1. Bagi Masyarakat

Hasil penelitian ini diharapkan memberikan manfaat untuk meningkatkan pengetahuan kepada masyarakat, terutama pada ibu yang mengalami nyeri akibat *Sectio caesarea*, untuk menerapkan teknik relaksasi napas dalam pada ibu *post Sectio caesarea*.

2. Bagi Perkembangan Ilmu Pengetahuan Dan Teknologi Keperawatan

Hasil penelitian ini diharapkan menambah keluasan ilmu dan teknologi terapan dalam bidang ilmu keperawatan maternitas dalam meningkatkan teknik relaksasi napas dalam untuk mengurangi nyeri pada ibu *post Sectio caesarea*.

3. Bagi Peneliti

Memperoleh pengalaman dan mengimplementasikan prosedur implementasi teknik relaksasi napas dalam untuk mengurangi nyeri pada *post section caesarea*.