

BAB 1

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Menjadi seorang ibu merupakan kodrat seorang perempuan. Hamil, melahirkan, dan mempunyai anak juga hal yang sangat dinanti oleh perempuan yang telah hidup berkeluarga. Kehamilan yang sehat, kondisi fisik yang aman serta keadaan emosi memuaskan, baik bagi ibu maupun janin adalah hasil akhir yang diharapkan dari perawatan maternitas (Romauli dan Suryanti. 2011).

Persalinan dan kelahiran merupakan kejadian fisiologis yang normal. Persalinan dan kelahiran normal adalah proses pengeluaran janin yang terjadi pada kehamilan cukup bulan (37-42 minggu), lahir spontan dengan presentasi belakang kepala yang berlangsung dalam 18 jam, tanpa komplikasi baik pada ibu maupun pada janin. Menurut hasil penelitian (Rukiyah, 2009) perasaan yang tidak menyenangkan yang dirasakan ibu hamil selama menjalani masa hamil, kondisi cemas yang berlebihan, kekhawatiran dan takut terus dirasakan seiring dengan bertambahnya usia kehamilan, sehingga akan berujung pada stress akan dapat mempersulit proses persalinan, kondisi tersebut yang mengakibatkan otot tubuh menegang, terutama otot-otot yang berada di dalam rahim menjadi kaku dan keras.

Kelancaran persalinan normal tergantung 3 faktor "P" utama yaitu kekuatan ibu (*Power*), keadaan jalan lahir (*Passage*) dan keadaan janin

(*Passanger*). Faktor lainnya adalah psikologi ibu atau respon ibu, penolong saat bersalin, dan posisi ibu saat persalinan. Kekuatan ibu merupakan kekuatan yang mendorong janin keluar dari rahim dalam proses persalinan normal, kekuatan tersebut berupa kontraksi uterus, kontraksi otot perut, kontraksi diafragma dan aksi dari ligamen, dengan kerjasama yang baik dan sempurna (Andriana, 2011).

Pada saat persalinan dimulai, permulaan kala pembukaan kala I terjadi peningkatan frekuensi kontraksi uterus (his) secara efektif. Jika kontraksi uterus kurang efektif (lambat) pada kala I dan pada kala II dapat mengakibatkan kemajuan persalinan menjadi tidak adekuat (Wiknjosastro, 2006).

Persalinan Kala 1 merupakan sebagai permulaan kontraksi persalinan sejati, yang ditandai oleh perubahan serviks yang progresif dan diakhiri dengan pembukaan lengkap (10 sentimeter). Hal ini dikenal sebagai tahap pembukaan serviks . Persalinan Kala 1 merupakan pembukaan yang berlangsung antara nol sampai pembukaan lengkap. Lama Kala 1 untuk primigravida sekitar 12 jam sedangkan pada multigravida berlangsung selama 8 jam. Berdasarkan kurve friedman pembukaan primi 1 cm/ jam dan multi 2cm/jam (Manuaba, 2009).

Dalam perjalanan Persalinan Kala 1 ibu mengalami gangguan psikologi yaitu kecemasan merupakan sebagai reaksi fisik, mental, kimiawi dari tubuh terhadap situasi yang menakutkan, mengejutkan,

mbingungkan, membahayakan dan merisaukan seseorang (Nolan dan Iyus Yosep, 2007).

Faktor yang mempengaruhi lamanya persalinan adalah nyeri persalinan. Nyeri persalinan merupakan suatu kondisi yang fisiologis, nyeri persalinan mulai timbul pada persalinan kala I fase laten dan fase aktif. Fase laten terjadi pembukaan sampai 3 cm, bisa berlangsung selama 8 jam. Nyeri berasal dari kontraksi uterus dan dilatasi serviks, dengan makin bertambahnya volume maupun frekuensi kontraksi uterus, nyeri yang dirasakan akan bertambah kuat, puncak nyeri terjadi pada fase aktif, dimana pembukaan terjadi mulai 3 cm sampai 10 cm dan berlangsung selama 6 jam. Nyeri yang terjadi dapat mempengaruhi kondisi ibu berupa kelelahan, rasa takut, khawatir dan menimbulkan stress. Stress dapat menyebabkan melemahnya kontraksi rahim dan berakhir pada persalinan yang lama bahkan dapat menimbulkan kematian (Sarwono, 2008).

Penanganan dan pengawasan persalinan terutama pada kala I sangatlah penting, karena itu sebagai titik penentu apakah seorang ibu bersalin dapat menjalani persalinan normal atau diakhiri dengan suatu tindakan.

Relaksasi, teknik pernapasan, pergerakan dan perubahan posisi, massage, hidroterapi, terapi panas/dingin, musik, aromaterapi merupakan beberapa teknik nonfarmakologi yang dapat meningkatkan

kenyamanan ibu saat bersalin dan mempunyai pengaruh yang efektif terhadap pengalaman persalinan (Abdul, Ghofur, 2010)

Beberapa faktor yang dapat mempengaruhi kemajuan proses persalinan seperti pengaturan posisi pasien, kehadiran pendamping, latihan bernafas, usapan pada punggung, serta usapan pada abdomen (Sulistyawati, 2010).

Alternatif alami yang bisa dilakukan ibu hamil untuk membuat jiwa menjadi lebih tenang dengan energi positif dan membantu meringankan rasa sakit dan cemas pada saat kontraksi serta mempercepat proses persalinan adalah dengan teknik rileksasi (Rukiyah, 2009).

Angka kematian ibu masih cukup tinggi yaitu 307 Per 100.000 Kelahiran hidup. Sekitar 70% Kematian maternal disebabkan oleh tekanan darah tinggi, 15% Karena aborsi tidak aman, dan 15% Karena persalinan lama. Persalinan Lama salah satunya disebabkan karena power atau kekuatan ibu yang kurang efektif. Oleh Karena itu Ibu membutuhkan relaksasi sehingga kebutuhan oksigen terpenuhi dan ibu memiliki cukup tenaga, dimana relaksasi merupakan proses mengistirahatkan tubuh dan pikiran dari segala beban fisik dan kejiwaan, sehingga ibu menjadi lebih tenang dalam menghadapi proses persalinan dan membuat proses kontraksi berlangsung aman, alami, dan lancar.

Relaksasi Juga membuat sirkulasi darah rahim, plasenta, dan janin menjadi lancar sehingga kebutuhan oksigen dan makanan sijnanin

terpenuhi. Sirkulasi Darah yang lancar juga akan membuat otot-Otot yang berhubungan dengan kandungan dan janin seperti otot punggung, dan perut menjadi rileks dan kendur. Sementara Ketika persalinan, relaksasi membuat proses kontraksi berlangsung aman, alami, dan lancar (Maryunani, 2010).

Teknik relaksasi merupakan teknik pereda nyeri yang banyak memberikan manfaat karena teknik relaksasi dalam persalinan dapat mencegah kegawatdaruratan yang berlebihan pasca-persalinan. Teknik relaksasi dapat dilakukan untuk mengendalikan rasa nyeri ibu, dengan meminimalkan aktifitas simpatik dalam sistem saraf otonom. Ibu belajar untuk meningkatkan aktifitas komponen saraf parasim fatik vegetativ yang lebih. Tehnik tersebut dapat mengurangi sensasi nyeri dan mengontrol intensitas reaksi ibu terhadap rasa nyeri tersebut (henderson, 2005).

Berdasarkan Laporan rutin program KIA puskesmas Loea Tahun 2017 jumlah ibu hamil sebanyak 108 orang, dan dari laporan tersebut, sekitar 41 (37,9%) orang ibu yang melakukan tehnik relaksasi pernafasan merasakan proses persalinanya berjalan lancar dan rilex. Sedangkan ibu Hamil yang tidak melakukan tehnik relaksasi pernafasan berjumlah 67 (60,48 %) orang merasa cemas dan khawatir serta merasakan nyeri yang hebat saat proses persalinan. Berdasarkan latar belakang diatas maka peneliti tertarik untuk mengambil judul pengaruh

teknik relaksasi pernafasan terhadap lama kala 1 persalinan di wilayah kerja Puskesmas Loea tahun 2019,

B. Rumusan Masalah

Perumusan masalah dalam penelitian ini adalah apakah ada pengaruh Teknik Relaksasi Pernafasan terhadap lama kala 1 persalinan di Wilayah Kerja Puseksmas Loea Tahun 2019 ?

C. Tujuan Penelitian

1. Tujuan Umum

Untuk mengetahui apakah ada pengaruh teknik relaksasi pernafasan terhadap lama kala I persalinan di Wilayah Kerja Puseksmas Loea Tahun 2019 ?

2. Tujuan Khusus

- a. Untuk mengetahui lama kala I persalinan pada ibu bersalin yang melakukan teknik relaksasi pernafasan di Wilayah Kerja Puskesmas Loea Kabupaten Kolaka Timur Tahun 2019
- b. Untuk mengetahui lama kala I persalinan pada ibu bersalin yang tidak melakukan teknik relaksasi pernafasan di Wilayah Kerja Puskesmas Loea Kabupaten Kolaka Timur Tahun 2019
- c. Untuk menganalisis lamanya kala I persalinan pada ibu bersalin yang melakukan dan yang tidak melakukan teknik relaksasi pernafasan di Wilayah Kerja Puskesmas Loea Kabupaten Kolaka Timur Tahun 2019.

B. Manfaat Penelitian

a. Bagi Masyarakat

Diharapkan penelitian ini dapat menambah pengetahuan ibu, terutama bagi ibu hamil yang bersalin dengan tehnik relaksasi pernafasan

b. Bagi Pelayanan Kebidanan

Penelitian ini diharapkan dapat memberikan informasi dan masukan bagi klinik bersalin maupun tenaga kesehatan lainnya tentang pengaruh tehnik relaksasi pernafasan terhadap lama kala I persalinan

c. Bagi Institusi Pendidikan

Penelitian ini diharapkan dengan adanya penelitian ini dapat dijadikan bahan bacaan bagi peneliti selanjutnya.

E. Keaslian Penelitian

1. Penelitian ini sebelumnya dilakukan oleh Dita Pratiwi (2016) dengan judul "Pemberian Tehnik Relaksasi Nafas Dalam Terhadap Adaptasi Nyeri Persalinan Ibu Bersalin Kala I Fase Aktif di Puskesmas Sibela Mojosongo Surakarta". Variabel bebas dalam penelitian ini adalah pemberian tehnik relaksasi nafas dalam, sedangkan variabel terikatnya adalah adaptasi nyeri persalinan ibu bersalin kala I fase aktif. Hal yang membedakan dengan penelitian terdahulu terletak pada variabel yang diteliti, dimana dalam penelitian ini variabel independent adalah relaksasi pernafasan dan pada variabel dependent adalah lama kala 1 persalinan.

2. Penelitian ini sebelumnya dilakukan oleh Fauzia Laili (2017) dengan judul “Pengaruh Teknik Relaksasi Nafas Dalam Terhadap Kecemasan Dalam Menghadapi Persalinan Pada Ibu Hamil di Wilayah Kerja Puskesmas Sukorame Kota Kediri”. Variabel bebas dalam penelitian ini yaitu tehnik relaksasi nafas dalam, sedangkan variabel terikat yaitu kecemasan menghadapi persalinan. Hal yang membedakan dengan penelitian terdahulu terletak pada variabel yang diteliti, dimana dalam penelitian ini variabel independet adalah relaksasi pernafasan dan pada variabel dependent adalah lama kala 1 persalinan.