

# BAB I PENDAHULUAN

## A. Latar Belakang

*Sectio caesarea* (SC) adalah suatu cara melahirkan janin dengan membuat sayatan pada dinding rahim melalui dinding depan abdomen dan vagina. *Sectio caesarea* (SC) juga merupakan operasi histerektomi untuk melahirkan janin dalam kandungan. Persalinan dengan (SC) ditujukan untuk indikasi medis tertentu yang mana dibagi menjadi indikasi untuk ibu dan indikasi untuk bayi. Persalinan (SC) harus dipahami sebagai salah satu alternatif persalinan ketika persalinan normal sudah tidak dapat dilakukan lagi (Perwiraningtyas et al, 2023).

*World Health Organization* (WHO) menetapkan standar *operasi caesar* di banyak negara sekitar 10-15% per kelahiran. Berdasarkan data penelitian WHO pada tahun 2021, *operasi caesar* terus meningkat secara global, saat ini mencakup lebih dari 1 dari 5 (21%) dari seluruh persalinan. Data Riset Kesehatan Dasar (Riskesdas) tahun 2018 menunjukkan prevalensi operasi caesar di Indonesia sebesar 17,6%. Meskipun operasi *caesar* bisa menjadi operasi yang menyelamatkan nyawa, *operasi caesar* juga dapat meningkatkan risiko bagi ibu, yang dapat berdampak buruk pada kesehatan ibu baik jangka pendek maupun jangka panjang dan berdampak negatif terhadap morbiditas dan mortalitas neonatal. Operasi *caesar* membutuhkan perawatan yang lebih lama dibandingkan dengan persalinan pervaginam (Nurhayati, Prasetyo & Miftahussurur, 2023).

Akibat pembedahan *sectio caesarea* pasien akan mengalami nyeri di sekitar luka. Nyeri adalah pengalaman sensori dan emosional yang tidak menyenangkan akibat dari kerusakan jaringan yang aktual dan potensial. Nyeri merupakan kondisi berupa perasaan yang tidak menyenangkan, sifatnya sangat subjektif karena perasaan nyeri berbeda pada setiap orang dalam hal skala atau tingkatannya, dan hanya orang tersebutlah yang dapat menjelaskan atau mengevaluasi rasa nyeri yang dialaminya (Hidayat dalam Tri & Niken, 2019).

Nyeri bersifat sangat subjektif dan individual dan merupakan salah satu mekanisme pertahanan tubuh yang mengindikasikan bahwa terdapat suatu masalah. Nyeri yang tidak teratasi menimbulkan bahaya secara fisiologis maupun psikologis bagi kesehatan dan penyembuhan. Tindakan dalam mengatasi masalah nyeri dapat dilakukan dengan metode non farmakologi seperti teknik relaksasi nafas dalam (Tri & Niken, 2019). Meskipun banyak relaksasi yang bisa dilakukan, menurut beberapa penelitian sebelumnya teknik relaksasi yang efektif untuk mengurangi intensitas nyeri adalah teknik relaksasi nafas dalam karena termasuk asuhan keperawatan untuk mengontrol rasa nyeri secara efektif dan efisien (Amita et al., 2019). Teknik relaksasi nafas dalam merupakan suatu bentuk asuhan keperawatan yang dalam hal ini 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). Penelitian Herdiani & Fitriani (2023) menyimpulkan

bahwa ada pengaruh dalam menurunkan tingkat nyeri teknik relaksasi nafas dalam terhadap nyeri post operasi *caesaria*. Teknik relaksasi nafas dalam diberikan 2 kali sehari selama 3 hari, durasi diberikanya terapi yakni 5 sampai 10 menit. Dari data hasil penelitiannya didapatkan gambaran post *sectio caesarea* rata-rata nyeri sebelum diberikan teknik relaksasi nafas dalam adalah 5,30 dan setelah diberikan teknik relaksasi nafas dalam 2,85 (Herdiani et al, 2023). Data awal kejadian operasi di RSUD Kota Kendari, pada tahun 2023 tampak terjadi peningkatan kasus dari tahun sebelumnya meskipun tidak terlalu signifikan. Pada tahun 2022 terdapat 325 kasus persalinan dengan komplikasi dan 257 ditangani dengan operasi *sectio caesaria* dari total 809 persalinan. Sementara pada tahun 2023 dari 724 persalinan, terdapat 246 persalinan dengan komplikasi dan sebanyak 282 persalinan dengan ditangani dengan operasi *section caesaria*.

Relaksasi napas dalam adalah teknik yang dapat efektif dalam mengurangi nyeri dengan cara yang beragam. Saat seseorang menggunakan teknik ini, fokusnya beralih dari nyeri yang dirasakan ke pernapasan perut yang dalam dan terkontrol. Ini tidak hanya mengalihkan perhatian dari nyeri tersebut, tetapi juga membantu mengurangi ketegangan otot secara keseluruhan di tubuh. Teknik ini memanfaatkan penggunaan diafragma secara aktif, yang merangsang sistem saraf parasimpatik untuk meredakan respons stres dan meningkatkan relaksasi. Dengan mengatur pernapasan, tingkat kecemasan dapat turun, memungkinkan individu untuk lebih baik mengelola dan mengatasi rasa sakit yang dirasakan. Selain itu, dengan merasa memiliki kendali atas pernapasan dan respons tubuh terhadap

nyeri, seseorang dapat merasa lebih kuat dan mampu menghadapi pengalaman nyeri dengan lebih baik. Teknik relaksasi napas dalam sering direkomendasikan sebagai bagian dari strategi pengelolaan nyeri baik dalam pengaturan medis maupun untuk penggunaan pribadi sebagai alat mandiri (Suriyah,2019).

Studi kasus Rahma & Mualifah (2023) dengan menggunakan metode deskriptif yang studinya adalah penerapan relaksasi nafas dalam untuk menurunkan skala nyeri pasien *post operasi sectio caesarea* menemukan bahwa relaksasi nafas dalam yang dilakukan selama tiga hari dapat menurunkan intensitas skala nyeri pada responden. Penerapan relaksasi pada hari pertama belum berpengaruh namun pada hari kedua dan ketiga intensitas nyeri yang dirasakan cenderung menurun. Nyeri sejak hari pertama adalah skala 6 kemudian pada hari ketiga menjadi skala 1 (skala 1-10).

Berdasarkan uraian latar belakang peneliti tertarik untuk melakukan penelitian tentang penerapan intervensi tehnik relaksasi nafas dalam untuk mengatasi nyeri pada pasien post operasi *sectio ceasarea* (SC) di RSUD Kota Kendari.

## **B. Rumusan Masalah**

Rumusan masalah penelitian ini adalah bagaimana penerapan intervensi tehnik relaksasi nafas dalam untuk mengatasi nyeri pada pasien post operasi *sectio ceasarea* (SC) di Ruang Azalea RSUD Kota Kendari

## **C. Tujuan Penelitian**

Mengetahui gambaran penerapan intervensi tehnik *sectio* relaksasi nafas dalam untuk mengatasi nyeri pada pasien *post operasi ceasarea* (SC) di RSUD Kota Kendari.

#### **D. Manfaat Penelitian**

##### 1. Manfaat teoritis

Secara teoritis penelitian ini diharapkan dapat mengetahui dan menambah ilmu referensi terkait bagaimana penerapan intervensi teknik relaksasi nafas dalam untuk mengatasi nyeri pada pasien post operasi *sectio cesarea* (SC)

##### 2. Bagi Peneliti.

Penelitian ini diharapkan dapat memberikan pengalaman langsung dan pengetahuan bagi peneliti dalam pemberian asuhan keperawatan khususnya penerapan intervensi teknik relaksasi nafas dalam untuk mengatasi nyeri pada pasien post operasi *sectio cesarea* (SC).

##### 3. Bagi Institusi Pendidikan

Hasil penelitian ini diharapkan sebagai sumber bacaan dan bahan pustakabagi institusi pendidikan.

##### 4. Bagi Peneliti selanjutnya

Hasil Penelitian ini diharapkan dapat menjadi sumbangan ilmiah, untuk digunakan sebagai salah satu bacaan dan referensi bagi penelitian selanjutnya.