

# BAB I

## PENDAHULUAN

### A. Latar Belakang

Operasi *sectio caesarea* merupakan proses persalinan dengan melalui pembedahan pada dinding perut dan rahim bagian depan untuk melahirkan janin. Di Indonesia, persentase *sectio caesarea* cukup besar. Di rumah sakit pemerintah pada tahun 2008 rata-rata persalinan dengan *sectio caesarea* sebesar 11%, sementara di Rumah Sakit Swasta bisa lebih dari 30%. Dan tercatat dari 17.665 angka kelahiran terdapat 35,7% - 55,3% ibu melahirkan dengan proses *sectio caesarea* (Cahyono, 2014). Sedangkan menurut hasil survei Demografi dan kesehatan Indonesia di dapatkan bahwa angka persalinan *sectio caesarea* pada tahun 2017 sebesar 17,02% dan untuk SDKI pada tahun 2012 sebesar 12% ibu melahirkan secara *sectio caesarea* dan di menurut Riskesdas DIY (2020) bahwa presentasi *sectio caesarea* di Daerah Istimewa Yogyakarta sebanyak 23,05% dari total kelahiran. Persalinan *sectio caesare* dapat berdampak negatif pada ibu baik secara fisik maupun psikologis, dimana dampak secara psikologis ibu mengalami takut dan cemas terhadap nyeri yang timbul setelah analgetik hilang (Rustini & Tridiyawati, 2022). Nyeri yang dirasakan ibu post partum dengan *sectio caesarea* berasal dari luka yang terdapat dari perut. Tingkat dan keparahan nyeri pasca operatif tergantung pada fisiologis dan psikologis individu dan toleransi yang ditimbulkan nyeri (Yuliana, 2015). Berdasarkan data bulan Desember 2022 didapatkan hasil bahwa nyeri yang dirasakan pada ibu post *sectio caesarea* sebanyak 80% dari 100% mengalami nyeri dengan skala 6-7 (Delyka, Carolina, & Evie, 2022)

Nyeri adalah sensasi yang tidak menyenangkan dan sangat individual yang tidak dapat dibagi kepada orang lain. Nyeri post *sectio caesarea* yang tidak kunjung membaik akan menimbulkan pengaruh psikologis dan fisiologis. Pengaruh psikologis yang muncul seperti sulit tidur, peningkatan cemas, putus asa, tidak dapat mengontrol diri, sulit konsentrasi, tidak mampu berkomunikasi dengan baik, sedangkan pengaruh fisiologis nyeri post *sectio caesarea* yaitu meningkatnya denyut jantung, resistensi pembuluhdarah peripe, tekanan darah dan curah jantung (Maulianda, Rahmanti, & Tiara, 2022). Nyeri dapat memenuhi seluruh pikiran seseorang, mengatur aktivitasnya, dan mengubah kehidupan orang tersebut. Stimulus nyeri dapat berupa stimulus yang bersifat fisik dan atau mental, sedangkan kerusakan dapat terjadi pada jaringan aktual atau pada fungsi egoindividu

Strategi penatalaksanaan nyeri mencakup pendekatan farmakologis dan non farmakologis, semua intervensi akan berhasil jika dilakukan sebelum nyeri menjadi lebih parah dan keberhasilan sering dicapai jika beberapa intervensi diterapkan secara simultan (Yuliana, 2015). Pelaksanaan nyeri bermanfaat untuk meringankan atau mengurangi rasa nyeri yang di timbulkan setelah post *sectio caesarea*. Ada dua metode penatalaksanaan nyeri yang dapat di aplikasikan yaitu secara farmakologi dan non farmakologi. Penatalaksanaan nyeri farmakologi dapat mempergunakan obat jenis analgetik seperti, *morphine sublimaze*, *stadol*, *demerol*, sedangkan untuk penatalaksanaan nyeri secara non farmakologi post *sectio caesarea* yang dapat digunakan yaitu salah satunya relaksasi *slow deep breathing* dan relaksasi *benson* (Rustini & Tridiyawati, 2022) .

Pemberian relaksasi dapat bermanfaat, untuk mengurangi atau mengatasi kecemasan, meringankan ketegangan otot, tulang, dan dapat menurunkan nyeri yang berkaitan dengan fisiologi tubuh seseorang (Yanti & Kristiana, 2019). Menurut Mahmudin & Dinaryanti (2022) terdapat pengaruh atau keefektifan terapi relaksasi *slow deep breathing* dan relaksasi Benson terhadap intensitas nyeri post operasi *sectio caesarea* di RSAB Harapan Kita Jakarta dengan 18 responden terdapat penurunan

skala nyeri setelah dilakukan terapi sebanyak 3,00 responden dari 4,72 responden dengan selisih 1,72.

*Slow deep breathing* merupakan metode latihan relaksasi dengan teknik latihan pernapasan yang dilakukan secara sadar untuk mengatur pernapasan secara dalam dan lambat (menahan inspirasi secara maksimal) dan menghembuskan nafas secara perlahan (Latuconsina, 2019). Relaksasi *slow deep breathing* dapat menurunkan aktivitas saraf simpatis, meningkatkan aktivitas saraf *parasimpatis*, dan peningkatan relaksasi tubuh, kondisi ini dapat menurunkan aktivitas metabolisme yang menyebabkan kebutuhan otak akan oksigen berkurang sehingga dapat menurunkan respon nyeri terhadap tubuh (Mahmudi & Dinaryanti, 2022). Menurut hasil penelitian Delyka *et al.*, (2022) menunjukkan terjadi keefektifan penurunan skala nyeri yang signifikan dengan memberikan terapi relaksasi *slow deep breathing*, dari 32 responden pada pasien post *sectio caesarea* saat pre test dan post test dengan hasil pre test sejumlah 32 responden (100%) adalah kategori sedang dan setelah dilakukan post test terdapat penurunan nyeri dengan hasil 27 responden (84%) dengan kategori nyeri ringan.

Sedangkan relaksasi *benson* merupakan teknik relaksasi yang digabung dengan keyakinan yang dianut oleh pasien, yang dapat menciptakan suatu lingkungan internal sehingga membantu pasien mencapai kondisi kesehatan dan kesejahteraan lebih tinggi. Relaksasi *benson* akan menghambat aktifitas saraf simpatis yang dapat menurunkan konsumsi oksigen oleh tubuh sehingga tubuh menjadi relaks, nyaman dan memberikan perasaan tenang (Pinatih, 2019). Berdasarkan hasil penelitian menurut Yati & Kritiana (2019) setelah diterapkan terapi relaksasi *benson* pada ibu nyeri post *Section Caesare* di hari ke satu sampai dua di RSUD Kertosomo kabupaten Nganjuk dengan 60 responden terdapat keefektifan penurunan nyeri di hari ke satu dan ke dua yaitu dari 6,4% menjadi 3,6% dengan selisih penurunan sejumlah 2,8%. Pada pasien post *sectio caesarea* umumnya sering dijumpai keluhan berupa nyeri pada

area post operasi, sehingga memberikan tindakan non farmakologis berupa *slow deep breathing* dan relaksasi *benson* yang mempunyai kelebihan dapat menurunkan intensitas nyeri pada pasien post *sectio caesarea* dan relaksasi ini lebih mudah dilakukan dalam kondisi apapun tanpa efek samping yang dirasakan (Maulianda, Rahmanti, & Tiara, 2022).

Berdasarkan uraian di atas, maka penulis tertarik untuk mengangkat kasus tentang pasien post operasi SC dengan menerapkan tindakan keperawatan berupa teknik relaksasi *slow deep breathing* dan relaksasi *benson* untuk menurunkan skala nyeri sesuai dengan *evidence based practice*.

PERPUSTAKAAN  
UNIVERSITAS JENDERAL ACHMAD YANI  
YOGYAKARTA

## **B. Tujuan**

### 1. Tujuan Umum

Penulisan karya ilmiah akhir NERS (KIAN) ini bertujuan untuk mengetahui pengaruh relaksasi *slow deep breathing* dan Relaksasi *Benson* pada pasien nyeri post *section caesare*

### 2. Tujuan Khusus

- a. Melakukan asuhan keperawatan pada pasien nyeri post *section caesare*

berbasis *evidenced based practice*

- b. Mengetahui perbedaan skala nyeri pada ibu post *section caesare* sebelum dan sesudah diberikan relaksasi *slow deep breathing* dan relaksasi *benson*

## **C. Manfaat**

### 1. Manfaat Teoritis

Hasil penulisan ini diharapkan dapat bermanfaat dan menambah pengetahuan dalam memberikan asuhan keperawatan untuk menurunkan skala nyeri pada pasien post *section caesare*

### 2. Manfaat Praktis

- a. Bagi pasien

Diharapkan dapat meningkatkan pengetahuan dalam menurunkan skala nyeri post *section caesare* menggunakan *slow deep breathing* dan relaksasi *benson*.

- b. Bagi perawat

Sebagai salah satu dasar untuk mengembangkan ilmu pengetahuan khususnya pada pemberian intervensi keperawatan secara mandiri dan mengembangkan pemberian tindakan non farmakologis berupa *slow deep breathing* dan relaksasi *benson* guna mengatasi nyeri pasien post *section caesare*

c. Bagi rumah sakit

Sebagai wawasan tindakan dalam melakukan asuhan keperawatan secara komprehensif terutama dalam pemberian tindakan non farmakologis berupa *slow deep breathing* dan Relaksasi *Benson* guna mengatasi nyeri pasien post *section caesare*

**D. Teknik pengumpulan data**

Teknik pengumpulan data yang dilakukan dalam penulisan ini adalah dengan *observasi* dan wawancara memberikan intervensi secara mandiri dalam melakukan tindakan pelayanan kesehatan. Kemudian melakukan pengkajian skala nyeri dengan menggunakan *Numeric Rating Scale*. Pemberian relaksasi *slow deep breathing* dan teknik relaksasi *benson* dilakukan 2 kali pengukuran, pengukuran yang pertama 5 jam setelah operasi dan pengukuran ke dua di lakukan 24 jam setelah di berikan relaksasi .