

# BAB I

## PENDAHULUAN

### A. Latar Belakang Masalah

Masa nifas (*puerperium*) merupakan masa pulih kembali, mulai dari persalinan selesai sampai alat-alat kandungan kembali seperti pra-hamil, masa nifas ini yaitu 6-8 minggu. Beberapa perubahan fisiologis yang terjadi pada masa nifas yaitu terjadi pengerutan pada uterus yang merupakan suatu proses dimana uterus kembali ke kondisi sebelum hamil dengan bobot hanya 60 gram. Uterus mengalami perubahan paling besar pada akhir persalinan kala tiga, ukuran uterus kira-kira sebesar pada saat kehamilan 20 minggu dan beratnya 1000 gr, dan ukuran ini cepat mengecil sehingga pada akhir minggu pertama masa nifas beratnya kira-kira 500 gr. Involusi ini dapat dibuktikan oleh fakta bahwa pada pemeriksaan abdomen yaitu pada hari ke-12 uterus tidak teraba lagi, setelah itu involusi berlangsung lebih lambat. Secara teoritis yang diharapkan pada periode 6 minggu setelah melahirkan adalah semua sistem tubuh ibu akan pulih dari berbagai pengaruh kehamilan dan kembali pada keadaan sebelum hamil salah satunya adalah perubahan pada uterus yang berangsur-angsur pulih kembali seperti keadaan sebelum hamil yang disebut dengan involusi uterus Involusi.

Involusi uterus atau pengerutan uterus merupakan suatu program dimana uterus kembali ke kondisi sebelum hamil dengan bobot hanya 60 gram. Involusi uterus dapat juga dikatakan sebagai proses kembalinya uterus pada keadaan semula atau keadaan sebelum hamil. Proses pemulihan organ reproduksi masa nifas (*involusi*) merupakan hal yang sangat penting bagi ibu setelah melahirkan karena proses ini sebagai landasan bagi petugas kesehatan (dokter, perawat, bidan, dll) sebagai pemantauan proses fisiologi kembalinya uterus seperti pada saat sebelum hamil karena bila proses involusi ini tidak berjalan dengan normal maka akan menimbulkan suatu keadaan yang dinamakan subinvolusi uteri yang akan menyebabkan perdarahan yang dapat menambah jumlah kematian ibu pada masa nifas. (Yohana Sitorus et al., 2023)

Ibu nifas kerap kali mengalami perubahan baik secara fisiologis maupun psikologis, salah satunya adalah perubahan reaksi tubuh akibat kontraksi uterus. Intensitas kontraksi uterus yang meningkat setelah persalinan yang menimbulkan rasa nyeri dan membuat ibu tidak nyaman. Gangguan rasa nyeri pada masa nifas banyak dialami meskipun pada persalinan normal tanpa komplikasi. Hal tersebut menimbulkan rasa tidak nyaman pada ibu terutama di daerah perut akibat kontraksi uterus yang disebut *afterpains*.

*Afterpains* merupakan respons alami tubuh terhadap proses pemulihan rahim setelah persalinan disebabkan karena adanya kontraksi dalam relaksasi yang terus menerus pada uterus. Kontraksi uterus terjadi secara fisiologis yang memicu timbulnya rasa nyeri yang dapat mengganggu kenyamanan ibu di masa nifas. Rasa sakit yang disebut *afterpains* (meruyan/mules-mules) disebabkan oleh kontraksi rahim, biasanya berlangsung 2-4 hari pasca persalinan. Rasa nyeri yang timbul bersifat subjektif

Rasa nyeri (*afterpains*) kerap kali dialami oleh paritas multipara karena terjadi relaksasi dan kontraksi kuat berselang-seling yang periodik yang menimbulkan nyeri yang bertahan sepanjang masa awal puerperium yang kadangkala cukup berat hingga memerlukan analgetika, sedangkan pada primipara tonus uterus meningkat sehingga fundus pada umumnya tetap kencang dan cenderung tetap berkontraksi tonik. Rasa nyeri yang dialami ibu tidak hanya berdampak pada dirinya saja tapi juga pada bayinya. Rasa nyeri akibat kontraksi uterus yang semakin sering membuat ibu malas menyusui bayinya, karena saat ibu menyusui terjadi pelepasan oksitosin dari kelenjar *hipofisis posterior* yang distimulasi oleh hisapan bayi. Oksitosin juga menstimulasi kontraksi miometrium pada uterus, yang biasanya dilaporkan wanita sebagai *afterpains* (nyeri kontraksi uterus setelah melahirkan). Nyeri sendiri dapat ditiadakan dengan tindakan baik farmakologis maupun non farmakologis.

Penatalaksanaan farmakologi berupa analgesik. Upaya pemberian tindakan farmakologi merupakan tindakan yang bertujuan untuk mengatasi rasa nyeri sesaat, dan tidak dapat mengontrol rasa nyeri, bahkan pemberian analgesik dapat meningkatkan toleransi rasa nyeri yang dialami. Sedangkan penatalaksanaan non farmakologi dapat membantu menurunkan rasa atau sensasi nyeri dan rasa tersebut dapat membantu proses pemulihan yang tidak menimbulkan efek samping berbahaya (Santiasari et al., 2021). Penatalaksanaan manajemen nyeri ini mempunyai dua metode yaitu dengan farmakologi dan nonfarmakologi. Terapi nonfarmakologi meliputi hipnosis, akupunktur, akupresur, relaksasi, teknik berendam, dan massage.

Massage dapat didefinisikan secara umum sebagai metode perawatan tubuh menggunakan teknik mengusap, memukul, meremas, memutar, menggetar, dan menekan otot persendian guna meningkatkan peredaran darah dan getah bening serta mengendurkan otot di daerah yang bersangkutan. *Effleurage* adalah bentuk massage dengan menggunakan telapak tangan yang memberi tekanan lembut ke atas permukaan tubuh dengan arah sirkular secara berulang. Teknik ini bertujuan untuk meningkatkan sirkulasi darah, memberi tekanan dan menghangatkan otot abdomen serta meningkatkan relaksasi fisik dan mental. *Effleurage* merupakan teknik massage yang aman, mudah untuk dilakukan, tidak memerlukan banyak

alat, tidak memerlukan biaya, tidak memiliki efek samping dan dapat dilakukan sendiri atau dengan bantuan orang lain.

*Effleurage massage* juga berpengaruh terhadap penurunan tingkat nyeri pada ibu nifas. *Effleurage* adalah bentuk masase dengan menggunakan telapak tangan yang memberi tekanan lembut keatas permukaan tubuh dengan arah melingkar secara berulang dengan menggunakan seluruh telapak tangan pada abdomen tangan, punggung, pinggang dan kaki. Teknik ini bertujuan untuk meningkatkan sirkulasi darah, memberi tekanan, menghangatkan otot abdomen, serta meningkatkan relaksasi fisik dan mental. *Effleurage* merupakan teknik masase yang aman, mudah untuk dilakukan, tidak memerlukan banyak alat, tidak memerlukan biaya, tidak memiliki efek samping, dan dapat dilakukan sendiri atau dengan bantuan orang lain (Fogarty et al., 2020).

Tindakan utama *effleurage massage* merupakan aplikasi dari teori gate control yang dapat “*menurut gerbang*” untuk menghambat perjalanan rangsangan nyeri pada pusat yang lebih tinggi pada sistem saraf pusat (Parulian, 2019). Anifah et al. (2022) dalam penelitiannya tingkat nyeri pada kelompok intervensi setelah mendapatkan *effleurage massage* mengalami penurunan yang signifikan sampai dengan hari ketiga dibandingkan dengan kelompok kontrol. Hasil penelitian lainnya dilakukan oleh Fadilah (2021) menunjukkan *effleurage massage* selama 3-5 menit setiap dapat menurunkan afterpain pada ibu nifas.

Berdasarkan data RSUD Wonosari, pada tahun 2024 dari total 511 kasus persalinan, sebanyak 59,1% merupakan tindakan SC. Sebagian besar SC dilakukan setelah persalinan spontan (29,4%) dan sebagian lainnya atas indikasi induksi (10,8%). Sementara itu, pada tahun 2025, dari 253 total kasus, tindakan SC tercatat sebesar 57,7%, dengan SC akibat induksi meningkat menjadi 13,8%, dan SC setelah persalinan spontan sebesar 28,5%. Hal ini menunjukkan bahwa meskipun total kasus menurun, proporsi SC karena induksi mengalami peningkatan.

Berdasarkan studi pendahuluan yang dilakukan di Ruang Kana Rumah Sakit Umum Daerah Wonosari Gunung Kidul didapatkan seorang pasien post Partus induksi dan spontan terindikasi nyeri. Hal ini dilakukan karena persalinan dengan post spontan dan induksi dapat meminimalisir terjadinya kematian akibat pre eklampsia dari ibu ke bayi. Pasien dipindahkan di ruang lalu diberikan tehnik farmakologi berupa obat analgetic post spontan, tetapi nyeri masih terasa dan peneliti memberikan tehnik non farmakologi berupa tehnik *Effleurage*.

Berdasarkan latar belakang ini peneliti tertarik meneliti tentang "Pengaruh Penerapan Teknis *effleurage* pada Ibu nifas dengan masalah nyeri di ruang KANA RSUD Wonosari".

## **B. Rumusan Masalah**

Massage dapat didefinisikan secara umum sebagai metode perawatan tubuh menggunakan teknik mengusap, memukul, meremas, memutar, menggetar, dan menekan otot persendian guna meningkatkan peredaran darah dan getah bening serta mengendurkan otot di daerah yang bersangkutan. *Effleurage* adalah bentuk masage dengan menggunakan telapak tangan yang memberi tekanan lembut ke atas permukaan tubuh dengan arah sirkular secara berulang. Teknik ini bertujuan untuk meningkatkan sirkulasi darah, memberi tekanan dan menghangatkan otot abdomen serta meningkatkan relaksasi fisik dan mental. *Effleurage* merupakan teknik *massage* yang aman, mudah untuk dilakukan, tidak memerlukan banyak alat, tidak memerlukan biaya, tidak memiliki efek samping dan dapat dilakukan sendiri atau dengan bantuan orang lain.

Nyeri ibu nifas dapat dikurangi dengan pengobatan secara farmakologi dan non-farmakologi. Tindakan keperawatan harusnya lebih mengutamakan yang lebih alamiah secara non-farmakologi yaitu salah satunya dengan metode Teknis *Effleurage* untuk menurunkan nyeri. Berdasarkan uraian pada latar belakang diatas, maka yang menjadi rumusan masalah dalam penelitian ini adalah, "Bagaimana efektivitas Teknis *Effleurage* terhadap nyeri ibu nifas di Ruang KANA RSUD Wonosari ?".

### C. Tujuan Penelitian

#### 1. Tujuan Umum

Penulis mampu menganalisis efektivitas Teknis *Effleurage* terhadap nyeri ibu nifas di Ruang KANA RSUD Wonosari.

#### 2. Tujuan Khusus

- a. Memaparkan pengkajian pada pasien ibu nifas yang dilakukan Teknis *Effleurage* untuk mengurangi nyeri
- b. Memaparkan diagnosa keperawatan pada pasien ibu nifas yang dilakukan teknik Teknis *Effleurage* terhadap penurunan nyeri.
- c. Memaparkan n rencana keperawatan pada pasien ibu nifas Untuk mengetahui Efektif Teknis *Effleurage* terhadap nyeri persalinan
- d. Memaparkan tindakan pada pasien ibu nifas untuk mengetahui Efektif Teknis *Effleurage* terhadap nyeri persalinan.
- e. Memaparkan evaluasi keperawatan pada pasien ibu nifas yang dilakukan teknik Teknis *Effleurage* terhadap penurunan nyeri persalinan.

### D. Manfaat

#### 1. Teoritis

Meningkatkan pengetahuan dan wawasan dalam penerapan asuhan keperawatan dan tindakan inovasi untuk mengurangi nyeri dan mengembangkan ilmu keperawatan khususnya keperawatan maternitas.

## 2. Praktis

### a. Bagi Rumah Sakit

Memberikan pengetahuan yang telah ada sebelumnya guna menambah/meningkatkan keterampilan, kualitas dan mutu tenaga kerja dalam mengatasi masalah pada nyeri ibu nifas

### b. Bagi Insititusi Pendidikan Universitas Muhammadiyah Klaten

Laporan hasil penelitian diharapkan dapat menjadi referensi khususnya bagi mahasiswa Universitas Muhammadiyah Klaten dan dapat memberikan masukan bagi institusi mengenai asuhan keperawatan maternitas pada pasien dengan nyeri pada ibu nifas yang dilakukan teknik pijat effleurage terhadap penurunan nyeri.

### c. Bagi Perawat

Sebagai educator untuk memberikan sumber informasi bagi klien Efektif Teknis *Effleurage* terhadap nyeri Pada ibu nifas

### d. Bagi Peneliti/Penulis

Memperoleh pengalaman dalam mengaplikasikan hasil studi kasus tentang Efektif Teknis *Effleurage* terhadap nyeri pada ibu nifas.