

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang Masalah

Persalinan merupakan suatu tahap dimana hasil konsepsi dikeluarkan dari dalam tubuh ibu hamil, saat kondisi ibu dan janin tidak memungkinkan untuk persalinan normal maka dipilih jenis persalinan *sectio caesarea* (SC) (Ratnawati & Utari, 2022). SC merupakan suatu prosedur operasi yang dilakukan dengan membuat sayatan pada dinding rahim yang masih utuh kepada ibu hamil yang bertujuan melahirkan dan mengeluarkan bayi serta menyelamatkan nyawa ibu dan bayi (Nurjaya et al., 2022). Persalinan *Sectio caesarea* dapat berakibat ibu menjadi tidak dapat mandiri karena nyeri yang diakibatkan oleh operasi, dan karena adanya nyeri pada sayatan, ibu akan mengalami mobilisasi yang terbatas, menunda untuk menyusui, sehingga berakibat rendahnya tingkat keberhasilan dalam menyusui pada ibu post operasi *sectio caesarea* (Hu et al., 2020).

World Health Organization (WHO) tahun 2020 angka persalinan dengan metode SC meningkat di seluruh dunia dan melebihi bataskisaran 10%-15% yang direkomendasikan. Amerika Latin dan wilayah Karibia menjadi penyumbang angka persalinan dengan *sectio caesarea* tertinggi yaitu 40,5%, diikuti oleh Eropa 25%, Asia 19,2% dan Afrika 7,3%. Menurut statistik dan 3.509 kasus SC, indikasi untuk SC antara lain disproporsi janin panggul 21%, gawat janin 14%, Plasenta previa 11%, pernah SC 11%, kelainan letak janin 10%, pre eklampsia dan hipertensi 7%.

Preeklampsia merupakan penyebab utama kematian ibu di Indonesia dengan kontribusi sekitar 27,1% kematian ibu akibat hipertensi pada kehamilan (Cahyandaru et al., 2019). Kondisi ini seringkali diperburuk oleh akses layanan kesehatan yang tidak memadai dan tantangan yang ditimbulkan oleh pandemi COVID-19, yang mengganggu layanan kesehatan penting bagi ibu (Yaqin, 2023).

Preeklampsia merupakan komplikasi serius yang dapat terjadi selama kehamilan, di mana ibu mengalami hipertensi dan adanya protein dalam urin setelah usia kehamilan 20 minggu. Pengelolaan persalinan pada ibu dengan preeklampsia menuntut perhatian khusus untuk meminimalkan risiko bagi ibu dan bayi. Penatalaksanaan yang tepat sangat penting untuk mencegah komplikasi lebih lanjut, baik bagi maternal maupun neonatal.

Dalam pengelolaan persalinan pada kasus preeklampsia, penting untuk mempertimbangkan intervensi yang berbeda tergantung pada tingkat keparahan

preeklampsia yang dialami. Studi menunjukkan bahwa preeklampsia berat menuntut tindakan lebih cepat, termasuk kemungkinan persalinan melalui tindakan bedah caesar (SCTP) untuk mengurangi risiko komplikasi pada ibu dan janin (Supraptomo, 2024; Annafi et al., 2022).

Persalinan *section caesarea* menimbulkan efek samping seperti nyeri hebat pada luka operasi, nyeri adalah keyakinan dan bagaimana seseorang bereaksi terhadap rasa sakit yang dirasakannya (Solehati et al., 2024). Nyeri post *section caesarea* dapat menimbulkan rasa tidak nyaman, mempengaruhi sistem paru, kardiovaskular, pencernaan, endokrin, kekebalan tubuh dan stres, sehingga menyebabkan depresi dan hilangnya kemampuan dalam melakukan aktivitas sehari-hari. Oleh karena itu pengendalian nyeri diperlukan untuk mengatasi atau mengurangi nyeri yang dialami ibu, sehingga ibu merasa nyaman, pada dasarnya metode penatalaksanaan pereda nyeri post *section caesarea* yang umum dilakukan meliputi dua jenis, yaitu penatalaksanaan farmakologis dan non farmakologis (Napisah, 2022).

Nyeri pasca operasi pada pasien yang menjalani persalinan melalui *Sectio Caesarea* (SC) merupakan masalah yang umum terjadi dan dapat mempengaruhi proses pemulihan serta kepuasan pasien. Nyeri ini biasanya disebabkan oleh beberapa faktor, termasuk trauma jaringan selama prosedur pembedahan, respons inflamasi, dan kemunduran efek anestesi. Memahami mekanisme nyeri pasca SC adalah kunci dalam penanganan yang efektif untuk meningkatkan kualitas hidup pasca operasi.

Mekanisme nyeri pasca SC dapat dijelaskan melalui aktivitas nosiseptor, yaitu reseptor nyeri yang teraktivasi akibat kerusakan jaringan saat insisi dilakukan pada dinding abdomen dan rahim. Proses inflamasi yang menyertai pembedahan juga berkontribusi terhadap nyeri, karena mediator inflamasi seperti prostaglandin dan sitokin dilepaskan, yang dapat menyebabkan sensibilisasi nyeri. Ini memperburuk rasa sakit yang dirasakan oleh pasien, terutama setelah efek analgesik awal yang diberikan saat operasi mulai menghilang, yang dapat menyebabkan ketidaknyamanan yang signifikan (Siregar & Ermiati, 2023; Ismiati & Rejeki, 2023; Muliani et al., 2020).

Penatalaksanaan farmakologis berupa analgesik. Upaya pemberian tindakan farmakologis 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 farmakologis dapat

membantu menurunkan rasa atau sensasi nyeri dan rasa tersebut dapat membantu proses pemulihan yang tidak menimbulkan efek samping berbahaya (Santiasari et al., 2021)

Pada dasarnya penatalaksanaan yang sering digunakan dalam menurunkan nyeri post SC terdiri dari dua macam, yaitu penatalaksanaan farmakologi dan non- farmakologi. Penatalaksanaan farmakologi bisa diatasi dengan menggunakan obat-obatan analgetik, seperti: morphine sublimaze, Demerol, stadol, dan lain lain. Penatalaksanaan nyeri dengan menggunakan metode farmakologis memiliki kelebihan yaitu nyeri dapat berkurang dengan cepat, tetapi terapi ini juga memiliki kekurangan yaitu semakin lama menggunakan obat-obatan kimia akan memiliki efek samping berbahaya pada penggunanya, seperti contohnya terjadinya gangguan pada ginjal. Sehingga dibutuhkan kombinasi menggunakan terapi non-farmakologi disamping farmakologi agar sensasi nyeri yang dirasakan pasien dapat berkurang, serta masa pemulihan tidak memanjang. Metode non-farmakologi diperlukan untuk mempersingkat episode nyeri yang berlangsung hanya beberapa detik atau menit. Beberapa contoh yang digunakan dalam terapi non-farmakologi diantaranya adalah terapi placebo, terapi musik, teknik relaksasi nafas dalam, dan Benson relaksasi dengan aromaterapi (Solehati et al., 2022)

Relaksasi benson merupakan gabungan relaksasi antara teknik relaksasi napas dalam, pikiran dan sistem keyakinan seseorang (berupa ungkapan yang difokuskan pada nama-nama Tuhan atau kata yang memiliki makna ketenangan bagi individu itu sendiri) diucapkan berulang dengan ritme teratur disertai sikap pasrah (D. W. I. Sari et al., 2022). Terapi relaksasi yang dapat meredakan nyeri salah satunya adalah teknik Benson, sebuah teknik yang berguna mengurangi rasa sakit, insomnia, dan rasa cemas melalui bentuk usaha memusatkan perhatian pada satu fokus dengan mengulang kembali kalimat yang sudah ditentukan dan mengusir sejenak semua hal yang mengganggu pikiran. Terapi Benson adalah terapi relaksasi yang dimana dikombinasikan dengan kepercayaan yang dianut klien, yang nantinya menghambat kegiatan saraf simpatis yang kemudian bisa menurunkan pe- makaian oksigen oleh tubuh yang kemudian akan membuat otot – otot tubuh menjadi lebih santai dan memicu timbulnya rasa tenang serta nyaman (Fatmawati & Sugianto, 2023).

Berdasarkan studi pendahuluan yang dilakukan di Ruang Kana Rumah Sakit Umum Daerah Wonosari Gunung Kidul didapatkan seorang pasien post *sectio caesarea* terindikasi Pre Eklampsia. Hal ini dilakukan karena persalinan dengan *sectio caesarea* dapat meminimalisir terjadinya kematian akibat pre eklampsia dari ibu ke bayi. Pasien

dipindahkan di ruang lalu diberikan teknik farmakologi berupa obat analgetic post SC, tetapi nyeri masih terasa dan peneliti memberikan teknik non farmakologi berupa teknik relaksasi benson. Berdasarkan latar belakang diatas penulis tertarik melakukan penelitian dengan memberikan intervensi terapi non farmakologis dengan judul “Efektivitas Pengaruh Terapi Relaksasi Benson Dalam Menurunkan Skala Nyeri Pada Pasien Post Sectio Caesarea dengan Pre Eklampsia di Ruang Kana Rumah Sakit Umum Daerah Wonosari Gunung Kidul”.

B. Rumusan Masalah

Preeklampsia merupakan salah satu komplikasi kehamilan yang ditandai dengan peningkatan tekanan darah dan adanya proteinuria, yang jika tidak ditangani dengan baik dapat menyebabkan komplikasi serius bagi ibu dan janin. Pada kasus tertentu, tindakan operasi caesar (SC) sering menjadi pilihan untuk menyelamatkan kondisi ibu dan bayi. Namun, pasca SC, pasien dengan indikasi preeklampsia sering kali menghadapi berbagai tantangan, seperti tekanan darah yang tidak stabil, tingkat kecemasan yang tinggi, serta ketidaknyamanan fisik dan emosional.

Relaksasi Benson merupakan teknik relaksasi sederhana yang menggabungkan elemen pernapasan terfokus, pemusatan pikiran, dan doa atau afirmasi positif. Teknik ini terbukti dapat memberikan dampak fisiologis yang signifikan, seperti menurunkan tekanan darah, memperlambat denyut nadi, dan mengurangi kecemasan. Intervensi ini menawarkan pendekatan holistik yang tidak hanya membantu memperbaiki kondisi fisik pasien tetapi juga mendukung kesejahteraan emosional mereka.

Setiap keluarga perlu menjalankan fungsinya dalam rangka meningkatkan kesehatan keluarga. Post *sectio caesarea* akan menimbulkan nyeri hebat pada luka operasi sehingga menimbulkan rasa tidak nyaman, maka dari itu perlu diberikan terapi farmakologis dan non farmakologis untuk menurunkan skala nyeri. Salah satu metode non-farmakologis yang terbukti efektif adalah relaksasi Benson. Teknik ini merupakan gabungan antara meditasi, fokus pikiran, dan pernapasan dalam yang dilakukan secara tenang dan teratur. Relaksasi Benson bekerja dengan cara menurunkan aktivitas sistem saraf simpatik (yang meningkatkan nyeri dan stres) serta meningkatkan sistem parasimpatis yang memberikan efek menenangkan, sehingga mampu menurunkan persepsi nyeri. Berdasarkan uraian latar belakang di atas, peneliti dapat merumuskan pertanyaan sebagai “Bagaimana Efektifitas Terapi Relaksasi Benson Dalam Penurunan Rasa Nyeri Post *Sectio Caesarea*?”.

C. Tujuan Penelitian

1. Tujuan Umum

Penulis mampu menganalisis efektivitas dari penerapan relaksasi benson terhadap penurunan nyeri pada pasien *post SC* indikasi Pre Eklampsia di Ruang Kana RSUD Wonosari Gunung Kidul.

2. Tujuan Khusus

- a. Memaparkan pengkajian pada pasien *post SC* Pre Eklampsia yang dilakukan teknik relaksasi benson terhadap penurunan nyeri.
- b. Memaparkan diagnosa keperawatan pada pasien *post SC* indikasi Pre Eklampsia yang dilakukan teknik benson terhadap penurunan nyeri.
- c. Memaparkan rencana keperawatan pada pasien *post SC* indikasi Pre Eklampsia yang dilakukan teknik relaksasi terhadap penurunan nyeri.
- d. Memaparkan tindakan pada pasien *post SC* indikasi Pre Eklampsia yang dilakukan teknik benson terhadap penurunan nyeri.
- e. Memaparkan evaluasi keperawatan pada pasien *post SC* indikasi Pre Eklampsia yang dilakukan teknik benson terhadap penurunan nyeri.
- f. Memaparkan teknik relaksasi benson pada pasien *post SC* terhadap penurunan nyeri

D. Manfaat

1. Teoritis

Hasil karya tulis ilmiah ini dapat memberikan tambahan referensi mengenai asuhan keperawatan pada pasien dengan *post sectio caesarea* atas indikasi Pre Eklampsia serta menjadi bahan bacaan ilmiah untuk menambah wawasan pengetahuan dan mengembangkan ilmu keperawatan khususnya keperawatan maternitas.

2. Praktis

a. Bagi Rumah Sakit Umum Daerah Wonosari Gunung Kidul

Memberikan pengetahuan yang telah ada senelumnya guna menambah/meningkatkan keterampilan, kualitas dan mutu tenaga kerja dalam mengatasi masalah pada pasien *post sectio caesarea* atas indikasi Preeklampsia.

b. Bagi 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 *post*

sectio caesarea atas indikasi Preeklampsia yang dilakukan teknik relaksasi benson terhadap penurunan nyeri.

c. Bagi Perawat

Sebagai edukator untuk memberikan sumber informasi bagi klien dalam memberikan pelayanan atau motivasi Ibu hamil dalam pengalaman persalinan sectio caesarea ibu dengan Preeklampsia.

d. Bagi Peneliti/Penulis

Memperoleh pengalaman dalam mengaplikasikan hasil studi kasus tentang pelaksanaan pada pasien *post sectio caesarea* atas indikasi Preeklampsia yang dilakukan teknik relaksasi benson terhadap penurunan nyeri.