

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Sectio caesarea (SC) telah menjadi metode persalinan yang disukai oleh banyak orang karena berbagai alasan medis dan pribadi. Banyak yang memilih SC mencari pengalaman melahirkan yang lebih nyaman tanpa sepenuhnya memahami potensi konsekuensi yang mungkin ditimbulkannya. Salah satu teknik persalinan adalah *sectio caesarea* (SC), yang melibatkan pengeluaran bayi melalui sayatan yang dibuat di dinding perut dan rahim. (Ayu Zaharany, 2022).

Seperti yang diindikasikan oleh temuan terbaru dari Organisasi Kesehatan Dunia (WHO 2019), kejadian persalinan dengan operasi *caesarea* semakin meningkat di seluruh dunia, saat ini lebih dari 20% (21%) dari semua persalinan. Angka ini diperkirakan akan terus meningkat dalam sepuluh tahun ke depan, dengan proyeksi menunjukkan bahwa pada tahun 2030, hampir sepertiga (29%) dari semua kelahiran mungkin akan dilakukan melalui operasi *caesarea*. Menurut data Riskesdas Jawa Barat dari 2018, proporsi kelahiran melalui operasi *caesarea* di Jawa Barat berada pada kisaran 15,5% dari 15.043 ribu kelahiran.(Riskesdas, 2018).

Persalinan SC dapat menyebabkan efek samping, termasuk rasa nyeri pada lokasi operasi. Salah satu pendekatan dalam perawatan keperawatan untuk mengurangi dampak dari persalinan SC adalah manajemen nyeri. Konsekuensi dari *caesarea* setelah melahirkan meliputi;

kemampuan untuk merawat diri yang berkurang, tingkat kenyamanan yang menurun, kemandirian yang terbatas, pergerakan ibu yang terhambat, gangguan terhadap kegiatan sehari-hari (ADL), tantangan dalam keterikatan bonding, dan ketidakmampuan untuk memulai menyusui dini karena nyeri yang meningkat saat ibu berusaha bergerak.(Nurhidayah & Silvitasari, 2024).

Nyeri adalah kejadian sensorik yang tidak nyaman yang disebabkan oleh kerusakan jaringan. Ini terdiri dari dua bagian: yang pertama adalah aspek fisiologis, yang melibatkan transmisi sinyal sistem saraf pusat, dan yang kedua adalah aspek psikologis, yang berkaitan dengan bagaimana nyeri dipersepsikan (Yosefa Animba & Theresia Syirila Da Cunha, 2024). Manajemen nyeri dapat dilakukan dengan dua metode, yaitu melalui strategi medikasi dan non-medikasi, keduanya fokus pada pengurangan tingkat nyeri dan memblokir sinyal *nociceptive* (Hanifah & Risdiana, 2022).

Terapi farmakologis melibatkan penggunaan obat yang bervariasi dari penghilang rasa sakit non-opioid seperti paracetamol dan ibuprofen hingga penghilang rasa sakit opioid seperti morfin. Terapi non-farmakologis berkaitan dengan metode pengelolaan rasa sakit yang tidak bergantung pada zat kimia, termasuk teknik seperti distraksi, akupunktur, stimulasi listrik seperti TENS, dan strategi relaksasi.(Yusliana, 2015).

Relaksasi berfungsi sebagai metode untuk menenangkan tubuh dan otot-ototnya melalui pengurangan ketegangan otot secara sistematis. Keuntungan dari relaksasi mencakup; menumbuhkan rasa tenang dalam

tubuh, mengurangi ketegangan otot, dan berpotensi meningkatkan kesadaran. Metode relaksasi menonjol karena lebih mudah diterapkan dan bebas dari efek buruk (Yusliana, 2015). Terdapat empat kategori relaksasi, yaitu meditasi, relaksasi perilaku, relaksasi otot, dan relaksasi pernapasan. Salah satu metode khusus dalam relaksasi pernapasan dikenal sebagai relaksasi Benson (Haris et al., 2017). Relaksasi Benson mengintegrasikan teknik yang memadukan frasa dengan komponen keyakinan. Dengan secara konsisten mengulangi frasa atau kata-kata tertentu yang mencerminkan keyakinan, hal ini menghasilkan respons relaksasi yang lebih nyata dibandingkan dengan metode yang tidak memasukkan elemen keyakinan.

Relaksasi Benson dilakukan di beberapa penelitian eksperimen. Hasil penelitian (Febiantri & Machmudah, 2021) yang membandingkan 2 (dua) ibu *post* SC di ruang obstetri RSUP Dr. Kariadi Semarang, bahwa setelah penerapan terapi relaksasi Benson pada pasien 1 dan pasien 2, terjadi perubahan yang signifikan dalam tingkat intensitas nyeri. Pasien 1 menunjukkan skala awal 4, yang dikategorikan sebagai nyeri sedang, yang kemudian beralih menjadi skala 2, yang diklasifikasikan sebagai nyeri ringan setelah terapi. Sebaliknya, skala awal pasien 2 adalah 5, juga menunjukkan nyeri sedang yang kemudian menjadi 3, mencerminkan nyeri ringan setelah terapi. Penilaian ini dilakukan dengan menggunakan Skala Penilaian Numerik (NRS) di tiga sesi.

Berdasarkan latar belakang di atas peneliti mempunyai ketertarikan untuk melakukan penelitian mengenai implementasi relaksasi Benson

untuk menurunkan intensitas nyeri pada ibu *Sectio caesarea* (SC) yang mengalami luka insisi pembedahan akibat luka operasi SC di RSUD Pandega Pangandaran.

B. Rumusan Masalah

Berdasarkan pemaparan di atas, selanjutnya penulis membuat rumusan permasalahan, yakni: “Bagaimanakah gambaran implementasi pada ibu *post sectio caesarea* dalam mengurangi intensitas nyeri dengan pemberian tindakan relaksasi Benson?”

C. Tujuan Penelitian

1. Tujuan umum

Setelah melaksanakan studi kasus penulis mampu menggambarkan implementasi relaksasi Benson pada ibu *post sectio caesarea* dalam mengurangi intensitas nyeri.

2. Tujuan Khusus

- a. Menggambarkan tahapan pelaksanaan asuhan keperawatan pada ibu *post sectio caesarea* (SC) yang dilakukan tindakan relaksasi Benson.
- b. Menggambarkan pelaksanaan tindakan relaksasi Benson pada ibu *post sectio caesarea* (SC).
- c. Menggambarkan respon atau perubahan pada kedua klien ibu *post sectio caesarea* (SC) yang dilakukan relaksasi Benson.
- d. Menganalisis kesenjangan pada kedua klien ibu *post sectio caesarea* (SC) yang diberikan relaksasi Benson.

D. Manfaat Karya Tulis Ilmiah

1. Manfaat teoritis

Meningkatkan keluasan ilmu dan memberikan informasi yang berhubungan dengan penerapan relaksasi Benson untuk mengurangi intensitas nyeri.

2. Manfaat praktik

a. Bagi peneliti

Dapat meningkatkan ilmu pengetahuan, pengalaman, dan meningkatkan kompetensi dalam memberikan asuhan keperawatan berupa penerapan relaksasi Benson untuk mengurangi intensitas nyeri.

b. Bagi institusi akademi

Dimanfaatkan untuk informasi bagi lahan pendidikan dalam pengembangan dan meningkatkan mutu pendidikan pada masa yang akan datang.

c. Bagi Rumah Sakit

Dapat meningkatkan pelayanan keperawatan di rumah sakit pada ibu *post sectio caesarea* (SC) melalui teknik non farmakologi relaksasi Benson untuk mengurangi intensitas nyeri.