

BAB I

PENDAHULUAN

1.1 Latar Belakang

Sectio caesarea menjadi salah satu tahapan persalinan melalui bantuan tindakan insisi yang dilakukan pembedahan pada abdomen dan pada rahim ibu untuk mengeluarkan bayi, dengan syarat berat janin diatas 500 hingga 1000 gram, rahim dalam keadaan utuh dan lebih dari 28 minggu kehamilannya (Herlina et al., (2024). Tindakan operasi *sectio caesarea* akan menimbulkan suatu masalah yang akan muncul yaitu rasa nyeri. Menurut *Internasional Association For The Study of Pain* dalam (Nurhanifah & Sari, (2022) nyeri adalah sebuah emosi disertai dengan ketidaknyamanan, yang berkaitan erat dengan kerusakan jaringan, baik yang sudah terjadi ataupun yang mungkin terjadi.

Rasa nyeri akibat dari operasi *sectio caesarea* akan memberikan dampak seperti kurangnya istirahat dan tidur, aktivitas sehari-hari dapat terganggu, mobilisasi terbatas, sehingga akan mengakibatkan masalah pada ibu karena nutrisi bayi kurang akibat dari pemberian ASI tertunda, selain itu dapat mempengaruhi daya tahan tubuh bayi yang dilahirkan secara SC (Muliani et al., 2020). Manajemen nyeri efektif menjadi bagian penting dari perawatan klien post operasi, nyeri yang timbul dapat datasi dengan teknik farmakologi yaitu tindakan yang memfokuskan penyembuhan dengan pemberian obat untuk mengurangi nyeri. Sedangkan teknik nonfarmakologi adalah tindakan mandiri yang dilaksanakan oleh perawat dengan menggunakan teknik relaksasi (Tamsuri, A (2012) dalam Jamini, (2022).

Relaksasi termasuk salah satu tindakan manajemen nyeri yang bermanfaat untuk mengurangi intensitas nyeri. Teknik ini meliputi beberapa metode, salah satu teknik yaitu relaksasi otot progresif. Teknik relaksasi otot progresif adalah gerakan mengencangkan dan melemaskan otot -otot secara bergantian yang bertujuan menimbulkan rasa tenang, proses ini dilakukan dengan cara berurutan (Greenberg, (2013) dalam Praghlapati, (2020) teknik relaksasi otot progresif memfokuskan pada kontraksi otot sehingga akan terjadi efek rileks bagi tubuh. Sifat relaksasi otot progresif yaitu vasodilator, berfungsi untuk meningkatkan ukuran pembuluh darah menjadi melebar yang berfungsi mampu mengurangi tekanan darah serta mampu menurunkan rasa nyeri (Hernawati & Marwati, (2022) dalam Jaya et al., (2024). Metode relaksasi otot progresif menurut Alvionita, S., et al. (2022) aman untuk dilakukan karena tidak memiliki efek samping, sehingga dapat dilakukan secara mandiri, bisa dilakukan kapan saja dan tidak memerlukan alat khusus.

Prevelensi persalinan secara *sectio caesarea* menurut (WHO) *World Health Organization* (2021) sebesar 21% termasuk lebih dari 1 dari 5 proses kelahiran. Di dunia persalinan *sectio caesarea* terjadi peningkatan pada (1990) sebanyak 7% dan 21% pada (2021). Sedangkan prevelensi berdasarkan data Survei Demografi dan Kesehatan Indonesia (SDKI) di Indonesia tahun (2021) dalam Komarijah et al., (2023) sebesar 17% persalinan menggunakan operasi *sectio caesarea* dari semua jumlah persalinan di fasilitas kesehatan. Sedangkan angka persalinan *sectio caesarea* di Indonesia berdasarkan data SKI (Survei Kesehatan Indonesia) tahun 2023 sebesar 25,9%. Hal ini menunjukkan bahwa persalinan SC di Indonesia mengalami peningkatan. Di Jawa Barat metode persalinan *sectio caesarea* menurut

SKI, 2023 (Survei Kesehatan Indonesia) mencapai sebesar 24,9%. Sedangkan di Cirebon sendiri prevalensi persalinan *sectio caesarea* menurut Badan Penelitian dan Pengembangan dalam Safitri et al., (2024) pada tahun 2018 sebesar 19,4%. Berdasarkan data rekapan tahun 2024 di ruang Dewi Sartika RSUD Arjawinangun, sebanyak 386 pasien menjalani persalinan *sectio caesarea* yang terdiri dari 146 tindakan elektif dan 240 tindakan *emergency (cyto)*.

Berdasarkan hasil penelitian Jaya et al., (2024) mengenai intervensi teknik relaksasi otot progresif untuk klien yang sudah menjalani prosedur *sectio caesarea* dan mengalami masalah nyeri akut di RS Muhammadiyah Palembang, terbukti bahwa terapi relaksasi otot progresif memiliki dampak positif dalam mengurangi nyeri pada 2 ibu post *sectio caesarea*. Sebelum pelaksanaan intervensi relaksasi otot progresif pada kedua klien terdapat nyeri dengan skala 5, yang tergolong sebagai nyeri sedang dimana nyeri dirasakan mengganggu kenyamanan dan kualitas tidur. Setelah penerapan relaksasi otot progresif terdapat penurunan intensitas nyeri menjadi skala 2 (nyeri ringan) pada klien pertama, dan skala 1 (nyeri ringan) pada klien kedua.

Hasil penelitian menurut Praghlapati, (2020) mengenai dampak relaksasi otot progresif terhadap penurunan intensitas nyeri ibu post *sectio caesarea* di RSUD Bandung, intensitas nyeri mengalami penurunan setelah dilakukan terapi relaksasi otot progresif. Penelitian ini melibatkan terapi relaksasi otot progresif pada 20 ibu post *sectio caesarea*, sebelum terapi relaksasi otot progresif dilakukan intensitas nyeri sedang dimana 7 ibu post *sectio caesarea* dengan skala 5, dan skala nyeri 6 pada 13 ibu post *sectio caesarea*. Setelah dilakukan relaksasi otot progresif skala

nyeri menurun menjadi 2 (nyeri sedang) pada 3 orang dan skala nyeri 3 (nyeri sedang) pada 8 orang, sedangkan sebanyak 9 orang intensitas nyeri sedang dimana 8 orang berada pada skala nyeri 4 (nyeri sedang) dan 1 orang di skala nyeri 5 (nyeri sedang). Oleh karena itu, diperoleh nilai *p-value* 0.000 (nilai $p < \alpha$ 0.05) yang membuktikan terapi relaksasi otot progresif memiliki dampak positif terhadap pengurangan nyeri pada klien post SC.

Perawat berperan sangat penting dalam memberikan tindakan pada klien post *sectio caesarea* seperti hal mendukung kesembuhan dan pemulihan fisik serta emosional, perawat bertanggung jawab untuk memantau tanda tanda vital, mengganti balutan luka pada klien post *sectio caesarea* serta mengelola nyeri yang dirasakan klien dengan tujuan memberikan rasa nyaman. Selain aspek fisik perawat juga memberikan dukungan psikologis untuk mengurangi kecemasan dan stres yang dirasakan klien setelah operasi *sectio caesarea*.

Berdasarkan uraian diatas, penulis menganggap perlu untuk dilakukannya penyusunan suatu karya tulis ilmiah, yang berjudul “ Implementasi Terapi Relaksasi Otot Progresif Untuk Mengurangi Intensitas Nyeri Pada Ibu Post *Sectio Caesarea* ”.

1.2 Rumusan Masalah

Berdasarkan latar belakang, maka didapatkan rumusan masalah “Bagaimanakah implementasi terapi relaksasi otot progresif untuk mengurangi intensitas nyeri pada ibu post *sectio caesarea* ?”

1.3 Tujuan

1.3.1 Tujuan Umum

Setelah melaksanakan studi kasus penulis mampu melakukan tindakan terapi relaksasi otot progresif pada ibu post *sectio caesarea* untuk mengurangi intensitas nyeri.

1.3.2 Tujuan Khusus

Setelah melakukan studi kasus pada klien dengan implementasi terapi terapi relaksasi otot progresif pada ibu post *sectio caesarea* untuk mengurangi intensitas nyeri penulis dapat :

- a. Menggambarkan pelaksanaan tindakan terapi relaksasi otot progresif pada ibu post *sectio caesarea*.
- b. Menggambarkan respon pada klien post *sectio caesarea* dengan tindakan terapi relaksasi otot progresif
- c. Menganalisis kesenjangan pada kedua klien yang dilakukan tindakan terapi relaksasi otot progresif.

1.4 Manfaat Karya Tulis Ilmiah

1.4.1 Manfaat Teoritis

Semoga dapat memberikan informasi dan memperluas pengetahuan keperawatan mengenai implementasi teknik relaksasi otot progresif untuk mengurangi intensitas nyeri pada ibu post *sectio caesarea*.

1.4.2 Manfaat Praktis

1.4.2.1 Bagi Klien

Dapat membantu meningkatkan pengetahuan klien, serta membantu klien mempraktikkan metode non farmakologis terapi relaksasi otot progresif untuk mengurangi intensitas nyeri.

1.4.2.2 Bagi Rumah Sakit

Dapat meningkatkan kualitas pelayanan kesehatan melalui pendekatan non farmakologis yang efektif yaitu terapi relaksasi otot progresif untuk mengurangi intensitas nyeri pada ibu post *sectio caesarea*.

1.4.2.3 Bagi Institusi Pendidikan

Dapat memberikan wawasan serta pengetahuan kepada mahasiswa keperawatan khususnya dalam hal tindakan relaksasi otot progresif bagi klien post *sectio caesarea*.

1.4.2.4 Bagi Penulis

Setelah melakukan studi kasus ini diharapkan dapat menambah pemahaman dan pengetahuan, serta membantu dalam mengembangkan keterampilan mengenai terapi relaksasi otot progresif pada ibu post *sectio caesarea*.