

BAB I

PENDAHULUAN

1.1. Latar Belakang

Prosedur *Sectio caesarea* merupakan salah satu pilihan bagi ibu untuk menentukan metode kelahiran, disamping karena adanya indikasi medis dan nonmedis (Metasari & Sianipar, 2018). Tindakan ini diperlukan untuk membantu ibu yang tidak dapat melakukan persalinan normal karena masalah kesehatan ibu atau bayi. Tindakan SC dilakukan tidak hanya karena masalah medis saja, ada juga karena permintaan ibu itu sendiri atau saran dari dokter (Ayuningtyas et al., 2018).

Persalinan SC dapat menyebabkan terputusnya kontinuitas akibat insisi yang dapat membahayakan dan menyebabkan rasa nyeri, terutama pada saat efek anestesi habis. Rasa nyeri mendatangkan reseptor, dalam hal ini ibu merespon secara biologis yang bisa mengganggu respon tekanan fisik dan biologis (Metasari & Sianipar, 2018). Nyeri post SC tidak hanya mempengaruhi kenyamanan ibu, tetapi juga dapat memiliki dampak jangka panjang terhadap pemulihan fisik dan emosional ibu.

Menurut (Umami. et al., 2021) faktor yang mempengaruhi nyeri yaitu usia, budaya, tingkat pendidikan, rasa nyeri sebelumnya, mekanisme koping, dan rasa cemas. Nyeri dapat dikurangi dengan menggunakan dua metode, yaitu teknik farmakologis dan nonfarmakologis. Teknik farmakologis melibatkan penggunaan obat-obatan analgetik sementara teknik nonfarmakologis seperti pijatan, distraksi relaksasi dan aromaterapi. Salah satu metode nonfarmakologis yang efektif untuk mengurangi nyeri SC adalah dengan mengalihkan perhatian ibu dari rasa nyeri

yang sedang dirasakan dan membuat merasa rileks yaitu kombinasi terapi murotal dan *slow deep breathing* yang dianggap sebagai pendekatan yang tepat untuk meredakan nyeri SC (Indah, 2019).

Terapi murotal Al-Qur'an adalah terapi yang mampu memberikan dampak positif bagi yang mendengarkannya. Metode ini menggunakan suara qori yang melantunkan ayat suci Al-Qur'an yang mampu mengurangi stres, mengaktifkan endofrin alami, menimbulkan perasaan rileks, mengurangi kecemasan, kegugupan, serta memiliki efek positif pada sistem kimia (Nur Arianti & Simanjuntak, 2023). Terapi murotal termasuk kedalam terapi komplementer, terapi ini alternatif bagi perawat lakukan untuk mengurangi nyeri pada ibu post SC (Indriyati, Herawati & Sutrisno, 2023).

Surat Ar-Rahman adalah salah satu surat didalam Al-Qur'an yang bisa digunakan untuk terapi murotal, surat Ar-Rahman terdiri dari 78 ayat dan terdapat 31 ayat yang diulang-ulang, sehingga ayat tersebut menimbulkan efek yang baik bagi tubuh dan membuat perasaan nyaman ketika sedang mendengarkannya (Wirakhmi, 2021).

Penerapan terapi *slow deep breathing* secara rutin pada ibu post SC terbukti mampu mengurangi tingkat nyeri secara signifikan. Hasil penelitian menunjukkan terdapat perbedaan yang signifikan antara kelompok yang menerima intervensi dan kelompok kontrol dalam hal penurunan nyeri, dengan nilai $p < 0.05$ (Handayanti. L, et al., 2022). Terapi *slow deep breathing* adalah terapi relaksasi yang dapat meredakan nyeri dengan rangsangan sistem saraf pusat untuk menghasilkan endofrin yang berfungsi sebagai obat penghilang rasa sakit (Rustini

et al., 2022). Trend peningkatan tindakan SC juga bisa dilihat dari angka prevelensi.

Tahun 2021 tercatat 21% ibu melakukan tindakan SC dari semua angka kelahiran didunia. Negara berkembang seperti Afrika terdapat 5% ibu yang melakukan persalinan SC, sementara di Amerika Latin dan Karibia sebaliknya, angka tertinggi adalah 4 dari 10 (43%) seluruh angka persalinan, sementara di negara lain seperti Brazil, Republik Dominika, Mesir dan Turki persalinan SC lebih tinggi dari persalinan normal. Angka operasi SC terus meningkat dari yang awalnya 7% pada tahun 1990 dan pada tahun 2021 sebanyak 21% (World Health Organization, 2021).

Terdapat 25,9% ibu yang melakukan tindakan SC di Indonesia. Povinsi Jawa Barat sendiri sebanyak 24,9% ibu yang melakukan SC, menempati peringkat ke-13 dengan rata-rata usia ibu 10-54 tahun (Survei Kesehatan Indonesia (SKI) 2023). SC juga dapat menimbulkan efek samping salah satunya nyeri post operasi. Penelitian (Insani & Ramdhani, 2022) sebelum dilakukan terapi murotal pada 2 responden nyeri di skala 6 dan setelah dilakukan terapi murotal sebanyak 3x kali dalam sehari dengan waktu pemberian 15 menit skala nyeri menjadi 1. Hasil penelitian (Pujiati & Haniyah, 2024) nyeri yang dirasakan responden sebelum melakukan terapi murotal berada pada skala 7, setelah dilakukan terapi murotal selama 3 hari nyeri turun menjadi 3, kedua peneliti tersebut menggunakan instrumen *Numerical Rating Scale* (NRS).

Hasil penelitian (Wirakhmi, 2021) dirumah sakit Wijaya Kusuma pada ibu post SC yang mendapat terapi murotal surat Ar-Rahman sebagai berikut sebelum

dilakukan terapi rata-rata nyeri sebesar 5.833 dan sesudah dilakukan terapi rata-rata nyeri sebesar 4.583 dengan selisih nyeri 1,25. Terapi *slow deep breathing* juga terbukti efektif untuk mengurangi nyeri, terbukti dari hasil penelitian (Nurhidayah et al., 2024) pada 2 responden sebelum dilakukan terapi *slow deep breathing* nyeri di skala 6, setelah dilakukan terapi *slow deep breathing* selama 3 hari nyeri turun di skala 2. Penelitian Menurut (Rustini & Tridiyawati, 2022) menunjukkan adanya penurunan tingkat nyeri, di mana dari 15 responden yang sebelumnya mengalami nyeri berat, setelah dilakukan terapi 11 orang beralih ke nyeri sedang dan 4 orang mengalami nyeri ringan. Penelitian (Delyka et al., 2022) dilakukan pada 32 responden yang mana sebelumnya memiliki nyeri berat, setelah dilakukan terapi *slow deep breathing*, sebanyak 27 responden menjadi nyeri sedang dan 5 responden menjadi nyeri ringan.

Peran perawat dalam mengurangi nyeri pada ibu sangat penting yaitu dengan membantu ibu mengelola dirinya sendiri agar mampu mengurangi rasa nyeri (Belajar et al., 2021). Perawat maternitas berperan penting dan memiliki kompetensi dalam mencegah serta memberikan asuhan keperawatan pada ibu post partum yang menjalani sectio caesarea. Peran ini mencakup pendekatan promotif, yakni upaya meningkatkan derajat kesehatan melalui edukasi kesehatan kepada pasien. Tujuan dari pendidikan ini adalah untuk mendorong kemandirian pasien, sehingga mereka mampu merawat luka operasi sectio caesarea secara mandiri, terutama setelah kembali ke rumah (Fitri et al., 2024).

Berdasarkan uraian diatas mengenai kombinasi terapi murotal dan *slow deepbreathing* yang mampu mengurangi nyeri pada ibu post SC. Penulis

mengambil judul “Implementasi teknik distraksi dan relaksasi: murotal dan *slow deep breathing* pada ibu post SC untuk mengurangi rasa nyeri.

1.2 Rumusan Masalah

Berdasarkan masalah yang telah dijelaskan dalam latar belakang maka rumusan masalah pada karya tulis ilmiah ini adalah ”Bagaimana implementasi teknik distraksi dan relaksasi: murotal dan *slow deep breathing* pada ibu post SC untuk mengurangi nyeri di RSUD Arjawinangun?

1.3 Tujuan

1.3.1. Tujuan Umum

Setelah melaksanakan studi kasus penulis mampu mengimplementasikan teknik distraksi dan relaksasi: murotal dan *slow deep breathing* pada ibu post SC.

1.3.2. Tujuan Khusus

Setelah melakukan studi kasus penulis mampu menggambarkan :

- a. Pelaksanaan tindakan teknik distraksi dan relaksasi: murotal dan *slow deep breathing* untuk mengurangi nyeri pada ibu post SC.
- b. Respon setelah dilakukan tindakan teknik distraksi dan relaksasi: murotal dan *slow deep breathing* pada ibu post SC untuk mengurangi nyeri.
- c. Analisis perbedaan pada kedua ibu post SC yang dilakukan tindakan teknik distraksi dan relaksasi: murotal dan *slow deep breathing*

1.4 Manfaat

1.4.1. Manfaat Teoritis

Manfaat karya tulis ilmiah ini dapat menambah pengetahuan dan keterampilan penulis dalam melakukan tindakan teknik distraksi dan relaksasi pada

ibu post SC.

1.4.2. Manfaat Praktis

a. Bagi Klien

Hasil studi kasus ini diharapkan dapat meningkatkan pemahaman tentang implementasi distraksi dan relaksasi: murotal dan *slow deep breathing* untuk mengurangi nyeri pada ibu post SC dan dapat melakukan teknik ini secara mandiri di rumah.

b. Bagi Rumah Sakit

Hasil studi kasus ini sebagai bahan masukan dan evaluasi yang diperlukan dalam pelaksanaan implementasi teknik distraksi dan relaksasi: murotal dan *slow deep breathing* untuk mengurangi nyeri pada ibu post SC.

c. Peran Perawat

Hasil studi kasus ini menambah pengetahuan mengenai implementasi distraksi dan relaksasi: murotal dan *slow deep breathing* untuk mengurangi nyeri.

d. Bagi Institusi pendidikan

Hasil studi kasus ini sebagai bahan masukan dan evaluasi yang diperlukan dalam pelaksanaan implementasi teknik distraksi dan relaksasi: murotal dan *slow deep breathing* untuk mengurangi nyeri pada ibu post SC.

e. Bagi Penulis

Menambah pengetahuan dan melatih keterampilan dalam pelaksanaan implementasi teknik distraksi dan relaksasi: murotal dan *slow deep breathing* untuk mengurangi nyeri pada ibu post SC.