

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Persalinan merupakan proses fisiologis yang ditandai dengan penipisan serviks dan pembukaan mulut rahim, disertai dengan penurunan janin melalui jalan lahir hingga terjadi kelahiran, yaitu pengeluaran hasil konsepsi berupa janin dan plasenta (Ersila et al., 2019). Setelah proses persalinan selesai, ibu memasuki periode nifas dan mulai menjalankan peran barunya sebagai seorang ibu. Masa nifas dimulai setelah plasenta lahir dan berlangsung hingga organ reproduksi ibu kembali ke kondisi seperti sebelum kehamilan (Fitri, 2018).

Masa nifas merupakan periode penting yang berlangsung sejak 2 jam setelah plasenta lahir hingga sekitar 6 minggu atau 42 hari. Pada masa ini, perdarahan secara bertahap akan berhenti seiring dengan kembalinya organ reproduksi ke kondisi sebelum kehamilan. Selama proses pemulihan tersebut, ibu dapat mengalami berbagai keluhan, antara lain payudara terasa kencang dan bengkak, gangguan berkemih, rasa tidak nyaman pada area vagina dan perineum akibat robekan jalan lahir, serta nyeri perut yang disebabkan oleh kontraksi uterus yang dikenal sebagai *afterpains* (Sari, 2022).

Berakhirnya proses persalinan tidak serta-merta meniadakan risiko bahaya atau komplikasi pada masa nifas. Ibu nifas masih berpotensi mengalami berbagai komplikasi yang, apabila tidak mendapatkan penanganan yang optimal, dapat berkontribusi signifikan terhadap tingginya Angka Kematian

Ibu (AKI) di Indonesia (Aprilliani R & Magdalena, 2023). Data rutin Direktorat Gizi dan Kesehatan Ibu dan Anak tahun 2023 menunjukkan bahwa sebanyak 82,94% ibu hamil telah melakukan pemeriksaan kehamilan sebanyak enam kali sesuai standar pelayanan. Sementara itu, menurut laporan *World Health Organization* (WHO), angka persalinan melalui SC secara global berkisar antara 5–15% dari seluruh persalinan. Dalam laporan WHO melalui *Global Survey on Maternal and Perinatal Health* tahun 2021 juga disebutkan bahwa 46,1% kelahiran dilakukan dengan tindakan SC. Di Indonesia, berdasarkan data Riset Kesehatan Dasar (Riskesdas) tahun 2018, prevalensi persalinan melalui SC mencapai 17,6%. Beberapa faktor yang menjadi indikasi tindakan SC antara lain ketuban pecah dini (5,6%), partus lama (4,3%), posisi janin melintang atau sungsang (3,1%), lilitan tali pusat (2,9%), hipertensi (2,7%), perdarahan (2,4%), plasenta tertinggal (0,8%), plasenta previa (0,7%), serta eklamsia (0,2%) (Kemenkes RI, 2022 dalam Ellyn & Hermawati, 2023).

Angka Kematian Ibu (AKI) merupakan salah satu indikator utama dalam menilai derajat kesehatan masyarakat. Secara global, AKI tercatat sebesar 211 per 100.000 kelahiran hidup berdasarkan laporan *World Health Organization* tahun 2025. Selain kematian, persalinan juga berdampak pada berbagai masalah kesehatan jangka panjang. Setiap tahunnya, sekitar 40 juta perempuan diperkirakan mengalami gangguan kesehatan pasca persalinan yang dapat berlangsung selama berbulan-bulan hingga bertahun-tahun. Temuan yang dipublikasikan dalam *The Lancet Global Health* menunjukkan bahwa lebih dari sepertiga perempuan pasca persalinan mengalami kondisi

pascanatal, seperti nyeri punggung bawah, inkontinensia anus dan urin, gangguan kecemasan, depresi, nyeri perineum, ketakutan melahirkan (*tokophobia*), serta infertilitas sekunder (World Health Organization, 2023).

Di Indonesia, data Kementerian Kesehatan Republik Indonesia menunjukkan bahwa jumlah kematian ibu nifas pasca SC pada tahun 2023 mencapai 7.389 kasus, mengalami peningkatan dibandingkan tahun 2020 yang tercatat sebanyak 4.627 kematian (Kemenkes RI, 2023). Pada tahun 2022, Provinsi Jawa Barat tercatat sebagai daerah dengan jumlah kasus kematian ibu nifas pasca SC tertinggi di Indonesia, yaitu sebanyak 678 kasus atau setara dengan 81,67 per 100.000 kelahiran hidup (DinKes Provinsi Jawa Barat, 2023).

Menurut World Health Organization (WHO), angka persalinan melalui SC pada tahun 2020 berkisar antara 5–15% dari setiap 1.000 kelahiran di dunia. Sementara itu, data Kementerian Kesehatan Republik Indonesia tahun 2020 menunjukkan bahwa sebanyak 927.000 dari total 5.017.552 persalinan dilakukan dengan metode SC. Provinsi Jawa Barat tercatat sebagai wilayah dengan jumlah ibu nifas pasca sectio caesarea tertinggi, yaitu mencapai 217.040 kasus (Kemenkes RI, 2020 dalam Hazaini et al, 2022). Selain itu, data dari RSUD Welas Asih pada tahun 2023 menunjukkan terdapat 1.456 ibu post partum yang menjalani persalinan melalui tindakan *sectio caesarea*.

Salah satu bentuk persalinan yang berisiko menimbulkan masalah pasca persalinan adalah persalinan dengan tindakan *section caesarea*. Ibu *post partum* dengan *section caesarea* umumnya mengalami nyeri yang lebih kompleks, baik akibat luka pembedahan maupun kontraksi uterus yang terjadi

setelah melahirkan. Kontraksi uterus pasca persalinan atau *afterpains* merupakan proses fisiologis yang bertujuan untuk involusi uterus, namun sering kali menimbulkan nyeri seperti mulas yang dapat berlangsung selama 2–4 hari setelah melahirkan dan mengganggu kenyamanan ibu (Rahayu, 2021).

Nyeri yang dialami ibu setelah menjalani SC tidak hanya menimbulkan ketidaknyamanan secara fisik, tetapi juga dapat memengaruhi kondisi psikologis, menghambat mobilisasi dini, mengganggu proses menyusui, serta memperlambat proses pemulihan. Oleh karena itu, pengelolaan nyeri pascapersalinan menjadi salah satu aspek penting dalam pemberian asuhan keperawatan maternitas. Penatalaksanaan nyeri tidak hanya bertujuan untuk menurunkan intensitas nyeri yang dirasakan, tetapi juga membantu ibu meningkatkan kemampuan dalam mengendalikan dan mengatasi nyeri secara efektif sehingga proses pemulihan dapat berlangsung lebih optimal.

Selain nyeri selama proses persalinan, ibu nifas juga sering mengalami nyeri setelah melahirkan. Nyeri tersebut disebabkan oleh proses kontraksi dan relaksasi uterus yang berlangsung secara berulang. Salah satu perubahan fisiologis pasca persalinan adalah terjadinya kontraksi uterus yang bersifat normal, namun dapat menimbulkan rasa nyeri dan mengganggu kenyamanan ibu selama masa nifas. Nyeri pasca persalinan atau *afterpains* biasanya dirasakan seperti kram atau mulas dan dapat berlangsung selama 2 hingga 4 hari setelah melahirkan akibat kontraksi uterus. Oleh karena itu, penatalaksanaan nyeri postnatal menjadi aspek penting yang perlu diperhatikan oleh tenaga kesehatan dalam pemberian asuhan. Tidak hanya intensitas nyeri

yang perlu dipertimbangkan, tetapi juga sejauh mana kebutuhan dan harapan ibu dalam mengatasi nyeri tersebut dapat terpenuhi. Berbagai metode dapat digunakan untuk mengurangi nyeri, baik melalui pendekatan farmakologis maupun nonfarmakologis (Rahayu, 2021).

Pendekatan nonfarmakologis dapat memberikan efek relaksasi pada pasien serta membantu mengurangi ketegangan otot dan emosional, sehingga berperan dalam menurunkan intensitas nyeri persalinan. Selain itu, metode ini juga dapat meningkatkan kepuasan ibu selama persalinan karena memungkinkan ibu memiliki kontrol terhadap respons fisik dan psikologisnya. Berbagai teknik nonfarmakologis yang dapat diterapkan meliputi relaksasi, teknik pernapasan, mobilisasi dan perubahan posisi, pijat, hidroterapi, terapi panas dan dingin, terapi musik, *guided imagery*, akupresur, *massage effleurage*, serta aromaterapi. Penerapan teknik-teknik tersebut dapat meningkatkan kenyamanan ibu selama persalinan dan mendukung terbentuknya mekanisme koping yang efektif terhadap pengalaman persalinan (Thomson et al., 2019).

Salah satu metode nonfarmakologis yang banyak digunakan untuk membantu mengurangi nyeri setelah persalinan adalah teknik pijat. Salah satu teknik yang sering diterapkan ialah *massage effleurage*, yaitu pijatan berupa gerakan mengusap secara lembut menggunakan seluruh permukaan telapak tangan pada area tubuh tertentu. Teknik ini bertujuan untuk meningkatkan sirkulasi darah, memberikan rasa hangat pada otot, terutama di area abdomen, serta menciptakan efek relaksasi baik secara fisik maupun psikologis. *Massage*

effleurage merupakan metode yang aman, sederhana, mudah dipraktikkan, tidak memerlukan biaya yang besar, dan tidak menimbulkan efek samping sehingga dapat dilakukan secara mandiri maupun dengan bantuan orang lain. Secara fisiologis, teknik ini bekerja berdasarkan teori *Gate Control*, yaitu dengan memberikan stimulasi pada serabut saraf tertentu yang dapat menghambat penghantaran impuls nyeri menuju sistem saraf pusat, sehingga persepsi nyeri yang dirasakan ibu menjadi berkurang (Ashar et al., 2019).

Teknik *massage effleurage* diketahui mampu menurunkan ketegangan serta meningkatkan relaksasi fisik dan emosional melalui penurunan tingkat kecemasan pada ibu. Berkurangnya kecemasan diharapkan dapat mendukung kelancaran proses persalinan serta meminimalkan terjadinya komplikasi selama persalinan (Othin et al., 2020). Selain bermanfaat pada masa persalinan, *massage effleurage* juga berperan dalam membantu pencegahan gangguan psikologis pasca persalinan, seperti *postpartum blues*. Berbagai penelitian menunjukkan bahwa teknik *effleurage* efektif dalam membantu tubuh mencapai kondisi relaksasi yang optimal (Melvariza et al., 2022).

Berbagai penelitian menunjukkan bahwa *massage effleurage* memiliki pengaruh signifikan dalam menurunkan intensitas nyeri pada persalinan fisiologis. Studi yang dilakukan oleh Maulana et al (2024), Mayang et al (2021), Karlinah & Hakameri (2022), Hapsari et al (2021), serta Herlina & Handayani (2023), melaporkan adanya penurunan intensitas nyeri persalinan setelah pemberian *massage effleurage*. Temuan serupa juga dikemukakan oleh Prasetyanti (2023), yang menyatakan bahwa *massage effleurage* efektif dalam

mengurangi nyeri persalinan. Hasil tersebut memperkuat bahwa terapi *massage effleurage* sebagai intervensi nonfarmakologis berperan dalam menurunkan intensitas nyeri pada ibu bersalin.

Selain *massage effleurage*, teknik relaksasi juga merupakan salah satu intervensi nonfarmakologis yang dapat diterapkan dalam manajemen nyeri. Di antara berbagai metode relaksasi, teknik relaksasi napas dalam terbukti efektif membantu menurunkan intensitas nyeri. Teknik ini menjadi salah satu intervensi keperawatan yang banyak digunakan karena berfokus pada pengendalian nyeri secara efektif dan efisien, sekaligus membantu ibu merasa lebih rileks selama proses pemulihan (Amita & Yulendasari, 2018). Secara fisiologis, relaksasi napas dalam bekerja dengan meningkatkan oksigenasi jaringan, menurunkan aktivitas sistem saraf simpatis, serta merangsang aktivasi sistem parasimpatis yang berperan dalam menurunkan ketegangan otot dan respons stres. Kondisi ini dapat menurunkan persepsi nyeri melalui peningkatan pelepasan endorfin sebagai analgesik alami tubuh (Smeltzer & Bare, 2019 dalam Sari, 2023).

Penelitian oleh Sari (2022), menyatakan bahwa teknik relaksasi napas dalam secara signifikan menurunkan intensitas nyeri pasca operasi *caesarea* serta meningkatkan kenyamanan ibu selama masa nifas. Temuan serupa juga dilaporkan oleh Wulandari et al (2021), yang menyimpulkan bahwa relaksasi napas dalam efektif dalam menurunkan nyeri, kecemasan, serta mempercepat proses pemulihan pada ibu *post partum* dengan tindakan *section caesarea*.

Berdasarkan teori dan hasil penelitian tersebut, kombinasi *massage effleurage* dan teknik relaksasi napas dalam dinilai saling melengkapi dalam manajemen nyeri. *Massage effleurage* memberikan stimulasi sentuhan yang menenangkan dan meningkatkan relaksasi fisik, sedangkan relaksasi napas dalam membantu mengontrol respons nyeri secara fisiologis dan psikologis. Oleh karena itu, kombinasi kedua intervensi ini berpotensi memberikan efek yang lebih optimal dalam menurunkan nyeri kontraksi uterus pada ibu *post SC*.

Berdasarkan fenomena yang ada, peneliti tertarik untuk mengimplementasikan kombinasi *massage effleurage* dan teknik relaksasi napas sebagai upaya menurunkan nyeri kontraksi uterus pada ibu *post partum* dengan tindakan *section caesarea* di Ruang Siti Khodijah RSUD Welas Asih.

B. Rumusan Masalah

Berdasarkan uraian latar belakang, rumusan masalah dalam penelitian ini adalah "Apakah ada pengaruh dari penerapan kombinasi *massage effleurage* dan relaksasi nafas untuk mengurangi tingkat nyeri kontraksi uterus terhadap ibu *post partum* dengan *section caesarea* di ruang Siti Khodijah RSUD Welas Asih?".

C. Tujuan Penelitian

1. Tujuan Umum

Memberikan gambaran penerapan kombinasi *massage effleurage* dan relaksasi nafas untuk mengurangi tingkat nyeri kontraksi uterus terhadap ibu *post partum* dengan *section caesarea* di ruang Siti Khodijah RSUD Welas Asih.

2. Tujuan Khusus

- a. Untuk menggambarkan tahapan asuhan keperawatan ibu *post partum* SC yang dilakukan tindakan *massage effleurage* dan relaksasi nafas dalam.
- b. Untuk menggambarkan pelaksanaan tindakan pemberian *massage effleurage* dan relaksasi nafas dalam.
- c. Untuk menggambarkan respon atau perubahan pada pasien ibu *post partum* SC yang dilakukan tindakan *massage effleurage* dan relaksasi nafas dalam.
- d. Untuk menganalisis kesenjangan pada kedua pasien ibu *post partum* SC yang dilakukan tindakan *massage effleurage* dan relaksasi nafas dalam.

D. Manfaat Penelitian

1. Manfaat Teoritis

Dengan dilakukannya penelitian ini diharapkan dapat memberikan pemahaman mendalam mengenai penerapan kombinasi *massage effleurage* dan relaksasi nafas untuk mengurangi tingkat nyeri kontraksi uterus terhadap ibu *post partum* dengan *section caesarea* di ruang Siti Khodijah RSUD Welas Asih.

2. Manfaat Praktis

a. Bagi Pasien dan Keluarga

Hasil penelitian ini diharapkan dapat menjadi sumber edukasi dan motivasi bagi pasien serta keluarga, khususnya dalam penerapan kombinasi *massage effleurage* dan teknik relaksasi napas sebagai upaya

mengurangi nyeri kontraksi uterus pada ibu *post partum* dengan tindakan *section caesarea* di RSUD Welas Asih.

b. Bagi Rumah Sakit

Hasil penelitian ini diharapkan dapat memberikan kontribusi bagi rumah sakit sebagai dasar pertimbangan dalam meningkatkan kualitas pelayanan keperawatan, khususnya pada ibu *post partum* dengan tindakan *section caesarea*. Kombinasi *massage effleurage* dan teknik relaksasi napas dapat dimanfaatkan sebagai intervensi nonfarmakologis tambahan dalam penatalaksanaan nyeri, sehingga mampu meningkatkan kenyamanan dan kepuasan pasien, serta menunjang terwujudnya pelayanan kesehatan yang komprehensif dan berfokus pada keselamatan pasien di RSUD Welas Asih.

c. Bagi Instansi Pendidikan

Hasil penelitian ini diharapkan dapat menjadi bahan referensi bagi instansi pendidikan dalam mendukung pembelajaran dan pengembangan ilmu keperawatan, khususnya terkait penerapan intervensi nonfarmakologis dalam manajemen nyeri pada ibu *post partum* dengan *section caesarea*.