

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Persalinan merupakan proses membuka dan menipisnya serviks serta turunnya janin ke jalan lahir yang dikenal sebagai persalinan. Persalinan dimulai dengan kontraksi uterus yang mengakibatkan pelebaran dan penipisan serviks, dan diakhiri dengan lahirnya bayi, diikuti dengan keluarnya plasenta sepenuhnya. Proses pada saat persalinan identik dengan adanya rasa nyeri yang akan dialami. Secara fisiologis terjadinya nyeri karena otot-otot rahim berkontraksi untuk membuka serviks dan mendorong kepala bayi ke arah panggul. Nyeri yang dirasakan pada kala I merupakan proses fisiologis yang dimana disebabkan oleh dilatasi serviks, hipoksia otot uterus saat kontraksi, iskemi korpus uteri, peregangan segmen bawah rahim, dan kompresi saraf serviks (Z. M. Sari et al., 2021).

Secara fisiologis nyeri persalinan muncul, pada fase laten dan fase aktif persalinan kala I, pada fase aktif puncak nyeri muncul pada titik permukaan 10 cm, dan kontraksi akan menjadi lebih fleksibel, lebih lama, dan lebih kuat, sehingga membuat nyeri yang dirasakan ibu semakin bertambah. Jika rasa nyeri ini tidak ditangani dengan baik maka akan menimbulkan ketakutan, rasa tegang kepanikan serta menjadi sumber stress pada ibu bersalin. Stress dapat menyebabkan hormon seperti kortisol dan adrenalin keluar secara berlebihan yang menyebabkan uterus menjadi tegang, akibatnya aliran darah dan oksigen ke otot uterus berkurang karena arteri mengecil dan menyempit yang menyebabkan nyeri dan mengurangi pasokan oksigen ke janin (Astuti & Marsita, 2023).

Di Indonesia sendiri pada tahun 2020 jumlah ibu bersalin yaitu sebesar 89,8% (Profil Kesehatan Indonesia, 2020). Menurut *World Health Organization (WHO)* sebagian besar 90% dari ibu bersalin yang menjalani persalinan disertai rasa nyeri. Di Belanda dilaporkan sebanyak 54,6% ibu yang melahirkan kehilangan kemampuan untuk mengendalikan rasa nyeri selama persalinan. Sebuah studi yang dilakukan di swedia juga menunjukkan sebanyak 41% ibu melahirkan menganggap nyeri persalinan sebagai pengalaman terburuk. Di Indonesia kejadian nyeri persalinan pada 2.700 ibu bersalin 15% mengalami nyeri ringan, 35% dengan nyeri sedang, 30% dengan nyeri hebat dan 20% dengan nyeri sangat berat (Ratna & Ernawati, 2022). Sedangkan untuk di Bali pada tahun 2022 jumlah ibu bersalin sebesar 88,87% dengan jumlah ibu bersalin tertinggi yaitu pada kabupaten kota Denpasar (Profil Kesehatan Bali, 2022) dengan kejadian nyeri bersalin 63,3% mengalami nyeri sedang dan 36,7% mengalami nyeri berat.

Nyeri saat persalinan adalah masalah yang umum dan paling sering dialami ibu saat bersalin. Jika masalah nyeri tidak diatasi maka itu akan menyebabkan ibu merasa takut, stres yang pada akhirnya akan meningkatkan tingkat nyeri yang dirasakan, cemas dan tekanan psikologis sehingga dapat mempengaruhi keadaan fisik ibu bersalin seperti peningkatan tekanan darah, frekuensi napas dan denyut jantung selama persalinan. Kelelahan yang dialami ibu selama persalinan dapat menyebabkan partus yang lama, yang dapat membahayakan janin dan ibu (Setyowati et al., 2020).

Nyeri persalinan dapat dikendalikan dengan dua metode yaitu secara farmakologis dan non farmakologis. Metode penghilang rasa nyeri secara farmakologis yaitu dengan menggunakan obat-obatan kimiawi, sedangkan metode

non farmakologis yaitu dengan melakukan teknik relaksasi alami seperti relaksasi napas dalam. Teknik relaksasi napas dalam dilakukan dengan mengajarkan klien teknik menarik napas dengan benar, menarik napas dan menghembuskan napas untuk melepaskan rasa nyeri yang dirasakan. Dengan menarik napas dalam pada saat adanya kontraksi dengan menggunakan pernapasan dada melalui hidung akan mengalirkan oksigen ke darah, selanjutnya oksigen dialirkan ke seluruh tubuh yang akan menghasilkan hormon endorphen yang berfungsi sebagai penghilang rasa sakit yang alami di dalam tubuh. Relaksasi yang efektif secara psikologis dapat menghasilkan perasaan yang sehat, tenang, dan damai serta dapat mengurangi ketegangan otot dan kecemasan mencegah peningkatan intensitas nyeri (Safitri, J.Sunarsih, et al., 2020)

Dalam mengimplementasikan relaksasi napas dalam pada ibu, yang pertama perlu dilakukan yaitu pengkajian yang mencakup keluhan nyeri, ekspresi wajah meringis, berposisi meringankan nyeri, uterus teraba membulat, frekuensi nadi meningkat dan ketegangan otot meningkat. Berdasarkan dari hasil pengkajian yang telah dilakukan maka dapat dirumuskan diagnosis keperawatan yang mencakup mengeluh nyeri, perinium yang terasa tertekan, ekspresi wajah meringis, uterus teraba membulat, frekuensi nadi meningkat, tekanan darah meningkat, dan ketegangan otot meningkat. Pada tahap selanjutnya yaitu intervensi, terapi relaksasi yang dimana dalam konteks ini pendekatan yang dilakukan yaitu melibatkan observasi identifikasi penurunan tingkat energi ketidakmampuan berkonsentrasi atau gejala lain yang mengganggu, terapeutik menciptakan lingkungan tenang dan tanpa gangguan dengan pencahayaan dan suhu ruang nyaman, jika memungkinkan, dan edukasi yaitu mendemonstrasikan dan melatih teknik relaksasi napas dalam.

Pada tahap terakhir yaitu evaluasi, yang mencakup keluhan nyeri menurun, meringis menurun, sikap protektif menurun, gelisah menurun, frekuensi nadi membaik, dan pola napas membaik. Hasil evaluasi ini memberikan pandangan mengenai sejauh mana teknik relaksasi napas dalam telah mencapai tujuan. Dimana relaksasi napas dalam merupakan pernapasan pada abdomen dengan frekuensi yang lambat serta perlahan, berirama dan nyaman dengan memejamkan mata saat menarik napas. Ini juga dapat membantu supaya menjadi lebih tenang, lebih mudah mengatur napas sehingga mampu beradaptasi dengan nyeri dan merasa lebih tenang (Novita et al., 2019).

Berdasarkan penelitian yang dilakukan oleh (Djafar et al., 2023) mengungkapkan hasil bahwa sebelum dilakukan perlakuan teknik relaksasi napas dalam pada kelompok intervensi rata-rata intensitas nyeri persalinan pada ibu bersalin adalah 3,27 sedangkan pada kelompok kontrol 2,67. Setelah dilakukan perlakuan teknik relaksasi napas dalam pada kelompok intervensi rata-rata intensitas nyeri pada ibu bersalin 2,00 sedangkan pada kelompok kontrol 2,80. Hasil yang didapatkan oleh peneliti bahwa terdapat pengaruh pemberian teknik relaksasi napas dalam pada ibu inpartu kala I, sedangkan pada kelompok kontrol tidak terdapat pengaruh teknik relaksasi napas dalam terhadap respon nyeri pada ibu inpartu kala I.

B. Rumusan Masalah

Berdasarkan latar belakang yang diuraikan di atas maka rumuskan masalah dari penelitian ini yaitu “Bagaimanakah Implementasi Teknik Relaksasi Napas Dalam Pada Ibu Kala I Dengan Nyeri Melahirkan Di Praktik Bidan Mandiri”?

C. Tujuan Studi Kasus

1. Tujuan umum

Tujuan umum dari penulisan studi kasus ini adalah untuk mengetahui pemberian teknik relaksasi napas dalam pada ibu kala I dengan nyeri melahirkan.

2. Tujuan khusus

Adapun tujuan khusus dari penyusunan studi kasus ini adalah sebagai berikut:

- a. Melakukan pengkajian keperawatan pada pasien dengan pemberian teknik relaksasi napas dalam pada ibu kala I dengan nyeri melahirkan.
- b. Merumuskan diagnosis keperawatan pada pasien dengan pemberian teknik relaksasi napas dalam pada ibu kala I dengan nyeri melahirkan.
- c. Menyusun rencana keperawatan pada pasien dengan pemberian teknik relaksasi napas dalam pada ibu kala I dengan nyeri melahirkan.
- d. Melakukan implementasi keperawatan pada pasien dengan pemberian teknik relaksasi napas dalam pada ibu kala I dengan nyeri melahirkan.
- e. Melakukan evaluasi keperawatan pada pasien dengan pemberian teknik relaksasi napas dalam pada ibu kala I dengan nyeri melahirkan.

D. Manfaat Studi Kasus

1. Manfaat teoritis

- a. Bagi Ilmu Pengetahuan

Manfaat secara teoritis dari penulisan studi kasus ini, diharapkan dapat memberikan manfaat untuk pengembangan ilmu dan teknologi keperawatan khususnya maternitas, yaitu mengenai implementasi teknik relaksasi napas dalam pada ibu kala I dengan nyeri melahirkan.

b. Bagi Peneliti Selanjutnya

Hasil penulisan ini juga diharapkan sebagai referensi penulis selanjutnya dalam melakukan pengembangan mengenai teknik relaksasi napas dalam pada ibu kala I dengan nyeri melahirkan.

2. Manfaat praktis

a. Bagi Klien

Hasil penulisan studi kasus ini dapat memberikan pengetahuan tambahan keada pasien maupun keluarga pasien sehingga dapat menerapkannya nanti di rumah masing-masing.

b. Bagi Tenaga Kesehatan

Hasil penelitian studi kasus ini dapat menjadi acuan bagi tenaga kesehatan untuk memberikan pelayanan dan menambah keterampilan tindakan keperawatan mandiri dalam melakukan teknik relaksasi napas dalam pada ibu kala I dengan nyeri melahirkan.