

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Seksio sesarea merupakan proses pembedahan untuk melahirkan janin melalui irisan pada dinding perut dan rahim. Seksio sesarea dilakukan atas dasar indikasi medis, seperti placenta previa, presentasi abnormal pada janin, serta indikasi lain yang dapat membahayakan nyawa Ibu dan janin, Fatimah & Oktaviana (2024).

Terdapat dua prosedur persalinan yaitu persalinan normal pervaginam dan melalui operasi bedah (seksio sesarea). Jika rahim tetap dalam keadaan sempurna serta berat badan janin ≥ 500 gram, seksio sesarea merupakan operasi mengeluarkan bayi melalui insisi pada abdomen dan dinding Rahim. Seksio sesarea adalah tindakan pengeluaran bayi dengan cara pembedahan laparotomy atau hysterotomy. Metode seksio sesarea telah muncul sebagai pilihan alternatif bagi beberapa wanita yang menjalani proses persalinan dan melahirkan karena persalinan normal telah dianggap sebagai metode persalinan yang berisiko dan sulit dalam beberapa tahun terakhir, Mardiana (2023).

Menurut data *World Health Organization* (WHO, 2023) standar operasi sesarea di banyak negara sekitar 10-15% per kelahiran. Berdasarkan data penelitian WHO pada tahun 2021, jumlah operasi seksio sesarea meningkat di seluruh dunia, hingga lebih dari 1 dalam 5 persalinan (21%), dan diperkirakan akan terus meningkat selama sepuluh tahun ke depan. Pada tahun 2030, hampir sepertiga (29%) dari seluruh kelahiran kemungkinan akan dilakukan melalui

operasi seksio sesarea terus meningkat secara global, Fatimah & Oktaviana (2024).

Berdasarkan data dari Survei Kesehatan Indonesia (SKI) pada tahun 2023, prevalensi operasi caesar sebesar 25,9%. Angka ini menunjukkan peningkatan dari data SKI tahun 2018 yang menyatakan prevalensi operasi caesar sebesar 17,6%. Sedangkan data Riskesdas tahun 2021, jumlah persalinan dengan metode seksio sesarea di Indonesia sebesar 17,6%. Indikasi dilakukannya persalinan secara seksio sesarea disebabkan oleh beberapa komplikasi dengan persentase sebesar 23,2% dengan posisi janin melintang/sungsang (3,1%), perdarahan (2,4%), eklamsi (0,2%), ketuban pecah dini (5,6%), partus lama (4,3%), lilitan tali pusat (2,9%), plasenta previa (0,7%), plasenta tertinggal (0,8%), hipertensi (2,7%), dan lainnya (4,6%), Mustafa, Ayu Resky Mustafa & Wahyuni (2025).

Persalinan seksio sesarea masih menjadi pilihan signifikan bagi Ibu di Indonesia (Survei Kesehatan Indonesia, 2023). Riwayat kelahiran dengan seksio sesarea di Provinsi Bali mencapai angka 55,2 % dari total kelahiran pada tahun 2023, Dinas Kesehatan Provinsi Bali (2024).

Nyeri yang dialami oleh ibu post SC perlu diatasi agar tidak menyebabkan dampak dan menimbulkan masalah kesehatan lainnya, perawat perlu melakukan pengkajian terkait dampak nyeri yang ditimbulkan seperti pengaruh nyeri terhadap pola tidur, pola makan, energi, kemampuan dalam melakukan aktivitas keseharian.⁶ Strategi penatalaksanaan nyeri dapat dilakukan secara farmakologis dan non farmakologis, Intervensi tersebut bertujuan untuk menghindari adanya rasa nyeri yang lebih parah. Keberhasilan

intervensi akan terlihat jika dilakukan secara simultan dan menggabungkan antara pemberian terapi farmakologi seperti pemberian analgesik serta terapi non farmakologi seperti guide imagery, yoga hingga relaksasi nafas. Hal ini juga dipengaruhi dari adanya keyakinan, ansietas, koping keluarga, kelelahan dan pengalamanan sebelumnya, Rizki dkk (2024).

Perawat sebagai care provider perlu melakukan asuhan keperawatan secara komperhensif yang dimulai dari proses pengkajian hingga evaluasi. Perawat juga perlu memberikan pelayanan secara promotif, preventif, kuratif dan rehabilitatif. Pemberian upaya promotif yang dapat dilakukan oleh perawat adalah dengan memberikan informasi terkait cara penanganan terhadap nyeri yang dirasakan serta membantu ibu mengelola manajemen nyeri. Upaya preventif dilakukan dengan mencegah dampak negatif yang timbul jika ibu tidak mampu menangani nyeri, sedangkan upaya kuratif dilakukan dengan melakukan kolaborasi pemberian terapi farmakologis untuk atasi nyeri. Upaya rehabilitatif yang dapat dilakukan dengan membantu ibu memposisikan nyaman pada saat menyusui, serta metoleransi nyeri agar ibu dapat beradaptasi serta merespon nyeri dengan lebih baik. Rizki dkk (2024).

Asuhan keperawatan menjadi penting dalam memberikan pendekatan yang holistik terhadap pasien, yang meliputi pengkajian, diagnosis, perencanaan, implementasi, dan evaluasi perawatan. Nyeri akut, sebagai fokus perhatian, memerlukan pemahaman mendalam tentang sifat, penyebab, pengukuran, dan manajemen nyeri. Perawat harus mampu mengidentifikasi, mengevaluasi, dan mengelola nyeri pasien dengan berbagai strategi intervensi, baik farmakologi maupun non-farmakologi.

Pasien yang telah menjalani prosedur seksio sesarea membutuhkan perhatian khusus, karena mereka dapat mengalami nyeri akut dan perubahan fisiologis pascaoperasi. Dengan memahami teori yang relevan, perawat dapat memberikan asuhan keperawatan yang efektif, memberikan perawatan yang komprehensif dan tepat sesuai dengan kebutuhan pasien pasca seksio sesarea, serta mempromosikan pemulihan yang optimal dan kesejahteraan keseluruhan. Rizki dkk (2024).

Terapi relaksasi Benson adalah relaksasi yang menggabungkan teknik pernapasan dalam dan kata-kata atau ungkapan yang diyakini seseorang dapat menenangkan dan menurunkan beban perasaan yang dirasakan oleh seseorang dan dapat mempengaruhi kesehatannya. Relaksasi Benson dapat juga didefinisikan sebagai suatu bentuk latihan pernapasan yang mensyaratkan keterlibatan keyakinan serta kepercayaan pasien, yang bertujuan untuk menciptakan keadaan rileks dan tenang. Mekanisme kerja relaksasi Benson berlangsung melalui pengalihan fokus pasien dari persepsi nyeri. Penciptaan suasana nyaman dan kondisi tubuh yang rileks akan menstimulasi peningkatan proses analgesia endogen, Sartika & Widiyanti (2025).

Terapi Benson dengan mengaktifkan sistem saraf parasimpatis untuk menurunkan tekanan darah, mengatur detak jantung, melebarkan pembuluh darah, dan memenuhi kebutuhan oksigen, relaksasi menekan respons nyeri "*fight or flight*" dan memicu keadaan relaksasi. Endorfin, neurotransmitter yang mendorong ketenangan, diaktifkan ketika kebutuhan oksigen terpenuhi. Untuk mengurangi rasa sakit setelah operasi seksio sesarea, luangkan 10 – 15 menit untuk melakukan latihan relaksasi Benson. Proses ini melibatkan pengurangan

rasa sakit dan pengulangan frasa seremonial untuk menarik perhatian pada faktor tertentu dengan mengintegrasikan keyakinan pasien, respon relaksasi dapat menciptakan lingkungan internal yang dapat mendukung pasien mencapai tingkat kesehatan dan kesejahteraan yang lebih baik, Sartika & Widiyanti (2025).

Sejumlah penelitian telah menyimpulkan bahwa teknik relaksasi Benson memiliki dampak pada skor nyeri pasien pasca operasi seksio sesarea Wulandari dkk. (2021). Pada penelitian international Fitri dkk. 2020) terdapat perbedaan yang signifikan intensitas nyeri antara sebelum dan menurut relaksasi Benson pada ibu pasca operasi sesarea (*p-value* 0,000) (Choirunissa & 2022) didapatkan hasil bahwa terapi relaksasi Benson dapat menurunkan skala nyeri sedang sebanyak 15 (79%) orang pada kelompok intervensi (79%) dan 18 (94,7%) orang pada kelompok kontrol. Sedangkan skala nyeri setelah teknik relaksasi Benson yang dilakukan ialah nyeri ringan pada 16 orang (84,2%) dan pada penelitian nasional (Febiantri & Machmudah, 2021) didapatkan terapi relaksasi Benson selama 3 hari sekitar 10-15 menit efektif dalam menurunkan nyeri pada klien post persalinan seksio sesarea dari awalnya memiliki nyeri sedang yaitu 4-5 menurun hingga nyeri ringan yaitu 2-3.

Berdasarkan hasil studi pendahuluan di Ruang Dara RSUD Wangaya di dapatkan hasil pada tahun 2024 yaitu sebanyak 312 kasus dan di tahun 2025 sebanyak 602 kasus post seksio sesarea.

Berdasarkan uraian pada latar belakang tersebut, maka penulis tertarik untuk menyusun karya ilmiah akhir ners dengan judul “ Asuhan Keperawatan

Nyeri Akut dengan Terapi Relaksasi Benson pada Ibu Post Seksio Sesarea di Ruang Dara RSUD Wangaya “.

B. Rumusan Masalah

Berdasarkan uraian pada latar belakang tersebut, dapat di rumuskan masalah yaitu bagaimanakah Asuhan Keperawatan Nyeri Akut dengan Terapi Relaksasi Benson pada Ibu Post Seksio Sesarea di Ruang Dara RSUD Wangaya ?

C. Tujuan Penelitian

1. Tujuan umum

Penelitian karya ilmiah akhir ners ini bertujuan untuk mengetahui “Asuhan Keperawatan Nyeri Akut dengan Terapi Relaksasi Benson pada Ibu Post Seksio Sesarea di Ruang Dara RSUD Wangaya”.

2. Tujuan khusus

Tujuan dari penelitian karya ilmiah akhir ners ini secara khusus yang ingin dicapai adalah peneliti mampu :

- a. Melakukan pengkajian keperawatan nyeri akut pada Ibu post seksio sesarea di Ruang Dara RSUD Wangaya.
- b. Merumuskan diagnosis keperawatan nyeri akut pada Ibu post seksio Sesarea di Ruang Dara RSUD Wangaya.
- c. Menyusun perencanaan keperawatan nyeri akut dengan terapi relaksasi Benson pada Ibu post seksio sesarea di Ruang Dara RSUD Wangaya.
- d. Melaksanakan implementasi keperawatan nyeri akut dengan terapi relaksasi Benson pada Ibu post seksio sesarea di Ruang Dara RSUD Wangaya.

- e. Melaksanakan evaluasi keperawatan nyeri akut dengan terapi relaksasi Benson pada Ibu post seksio sesarea di Ruang Dara RSUD Wangaya
- f. Menganalisis pemberian terapi inovasi relaksasi Benson pada Ibu post seksio sesarea di Ruang Dara RSUD Wangaya

D. Manfaat Penulisan

1. Manfaat teoritis

- a. Manfaat bagi keilmuan

Dapat digunakan sebagai masukan dalam pengembangan ilmu keperawatan tentang pemberian terapi relaksasi Benson pada Ibu post seksio sesarea untuk mengatasi masalah nyeri.

- b. Manfaat bagi penelitian

Dapat menjadi bahan atau mengembangkan ilmu pengetahuan keperawatan khususnya dalam pemberian terapi relaksasi Benson pada Ibu post seksio sesarea untuk mengatasi masalah nyeri.

2. Manfaat praktis

- a. Manfaat bagi praktisi keperawatan

Hasil penelitian karya ilmiah akhir ners ini diharapkan dapat menjadi bahan masukan, pengalaman dan kemampuan dalam menganalisa 5 proses keperawatan terkait pemberian terapi relaksasi Benson pada Ibu post seksio sesarea.

- b. Manfaat bagi pengelola pelayanan keperawatan

Sebagai bahan masukan untuk membuat kebijaksanaan penerapan standar operasional prosedur terapi relaksasi Benson dalam memberikan asuhan keperawatan maternitas pada Ibu post seksio sesarea.

E. Metode Penyusunan Karya Ilmiah

Jenis penelitian ini menggunakan metode pendekatan deskriptif dengan penelitian studi kasus. Pendekatan yang digunakan adalah asuhan keperawatan yang meliputi pengkajian, diagnosa keperawatan, perencanaan, implementasi dan evaluasi. Proses penyusunan karya ilmiah akhir ners dari studi literatur melibatkan beberapa tahapan, dimulai dari identifikasi topik, pencarian literatur yang relevan, analisis dan penyusunan laporan yang sistematis serta pengurusan ijin (PP.06.02/F.XXIV.13/0977/2026) di RSUD Wangaya. Kemudian mengumpulkan data pasien, melakukan pemeriksaan fisik, melakukan studi dokumentasi data pasien dan konsultasi dengan ibu kepala ruangan atau *Clinical Instructor (CI)* dan *Clinical Teacher (CT)* sehingga laporan KIAN dapat disajikan dan dapat diajukan untuk di presentasikan di hadapan penguji.