

BAB I

PENDAHULUAN

1.1 Latar Belakang

Persalinan merupakan bagian penting dalam siklus kehidupan seorang ibu, yang secara umum terbagi menjadi dua metode, yaitu persalinan pervaginam (alami) dan persalinan melalui tindakan bedah yang dikenal sebagai *sectio caesarea* (SC). *Sectio caesarea* adalah prosedur pembedahan untuk melahirkan janin melalui sayatan pada dinding perut (*laparotomi*) dan dinding rahim (*histerotomi*) (F. Pratiwi et al., 2023).

Metode persalinan SC umumnya dilakukan atas indikasi medis tertentu, terutama dalam situasi darurat yang dapat membahayakan ibu maupun janin. Beberapa kondisi tersebut meliputi plasenta previa, presentasi janin yang abnormal, solusio plasenta, serta adanya tanda-tanda gawat janin. Indikasi lainnya termasuk kontraktur panggul, riwayat SC sebelumnya, ketidakseimbangan ukuran kepala janin dengan panggul ibu, letak janin sungsang, eklamsia, perdarahan hebat, partus lama, dan janin makrosomia. Meskipun pada awalnya SC dilakukan atas dasar pertimbangan medis, dalam beberapa kasus prosedur ini juga dapat dilakukan atas permintaan ibu dengan alasan dan pertimbangan tertentu (Siagian et al., 2023).

Menurut data dari *World Health Organization* (WHO, 2021), persalinan melalui operasi *caesarea* terus mengalami peningkatan secara global. Saat ini, lebih dari satu dari lima persalinan (21%) dilakukan melalui prosedur ini. Angka tersebut diperkirakan akan meningkat secara signifikan dalam beberapa dekade mendatang, dan hampir sepertiga (29%) dari seluruh kelahiran

diproyeksikan akan dilakukan melalui operasi *caesarea* pada tahun 2030. Peningkatan ini menunjukkan tren global yang signifikan terhadap pemilihan metode SC dibandingkan persalinan pervaginam.

Di Indonesia, tren peningkatan persalinan melalui operasi *caesarea* juga terlihat jelas. Berdasarkan data Survei Kesehatan Indonesia (SKI) tahun 2023, sebanyak 28,4% persalinan di wilayah perkotaan dilakukan melalui operasi *caesarea*, sedangkan di pedesaan sebesar 17,5%. Angka ini mencerminkan adanya perbedaan yang cukup besar antara daerah kota dan desa, baik dari segi akses layanan kesehatan maupun pilihan metode persalinan. Daerah Khusus Ibukota (DKI) Jakarta tercatat sebagai provinsi dengan persentase persalinan caesar tertinggi, yaitu sebesar 32,1%. Sementara itu, Provinsi Jawa Barat berada pada posisi menengah dengan angka sebesar 24,3%, yang masih berada di atas rata-rata nasional namun lebih rendah dibandingkan DKI Jakarta (SKI, 2023).

Menurut open data Jawa Barat tahun 2023, jumlah persalinan tertinggi di tingkat kabupaten terjadi di Kabupaten Bogor, dengan total 117.919 kelahiran. Diikuti oleh Kabupaten Bekasi yang mencatat 81.023 kelahiran, dan Kabupaten Bandung dengan 39.141 kelahiran. Sementara itu, di tingkat kota, Kota Depok mencatat jumlah persalinan sebanyak 45.857, diikuti oleh Kota Bekasi dengan 44.758 kelahiran, sedangkan Kabupaten Garut dengan 44.424 orang, dan Kota Bandung yang mencatat 35.024 kelahiran (Dinkes Jawa Barat, 2023).

UOBK dr. Slamet Garut merupakan rumah sakit umum daerah yang menjadi pusat rujukan pelayanan kesehatan di wilayah Kabupaten Garut dan sekitarnya. Rumah sakit ini memiliki fasilitas dan tenaga medis yang cukup lengkap untuk menangani berbagai kasus, termasuk pelayanan kebidanan dan kandungan. Peneliti tertarik melakukan penelitian di UOBK dr. Slamet Garut karena rumah sakit ini menunjukkan angka kejadian persalinan post *sectio caesarea* (SC) yang cukup tinggi dan konsisten dalam beberapa tahun terakhir. Berdasarkan data dari UOBK dr. Slamet Garut, pada tahun 2024 tercatat sebanyak 1.135 kasus persalinan post *sectio caesarea*. Dalam kurun waktu lima tahun terakhir, total kejadian persalinan post *sectio caesarea* mencapai 4.308 kasus.

Tabel 1.1 Kasus Persalinan *Sectio Caesarea* di UOBK dr. Slamet Garut

No	Tahun	Persalinan <i>Sectio caesarea</i>
1	2021	1.211 Orang
2	2022	699 Orang
3	2023	1.263 Orang
4	2024	1.135 Orang
	Jumlah	4.308 Orang

Sumber: Data Rekam Medik UOBK dr Slamet

Berdasarkan data persalinan *sectio caesarea* di UOBK dr. Slamet Garut menunjukkan fluktuasi selama tahun 2021 hingga 2024, dengan total 4.308 kasus. Jumlah kasus menurun dari 1.211 kasus pada 2021 menjadi 699 kasus pada 2022, kemudian meningkat kembali menjadi 1.263 kasus pada 2023, dan sedikit menurun menjadi 1.135 kasus pada 2024. Melihat masih tingginya angka persalinan *sectio caesarea*, peneliti tertarik untuk melakukan penelitian

terkait intervensi keperawatan dalam menangani nyeri post-sectio caesarea di rumah sakit tersebut.

Tabel 1.2 Jumlah Kasus Persalinan *Sectio Caesarea* Berdasarkan Ruangan (Marjan Bawah dan Jade) di UOBK dr. Slamet Garut Tahun 2024

No	Bulan	Marjan Bawah	Jade
1	Januari	94 Orang	39 Orang
2	Februari	52 Orang	35 Orang
3	Maret	50 Orang	35 Orang
4	April	37 Orang	50 Orang
5	Mei	40 Orang	40 Orang
6	Juni	35 Orang	60 Orang
7	Juli	45 Orang	40 Orang
8	Agustus	55 Orang	30 Orang
9	September	48 Orang	50 Orang
10	Oktober	59 Orang	45 Orang
11	November	49 Orang	44 Orang
12	Desember	56 Orang	47 Orang
	Jumlah	620 Orang	515 Orang

Sumber: Data Rekam Medik UOBK dr Slamet Tahun 2024

Berdasarkan data persalinan *sectio caesarea* per ruangan di UOBK dr. Slamet Garut, Ruang Marjan Bawah mencatat 620 kasus dan Ruang Jade 515 kasus. Jumlah tertinggi terjadi di Ruang Marjan Bawah pada bulan Januari dengan 94 kasus, sedangkan jumlah terendah di Ruang Marjan Bawah terjadi pada bulan Juni dengan 35 kasus. Fluktuasi jumlah kasus terjadi di kedua ruangan, namun Ruang Marjan Bawah tetap menjadi ruangan dengan angka tertinggi, sehingga dipilih sebagai lokasi penelitian karena potensi data yang lebih representatif.

Melahirkan melalui proses *sectio caesarea* dapat menimbulkan masalah yang serius. Pasien post *sectio caesarea* akan merasakan nyeri pada daerah insisi akibat dari robeknya jaringan pada dinding perut dan dinding uterus. Komplikasi nyeri jika tidak ditangani segera dapat memengaruhi aspek

psikologis pasien mulai dari kecemasan, takut, perubahan kepribadian, perilaku, serta gangguan tidur. Hal ini juga dapat berdampak terhadap mobilisasi fisik pasien yang menjadi terbatas, bergerak naik turun dari tempat tidur dan mengatur posisi yang nyaman sehingga pasien cenderung untuk berbaring selama menyusui akibat adanya nyeri (Oktapia et al., 2022).

Nyeri dapat ditangani dengan menggunakan manajemen nyeri farmakologi dan nonfarmakologi. Tindakan secara farmakologi dilakukan dengan pemberian analgesik, seperti asam mefenamat, paracetamol, ketorolac injeksi, atau tramadol (Setiarini & Ningrum, 2024). Terapi farmakologi berupa pemberian analgesik dapat menimbulkan efek samping yang dapat membahayakan pasien dalam penggunaan jangka panjang, sedangkan pemberian terapi nonfarmakologi memiliki dampak dan efek samping yang lebih rendah bagi pasien (Devi et al., 2024).

Terapi nonfarmakologi diperlukan untuk menangani nyeri *post sectio caesarea* sebagai upaya dalam mengoptimalkan penurunan nyeri. Tindakan nonfarmakologi dapat dilakukan dengan cara teknik relaksasi, distraksi, pergerakan atau perubahan posisi, akupresur, masase, terapi panas atau dingin, hypnobirthing, musik, dan TENS (*Transcutaneous Electrical Nerve Stimulation*). Salah satu teknik relaksasi yang dapat dilakukan untuk meredakan nyeri adalah dengan teknik relaksasi autogenik. (Idris & Astarani, 2017).

Teknik relaksasi autogenik merupakan teknik relaksasi yang berbasis konsentrasi menggunakan persepsi tubuh yang bermanfaat bagi kesehatan

sehingga memungkinkan tubuh merasakan perubahan pada respons fisiologis tubuh yang bersifat emosional, sensori, dan subjektif, seperti penurunan nyeri post *sectio caesarea* (Ekarini et al., 2018).

Teknik relaksasi autogenik merupakan metode nonfarmakologis yang aman dan efektif digunakan untuk membantu mengurangi nyeri pada pasien pasca-*sectio caesarea* (Permana & Widagdo, 2019). Teknik ini bekerja dengan mengaktifkan sistem saraf parasimpatis yang berfungsi menenangkan tubuh dan menurunkan respons stres. Terapi ini melibatkan latihan pernapasan dalam, fokus pada sensasi tubuh, relaksasi otot secara bertahap, pengulangan autosugesti positif, serta visualisasi suasana yang menenangkan. Selama terapi, bagian tubuh yang difokuskan antara lain otot perut dan punggung bawah untuk membantu mengurangi ketegangan, serta aktivasi korteks sensorik dan motorik di otak yang berperan dalam persepsi nyeri. Teknik ini tergolong aman untuk pasien SC karena tidak melibatkan gerakan fisik yang berisiko terhadap luka operasi, dan jika dilakukan secara rutin, dapat meningkatkan kenyamanan, mempercepat proses pemulihan, serta mengurangi ketergantungan pada analgesik (A. N. Azizah & Setyaki, 2023). Hal ini terbukti dengan penelitian yang dilakukan oleh Andriati et al., (2019) membuktikan bahwa terjadi penurunan skala nyeri pada ibu post *sectio caesarea* sesudah diberikan perlakuan berupa teknik relaksasi autogenik.

Dibandingkan dengan teknik relaksasi lainnya, relaksasi autogenik memiliki beberapa keunggulan. Salah satu kelebihanannya adalah kemudahan dalam pelaksanaan, karena teknik ini dapat dilakukan secara mandiri tanpa

memerlukan alat atau bantuan tenaga profesional secara langsung setelah pasien memahami langkah-langkah dasarnya. Selain itu, relaksasi autogenik menekankan pada keterlibatan aktif pasien melalui autosugesti dan visualisasi, yang tidak hanya membantu menurunkan nyeri tetapi juga meningkatkan kontrol diri dan stabilitas emosi. Berbeda dengan relaksasi otot progresif atau terapi musik yang lebih bersifat pasif atau berfokus pada aspek fisik semata, relaksasi autogenik mengintegrasikan aspek fisik dan psikologis secara menyeluruh. Pendekatan ini menjadikan relaksasi autogenik sebagai metode yang holistik, efektif, dan sangat sesuai untuk kondisi pasien pasca-operasi, termasuk pasca-*sectio caesarea*, yang membutuhkan penanganan nyeri tanpa memperberat kondisi luka atau menimbulkan ketidaknyamanan tambahan (Nurhayati et al., 2018).

Dalam praktiknya, relaksasi autogenik dilakukan dengan durasi 15 menit per sesi, dan diterapkan dua kali sehari, yaitu pada pagi dan malam hari. Rutinitas ini bertujuan untuk memberikan efek optimal dalam mengurangi skala nyeri yang dialami ibu post-*sectio caesarea*. Dengan konsistensi dalam penerapan, pasien dapat mengalami penurunan intensitas nyeri yang signifikan, perbaikan kualitas tidur, serta peningkatan kesejahteraan psikologis. Hal ini menjadikan teknik relaksasi autogenik sebagai salah satu intervensi keperawatan yang efektif dan mudah diterapkan dalam pengelolaan nyeri akut setelah operasi SC (Nurhayati et al., 2018).

Hasil penelitian terkait dengan penerapan relaksasi pada ibu post *sectio caesarea* terhadap skala nyeri yaitu penelitian yang dilakukan oleh Sarwianti

(2018) yang Berjudul Penerapan Teknik Relaksasi Autogenik pada Nyeri Post Sectio Caesarea di RSUD Dr. Adhyatma Semarang, menunjukkan bahwa nyeri post *sectio caesarea* pada pasien sebelum dilakukannya intervensi relaksasi autogenik rata rata mengalami nyeri berat. Nyeri post *sectio caesarea* setelah dilakukan intervensi relaksasi autogenik rata rata mengalami nyeri sedang. Dimana skala nyeri yang terjadi pada pasien I yang berawal skala nyeri 8 (nyeri berat), menjadi skala nyeri 4 (nyeri sedang), dan pasien II yang berawal skala nyeri 7 (nyeri berat) menjadi skala nyeri 4 (nyeri sedang) (Sarwianti 2018).

Hasil penelitian lain terkait dengan penerapan relaksasi pada ibu post *sectio caesarea* terhadap skala nyeri yaitu penelitian yang dilakukan Andriati et al., (2019) yang berjudul Relaksasi Autogenik Untuk Menurunkan Nyeri Saat Perawatan Luka, dalam penelitiannya tentang penurunan skala nyeri pada pasien *sectio caesaria* menggunakan relaksasi autogenik di Rumah Sakit Buah Hati Ciputat menunjukkan hasil dengan uji *Mann-Whitney U*, didapatkan p-value $0,024 < \alpha (0,05)$. Hal ini menunjukkan bahwa ada perbedaan yang signifikan tingkat nyeri pasien post operasi *sectio caesaria* sesudah diberikan terapi relaksasi autogenik (Andriati et al., 2019).

Studi penelitian yang dilakukan oleh Supriyanti & Kustriyani, (2024), dengan judul penelitian “Relaksasi Autogenik Untuk Menurunkan Nyeri Saat Perawatan Luka” menyatakan bahwa Relaksasi autogenik merupakan salah satu teknik relaksasi berupa kemampuan sugesti diri menggunakan kalimat pendek yang memberikan efek kenyamanan fisik maupun psikologis. Relaksasi autogenik merupakan salah satu cara untuk membantu pasien dalam

menurunkan tingkat nyeri akut, ketegangan ataupun stress fisik dan psikologis yang bersifat ringan atau sedang. Relaksasi ini menekankan pada latihan mengatur pikiran, posisi yang rileks dan pola pernafasan yang akan memberikan efek tenang, relaks dan nyaman (Supriyanti & Kustriyani, 2024).

Dalam penerapan teknik relaksasi autogenik, perawat memiliki peran yang sangat penting dalam mendukung proses pemulihan pasien pasca-*sectio caesarea*. Salah satu peran utama perawat adalah memberikan edukasi kesehatan (*health education*) yang jelas dan terstruktur kepada pasien, khususnya mengenai tujuan, manfaat, serta langkah-langkah pelaksanaan teknik relaksasi autogenik. Perawat juga bertugas peran sebagai *Care Giver* dengan memberikan asuhan keperawatan langsung kepada pasien dalam melakukan latihan pernapasan dalam, autosugesti positif, serta visualisasi suasana yang menenangkan. Selain itu, perawat harus memastikan bahwa pasien dapat memahami dan mempraktikkan teknik tersebut secara mandiri di luar waktu terapi. Tidak kalah penting, perawat berperan dalam menciptakan lingkungan perawatan yang tenang, nyaman, dan mendukung psikologis pasien untuk mengurangi kecemasan dan stres pascaoperasi. Melalui peran aktif tersebut, intervensi keperawatan maternitas dapat meningkatkan efektivitas terapi relaksasi autogenik, mempercepat proses penyembuhan, serta mengurangi ketergantungan pasien terhadap obat analgesik (Ramadani & Siregar, 2023).

Berdasarkan hasil wawancara studi pendahuluan pada ibu post SC pada tanggal 8 April 2025 di Ruangan Agate Bawah diperoleh bahwa dari 5 ibu post

SC, 3 orang mengeluh nyeri pada bekas luka post SC dengan skala nyeri 5–7 dan 2 orang di antaranya merasakan linu dan juga nyeri pada area luka operasi sehingga aktivitas pasien menjadi terbatas. Berdasarkan wawancara dengan perawat di Ruangan Agate Bawah pada tanggal 8 April 2025, didapatkan bahwa keluhan utama yang dirasakan ibu post *Sectio Caesarea* adalah nyeri. Nyeri tersebut biasanya muncul terutama saat aktivitas atau bergerak, dengan intensitas yang cukup tinggi, yaitu pada skala nyeri antara 6–10 yang menunjukkan nyeri sedang hingga hebat. Intervensi yang dilakukan oleh perawat dalam mengurangi nyeri pada pasien sebagian besar adalah berkolaborasi dengan dokter dengan pemberian obat analgetik dan pemberian terapi non farmakologis dengan teknik relaksasi napas dalam. Pelaksanaan nyeri non farmakologis belum efektif dilakukan oleh perawat dan terapi relaksasi autogenik belum pernah dilakukan.

Berdasarkan latar belakang yang telah diuraikan, maka penulis tertarik untuk menerapkan Asuhan Keperawatan yang dituangkan dalam berbentuk Karya Tulis Ilmiah dengan judul “ Penerapan Relaksasi Autogenik Untuk Penurunan Skala Nyeri Pada Ibu Post *Sectio Caesarea* dengan Nyeri Akut di Ruangan Agate Bawah UOBK dr Slamet Garut”.

1.2 Rumusan Masalah

Berdasarkan latar belakang masalah, maka dapat dirumuskan masalah “Bagaimanakah Pelaksanaan relaksasi autogenik untuk menurunkan nyeri pada asuhan keperawatan maternitas dengan post *sectio caesarea* di Ruangan Agate Bawah UOBK dr Slamet Garut?”

1.3 Tujuan

1.3.1 Tujuan Umum

Penyusunan karya ilmiah ini bertujuan untuk melakukan Penerapan Relaksasi Autogenik Terhadap Penurunan Skala Nyeri Pada Ibu Post *Sectio Caesarea* Dengan Nyeri Akut di Ruang Agate Bawah UOBK dr Slamet Garut

1.3.2 Tujuan Khusus

1. Melakukan pengkajian Asuhan Keperawatan pada pasien post *sectio caesarea* dengan nyeri akut di Ruang Agate Bawah UOBK dr Slamet Garut.
2. Merumuskan diagnosa keperawatan pada pasien post *sectio caesarea* dengan nyeri akut di Ruang Agate Bawah UOBK dr Slamet Garut.
3. Menyusun perencanaan tindakan keperawatan pada pasien post *sectio caesarea* dengan nyeri akut di Ruang Agate Bawah UOBK dr Slamet Garut.
4. Mampu melaksanakan tindakan keperawatan maternitas pada pasien post *sectio caesarea* dengan nyeri akut melalui penerapan terapi generalis di Ruang Agate Bawah UOBK dr Slamet Garut.
5. Melakukan evaluasi tindakan keperawatan dan dokumentasi hasil asuhan keperawatan penerapan relaksasi autogenik terhadap

penurunan skala nyeri pada ibu post *sectio caesarea* dengan nyeri akut di Ruang Agate Bawah UOBK dr Slamet Garut.

1.4 Manfaat

Manfaat dari penelitian ini diharapkan dapat ditinjau dari 2 aspek yaitu sebagai berikut:

1.4.1 Manfaat Teoritis

Secara teoritis, penelitian ini diharapkan dapat memberikan kontribusi dalam pengembangan ilmu keperawatan, khususnya dalam hal penerapan teknik relaksasi autogenik sebagai salah satu alternatif intervensi keperawatan nonfarmakologis untuk membantu mengurangi skala nyeri pada ibu post *sectio caesarea*. Penelitian ini juga diharapkan dapat memperkaya wawasan dan landasan ilmiah bagi praktik keperawatan yang lebih holistik dan berbasis bukti.

1.4.2 Manfaat Praktis

1) Bagi Pasien

Bagi pasien, karya tulis ilmiah ini diharapkan dapat memberikan informasi dan pemahaman bahwa teknik relaksasi autogenik merupakan salah satu bentuk terapi nonfarmakologis yang dapat diaplikasikan secara medis untuk membantu mengurangi rasa nyeri setelah menjalani operasi *sectio caesarea*. Dengan demikian, pasien dapat lebih termotivasi untuk berpartisipasi aktif dalam proses

pemulihan melalui penerapan terapi ini secara tepat dan berkesinambungan.

2) Bagi Peneliti

Bagi peneliti, penelitian ini diharapkan dapat menjadi dasar acuan dalam mengembangkan studi-studi selanjutnya di bidang keperawatan maternitas, khususnya terkait penerapan intervensi nonfarmakologis seperti teknik relaksasi autogenik. Selain itu, penelitian ini juga bermanfaat untuk memperluas wawasan peneliti, meningkatkan kemampuan berpikir kritis, serta keterampilan analisis dalam pelaksanaan penelitian keperawatan yang berbasis bukti, baik dalam aspek teoritis maupun praktik klinis.

3) Bagi Peneliti Selanjutnya

Bagi peneliti selanjutnya, penelitian ini diharapkan dapat menjadi referensi dalam mengembangkan kajian lebih lanjut mengenai asuhan keperawatan maternitas, khususnya dalam manajemen nyeri pada pasien *post-sectio caesarea*. Selain itu, penelitian ini juga diharapkan dapat mendorong peningkatan pemahaman dan keterampilan analitis dalam penerapan teknik nonfarmakologis, seperti relaksasi autogenik, sebagai intervensi keperawatan berbasis bukti, baik dalam aspek teoritis maupun praktik klinis.

4) Bagi Institusi Pendidikan

Bagi Universitas Bhakti Kencana Garut, karya tulis ilmiah ini diharapkan dapat memberikan kontribusi sebagai bahan ajar dan

referensi di perpustakaan yang dapat dimanfaatkan oleh mahasiswa maupun tenaga pendidik dalam mengembangkan pengetahuan keperawatan, khususnya terkait asuhan keperawatan maternitas pada pasien post *sectio caesarea* dengan pendekatan manajemen nyeri menggunakan teknik relaksasi autogenik.

5) Bagi Fasilitas Pelayanan Kesehatan

Bagi UOBK dr. Slamet Garut, penelitian ini diharapkan dapat menjadi pedoman dalam pengembangan layanan keperawatan untuk memberikan asuhan keperawatan maternitas pada pasien post *sectio caesarea*, khususnya dalam manajemen nyeri melalui teknik relaksasi autogenik.