

BAB II

TINJAUAN TEORI

2.1. Konsep dasar post sectio caesare

2.1.1. Definisi post sectio caesare

Post dalam bahasa indonesia artinya paska yang dalam kamus besar bahasa indonesia (kbbi) berarti sesudah. *Sectio caesarea* merupakan tindakan medis yang diperlukan untuk membantu persalinan dengan indikasi tertentu, baik karena gangguan kesehatan ibu maupun kondisi janin (rahmadhani 2022). Sedangkan menurut (arda 2021) *sectio caesarea* adalah membuka perut dengan sayatan pada dinding perut dan uterus yang di lakukan secara vertical dan mediana, dari kulit sampai fasia. *Sectio caesarea* adalah suatu pembedahan guna melahirkan bayi melalui insisi pada dinding abdomen dan uterus. *Post sectio caesarea* adalah suatu keadaan sesudah dilakukan tindakan pembedahan yang meninggalkan luka sayatan pada dinding perut dan rahim ibu guna mengeluarkan janin.

2.1.2. Patofisiologi post sectio caesare

Sectio caesarea dilakukan karena adanya indikasi tertentu pada ibu maupun janin yang tidak bisa dilakukan persalinan normal. Setelah dilakukan pembedahan terdapat luka sayatan pada dinding perut dan rahim ibu. Selain itu, ibu harus menghadapi fase post anastesi dan post partum. Pada post anastesi, akan terjadi bedrest yang dapat mengakibatkan immobilisasi dan kurangnya perawatan. Menurut (maryunani 2014) hal tersebut dapat mengacu pada risiko infeksi dikarenakan kurangnya perawatan diri. Setelah pembedahan akan meninggalkan luka sayatan yang dapat menimbulkan rasa nyeri pada ibu dan adanya jaringan yang terbuka. Hal tersebut jika tidak ditangani dengan benar maka dapat menimbulkan risiko infeksi.

2.1.3. komplikasi pada post sectio caesare

Sectio caesarea lebih tinggi dari persalinan pervaginam atau persalinan normal. Komplikasi yang umumnya terjadi pada ibu post *sectio caesarea* yaitu nyeri akut didaerah luka sayatan atau insisi,memungkinkan terjadinya thrombosis,

kemampuan fungsional terjadi penurunan, terjadi penurunan elastisitas otot perut, penurunan otot dasar panggul, infeksi luka post operasi, perdarahan, luka pada kandung kemih, ekstremitas bawah mengalami pembengkakan, gangguan menyusui. Pasien post sectio caesarea umumnya sering mengeluh nyeri pada daerah luka operasi akibat sayatan atau insisi pada dinding abdomen dan rahim.

2.2. Anestesi spinal

2.2.1. pengertian anestesi spinal

Anestesi spinal adalah jenis anestesi lokal yang digunakan untuk menghilangkan rasa sakit saat melakukan operasi di area bagian bawah tubuh. Teknik ini melibatkan penyuntikan obat bius langsung ke dalam ruang subarachnoid di tulang belakang. Tujuannya adalah mencapai efek penghilang rasa sakit. Pengaruh obat anestesi spinal biasanya bisa mencapai 2 sampai 6 jam. (kemenkes 2023).

2.2.2. kontra indikasi anestesi spinal

1. Kontra indikasi absolut
 - a. Pasien menolak
 - b. Infeksi pada tempat daerah penyuntikan
 - c. Hipovolemia berat, syok
 - d. Koagulopati atau mendapat terapi antikoagulan
 - e. Tekanan intrakranial meninggil
 - f. Fasilitas resusitasi minim
 - g. kurang pengalaman / tanpa didampingi konsultan anestesia.
2. Kontra indikasi relatif
 - a. Infeksi sistemik (sepsis, bakteremi)
 - b. Infeksi sekitar tempat suntikan
 - c. kelainan neurologis
 - d. Kelainan psikis
 - e. Penyakit jantung
 - f. Hipovolemia ringan
 - g. Nyeri punggung kronis
 - h. Pasien tidak kooperatif.

3. Kontra indikasi kontroversial

- a. Tempat penyuntikan yang sama pada operasi sebelumnya
- b. Ketidakmampuan komunikasi dengan pasien
- c. komplikasi operasi
- d. operasi yang lama
- e. Kehilangan darah yang banyak
- f. Manuver pada kompromi pernapasan.

2.2.3. Komplikasi anestesi spinal

Komplikasi anestesi spinal adalah hipotensi, hipoksia, kesulitan bicara, batuk kering yang persisten, mual muntah, nyeri kepala setelah operasi, retensi urine dan kerusakan saraf permanen.

2.3. Konsep nyeri

2.3.1. Definisi nyeri

Nyeri yaitu pengalaman sensori dan emosional yang tidak menyenangkan dan muncul terkait akibat adanya kerusakan jaringan aktual, potensial, atau digambarkan kondisi terjadinya kerusakan sedemikian rupa (putri amanda, 2020). Nyeri diartikan sebagai suatu sensasi yang tidak menyenangkan baik secara sensori maupun emosional yang berhubungan dengan adanya suatu kerusakan jaringan atau faktor lain sehingga individu merasa tersiksa dan menderita yang akhirnya akan mengganggu aktivitas sehari-hari, psikis dan lain lain. Nyeri post operasi adalah suatu reaksi yang kompleks pada jaringan yang terluka pada proses pembedahaan yang dapat dirasakan setelah adanya prosedur operasi. Lokasi pembedahaan mempunyai efek yang sangat penting yang hanya dapat dirasakan oleh pasien yang mengalami nyeri post operasi.

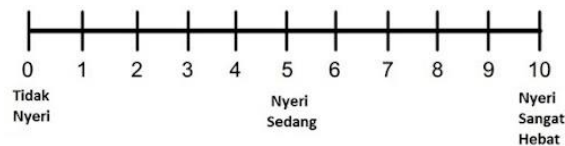
2.3.2. Mekanisme nyeri

Mekanisme nyeri dimulai dengan hubungan antara stimulus cedera jaringan dengan pengalaman subjektif nyeri dimana terdapat empat proses yang tersendiri, yaitu transduksi, transmisi, modulasi, dan persepsi. Transduksi nyeri adalah proses rangsangan yang mengganggu sehingga menimbulkan aktivitas listrik di reseptor

nyeri. Transmisi nyeri melibatkan proses penyaluran impuls nyeri dari tempat transduksi melewati saraf perifer sampai ke terminal di medulla spinalis dan jaringan neuron-neuron pemancar yang naik dari medulla spinalis ke otak (rahmawati, 2020).

2.3.3. Alat ukur nyeri

Pengukuran tingkat nyeri ada beberapa cara untuk membantu mengetahui akibat nyeri menggunakan skala assessment nyeri unidimensional (tunggal) atau multidimensi (mardana, 2017). *Verbal descriptor scale (vds)*, *wong-baker faces pain rating scale*, *numeric rating scale (nrs)*. Alat ukur skala nyeri yang akan digunakan dalam penelitian ini adalah nrs (numeric rating scale).



Keterangan :

0 = tidak ada nyeri

1-2 = nyeri ringan

3-5 = nyeri sedang

6-8 = sangat nyeri, tapi masih bisa dikontrol

9-10 = sangat nyeri dan tidak bisa dikontrol

Tingkat nyeri merupakan pengalaman sensorik atau emosional yang berkaitan dengan kerusakan jaringan actual atau fungsional, dengan onset mendadak atau lambat dan berintensitas ringan hingga berat dan konsisten. (slki, 2019).

1. Nyeri ringan, adalah nyeri hilang timbul, terutama sewaktu melakukan aktivitas sehari-hari dan hilang pada waktu tidur.
2. Nyeri sedang, adalah nyeri terus menerus, aktivitas terganggu, yang hanya hilang apabila penderita tidur.
3. Nyeri berat adalah nyeri yang berlangsung terus menerus sepanjang hari, penderita tak dapat tidur atau sering terjaga oleh gangguan nyeri sewaktu tidur.

Pasien post sc mengalami nyeri sedang sampai berat setelah operasi. Lama nyeri dapat bertahan selama 24 sampai 48 jam, atau lebih lama tergantung pada bagaimana klien dapat menahan dan menanggapi rasa sakit. Pasien akan merasakan

nyeri yang hebat rata-rata pada dua jam pertama sesudah operasi karena pengaruh hilangnya efek obat anastesi di saat pasien sudah keluar dari kamar bedah. Pasca pembedahan pasien merasakan nyeri hebat dan 75% penderita mempunyai pengalaman yang kurang menyenangkan akibat pengelolaan nyeri yang tidak adekuat (sari, gati dan hermawati, 2020).

2.3.4. Faktor yang mempengaruhi nyeri

Menurut mubarak 2018, berikut faktor yang mempengaruhi nyeri:

1. Lingkungan dan individu pendukung

Lingkungan yang tidak familiar, tingkat kebisingan yang tinggi, pencahayaan, serta aktivitas yang intens di sekitarnya dapat memperburuk situasi. Selain itu, dukungan dari keluarga dan orang-orang terdekat merupakan faktor penting yang memengaruhi cara seseorang merasakan nyeri.

2. Pengalaman nyeri sebelumnya

Individu yang telah banyak mengalami nyeri cenderung memiliki kemampuan toleransi yang lebih baik terhadap nyeri. Mereka yang pernah merasakan nyeri biasanya lebih siap untuk menghadapi nyeri dibandingkan dengan mereka yang belum pernah mengalaminya.

3. Ansietas

Kecemasan sering kali menyertai pengalaman nyeri. Ketidakpastian mengenai penyebab nyeri dan ketidakmampuan untuk mengendalikan nyeri atau situasi di sekelilingnya dapat memperburuk persepsi terhadap nyeri.

4. Dukungan keluarga dan sosial

Kehadiran orang-orang terdekat pasien dan sikap mereka terhadap pasien dapat mempengaruhi respons terhadap nyeri. Pasien yang mengalami nyeri membutuhkan dukungan, bantuan, dan perlindungan, dan meskipun nyeri tetap ada, kehadiran orang yang dikasihi dapat mengurangi rasa kesepian dan ketakutan.

2.3.5. Dampak nyeri

Tindakan *sectio caesarea* (sc) merupakan salah satu alternatif bagi seorang wanita dalam memilih proses persalinan di samping adanya indikasi medis dan

indikasi non medis, tindakan sc akan memutuskan kontinuitas atau persambungan jaringan karena insisi yang akan mengeluarkan reseptor nyeri sehingga pasien akan merasakan nyeri terutama setelah efek anestesi habis. Rasa nyeri dapat menimbulkan stressor dimana individu berespon secara biologis dan hal ini dapat menimbulkan respon perilaku fisik dan psikologis. (metasari and sianipar 2018). Nyeri adalah suatu pengalaman sensorik yang multidimensional. Klasifikasi nyeri terbagi menjadi beberapa fenomena, diantaranya berdasarkan intensitas (ringan, sedang, berat), kualitas (tumpul, seperti terbakar, tajam), durasi (transie, intermiten, persisten), dan penyebarannya (superficial atau dalam, terlokalisir atau difus) (yulianti and mualifah 2022).

Persalinan secara sc memberikan dampak bagi ibu dan bayi, nyeri yang hilang timbul akibat pembedahan pada dinding abdomen dan dinding rahim yang tidak hilang hanya dalam satu hari itu memberi dampak seperti mobilisasi terbatas, bounding attachment (ikatan kasih sayang) terganggu/tidak terpenuhi, *activity of daily living* (adl) terganggu pada ibu dan akibatnya nutrisi bayi berkurang sebab tertundanya pemberian asi sejak awal, selain itu juga mempengaruhi inisiasi menyusui dini (imd) yang akan mempengaruhi daya tahan tubuh bayi yang dilahirkan secara sectio caesaria. (tirtawati et al. 2020)

2.3.6. Penatalaksanaan nyeri post sectio caesarea

1. Farmakologi

Pengobatan yang dapat membantu meredakan nyeri ibu pasca operasi caesar antara lain adalah suntikan ketorolak injek drip dalam cairan infus plulorit atau rl dan pemberian obat pereda nyeri seperti obat kaltropen supositoria (widyarini and suharti 2023).

2. Non farmakologi

Metode pereda nyeri nonfarmakologi memiliki resiko yang sangat rendah. Meskipun tidakan tersebut bukan merupakan pengganti obat-obatan melainkan terapi alternatif pendamping terapi farmakologi (wulan and apriliyasari 2020).

a. Teknik relaksasi nafas dalam

Teknik relaksasi nafas dalam merupakan suatu bentuk asuhan keperawatan, yang dalam hal ini perawat mengajarkan kepada klien bagaimana cara

melakukan nafas dalam, nafas lambat (menahan inspirasi secara maksimal) dan bagaimana menghembuskan nafas secara perlahan, selain dapat menurunkan intensitas nyeri, teknik relaksasi bernafas dalam juga dapat meningkatkan ventilasi paru dan meningkatkan oksigenasi darah. Teknik relaksasi nafas dalam dapat mengendalikan nyeri dengan meminimalkan aktivitas simpatik dalam system saraf otonom.

b. Relaksasi autogenik

Relaksasi autogenik merupakan relaksasi yang bersumber dari diri sendiri dengan menggunakan kata-kata atau kalimat pendek yang bisa membuat pikiran menjadi tenang.

c. Distraksi

distraksi yang memfokuskan perhatian pasien pada sesuatu selain pada nyeri dapat menjadi strategi yang sangat berhasil dan mungkin merupakan mekanisme terhadap teknik kognitif efektif lainnya. Distraksi diduga dapat menurunkan persepsi nyeri dengan menstimulasi sistem kontrol desenden, yang mengakibatkan lebih sedikit stimuli nyeri yang ditransmisikan ke otak.

d. Aromaterapi

Mekanisme kerja perawatan aromaterapi dalam tubuh manusia berlangsung melalui dua sistem fisiologis, yaitu sirkulasi tubuh dan sistem penciuman. Wewangian dapat mempengaruhi kondisi psikis, daya ingat, dan emosi seseorang. Jenis aromaterapi yang digunakan dalam menurunkan aromaterpi lavender. aromaterpi apat digunakan untuk mengurangi nyeri dengan cara inhalasi atau menggunakan diffuser atau parfum. Aromaterapi lavender dapat merangsang reseptor pada bulbus olfaktorius, yang kemudian diteruskan ke sistem limbik untuk mensekresikan zat kimia yang dapat menimbulkan efek penghilang rasa sakit, rasa senang, dan ketenangan.

2.4. Konsep relaksasi autogenik

2.4.1. Definisi relaksasi autogenik

Relaksasi autogenik yang menggunakan gambaran visual dan body awarness dalam mencapai relaksasi yang dalam dengan cara duduk atau berbaring di lantai atau bidang datar tanpa menggunakan alas (tasalim dan astuti, 2021).

Menurut aryanti relaksasi autogenik ini bersumber dari diri sendiri dengan memanfaatkan kata-kata atau kalimat pendek yang bisa membuat pikiran menjadi rileks dan tenang (arif et al., 2019). Relaksasi autogenik dapat mempengaruhi tingkat nyeri seperti pada penelitian riris andriani dkk (2019) dengan judul perbedaan pengaruh pemberian relaksasi autogenik terhadap penurunan tingkat nyeri pada pasien post operasi sectio caesare menyimpulkan bahwa ada pengaruh pemberian relaksasi autogenik terhadap penurunan tingkat nyeri pada pasien post operasi sectio caesare dengan perbandingan $p\text{-value } 0,024 < \alpha (0,05)$

2.4.2. Mekanisme relaksasi autogenik

Relaksasi autogenik dapat menurunkan tingkat nyeri dengan mekanisme merangsang aktivitas modulasi refleksi sistem saraf simpatis dan frekuensi dapat memengaruhi tahanan perifer yang menjadikan tubuh rileks. Perasaan rileks akan diteruskan ke hipotalamus untuk menghasilkan corticotropin releasing factor (crf), selanjutnya crf merangsang kelenjar pituitary untuk meningkatkan produksi proopiomelanocortin (pomc) sehingga produksi enkephalin oleh medulla adrenal meningkat. Kelenjar pituitary juga menghasilkan β endorphin sebagai neurotransmitter yang memengaruhi suasana hati menjadi rileks. Meningkatnya enkephalin dan β endorphin akan membuat rileks dan nyaman sehingga nyeri yang dirasakan akan berkurang. (azizah and setyaki 2023).

2.4.3. Prosedur relaksasi autogenik

Menurut dewi & widari (2017), relaksasi ini mudah dilakukan dan tidak berisiko. Prinsipnya klien harus mampu berkonsentrasi sambil membaca mantra/doa/zikir dalam hati seiring dengan ekspirasi udara paru. Langkah-langkah latihan relaksasi autogenik :



Gambar 1 posisi relaksasi autogenik berbaring

1. Tubuh berbaring, kepala disanggah dengan bantal, dan mata terpejam.
2. Atur napas hingga napas menjadi lebih pelan dan teratur

3. Tarik napas perlahan lalu buang secara perlahan-lahan sambil katakan dalam hati ‘saya damai dan tenang’
4. Fokuskan perhatian pada lengan dan bayangkan kedua lengan terasa berat. Selanjutnya, secara perlahan-lahan bayangkan kedua lengan terasa kendur, ringan hingga terasa sangat ringan sekali sambil katakan ‘saya merasa damai dan tenang sepenuhnya’
5. Lakukan hal yang sama pada bahu, punggung, leher, dan kaki.
6. Fokus pada aliran darah di tubuh bayangkan darah mengalir ke seluruh tubuh dan rasakan hawa hangatnya aliran darah, seperti merasakan minuman yang hangat, sambil mengatakan dalam diri ‘saya merasa senang dan hangat’. ‘saya merasa damai,dan tenang’
7. (ulangi enam kali)
8. Tempelkan tangan kanan pada dada kiri dan tangan kiri pada perut.
9. Fokus pada denyut jantung,bayangkan dan rasakan jantung berdenyut dengan teratur dan tenang. Sambil katakan ‘jantung saya berdenyut dengan teratur dan tenang,saya merasa damai dan tenang (ulangi enam kali)
10. Fokus pada pernafasan,katakan dalam diri ‘nafasku longgar dan tenang,saya merasa damai dan tenang’.(ulangi enam kali)
11. Fokus pada perut,rasakan pembuluh darah dalam perut mengalir dengan teratur dan terasa hangat.katakan dalam diri “darah yang mengalir dalam perutku terasa hangat, saya merasa damai dan tenang’.(ulangi enam kali)
12. kedua tangan kembali pada posisi awal.
13. Fokus pada kepala,katakan dalam hati “kepala saya terasa benar-benar dingin, saya merasa damai dan tenang”.(ulangi enam kali).
14. Mengakhiri latihan relaksasi autogenik dengan melekatkan (mengepalkan) lengan bersamaan dengan napas dalam, lalu buang napas pelan-pelan sambil membuka mata dan kepalan tangan.

2.5. Musik

2.5.1 Definisi musik

Musik adalah salah satu terapi nonfarmakologi yang dapat berperan sebagai stimulus untuk menimbulkan respon fisiologis dan psikologis yang optimal dari

pendengarnya (rahmawati, 2017). Terapi distraksi pendengaran atau audio merupakan salah satu tindakan mandiri perawat dalam manajemen nyeri, penelitian menunjukkan bahwa jenis musik yang efektif dalam manajemen nyeri adalah musik klasik. Menurut wulff et al mengatakan bahwa musik klasik memiliki tempo yang berkisar sekitar 60-80 beats per menit selaras dengan detak jantung manusia. Musik klasik memiliki manfaat menjadikan rileks, dapat menimbulkan rasa nyaman, melepaskan rasa gembira dan sedih serta dapat menurunkan stress. (aprilian and elsanti 2020). Selain dapat mempengaruhi suasana hati, musik juga memiliki kekuatan yang menarik. Ritme, nada dan bunyi yang dihasilkan dapat membantu menjernihkan pikiran, menambah kreativitas dan sebagai penyembuhan. Musik yang diterapkan sebagai terapi dapat memulihkan, meningkatkan, dan memelihara kesehatan mental, fisik, emosional, spiritual dan social seseorang. Hal ini bisa terjadi karena sifat music yaitu universal, santai, menyenangkan dan terstruktur (lestari et al., 2023).

2.5.2 Jenis jenis musik

beberapa jenis musik menurut (larasati and prihatanta 2019)

1. Musik klasik mozart

Musik klasik mozart adalah komposisi musik yang lahir dari budaya eropa sekitar tahun 1750 – 1825. Musik klasik mozart bermanfaat untuk membuat seseorang menjadi rileks, menimbulkan rasa aman dan sejahtera, melepaskan rasa gembira dan sedih, menurunkan tingkat kecemasan, rasa sakit dan stres pada pasien pra operasi. Musik klasik mozart sendiri juga dapat merangsang peningkatan hormon endorfin yang merupakan substansi sejenis morfin yang diproduksi oleh tubuh. Endorfin juga sebagai ejektor dari rasa rileks dan ketenangan yang timbul, midbrain mengeluarkan Gamma Amino Butyric Acid (GABA) yang berfungsi untuk menghambat hantaran impuls listrik dari satu neuron ke neuron yang lainnya oleh neurotransmitter di dalam sinaps. Selain itu, midbrain juga mengeluarkan enkepalin dan beta endorfin. Zat tersebut dapat menimbulkan efek analgesia yang akhirnya mengeliminasi neurotransmitter rasa nyeri pada pusat persepsi dan interpretasi sensorik di otak. Sehingga efek yang bisa muncul adalah nyeri berkurang.

2. Instrumental

Instrumental adalah salah satu jenis media audio yang berisi alunan dari alat musik tanpa adanya lirik lagu, yang mana dapat digunakan sebagai media dalam pembelajaran, selain itu iringan musik tersebut dapat menyeimbangkan otak kiri dan otak kanan peserta didik sehingga mereka menjadi rileks.

3. Musik jazz

Musik yang berasal dari Amerika Serikat yang muncul pada awal abad ke 20 dengan akar dari musik Afrika dan Eropa. Musik ini banyak menggunakan gitar, trombone, piano, terompet dan saxophone.

4. Pop rock

Musik rock adalah salah satu genre dalam khazanah musik populer dunia yang biasanya didominasi oleh vokal, gitar, drum, dan bass dan bisa pula dengan penambahan instrumen seperti keyboard, piano maupun synthesizer.

5. Musik keroncong

Musik keroncong adalah jenis permainan musik tradisional menggunakan tangga nada diatonik dengan iringan beberapa alat musik berdawai yang dimainkan dengan aturan tertentu sehingga menjadi ciri khas musik itu sendiri. Musik yang akan digunakan dalam penelitian ini adalah musik klasik. Musik klasik memiliki manfaat menjadikan rileks, dapat menimbulkan rasa nyaman, melepaskan rasa gembira dan sedih serta dapat menurunkan stress.