

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang Masalah

Persalinan sebagai suatu proses terjadinya keluarnya janin dengan usia kehamilannya cukup bulan atau mendekati cukup yang dapat dilakukan secara spontan maupun dengan cara operasi *sectio caesarea*. *Sectio caesarea* yaitu tindakan pengeluaran janin dan plasenta dengan melakukan insisi pada dinding perut dan dinding rahim (Jitowiyono, 2017).

Data dari *World Health Organization* (WHO) menunjukkan bahwa angka prevalensi persalinan dengan metode *sectio caesarea* di negara-negara Asia mengalami peningkatan pada tahun 2007-2008 sebesar 110.000 per kelahiran hidup (Sihombing N, 2013). Angka kelahiran dengan *sectio caesarea* di Indonesia juga mengalami peningkatan setiap tahunnya. Berdasarkan data Riset Kesehatan Dasar (Riskesdas) tahun 2018 menunjukkan persalinan di Indonesia usia 10-54 tahun mencapai 78,73% dengan angka kelahiran menggunakan metode persalinan *section caesarea* sebesar 17,6% (Kemenkes

RI, 2018). Persalinan *section caesarea* memiliki nyeri lebih tinggi sekitar 27,3% dibandingkan dengan persalinan normal yang hanya sekitar 9%. Rasa nyeri meningkat pada hari pertama post operasi *sectio caesrea*. Secara psikologis tindakan *sectio caesarea* berdampak terhadap rasa takut

dan cemas terhadap nyeri yang dirasakan setelah analgetik hilang (Utami, 2016).

Data menunjukkan 85% ibu postpartum dapat mengalami gangguan rasa nyaman. Ada yang menunjukkan gejala yang ringan dan tidak berlangsung lama, namun secara global adapula yang mengalami gejala yang lebih signifikan seperti nyeri pasca persalinan dengan prosentase 10-15% (Motzfeldt, 2013). Dampak yang sering dirasakan ibu post partum yaitu adanya sayatan dan jaringan yang rusak menyebabkan sensasi rasa nyeri (Potter & Perry, 2013). Sensasi nyeri yang dirasakan tergantung terhadap persepsinya, dan persepsi setiap pasien terhadap nyeri berbedabeda tergantung nilai ambang batas nyerinya. Sehingga respon terhadap nyeri juga berbeda-beda, ada yang berteriak, meringis dan lain-lain (Potter & Perry, 2013). Pilihan utama untuk mengatasi nyeri dewasa ini ialah dengan terapi farmakologis dan dengan teknik non farmakologis.

Terapi non farmakologis dapat dilakukan dengan cara relaksasi, teknik pernafasan, perubahan posisi, massage, akupressur, terapi panas/dingin, hypnobreathing, musik, dan TENS (*transcutaneous electrical nerve stimulation*) (Yusrizal, 2012). Selain itu dalam mengatasi rasa nyeri perlu dilakukan penerapan terapi alternatif mandiri berupa relaksasi genggam jari. Hal tersebut sebagai intervensi yang efektif pada ibu post partum dengan ketidaknyamanan atas nyeri *sectio carsarea* (Kurlinawati, 2017).

Teknik relaksasi genggam jari sebagai salah satu tindakan non-farmakologis yang menjadi terobosan baru untuk menurunkan nyeri dengan

metode relaksasi yang sangat sederhana dan dapat dilakukan oleh siapapun yang berhubungan dengan jari tangan serta aliran energi di dalam tubuhnya (Danar Puspitowati, 2022). Di sepanjang jari- jari tangan terdapat saluran atau meridian energi yang terhubung dengan berbagai organ dan emosi. Titik-titik refleksi pada tangan memberikan stimulus secara refleks (spontan) pada saat genggaman. Stimulus tersebut akan mengalirkan semacam gelombang kejut atau listrik pada otak. Teknik relaksasi genggam jari membantu tubuh, pikiran dan jiwa mencapai relaksasi. Dalam keadaan relaksasi secara alamiah akan menimbulkan analgesik alami tubuh sehingga rasa nyeri akan menurun (Sihombing N, 2013).

Relaksasi genggam jari selain dapat mengurangi tingkat nyeri, dapat juga memberikan manfaat bagi Kesehatan seperti meregangkan otot yang kaku, memperlancar produksi ASI, mengurangi tingkat kecemasan dan dapat memandirikan pasien dalam beraktivitas. Menurut penelitian (Anggi Pratiwi, 2020) menjelaskan bahwa ada pengaruh relaksasi genggam jari terhadap penurunan tingkat nyeri dengan nilai $p \text{ value} = 0,001 < 0,05$. Relaksasi genggam jari dapat memberikan efek ketenangan, menstabilkan mood serta dapat mengurangi kecemasan pasien untuk bergerak maupun beraktivitas.

Saat ibu post partum melakukan relaksasi genggam jari maka tubuh akan meningkatkan komponen saraf parasimpatik secara otomatis, sehingga hal ini menimbulkan terjadinya kadar hormon adrenalin dalam tubuh yang berpengaruh terhadap tingkat stress dapat meningkatkan konsentrasi tubuh

yang mana akan mempermudah mengatur ritme pernafasan. Sehingga dapat meningkatkan kadar oksigen didalam darah, memberikan ketenangan yang mampu mengurangi siklus nyeri (Rosiska, 2021). Menurut penelitian yang dilakukan Wati (2020) menyatakan bahwa ada perubahan tingkat nyeri sebelum dan sesudah diberikan tindakan berupa terapi teknik relaksasi genggam jari pada ibu dengan post sectio *caesarea*.

Hasil penelitian Kurlinawati (2017) juga mengungkapkan bahwa teknik relaksasi genggam jari lebih efektif untuk menurunkan nyeri dibandingkan relaksasi nafas dalam. Secara fisiologis teknik relaksasi genggam jari dapat mengurangi tingkat nyeri, teknik relaksasi genggam jari akan menghasilkan impuls yang dikirim melalui serat saraf aferen non-nosiseptor yang mengarah ke "gerbang nyeri" sehingga dikontrol untuk mengeluarkan inhibitor neurotransmitter yang menghambat dan mengurangi stimulus nyeri. (Cristina, 2015). Dalam keadaan relaksasi secara alamiah akan memicu pengeluaran hormon endorfin, yang menimbulkan efek positif baik psikis maupun psikologis.

B. Tujuan

1. Tujuan Umum

Mengetahui bagaimana penerepan relaksasi genggam jari pada ibu dengan post operasi *sectio caesarea* untuk mengurangi tingkat nyeri.

2. Tujuan Khusus

- a. Menilai skala tingkat nyeri pada penerapan relaksasi genggam jari pada ibu dengan post operasi *sectio caesarea*.
- b. Mengetahui penerapan relaksasi genggam jari pada ibu dengan post operasi *sectio caesarea*.

C. Manfaat

1. Bagi Perawat dan Rumah Sakit

Mempermudah perawat untuk memberikan terapi non farmakologis pasien dengan post operasi *sectio caesarea* dalam mengurangi tingkat nyeri serta pemulihan yang lebih efisien di Rumah Sakit.

2. Bagi Pasien dan Keluarga Pasien

Dengan adanya relaksasi genggam jari pasien dan keluarganya akan dapat menerapkan sebagai intervensi mandiri untuk mengurangi ketidaknyamanan post operasi *sectio caesarea*.