

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Menurut informasi dari Organisasi Kesehatan Dunia (WHO), sebanyak 90% wanita yang sedang hamil dan menjalani proses persalinan mengalami sensasi nyeri disertai dengan perasaan takut.(Srianty Siregar et al., 2023). Menurut WHO, rasa sakit yang dialami selama persalinan dan kelahiran adalah jenis rasa sakit yang sangat unik dan dianggap paling parah dalam kehidupan seorang wanita. Lebih dari 90% ibu mengalami ketegangan dan stres selama proses persalinan. Di Belanda, tercatat bahwa sekitar 54,6% wanita yang melahirkan merasa kehilangan kendali saat menghadapi nyeri persalinan. Sementara itu, sebuah penelitian di Swedia menemukan bahwa 41% responden menganggap nyeri persalinan sebagai pengalaman paling menyakitkan yang pernah mereka alami (Vidayawati et al., 2023). Di Amerika Serikat, sekitar 70% hingga 80% proses persalinan pada wanita dilaporkan berlangsung disertai dengan rasa nyeri. (Srianty Siregar et al., 2023).

Menurut Pusat Data Asosiasi Rumah Sakit Indonesia, sekitar 15% ibu di Indonesia mengalami komplikasi saat melahirkan. Sebanyak 22% ibu melaporkan bahwa persalinan mereka sangat menyakitkan. Selain itu, 63% ibu tidak menerima informasi tentang persiapan yang dapat membantu mengurangi rasa sakit saat melahirkan (Srianty Siregar et al., 2023).

Pada tahun 2020 di Provinsi Sumatera Utara, tercatat bahwa 54% ibu yang pertama kali hamil (primigravida) merasakan nyeri berat saat melahirkan, sementara 46% lainnya mengalami nyeri sedang hingga ringan. Ini menunjukkan bahwa sebagian besar ibu primigravida merasakan nyeri dalam tingkat sedang

sampai berat selama persalinan. Sementara itu, menurut Lamaze yang dikutip dalam buku Bobak, sekitar 85–90% proses persalinan umumnya disertai rasa nyeri, dan hanya sekitar 10–15% yang berlangsung tanpa rasa nyeri (Salbiah, 2021).

Nyeri persalinan yang intens dapat berpengaruh terhadap respons tubuh, misalnya naiknya detak jantung, laju pernapasan, dan tekanan darah, serta memicu stres. Kondisi ini dapat menghambat sekresi hormon oksitosin yang berperan penting dalam menciptakan kontraksi uterus yang efektif, sehingga mengganggu proses dilatasi serviks. Perbedaan durasi bersalin antara ibu yang merasa takut dan yang tidak merasa takut mengalami ketakutan dan yang tidak mengalami ketakutan mencapai 1 jam 32 menit. Proses bersalin yang berlangsung lebih lama turut berkontribusi terhadap meningkatnya *Maternal Mortality Rate* (AKI). Salah satu penyebab persalinan yang memanjang adalah lemahnya kontraksi uterus, yang dapat dipicu oleh faktor psikologis seperti kelelahan dan stres. Stres pada ibu juga berpotensi menyebabkan gangguan pada janin (distres janin), yang dalam kasus tertentu dapat berujung pada kematian janin (Utami & Putri, 2020).

Penelitian Fitri Ulan Dari , Putri Yunita Sari dan Darson (2024) hasil penelitian ini menunjukkan bahwa rata-rata tingkat nyeri pada responden sebelum diberikan perlakuan adalah 6,93, dan setelah diberi perlakuan menurun menjadi 5,37. Artinya, teknik relaksasi napas dalam berpengaruh dalam membantu mengurangi nyeri saat persalinan (Dari et al., 2024).

Penelitian Rika Sri Wahyuni dkk (2023) menunjukkan bahwa setelah ibu bersalin melakukan teknik napas dalam, tingkat nyeri yang dirasakan menurun dari rata-rata 7,37 menjadi 5,77. Hasil uji bivariate juga menunjukkan bahwa teknik

relaksasi napas dalam berpengaruh terhadap penurunan nyeri pada ibu yang sedang menjalani tahap pertama persalinan, dengan nilai p sebesar 0,001 (Wahyuni et al., 2023).

Berdasarkan survei awal yang dilakukan peneliti maka didapat praktek mandiri bidan eka sriwahyuni medan denai sebagai lokasi penelitian dikarenakan PMB (Praktek Mandiri Bidan) tersebut menyediakan pelayanan teknik relaksasi napas dalam digunakan sebagai cara mengelola nyeri tanpa obat-obatan yang diberikan pada ibu bersalin dan juga berdasarkan pertanyaan yang diajukan kepada ibu hamil yang tidak sengaja bertemu dengan peneliti saat survei bahwasannya beberapa ibu hamil takut menghadapi nyeri persalinan dan ibu hamil primigravida yang belum memiliki pengalaman melahirkan umumnya belum memiliki kesiapan yang memadai dalam menghadapi nyeri persalinan. Maka didapat praktek mandiri bidan eka sriwahyuni medan denai sebagai lokasi penelitian yang kelompoknya diberi perlakuan.

Survei selanjutnya yang dilakukan peneliti di praktek mandiri bidan juliana dalimunthe medan tembung didapat bahwa PMB (Praktek Mandiri Bidan) tersebut tidak melakukan teknik relaksasi napas dalam terhadap ibu yang sedang menjalani tahap pertama persalinan di fase aktif sebagai manajemen nyeri persalinan tetapi meminta ibu untuk berjalan-jalan agar mempercepat pembukaan. Melihat riwayat jumlah ibu bersalin di praktek mandiri juliana dalimunthe cukup banyak berdasarkan buku data persalinan/buku INC (*Intranatal Care*), peneliti merasa ingin menyelidiki atau meneliti lebih lanjut tentang intensitas rasa sakit yang dirasakan pasien persalinan kala 1 fase aktif di PMB Juliana Dalimunthe. Maka

didapat praktek mandiri bidan juliana dalimunthe medan tembung sebagai lokasi penelitian yang kelompoknya tidak diberi perlakuan atau kelompok kontrol.

Dari penjelasan di atas, peneliti ingin melakukan penelitian dengan judul “Efektivitas Teknik Relaksasi Napas Dalam Terhadap Tingkat Nyeri Persalinan Kala I Fase Aktif Di Praktek Mandiri Bidan Eka Sriwahyuni dan Bidan Juliana Dalimunthe Medan Tahun 2025”.

B. Rumusan Masalah

“apakah teknik relaksasi napas dalam efektif menurunkan tingkat nyeri persalinan kala 1 fase aktif ?”

C. Tujuan Penelitian

C.1 Tujuan Umum

Mengetahui efektivitas teknik relaksasi napas dalam terhadap penurunan tingkat nyeri persalinan kala 1 fase aktif.

C.2 Tujuan Khusus

C.2.1 Mengetahui tingkat nyeri persalinan yang dirasakan kelompok ibu bersalin kala 1 fase aktif yang melakukan teknik relaksasi napas dalam.

C.2.2 Mengetahui tingkat nyeri persalinan yang dirasakan kelompok ibu bersalin kala 1 fase aktif yang tidak melakukan teknik relaksasi napas dalam.

C.2.3 Mengetahui efektivitas teknik relaksasi napas dalam terhadap penurunan tingkat nyeri persalinan kala 1 fase aktif di praktek

mandiri bidan eka sriwahyuni dan bidan juliana dalimunthe
medan tahun 2025.

D. Manfaat Penelitian

D.1 Manfaat Teori

Diharapkan temuan dalam penelitian ini digunakan sebagai referensi bagi perpustakaan khususnya jurusan kebidanan dalam asuhan persalinan dan menjadi informasi bagi peneliti berikutnya yang ingin mempelajari manajemen nyeri persalinan pada kala 1 fase aktif dengan teknik relaksasi napas dalam.

D.2 Manfaat Praktik

D.2.1 Bagi Bidan

Diharapkan hasil penelitian ini bisa meningkatkan pemahaman bidan serta diaplikasikan dalam manajemen nyeri non farmakologi pada pasien yang berada pada fase aktif kala I persalinan dengan keluhan nyeri.

D.2.2 Bagi Pasien dan Lahan Praktik

Harapannya, hasil penelitian memberikan kontribusi dalam menambah wawasan dan memperdalam pemahaman pasien mengenai relaksasi napas dalam untuk menurunkan nyeri dan pilihan teknik nonfarmakologis yang sederhana dan aman digunakan sebagai tindakan dan perawatan untuk ibu selama proses melahirkan.

D.2.3 Bagi Peneliti

Memberikan kontribusi dalam pengembangan pengalaman praktis dan perluasan pengetahuan ilmiah penulis serta pengaplikasian teori selama perkuliahan mengenai manajemen nyeri pada proses persalinan.

E. Orisinalitas Skripsi

Tabel 1.1 Orisinalitas Penelitian

Judul Penelitian & Jurnal	Penulis	Jenis Metode	Hasil Penelitian	Perbandingan
Pengaruh tehnik relaksasi napas dalam terhadap penurunan nyeri persalinan kala 1 fase aktif di puskesmas siabu	(Salbiah, 2021)	Metode penelitian yang dipakai adalah kuantitatif dengan desain quasi eksperimen menggunakan pendekatan satu kelompok yang diuji sebelum dan sesudah perlakuan. Populasi penelitian ini adalah semua ibu yang sedang menjalani persalinan fase I aktif di Puskesmas Siabu pada tahun 2021. Sampel penelitian juga diambil dari ibu-ibu tersebut dengan cara purposive sampling, yaitu memilih berdasarkan kriteria tertentu. Untuk menganalisis data, digunakan uji	Hasil penelitian menunjukkan bahwa sebelum diberikan intervensi, sebagian besar ibu (16 orang atau 80%) mengalami nyeri berat yang terkontrol saat persalinan fase I aktif, sementara 4 orang (20%) mengalami nyeri sedang. Setelah intervensi, sebagian besar ibu (19 orang atau 95%) merasakan nyeri sedang, dan hanya 1 orang (5%) yang masih mengalami nyeri berat yang	Perbedaan dalam penelitian ini ada pada tempat dan waktu pelaksanaannya, serta desain penelitian yang tidak menggunakan metode quasi-eksperimen.

		Wilcoxon, yaitu tes statistik non-parametrik.	terkontrol pada persalinan fase I aktif.	
Pengaruh Teknik Relaksasi Napas Dalam Pada Intensitas Nyeri Persalinan Kala 1 Fase Aktif di Wilayah kerja BLUD UPT Puskesmas Muara Ancalong	(Jusrita Sinaga, 2021)	Metode penelitian yang dipakai adalah pre-eksperimen dengan desain pretest-posttest pada satu kelompok. Sebanyak 30 peserta dipilih secara berturut-turut menggunakan metode consecutive sampling. Data dikumpulkan dengan menggunakan lembar observasi yang memakai skala Numeric Rating Scale, dan hasilnya dianalisis menggunakan uji Wilcoxon.	Sebelum dilakukan teknik relaksasi napas dalam, 12 orang (40%) mengalami nyeri sedang dan 18 orang (60%) merasakan nyeri persalinan yang berat. Setelah intervensi, 22 orang (73%) merasakan nyeri ringan saat persalinan, dan 8 orang (27%) merasakan nyeri sedang. Teknik relaksasi napas dalam adalah salah satu cara nonfarmakologis yang digunakan untuk mengurangi tingkat nyeri. Hasil penelitian di Wilayah Blud Upt Puskesmas Muara Ancalong tahun 2021 menunjukkan ada perbedaan yang signifikan pada tingkat nyeri sebelum dan setelah melakukan teknik relaksasi napas dalam, dengan nilai signifikansi 0,000 atau $p < 0,005$.	Perbedaan penelitian ini terletak pada lokasi dan waktu pelaksanaan, serta teknik pengambilan sampel yang tidak menggunakan metode consecutive sampling