# BAB I
# PENDAHULUAN

## A. Latar Belakang

Operasi *sectio caesarea* merupakan prosedur bedah yang bertujuan untuk mengeluarkan janin melalui pembuatan sayatan pada laparatomi (dinding perut) dan histerotomi (dinding rahim). Prosedur ini dilakukan apabila persalinan pervaginam tidak memungkinkan karena adanya komplikasi yang dapat membahayakan kesehatan ibu maupun janin (Sudanningsih *et al*, 2025) Seiring dengan meningkatnya jumlah ibu yang menjalani persalinan *sectio caesarea,* berbagai masalah pascaoperasi dapat muncul, salah satunya adalah nyeri. Nyeri yang dirasakan oleh ibu postpartum berasal dari luka insisi pada abdomen akibat tindakan pembedahan. Penelitian yang dilakukan oleh Delyka *et al* ,(2022) menunjukkan bahwa 80% ibu postpartum pasca *sectio caesarea* mengalami nyeri dengan skala 6-7, yang termasuk dalam kategori nyeri sedang hingga berat.

Tingginya insidensi nyeri pasca *sectio caesarea* tidak terlepas dari meningkatnya angka persalinan melalui metode *sectio caesarea. World Health Organization* (WHO) menetapkan standar rata-rata kejadian persalinan *sectio caesarea* di dunia sekitar 5-15% per 1.000 kelahiran didunia. Namun, saat ini terjadi peningkatan persalinan *sectio caesarea* didunia, dengan prevalensi tertinggi di wilayah Amerika (39,3%), Eropa (25,7%), dan Asia (23,1%) diperkirakan jumlah ini akan terus meningkat hingga tahun 2030 (WHO, 2021).

Kondisi peningkatan persalinan *sectio caesarea* secara global tersebut sejalan dengan situasi yang terjadi di Indonesia. Data Riset Kesehatan Dasar menunjukkan bahwa persentase persalinan *sectio caesarea* meningkat dari 15,3% pada tahun 2013 dan 17,6% pada tahun 2018 (Riskesdas, 2018). Berdasarkan data awal Survei Kesehatan Indonesia (SKI) tahun 2023 angka tersebut meningkat hingga 25,9%. Di Provinsi Sumatera Utara, proporsi persalinan *sectio caesarea* tercatat sebesar 23,89% (Riskesdas, Sumatera Utara, 2018). Peningkatan ini berkontribusi terhadap bertambahnya jumlah pasien

post *sectio caesarea* yang berpotensi mengalami nyeri pascaoperasi, sehingga diperlukan penatalaksanaan nyeri yang efektif.

Nyeri merupakan salah satu masalah utama yang sering dihadapi oleh pasien pasca tindakan bedah. Nyeri pasca operasi dapat menyebabkan ketidaknyamanan, membatasi aktivitas sehari-hari, mengganggu pola istirahat, serta mempengaruhi kondisi fisik dan psikologis pasien. Jika nyeri tidak ditangani secara adekuat, hal ini dapat menghambat proses pemulihan dan menurunkan kualitas hidup pasien. Oleh karena itu, manajemen nyeri menjadi aspek penting dalam asuhan keperawatan pasca operasi (Rokhmah, et al., 2026).

Sebagai upaya untuk mengatasi permasalahan nyeri tersebut, diperlukan pendekatan manajemen nyeri yang komprehensif dan berkelanjutan. Manajemen nyeri pasca *sectio caesarea* terdiri atas manajemen farmakologi dan nonfarmakologi (KK, et al., 2025). Manajemen farmakologi dilakukan dengan pemberian analgesik seperti, *morphine sublimaze, stadol, demerol*. Selain itu, manajemen nonfarmakologi juga dapat diterapkan, diantaranya melalui teknik relaksasi *slow deep breathing* dan relaksasi benson. (Novianti & Trisetiyaningsih, 2025)

Relaksasi *slow deep breathing* merupakan teknik latihan pernapasan yang dilakukan secara sadar untuk mengatur pernapasan secara dalam dan lambat (menahan inspirasi secara maksimal) dan menghembuskan nafas secara perlahan. Menurut hasil penelitian Sudanningsih, *et al*, (2025) menunjukkan bahwa sebelum intervensi, sebagian besar responden mengalami nyeri sedang (66,7%). Setelah penerapan relaksasi *slow deep breathing,* terjadi penurunan nyeri yang signifikan, dimana (86,7%) responden mengalami nyeri ringan dan (3,3%) tidak merasakan nyeri, dengan nilai p=0,000. Sehingga dapat disimpulkan bahwa adanya perubahan signifikan skala nyeri pasien post *sectio caesarea* sebelum dan setelah dilakukan terapi relaksasi *slow deep breathing.*

Menurut Mitasari, Hamrani, & Chori Elsera, (2025) relaksasi benson adalah kombinasi dari teknik pernapasan dalam, pemikiran, dan sistem kepercayaan pribadi (yang berupa kata-kata yang terfokus pada nama tuhan atau istilah yang memberikan rasa tenang bagi individu tersebut) yang

diucapkan dengan ritme teratur secara berulang disertai dengan sikap menyerah.

Penerapan teknik relaksasi benson dinilai memiliki pengaruh dalam menurunkan intensitas nyeri pada pasien post *sectio caesarea.* Hal ini didukung oleh penelitian yang dilakukan oleh Qodarsih, (2025) menunjukkan bahwa sebelum diberikan intervensi relaksasi benson, seluruh responden (100%) ibu post *sectio caesarea* mengalami nyeri dalam kategori berat. Setelah dilakukan penerapan relaksasi benson, terjadi penurunan intensitas nyeri pada sebagian besar responden. Sebanyak 13 responden (86,7%) mengalami penurunan tingkat nyeri dari kategori nyeri berat menjadi nyeri sedang dengan nilai p=0,000 yang menandakan adanya pengaruh antara pemberian relaksasi benson terhadap penurunan intensitas nyeri pada pasien post *sectio caesarea.*

Terdapat pengaruh signifikan dari pemberian kombinasi terapi relaksasi *slow deep breathing* dan relaksasi benson terhadap penurunan intensitas nyeri pada pasien post *sectio caesarea*. Berdasarkan penelitian Mahmudi *et al,* (2025) yang dilakukan pada 18 responden post *sectio caesarea,* hasilnya menunjukkan penurunan nilai rata-rata intensitas nyeri dari 4,72 sebelum intervensi menjadi 3,00 setelahnya, dengan nilai p=0,0000. Temuan ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Yunita Novianti *et al* (2025) Hasil penelitian tersebut mengindikasikan penurunan skala nyeri, yaitu dari 6 menjadi 2. Temuan ini menunjukkan bahwa kombinasi kedua teknik relaksasi saling melengkapi dan efektif dalam menurunkan intensitas nyeri pada pasien post *sectio caesarea.*

Survei awal yang dilakukan oleh peneliti di RSU. Sufina Aziz Medan menunjukkan peningkatan jumlah persalinan melalui tindakan *sectio caesarea,* yaitu sebanyak 590 kasus pada tahun 2024 dan 638 kasus pada tahun 2025. Selain itu, peneliti melakukan wawancara dan observasi pada beberapa pasien post *sectio caesarea* di ruang perawatan RSU. Sufina Aziz Medan bahwa sebagian besar pasien post *sectio caesarea* mengalami nyeri pada fase awal pascaoperasi, khususnya pada pasien yang menjalani prosedur tersebut untuk pertama kali dan belum mampu mengelola nyeri secara efektif.

Berdasarkan kondisi tersebut, diperlukan suatu intervensi keperawatan yang efektif, aman, dan mudah diterapkan dalam upaya menurunkan intensitas nyeri pasca operasi. Salah satu metode nonfarmakologis yang dapat digunakan adalah teknik relaksasi *slow deep breathing* dan relaksasi benson. Oleh karena itu, peneliti termotivasi dan tertarik untuk melakukan studi kasus mengenai penerapan relaksasi *slow deep breathing* dan relaksasi benson sebagai upaya nonfarmakologi dalam menurunkan intensitas nyeri pada post *sectio caesarea* di RSU. Sufina Aziz Medan.

## B. Rumusan Masalah

Berdasarkan uraian latar belakang diatas, maka rumusan masalah dalam studi kasus ini adalah: "Bagaimana penerapan relaksasi *slow deep breathing* dan relaksasi benson untuk menurunkan intensitas nyeri pada pasien *post sectio caesarea* di RSU. Sufina Aziz Medan? "

## C. Tujuan Studi Kasus

1. Tujuan Umum

   Untuk menggambarkan penerapan terapi relaksasi *slow deep breathing* dan relaksasi benson untuk menurunkan intensitas nyeri pada pasien *post sectio caesarea.*

2. Tujuan Khusus
   a. Menggambarkan karakteristik pasien *post sectio caesarea* (umur, jenis kelamin, pendidikan, pekerjaan).
   b. Menggambarkan intensits nyeri sebelum dilakukan tindakan relaksasi *slow deep breathing* dan relaksasi benson.
   c. Menggambarkan intensitas nyeri sesudah dilakukan tindakan relaksasi *slow deep breathing* dan relaksasi benson.
   d. Membandingkan intensitas nyeri sebelum dan sesudah tindakan relaksasi *slow deep breathing* dan relaksasi benson.

## D. Manfaat Studi Kasus

Studi kasus ini diharapkan memberi manfaat bagi:

1. Bagi peneliti

   Studi kasus ini diharapkan dapat menambah pengetahuan, wawasan, dan pengalaman peneliti dalam menerapkan intervensi keperawatan nonfarmakologis, khususnya teknik relaksasi *slow deep breathing* dan relaksasi benson dalam penatalaksanaan nyeri pada pasien post *sectio caesarea.*

2. Bagi pasien

   Studi kasus ini diharapkan dapat diterapkan langsung bagi pasien dalam menangani nyeri akibat *post sectio caesarea* secara mandiri melalui penerapan teknik relaksasi *slow deep breathing* dan relaksasi benson untuk menurunkan intensitas nyeri pada pasien post operasi.

3. Bagi RSU. Sufina Aziz Medan

   Studi kasus ini diharapkan dapat memberikan manfaat bagi tempat peneliti dan dapat menerapkan standar operasional prosedur (SOP) penanganan nyeri post operasi secara nonfarmakologis.

4. Bagi Poltekkes Kemenkes Medan

   Hasil studi kasus diharapkan menjadi acuan dan bahan pengembangan pengajaran khususnya mata kuliah keperawatan medikal bedah. Selain itu, hasil penelitian ini juga diharapkan dapat digunakan sebagai bahan bacaan diruang belajar, referensi awal, serta dasar pertimbangan dalam pengembangan dan pelaksanaan penelitan selanjutnya di Prodi D-III Keperawatan Kemenkes Poltekkes Medan.