# BAB I
# PENDAHULUAN

## A. Latar Belakang

Tindakan *sectio caesarea* (SC) adalah suatu prosedur pembedahan obstetri yang dilakukan untuk mengeluarkan janin melewati insisi pada dinding abdomen serta dinding uterus, sehingga proses persalinan berlangsung melalui tindakan operatif, bukan melalui jalan lahir pervaginam (Padila, 2015) dalam (Sartika & Bahar, 2023). Ibu postpartum yang menjalani tindakan *sectio caesarea* mengalami luka insisi pada area abdomen sebagai konsekuensi prosedur pembedahan. Kondisi tersebut dapat menimbulkan ketidaknyamanan hingga nyeri yang berkaitan dengan trauma jaringan serta proses inflamasi dan penyembuhan pascaoperasi (Armayanti & Karlina, 2024).

Berlandaskan *WHO* (2021), angka kelahiran melalui operasi *caesarea* menunjukkan penaikkan secara global serta saat ini sudah mencakup lebih dari 1 dari 5 kelahiran (21%) di seluruh dunia. Organisasi tersebut memprediksi bahwa angka ini akan terus meningkat dalam beberapa dekade mendatang, sehingga pada tahun 2030 diperkirakan hampir sepertiga (29%) proses kelahiran akan dilakukan melalui prosedur *sectio caesarea.* WHO juga melaporkan bahwa peningkatan kejadian *sectio caesarea* terjadi secara signifikan,terutama di negara-negara berkembang. Secara umum, WHO merekomendasikan proporsi tindakan *sectio caesarea* ada dalam kisaran 10–15% dari total persalinan di setiap negara. Apabila angka tersebut melampaui batas yang dianjurkan, keadaan ini berpotensi menaikkan risiko mortalitas maupun morbiditas pada bayi serta ibu. Data global menunjukkan bahwa jumlah tindakan *sectio caesarea* pada tahun 2019 mencapai 85 juta kasus, di 2020 sejumlah 68 juta kasus, serta di 2021 tercatat 373 juta kasus. Distribusi kasus tertinggi ditemukan pada wilayah Amerika (39,3%), diikuti Eropa (25,7%) serta Asia (23,1%), dengan kecenderungan peningkatan yang diperkirakan akan terus berlanjut hingga tahun 2030.

Berdasarkan informasi dari Kementerian Kesehatan Republik Indonesia (2022), jumlah tindakan SC pada Indonesia menggapai 927. 000 kasus dari total 4. 039. 000 persalinan. Secara keseluruhan, proporsi persalinan dengan metode sectio caesarea pada Indonesia diperkirakan ada antara 30%-80% dari

total angka persalinan yang ada, menunjukkan kecenderungan peningkatan penggunaan prosedur bedah dalam praktik obstetri nasional

Berlandaskan laporan Dinas Kesehatan Provinsi Sumatera Utara 2021 menunjukkan kuantitas tindakan persalinan melalui *sectio caesarea* tercatat sejumlah 25.602 kasus. Prevalensi persalinan post *sectio caesarea* pada Sumatera Utara tercatat sebesar 23,9% ataupun sebanyak 1.046 kasus. Di lokasi penelitian, peneliti melakukan survey pendahuluan pada Rumah sakit Dr. Ferdinand Lumban Tobing di dapatkan kuantitas penderita kasus post *sectio caesarea* di 2021sebanyak 232 klien, pada 2022 sejumlah 358 klien, di 2023 sejumlah 332 klien, selanjutnya di 2024 sejumlah 298 klien, dan ditahun 2025 berjumlah 369 klien, dibulan januari 32 klien (RSU Dr Ferdinan Lumban Tobing, 2026).

Indikasi persalinan secara caesarea berkaitan dengan berbagai komplikasi sebesar 22,7%, meliputi perdarahan (2,4%), posisi janin melintang/sungsang (3,1%), ketuban pecah dini (5,6%), eklamsi (0,2%), lilitan tali pusat (2,9%), partus lama (4,3%), plasenta tertinggal (0,8%), plasenta previa (0,7%), serta hipertensi (2,7%) (Safitri & Andriyani, 2024). Pascapersalinan *sectio caesarea*, ibu dapat menghadapi nyeri, hambatan menyusui, perubahan emosional, keterbatasan mobilisasi, serta gangguan kebersihan diri. Berbagai kondisi tersebut dapat memengaruhi kemampuan ibu dalam menjalankan aktivitas sehari-hari serta beradaptasi dengan tuntutan perawatan bayi pada periode awal setelah persalinan. Kondisi tersebut juga berpotensi memperburuk kualitas tidur, meningkatkan kecemasan, memperlambat pemulihan, dan memperpanjang masa rawat inap (Duran & Vural, 2023).

Beberapa studi memperlihatkan tingkat nyeri pada ibu pasca tindakan *sectio caesarea* (SC) sebagian besar ada dalam kategori sedang. Studi Agustin dkk. (2020) mengungkap sebagian besar partisipan mengalami nyeri sedang sebesar 66,6%, diikuti ringan sebesar 25,7%, serta berat sebesar 7,7%. Hasil penelitian Fajarnia (2023) mengungkap mayoritas ibu pasca SC mengalami nyeri sedang dengan proporsi 89%, sedangkan 11% lainnya melaporkan nyeri ringan. Sementara itu, studi Prastu dan Haniyah (2022) mengatakan hasil berbeda, di mana 52,4% ibu pasca SC mengalami nyeri berat dengan rentang

skala 7–9, sedangkan 47,6% responden melaporkan tingkat nyeri yang sangat berat.

Persalinan melalui tindakan *Sectio caesarea* berpotensi menimbulkan berbagai dampak pasca operatif, seperti diastasis rekti, kelemahan otot abdomen, serta edema pada ekstremitas bawah. Selain itu, keluhan yang paling umum muncul setelah prosedur ini adalah nyeri. Nyeri pasca operasi terjadi sebagai respons terhadap kerusakan jaringan akibat insisi pembedahan yang menyebabkan terputusnya kontinuitas jaringan dan stimulasi reseptor nyeri. Kondisi tersebut tidak hanya menimbulkan ketidaknyamanan, tetapi juga dapat mengganggu aktivitas ibu. Dampak yang muncul meliputi *impairment* berupa rasa takut untuk bergerak (63%) dan keterbatasan rentang gerak (55–70%) sebelum dilakukan intervensi, *functional limitation* seperti ketidakmampuan berdiri (50–60%), berjalan, atau melakukan mobilisasi secara mandiri (65%) selama 24 jam setelah post SC, serta *disability* yang ditandai dengan terganggunya aktivitas sehari-hari akibat keterbatasan gerak dan intensitas nyeri yang dirasakan (40–60%) (Sylvia & Rasyada, 2023).

Satu di antara pendekatan nonfarmakologis untuk meredakan nyeri ialah relaksasi Benson yang sederhana, mudah diterapkan, dan tidak memerlukan biaya. Teknik ini memadukan relaksasi dengan sistem keyakinan melalui pengulangan ungkapan tertentu secara ritmis disertai sikap pasrah, baik berupa nama Tuhan maupun kata-kata yang menenangkan (Haryanti, 2021). Pengulangan ungkapan dengan teratur bisa membantu mengarahkan perhatian individu dari sensasi nyeri menuju kondisi lebih tenang, sehingga hasil respons pada nyeri bisa dikelola menjadi adaptif. Efektivitasnya didukung oleh penelitian Naili & Prasetyorini (2023) yang menunjukkan penurunan intensitas nyeri akut pada ibu pasca-*sectio caesarea*. Temuan ini sejalan dengan hasil penelitian Senjani Isaba Krisya (2024), dengan penurunan skala nyeri setelah intervensi selama 3 hari berturut-turut, masing-masing 10–15 menit. Pemberian intervensi berulang tersebut menunjukkan bahwa konsistensi pelaksanaan dapat menjadi unsur penting dalam membantu ibu memperoleh kondisi relaksasi yang lebih optimal. Febiantri & Machmudah (2021) juga menyatakan bahwa relaksasi Benson efektif dalam mengatasi nyeri dibandingkan

penggunaan terapi analgetik saja. Secara fisiologis, teknik ini membantu menghambat aktivitas saraf simpatik sehingga penggunaan oksigen menurun dan otot menjadi lebih rileks.

Berlandaskan beragam temuan studi yang memperlihatkan efektivitas terapi relaksasi Benson dalam meredakan nyeri, penulis terdorong dan tertarik untuk merangkai karya tulis ilmiah berjudul " Penerapan Teknik Relaksasi Benson Dengan Nyeri Akut Pada Ibu *Post Sectio caesarea* di RSU Dr. Ferdinand Lumban Tobing Sibolga.

## B. Rumusan Masalah

Berlandaskan penjelasan pada latar belakang, perumusan permasalahan pada studi kasus ini ialah "Bagaimana penerapan teknik relaksasi benson dengan nyeri akut pada pasien *Post Sectio caesarea* di RSU Dr. Ferdinand Lumban Tobing Sibolga Tahun 2026?"

## C. Tujuan

Tujuan Umum :

Mendeskripsikan penggunaan teknik relaksasi Benson dalam menangani masalah nyeri akut pada pasien *Post Sectio Caesarea* di Rumah Sakit Umum Dr. Ferdinand Lumban Tobing Sibolga.

Tujuan Khusus :

1. Menjelaskan karakteristik pasien setelah tindakan *Sectio caesarea* yang mengalami nyeri akut berdasarkan GPA (Graviditas, Paritas, Abortus), serta usia, pendidikan, dan pekerjaan di Rumah Sakit Umum Dr. Ferdinand Lumban Tobing
2. Menggambarkan tingkat nyeri akut yang dirasakan sebelum penerapan teknik relaksasi Benson di Rumah Sakit Umum Dr. Ferdinand Lumban Tobing.
3. Menggambarkan tingkat nyeri akut yang dirasakan setelah penerapan teknik relaksasi Benson di Rumah Sakit Umum Dr. Ferdinand Lumban Tobing.
4. Menggambarkan perbandingan tingkat nyeri akut sebelum dan sesudah penerapan teknik relaksasi Benson di Rumah Sakit Umum Dr. Ferdinand Lumban Tobing.

## D. Manfaat

Studi Kasus ini diharapkan memberi manfaat untuk :

1. **Bagi Subjek Penelitian (Pasien, Keluarga, Masyarakat)**

   Studi kasus ini diinginkan bisa menyalurkan keuntungan serta memperluas wawasan mengenai implementasi teknik relaksasi Benson terhadap menangani nyeri akut pada pasien *Post Section Caesarea* serta meningkatkan kemampuan subjek penelitian dalam menerapkan Relaksasi Benson secara mandiri. Penerapan teknik tersebut diharapkan dapat memberikan pengalaman praktis kepada subjek penelitian dalam mengenali respons tubuh terhadap nyeri sekaligus mengembangkan kemampuan mengelola ketidaknyamanan secara lebih adaptif.

2. **Bagi Tempat Peneliti**

   Studi kasus ini diinginkan bisa menyalurkan manfaat untuk lahan praktik melewati penambahan panduan dalam pengembangan pelayanan untuk menangani nyeri akut pada pasien *Post Section Caesarea*. Hasil studi ini diharapkan dapat menjadi bahan pertimbangan bagi tenaga kesehatan dalam memperkaya pilihan intervensi nonfarmakologis yang dapat diterapkan sebagai pendamping penatalaksanaan nyeri.

3. **Bagi Institusi D-III Keperwatan Tapanuli Tengah Kemenkes Poltekkes Medan**

   Temuan studi kasus diinginkan bisa memperkaya mutu pendidikan juga mewujud materi referensi serta sumber bacaan untuk ruang belajar Prodi D-III Keperawatan Kemenkes Poltekkes Medan. Materi yang dihasilkan dari studi kasus ini diharapkan dapat memberikan gambaran empiris mengenai penerapan teknik relaksasi Benson dalam penanganan nyeri akut pada pasien *Post Section Caesarea*.