

# BAB I

## PENDAHULUAN

### 1.1 Latar Belakang

Persalinan merupakan proses pengeluaran hasil konsepsi janin atau uri yang telah cukup bulan atau hidup diluar kandungan melalui jalan lahir atau melalui jalan lain, dengan bantuan atau tanpa bantuan. Proses persalinan identik dengan rasa nyeri yang akan dialami, secara fisiologis nyeri terjadi Ketika otot-otot rahim berkontraksi sebagai upaya membuka serviks dan mendorong kepala bayi kearah panggul.

Selama kala I persalinan normal, nyeri bisa diakibatkan oleh kontraksi involunter otot uteri. Kontraksi cenderung dirasakan dipunggung bawah pada awal persalinan. Sensasi nyeri melingkari batang tubuh bawah yang mencakup abdomen dan punggung ketika persalinan mengalami kemajuan, intensitas setiap kontraksi meningkat, menghasilkan intensitas yang lebih besar (Taqwin, 2020)

Persalinan kala I dibagi menjadi dua fase salah satunya yaitu fase aktif. Biasanya pada fase aktif frekuensi dan lama kontraksi uterus umumnya akan meningkat atau adekuat dan serviks membuka dari 4 sampai 10 cm. Bila mulut rahim (serviks) membuka lengkap maka tandanya akan terjadi persalinan sehingga untuk mengurangi ketidaknyamanan atau nyeri persalinan dapat diatasi dengan menggunakan beberapa metoda yaitu menggunakan metoda *non-farmakologis*. Salah satunya dengan menggunakan teknik relaksasi pernapasan. Namun pada kenyataannya masih banyak ibu bersalin yang tidak dapat mengatasi nyeri pada persalinan (Nurhayati, 2019)

Nyeri persalinan yang berlebihan dan terlalu lama akan menimbulkan kecemasan dan tekanan psikologis, sehingga dapat mempengaruhi keadaan fisik ibu bersalin, seperti peningkatan tekanan darah, frekuensi nafas dan denyut jantung. Apabila hal ini terus terjadi, maka nyeri yang hebat selama persalinan dapat menimbulkan kelelahan pada ibu sehingga berisiko terjadinya partus lama yang dapat membahayakan ibu dan janin (Alyensi & Arifin, 2018). Berdasarkan SDKI (Survei Demografi Kesehatan Indonesia) tahun 2017, dilaporkan bahwa wanita yang mengalami persalinan lama sebesar 41% kelahiran (Pradita, 2019)

Pada ibu primigravida umumnya merasa cemas dan takut menghadapi persalinan. Stres atau rasa takut ternyata secara fisiologis dapat menyebabkan kontraksi uterus menjadi terasa semakin nyeri dan sakit dirasakan. Ibu dalam kondisi inpartu tersebut mengalami stress maka tubuh merangsang tubuh mengeluarkan hormon stressor yaitu hormon Katekolamin dan hormon Adrenalin. Katekolamin ini akan dilepaskan dalam konsentrasi tinggi saat persalinan jika ibu tidak bisa menghilangkan rasa takutnya sebelum melahirkan. Akibatnya tubuh tersebut maka uterus menjadi semakin tegang sehingga aliran darah dan oksigen ke dalam otot-otot uterus berkurang karena arteri mengecil dan menyempit akibatnya adalah rasa nyeri yang tak terelakkan. Ibu multigravida sudah pernah melahirkan sehingga sudah punya pengalaman nyeri saat melahirkan. Ibu yang sudah mempunyai pengalaman melahirkan akan mampu merespon rasa nyeri tersebut. Ibu yang melahirkan dalam keadaan rileks, semua lapisan otot dalam rahim akan bekerja sama secara harmonis sehingga persalinan akan berjalan lancar, mudah dan nyaman (Oktapianti & Triyanti, 2022)

Penanganan dan pengawasan nyeri persalinan terutama pada kala I sangat penting, karena itu sebagai titik penentu apakah seseorang ibu bersalin dapat menjalani persalinan normal atau diakhiri dengan suatu tindakan dikarenakan adanya penyulit yang diakibatkan nyeri yang sangat hebat (Taqwin, 2020)

Nyeri persalinan dapat dikendalikan dengan 2 metode yaitu *farmakologis* dan *non-farmakologis*. metode penghilang rasa nyeri secara *farmakologis* adalah dengan menggunakan obat-obatan kimiawi, sedangkan metode *non-farmakologis* dilakukan secara alami tanpa menggunakan obat-obatan kimiawi yaitu dengan melakukan teknik relaksasi yang mencakup relaksasi nafas dalam, relaksasi otot, masase, music dan aromaterapi (Marsilia & Tresnayanti, 2021)

Teknik relaksasi nafas dalam merupakan salah satu cara untuk mengurangi rasa nyeri pada ibu bersalin secara *non-farmakologis* dengan menarik nafas dalam-dalam pada saat kontraksi melalui hidung sambil mengembungkan perut dan menghembuskan nafas melalui mulut secara perlahan sambil mengempeskan perut (Aprillia, 2017). Teknik relaksasi dapat dilakukan untuk mengendalikan rasa nyeri ibu dengan meminimalkan aktifitas

saraf simpatik dalam sistem saraf otonom. Teknik tersebut dapat mengurangi sensasi nyeri dan mengontrol intensitas reaksi ibu terhadap rasa nyeri (Taqwin, 2020)

Teknik pernapasan kala I awal dilakukan dengan cara tiap kali kontraksi dari awal sampai akhir kontraksi ibu diminta untuk menarik nafas dalam-dalam dan teratur melalui hidung dan dikeluarkan melalui mulut. Pada puncak kontraksi bernafaslah dengan ringan dan pendek pendek melalui mulut tetapi jangan terlalu lama karena bisa mengakibatkan ibu kekurangan oksigen (Z. M. Sari *et al.*, 2021)

Menurut *World health Organization* (WHO) sebanyak 90% wanita hamil dan melahirkan mengalami rasa nyeri saat persalinan. Amerika Serikat mendapatkan 70% sampai 80% wanita yang melahirkan berlangsung dengan rasa nyeri (Siregar *et al.*, 2023)

Departemen Kesehatan Republik Indonesia pada tahun 2020 melaporkan angka nyeri persalinan rata-rata di Indonesia sebanyak 85- 90% wanita hamil yang akan menghadapi persalinan mengalami nyeri persalinan yang hebat dan 7- 15% tidak disertai rasa nyeri (Putri & Lestari, 2023)

Data di Provinsi Sumatera Utara pada tahun 2020, menunjukkan 54% ibu primigravida mengalami nyeri berat, 46% mengalami nyeri sedang sampai ringan. Dapat disimpulkan bahwa nyeri persalinan yang dialami ibu primigravida mayoritas pada skala nyeri sedang hingga berat (Siregar *et al.*, 2023).

Menurut penelitian yang telah dilakukan oleh N. Sari *et al.*, 2022 yang berjudul pengaruh teknik relaksasi pernafasan terhadap intensitas nyeri persalinan kala I, diperoleh hasil uji wilcoxon didapatkan nilai signifikan  $0,009 < \alpha (0,05)$ , hal ini menunjukkan ada pengaruh teknik relaksasi nafas dalam terhadap penurunan nyeri persalinan kala I fase aktif.

Sejalan dengan penelitian Septiani & Agustia, 2021 yang berjudul Pengaruh Teknik Relaksasi Nafas Dalam terhadap Penurunan Nyeri Persalinan Kala I Fase Aktif, berdasarkan hasil Analisa statistic menggunakan uji Wilcoxon, didapat nilai p value  $(0,000) < \alpha (0,05)$  sehingga didapatkan hasil penelitian bahwa ada pengaruh teknik relaksasi nafas dalam terhadap penurunan nyeri persalinan kala I fase aktif.

Dalam penelitian Marsilia & Tresnayanti (2021) yang berjudul Pengaruh Teknik Relaksasi Nafas Dalam terhadap Intensitas nyeri padapersalinan kala I Fase Aktif, diperoleh hasil uji Wilcoxon didapatkan nilai Signifikan  $0,000 < 0.05$ , maka dapat disimpulkan berdasarkan instrument skala nyeri *Numeric Rating Scale* (NRS) terdapat pengaruh relaksasi nafas dalam penurunan intensitas nyeri persalinan kala I fase aktif.

Berdasarkan studi pendahuluan yang peneliti lakukan pada tanggal 18 – 20 Oktober 2023 di Klinik Pratama Niar Patumbak, didapatkan rata-rata persalinan kala I fase aktif pada ibu primigravida dari periode Januari-Oktober 2023 sebanyak 102 ibu bersalin.

Hasil survey awal secara langsung di Klinik Pratama Niar Patumbak ditemukan 5 ibu yang menunjukkan tanda tanda proses persalinan kala I, ibu tampak merasakan nyeri dan peneliti mengobservasi hal yang dilakukan ibu adalah berjalan keliling mengelilingi Kasur sambil memegang pinggang dan menumpukan badan dikasur untuk mengurangi rasa nyeri.

Berdasarkan latar belakang di atas, peneliti tertarik untuk melakukan penelitian dengan judul “Pengaruh Teknik Relaksasi Nafas Dalam Terhadap Intensitas Nyeri Persalinan Kala I Fase Aktif Pada Ibu Primigravida Di klinik Pratama Niar Patumbak tahun 2023”.

## **1.2 Rumusan Masalah**

Berdasarkan latar belakang diatas yang menjadi rumusan masalah dalam penelitian ini adalah :

Bagaimanakah “Pengaruh Teknik Relaksasi Nafas Dalam Terhadap Intensitas Nyeri Persalinan Kala I Fase Aktif Pada Ibu Primigravida Di klinik Pratama Niar Patumbak”.

## **1.3 Tujuan Penelitian**

### **1.3.1 Tujuan umum**

Tujuan umum dari penelitian ini adalah untuk mengetahui Pengaruh Teknik Relaksasi Nafas Dalam Terhadap Intensitas Nyeri Persalinan Kala I Fase Aktif Pada Ibu Primigravida Di klinik Pratama Niar Patumbak.

### **1.3.2 Tujuan Khusus**

- 1.3.2.1 Untuk mengetahui skala Intensitas Nyeri Persalinan Kala I Fase Aktif sebelum diberikan perlakuan teknik relaksasi napas dalam Pada Ibu Primigravida Di klinik Pratama Niar Patumbak.
- 1.3.2.2 Untuk mengetahui skala Intensitas Nyeri Persalinan Kala I Fase Aktif sesudah diberikan perlakuan teknik relaksasi napas dalam Pada Ibu Primigravida Di klinik Pratama Niar Patumbak

### **1.4 Manfaat Penelitian**

#### **1.4.1 Bagi Instansi Pendidikan**

Hasil penelitian ini diharapkan dapat memberikan informasi dan gambaran terkait Teknik Relaksasi Nafas Dalam sebagai sumber referensi di perpustakaan. Hasil penelitian ini diharapkan Sebagai bahan rujukan bagi peneliti yang lain

#### **1.4.2 Bagi Tempat Penelitian**

Hasil penelitian ini diharapkan dapat memberikan Pendidikan Kesehatan dan demonstrasi tentang Teknik Relaksasi Nafas dalam Terhadap Nyeri persalinan kala I Fase Aktif

#### **1.4.3 Bagi Responden/Klien**

Penelitian ini diharapkan dapat menambah pengetahuan, informasi dan wawasan ibu terhadap Teknik Relaksasi Nafas Dalam terhadap Penurunan Nyeri Persalinan Kala I fase aktif

#### **1.4.4 Bagi Peneliti**

Hasil penelitian ini dapat meningkatkan kemampuan, keterampilan dan menambah wawasan peneliti khususnya dalam melakukan tindakan Teknik Relaksasi Nafas Dalam