

## **BAB I PENDAHULUAN**

### **A. Latar Belakang**

Persalinan dan kelahiran merupakan kejadian fisiologis yang normal. Persalinan dan kelahiran normal adalah proses pengeluaran janin yang terjadi pada kehamilan cukup bulan (37-42 minggu), lahir spontan dengan presentasi belakang kepala yang berlangsung dalam 18 jam, tanpa komplikasi baik pada pasien maupun pada janin. Persalinan adalah saat yang sangat dinanti-nantikan pasien hamil untuk dapat merasakan kebahagiaan melihat dan memeluk bayinya. Tetapi, persalinan juga disertai rasa nyeri yang membuat kebahagiaan yang didambakan diliputi oleh rasa takut dan cemas.

Beberapa penelitian menunjukkan bahwa pada masyarakat primitif, persalinannya lebih lama dan nyeri, sedangkan masyarakat yang telah maju 7-14% bersalin tanpa rasa nyeri dan sebagian besar (90%) persalinan disertai rasa nyeri. Nyeri adalah masalah yang alamiah dalam menghadapi persalinan. Apabila tidak diatasi maka menimbulkan masalah lain yaitu meningkatkan rasa khawatir (Wikyosastro, 2005).

Berbagai upaya dilakukan untuk menurunkan nyeri pada persalinan, baik secara farmakologi maupun nonfarmakologi. Manajemen nyeri secara farmakologi lebih efektif dibanding dengan metode nonfarmakologi namun metode farmakologi lebih mahal, dan berpotensi mempunyai efek yang kurang baik. Sedangkan metode nonfarmakologi bersifat murah, simpel, efektif, dan tanpa efek yang

merugikan. Metode nonfarmakologi juga dapat meningkatkan kepuasan selama persalinan karena pasien dapat mengontrol perasaannya dan kekuatannya. Relaksasi, teknik pernapasan, pergerakan dan perubahan posisi, massage, hidroterapi, terapi panas/dingin, musik, guided imagery, akupresur, aromaterapi merupakan beberapa teknik nonfarmakologi yang dapat meningkatkan kenyamanan pasien saat bersalin dan mempunyai pengaruh yang efektif terhadap pengalaman persalinan (Handerson, Jones, 2006).

Penatalaksanaan keperawatan terhadap nyeri persalinan digali dengan menggunakan sampel sebanyak 4171 pasien yang mengalami kelahiran di rumah sakit yang ditolong oleh perawat-bidan pada sembilan rumah sakit di Amerika Serikat tahun 1996. Kira-kira 90% dari wanita yang bersalin yang dipilih menggunakan beberapa tipe penatalaksanaan nyeri untuk persalinan. Banyak memilih melalui susunan metode nonfarmakologis dengan atau tanpa farmakologis. Sesuai harapan, metode nonfarmakologis adalah pilihan yang disukai (Patree, Walsh, 2007).

Relaksasi adalah metode pengendalian nyeri nonfarmakologi yang paling sering digunakan di Inggris. Steer melaporkan bahwa 34 % pasien menggunakan metode relaksasi. Teknik pengendalian nyeri yang termasuk relaksasi mengajarkan pasien untuk meminimalkan aktivitas simpatis dan sistem saraf otonom (Mander, 2003). Nyeri dan ketegangan emosional meningkatkan kadar kortisol dan katekolamin, yang dapat mempengaruhi lama dan intensitas persalinan. Rasa nyeri saat persalinan bisa meningkatkan tekanan darah, denyut jantung janin meningkat dan

konsentrasi pasien selama persalinan menjadi terganggu. Semua itu akan berefek buruk terhadap kelancaran persalinan (Indriati, 2009). Ketika pasien sangat takut menghadapi persalinan secara otomatis otak mengatur dan mempersiapkan tubuh untuk merasa sakit, akibatnya rasa sakit saat persalinan semakin terasa akhirnya sakit semakin parah dan akhirnya pasien semakin takut. Metode penghilang rasa sakit persalinan dipasientuhkan karena pada dasarnya persalinan bukanlah siksaan, bahkan hukuman dan bukan ajang uji ketakutan atau daya tahan pasien. Persalinan adalah tugas reproduksi untuk melanjutkan kehidupan. Untuk meringankan tugas ini pasien berhak atas upaya untuk mengurangi rasa sakit yang dialami sepanjang persalinan dapat beresiko bagi keselamatan pasien dan janin (Danuatmaja, Meiliasari, 2004).

Keterampilan mengatasi rasa nyeri ini dapat digunakan selama persalinan, mengatasi persalinan dengan baik berarti tidak kewalahan atau panik saat menghadapi rangkaian kontraksi. Keterampilan yang paling bermanfaat untuk mengatasi rasa nyeri bersalin mencakup relaksasi pernapasan. Para wanita yang menggunakan keterampilan ini biasanya tidak merasa begitu sakit dibandingkan para wanita yang tidak menggunakannya (Whalley, Simkin, & Keppler, 2008).

Relaksasi merupakan proses mengistirahatkan tubuh dan pikiran dari segala beban fisik dan kejiwaan, sehingga pasien menjadi lebih tenang. Teknik relaksasi juga membuat sirkulasi darah rahim, plasenta, dan janin menjadi lancar sehingga kebutuhan oksigen dan makanan janin terpenuhi. Sirkulasi darah yang lancar juga akan membuat otot-otot yang berhubungan dengan kandungan dan janin seperti

otot punggung, punggung dan perut, menjadi lemas dan kedur. Sedang ketika persalinan, relaksasi membuat proses kontraksi berlangsung aman, alami, dan lancar. Di samping menjadi rileks, pengetahuan tentang cara bernapas yang baik juga dapat mengatasi beberapa kesulitan bernapas yang biasa dialami pasien hamil (Indriati, 2009).

Teknik relaksasi merupakan teknik pereda nyeri yang banyak memberikan masukan terbesar karena teknik relaksasi dalam persalinan dapat mencegah kesalahan yang berlebihan pasca-persalinan. Ada pun relaksasi bernapas selama proses persalinan dapat mempertahankan komponen sistem saraf simpatis dalam keadaan homeostatis sehingga tidak terjadi peningkatan suplai darah, mengurangi kecemasan dan ketakutan agar pasien dapat beradaptasi dengan nyeri selama proses persalinan (Mander, 2003).

Relaksasi telah terbukti meningkatkan kemampuan individu untuk menoleransi nyeri. Relaksasi dan pernapasan yang terkontrol dapat meningkatkan kemampuan mereka mengatasi kecemasan dan meningkatkan rasa mampu mengendalikan yang menimbulkan stres dan nyeri (Schott, Priest, 2008). Berdasarkan hasil penelitian tentang pengaruh teknik relaksasi napas dalam terhadap adaptasi nyeri persalinan pada pasien inpartu kala I fase aktif di Klinik Bersalin Fatimah Ali I dan II Marindal Medan Sumatera. Didapatkan bahwa teknik relaksasi napas dalam mampu menaikkan adaptasi terhadap nyeri persalinan pada pasien inpartu kala I fase aktif yang berdasarkan pada hasil uji paired Ttist (Dwi Purnama, 2005).

Menurut data dari di Klinik Bersalin Kelurahan Jati Murni, Bekasi, menunjukkan jumlah persalinan sebanyak 368 (2008), 340 (2009), 374 (2010), 359 (2011). Orang semakin meningkat jumlah persalinan maka tanggung jawab tenaga perawat di tempat-tempat pelayanan kesehatan semakin berat. Namun fakta yang terjadi saat ini tempat-tempat pelayanan kesehatan dalam hal ini Puskesmas dan Rumah Sakit belum secara efektif melaksanakan intervensi keperawatan maternitas teknik relaksasi napas dalam dalam penanganan nyeri persalinan, sehingga tidak diketahui secara pasti kebenaran dari pengaruh teknik relaksasi terhadap nyeri pada pasien inpartu kala I sesuai dengan teori yang ada.

Berdasarkan uraian diatas, peneliti tertarik untuk melakukan penelitian mengenai pangaruh teknik relaksasi napas dalam terhadap respon adaptasi nyeri pada pasien inpartu kala 1 di Klinik Bersalin Kelurahan Jati Murni, Bekasi.

## **B. Perumusan Masalah**

Berdasarkan latar belakang yang telah diuraikan di atas teridentifikasi masalah kontraksi uterus pada persalinan terasa sakit dan nyeri. Nyeri kontraksi ini dapat mengakibatkan peningkatan aktivitas sistem saraf simpatis. Perubahan tekanan darah, denyut jantung, pernapasan dan wadna kulit. Selain itu, nyeri persalinan dalam hal ini akibat kontraksi juga berhubungan dengan respon perilaku yang dapat diawali, misalnya vokalisasi, ekspresi wajah, gerakan tubuh dengan verbalisasi. Dalam nyeri persalinan tidak lepas juga sebagai akibat dari sindrom takut-tegang dari pasien dengan teknik relaksasi bernapas dapat membantu pasien merasa rileks, meringankan ketegangan dan mengatasi rasa takut, sehingga dapat

menurunkan nyeri yang dirasakan oleh pasien saat persalinan. Dengan adanya keterbatasan waktu, dana, tenaga, dan teori dalam penelitian ini peneliti membatasi penelitian ini tentang pengaruh teknik relaksasi bernapas terhadap respon adaptasi nyeri pada pasien inpartu kala 1 di Klinik Bersalin Kelurahan Jati Murni, Bekasi.

### **C. Tujuan Penelitian**

Tujuan penelitian ini terdiri dari tujuan umum dan tujuan khusus :

#### 1. Tujuan Umum

Mengidentifikasi pengaruh teknik relaksasi napas dalam terhadap respon adaptasi nyeri pada pasien inpartu kala 1 di Klinik Bersalin Kelurahan Jati Murni, Bekasi.

#### 2. Tujuan Khusus

- a. Teridentifikasi respon adaptasi nyeri fisiologis, psikologis dan sosial sebelum melakukan teknik relaksasi napas dalam di Klinik Bersalin Kelurahan Jati Murni, Bekasi.
- b. Teridentifikasi respon adaptasi nyeri fisiologis, psikologis dan sosial setelah melakukan teknik relaksasi napas dalam di Klinik Bersalin Kelurahan Jati Murni, Bekasi.
- c. Teridentifikasi pengaruh teknik relaksasi napas dalam terhadap respon adaptasi nyeri pasien inpartu kala I di Klinik Bersalin Kelurahan Jati Murni, Bekasi.

#### **D. Manfaat Penelitian**

##### 1. Peneliti lain

Hasil penelitian ini dapat memberikan manfaat sebagai acuan peneliti selanjutnya dan menambah wawasan peneliti lain tentang pengaruh teknik relaksasi napas dalam terhadap respon adaptasi nyeri pada pasien beserta keluarganya saat persalinan inpartu kala 1.

##### 2. Instansi Pendidikan

Hasil penelitian ini dapat memberikan manfaat sebagai informasi untuk memperluas wawasan dan mengembangkan ilmu keperawatan sehingga dapat digunakan oleh mahasiswa sebagai acuan tentang pengaruh teknik relaksasi napas dalam terhadap respon adaptasi nyeri pada pasien inpartu kala 1.

##### 3. Rumah Sakit

Hasil penelitian ini dapat memberikan manfaat sebagai masukan, memberikan informasi tentang pengaruh teknik relaksasi napas dalam terhadap respon adaptasi nyeri pada pasien inpartu kala 1, dan diharapkan dapat mengelola, melayani pasien yang sedang mengalami proses persalinan dalam hal teknik pernapasan yang benar, sehingga pasien dapat menjalani proses persalinan dengan baik dan terkontrol.