

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Operasi *sectio caesarea* (SC) merupakan proses persalinan mengeluarkan janin melalui tindakan pembedahan dengan insisi pada area abdomen (laparatomi). Presentase kelahiran yang hidup di dunia sebanyak 94% dengan 21% ibu yang melahirkan dengan *Sectio Caesarea* (SC) dimana populasi dunia dengan presentase kelahiran dengan *sectio caesarea* negara tertinggi yang terbanyak Amerika, Karibia (42,8%) (Betran et al., 2021). Kasus dengan kelahiran *sectio caesarea* di Indonesia sebanyak 17% pada usia 10-54 tahun dan di Jawa Barat sebanyak 15,5% (Risksedas, 2018). Studi Pendahuluan di RSUD Panembahan Senopati Bantul didapatkan tahun 2024 angka kelahiran *sectio caesarea* sebanyak 298 (40 %) dari total kelahiran. Keluhan yang muncul pada ibu post *Sectio caesarea* yaitu nyeri pada bekas operasi dengan skala berat hingga sedang. Data yang didapatkan bulan Maret 2025 nyeri post *Sectio Caesarea* yaitu 20 orang mengatakan nyeri berat, 40 orang nyeri sedang.

Nyeri adalah sensasi yang tidak menyenangkan dan bervariasi pada tiap individu. Setelah operasi *sectio caesarea* (SC), nyeri ditangani secara farmakologi (menggunakan obat) dan non-farmakologi (Multazam Multazam et al., 2023). Untuk penanganan farmakologi, pemberian analgesik umum dilakukan. Obat yang sering digunakan adalah tramadol injeksi dan ketorolac injeksi untuk nyeri sedang hingga berat, sementara paracetamol tablet digunakan untuk nyeri ringan. Tramadol injeksi terbukti efektif mengurangi nyeri tinggi menjadi sedang (35,5%) dan nyeri berat menjadi ringan (61,5%). Sedangkan tindakan non-farmakologi yaitu dengan relaksasi (relaksasi nafas dalam, relaksasi otot progresif, aromaterapi), terapi kompres dingin atau hangat, memposisikan dengan nyaman, *Massage*, Terapi musik, Distraksi dan mobilisasi Dini (Rahma & Muallifah, 2023).

Sebuah studi oleh Susilawati et al. (2023) menunjukkan bahwa sebelum relaksasi napas dalam, 83,3% partisipan mengalami nyeri sedang dan 16,7%

mengalami nyeri berat. Intervensi relaksasi napas dalam, didukung oleh lingkungan yang kondusif dan tenang, terbukti efektif mengurangi intensitas nyeri pada ibu pasca operasi caesar (Agnesia & Aryanti, 2022). Selain itu, penanganan nyeri farmakologis dapat dimaksimalkan dengan intervensi non-farmakologis seperti distraksi.

Relaksasi napas dalam merupakan teknik pernapasan dengan menggunakan perut (abdomen), dilakukan secara perlahan, teratur, dan nyaman, biasanya disertai dengan menutup mata guna meningkatkan konsentrasi. Metode ini dikenal efektif dalam membantu mengurangi nyeri, terutama pada individu dengan nyeri kronis (Kemenkes, 2022). Teknik ini memberikan efek menenangkan, sehingga individu merasa lebih rileks dan tenang. Proses masuknya oksigen ke dalam tubuh melalui hidung membantu memperlancar peredaran darah, yang berdampak pada penurunan persepsi nyeri (Rompas, 2017). Secara fisiologis, teknik ini juga dapat mengendurkan ketegangan pada otot-otot rangka (skeletal), yang berkontribusi dalam meredakan nyeri melalui pelepasan otot yang tegang (Suwahyu et al., 2021). Relaksasi dapat dikombinasikan dengan minyak esensial aromaterapi, seperti aromaterapi lemon (R. N. Utami & Khoiriyah, 2020).

Aromaterapi, yang berasal dari ekstrak tanaman atau buah dalam bentuk minyak esensial, adalah terapi komplementer. Aromaterapi lemon (citrus), khususnya, mengandung senyawa limonene yang bermanfaat mengurangi nyeri, mual, dan muntah, serta meningkatkan suasana hati dan relaksasi. Limonene bekerja dengan menghambat prostaglandin melalui pengendalian siklooksigenase I dan II, sehingga efektif mengurangi nyeri, termasuk nyeri persalinan (Yuliana et al., 2025).

Aromaterapi menggunakan minyak esensial yang biasanya dihirup. Saat dihirup, aroma ini merangsang saraf penciuman dan mengirim sinyal ke otak serta sistem saraf pusat. Ini memicu pelepasan neurotransmitter yang mengatur emosi, kecemasan, pikiran, perasaan, dan motivasi. Aromaterapi adalah metode holistik yang meningkatkan kesehatan fisik dan emosional (Maylani, 2020). Kombinasi relaksasi napas dalam dan aromaterapi lemon dapat secara efektif

meredakan nyeri pada ibu pasca *sectio caesarea* (Putri Utami Damanik et al., 2024).

Metode kombinasi relaksasi napas dalam dan aromaterapi lemon (citrus) yang dilakukan dengan mempertimbangkan kondisi ibu post partum *sectio caesarea* yang masih lemas dan belum dapat mobilisasi. Pemberian relaksasi napas dalam membuat rileks tubuh dan mengurangi kecemasan dan nyeri. Penggunaan aromaterapi lemon dapat memberikan rasa nyaman. Berdasarkan uraian diatas maka penulis tertarik untuk menuangkan hal ini kedalam Karya Ilmiah Akhir Ners (KIAN) dengan harapan dapat meningkatkan mutu asuhan keperawatan terkhusus pada pasien fraktur dengan secara holistik dan komperhensif dengan judul “penerapan teknik relaksasi napas dalam dan aromaterapi lemon terhadap penurunan nyeri pasien post *sectio caesarea* di RSUD Panembahan Senopati Bantul”

B. Tujuan Penulisan

1. Tujuan Umum

Diketahui penerapan teknik relaksasi napas dalam dan aromaterapi lemon sebagai pemenuhan kebutuhan rasa nyaman: nyeri pasien post *sectio caesarea* di RSUD Panembahan Senopati Bantul.

2. Tujuan Khusus

Dilakukannya asuhan keperawatan nyeri pada pasien post *sectio caesarea* di RSUD Panembahan Senopati Bantul dengan intervensi teknik relaksasi napas dalam dan aromaterai lemon.

C. Manfaat

1. Manfaat Teoritis

Laporan Karya Ilmiah Akhir Ners (KIAN) ini diharapkan mampu menjadi salah satu refrensi dan bahan evaluasi dari penerapan teknik relaksasi napas dalam dan aromaterapi lemon pada pasien *post sectio caesarea* dan diharapkan mampu memberikan tambahan informasi serta dapat membantu dalam pengembangan ilmu keperawatan maternitas.

2. Manfaat Praktik

a. Bagi Pasien dan Keluarga Pasien

Diharapkan tindakan yang telah diberikan serta diajarkan oleh perawat dapat diterapkan secara mandiri oleh pasien dalam melakukan teknik relaksasi napas dalam dan aromaterapi lemon untuk mengurangi nyeri.

b. Bagi Perawat di RSUD Panembahan Senopati Bantul

Perawat dapat menjadikan tindakan ini yaitu relaksasi napas dalam dan aromaterapi lemon yang dijadikan salah satu cara untuk mengurangi nyeri pada pasien serta menjadi *evidence based* dasar dalam memberikan asuhan keperawatan pada pasien dengan *post sectio caesarea*.

c. Bagi Prodi Pendidikan Profesi Ners Poltekkes Kemenkes Yogyakarta

Menjadi referensi mengenai penerapan teknik relaksasi napas dalam dan aromaterapi lemon terhadap penurunan nyeri pasien *post sectio caesarea*.

D. Ruang Lingkup

Karya Ilmiah Akhir Ners (KIAN) ini berada pada ruang lingkup Keperawatan Maternitas mengenai asuhan keperawatan pada pasien *post sectio caesarea* meliputi pengkajian, diagnosa keperawatan, intervensi keperawatan, implementasi keperawatan dan evaluasi keperawatan terutama pada penerapan teknik relaksasi napas dalam dan aromaterapi lemon sebagai pemenuhan kebutuhan rasa nyaman nyeri.