

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Sectio caesarea (SC) merupakan salah satu prosedur bedah yang sering dilakukan pada ibu hamil dengan berbagai indikasi medis, baik yang bersifat elektif maupun darurat. World Health Organization (WHO) menetapkan standar rata-rata *sectio caesarea* di masing-masing negara adalah sekitar 5-15% per 1000 kelahiran di dunia. Rumah sakit pemerintah 11% dan rumah sakit swasta lebih dari 30%. Peningkatan persalinan dengan *sectio caesarea* di seluruh negara selama tahun 2007-2008 yaitu 110.000 per kelahiran di seluruh Asia. Menurut WHO prevalensi *sectio caesarea* meningkat 46% di Cina dan 25% di Asia, Eropa dan Amerika Latin¹

Di Indonesia, prevalensi persalinan dengan *sectio caesarea* juga menunjukkan peningkatan yang signifikan dari tahun ke tahun. Dari data Survey Kesehatan Indonesia tahun 2023 data kelahiran dengan *Sectio Caesarea* di Indonesia sebesar 25, 9% dari seluruh kelahiran, sedangkan di provinsi Daerah Istimewa Yogyakarta adalah sebesar 38.1 %.²

Dari *data* sekunder rekam medis di RSUD Wates, khususnya di Bangsal Kalibiru Lor, jumlah pasien persalinan di tahun 2022 ada 388 kasus persalinan dan yang dilakukan SC 172 (44,3%). Di tahun 2023 ada 522 kasus, sebanyak 264 kasus (50,5%) dilakukan tindakan *Sectio Caesarea* dengan berbagai indikasi medis. Data kasus SC Januari -Juni 2024 ada 200 kasus SC dari 353 persalinan(56,6%).

Nyeri *pasca*-operasi merupakan salah satu efek samping utama yang dialami oleh pasien setelah menjalani *sectio caesarea*. Nyeri ini dapat berlangsung dalam durasi yang bervariasi dan mempengaruhi kondisi fisik dan psikologis pasien, termasuk proses pemulihan. Nyeri yang tidak tertangani dengan baik dapat mempengaruhi produksi ASI, mobilisasi, serta kesejahteraan ibu secara keseluruhan, yang pada akhirnya berdampak pada kualitas perawatan bayi baru lahir.¹

Rasa nyeri dapat diatasi dengan penatalaksanaan nyeri yang bertujuan untuk meringankan atau mengurangi rasa nyeri yang dirasakan klien sampai menuju tingkat kenyamanan. Ada dua cara penatalaksanaan nyeri yaitu farmakologis dan nonfarmakologis³. Ada beberapa teknik non farmakologis untuk meringankan atau mengurangi rasa nyeri seperti menggunakan sentuhan afektif, sentuhan terapeutik, akupresur, relaksasi dan teknik imajinasi, distraksi, hipnotis, kompres dingin atau kompres hangat, stimulasi/message TENS (*transcutaneous electrical nerve stimulation*) dan Relaksasi Benson³.

Berbagai metode telah diterapkan untuk mengurangi skor nyeri *pasca*-operasi, salah satunya adalah terapi non-farmakologis. Penggunaan media audio-visual sebagai intervensi non-farmakologis semakin banyak mendapat perhatian dalam beberapa tahun terakhir. Beberapa studi menunjukkan bahwa stimulasi audio-visual dapat mengalihkan fokus perhatian pasien dari nyeri, sehingga menurunkan persepsi nyeri yang dirasakan. Intervensi ini juga lebih mudah diterima pasien karena bersifat non-invasif dan tidak menimbulkan efek samping.⁴

Penggunaan media video, seperti musik relaksasi atau video hiburan, di lingkungan rumah sakit dapat memberikan dampak positif terhadap manajemen nyeri pasca-operasi. Di Bangsal Kalibiru Lor RSUD Wates, belum ada penelitian spesifik yang mengeksplorasi efektivitas terapi ini pada pasien post *sectio caesarea*.

Salah satu penatalaksanaan nyeri non farmakologi khususnya pada pasien post operasi adalah teknik relaksasi. Menurut Benson relaksasi adalah suatu prosedur untuk membantu individu berhadapan pada situasi yang penuh stress, rasa nyeri, menghilangkan ketegangan otot dan dapat memperbaiki gangguan tidur. Metode manajemen nyeri non farmakologi biasanya mempunyai resiko yang sangat rendah. Teknik relaksasi yang dapat menurunkan nyeri diantaranya dengan terapi relaksasi benson⁵. Selama ini penanganan nyeri post *Sectio Caesarea* di RSUD Wates lebih banyak menggunakan terapi farmakologis saja.

Dengan latar belakang tersebut, penelitian ini penting untuk dilakukan guna memberikan kontribusi dalam perbaikan kualitas pelayanan kesehatan di rumah sakit, terutama dalam manajemen nyeri pada pasien pasca-operasi. Hasil dari penelitian ini diharapkan dapat menjadi dasar bagi pengembangan intervensi non-farmakologis yang lebih optimal di masa mendatang.

B. Rumusan Masalah

Nyeri post *sectio caesarea* yang tidak dikelola dengan baik dapat menimbulkan masalah bagi ibu sehingga diperlukan manajemen untuk mengurangi rasa nyeri post operasi. Salah satunya yaitu metode non farmakologis terapi audio visual yang dapat mengurangi rasa nyeri, sehingga post operasi dapat berjalan dengan baik. Maka yang menjadi rumusan masalah pada penelitian ini adalah:

Apakah ada pengaruh kombinasi terapi farmakologi dan relaksasi Benson terhadap skor nyeri pasien post *sectio caesarea* di Bangsal Kalibiru Lor RSUD Wates?

C. Tujuan Penelitian

1. Tujuan Umum

Mengetahui Pengaruh Kombinasi Terapi farmakologis dan relaksasi Benson terhadap skor nyeri ibu post *sectio caesarea* di Bangsal Kalibiru Lor RSUD Wates.

2. Tujuan Khusus

- a. Diidentifikasinya karakteristik responden yang meliputi ; usia , pendidikan, pekerjaan, paritas dan indikasi di RSUD Wates.
- b. Diketuainya skor nyeri pada ibu post *sectio caesarea* sebelum dan sesudah pemberian terapi farmakologis dan intervensi relaksasi Benson pada kelompok eksperimen di Bangsal Kalibiru Lor RSUD Wates.
- c. Diketuainya skor nyeri pada ibu post *sectio caesarea* sebelum dan setelah pemberian terapi farmakologis tanpa intervensi relaksasi Benson pada kelompok kontrol di Bangsal Kalibiru Lor RSUD Wates.
- d. Diketuainya perbedaan penurunan skor nyeri ibu post *sectio caesarea* sebelum dan sesudah pemberian intervensi pada kelompok kontrol dan kelompok intervensi
- e. Diketuainya pengaruh relaksasi Benson dalam menurunkan skor nyeri ibu post SC di Bangsal Kalibiru Lor RSUD Wates.

D. Ruang Lingkup

1. Ruang Lingkup Materi

Penelitian ini berfokus pada pengaruh teknik relaksasi Benson terhadap skor nyeri pasien *post-sectio caesarea*. Materi penelitian mencakup intervensi non-farmakologis berupa terapi relaksasi Benson yang digunakan untuk membantu menurunkan skor nyeri pasca operasi pada ibu post SC di RSUD Wates.

2. Ruang Lingkup Responden:

Responden penelitian adalah ibu post *sectio caesarea* yang dirawat di Bangsal Kalibiru Lor RSUD Wates. Responden dipilih berdasarkan kondisi stabil pasca operasi dan kesediaan mengikuti intervensi relaksasi Benson.

3. Ruang Lingkup Tempat

Penelitian dilaksanakan di Bangsal Kalibiru Lor RSUD Wates, yang merupakan salah satu unit perawatan pasien post *sectio caesarea*.

4. Ruang Lingkup Waktu

Penelitian dilakukan pada periode waktu Mei hingga Juni 2025

E. Manfaat

1. Manfaat teoritis

Penelitian ini diharapkan dapat membantu ibu post *sectio caesarea* mengurangi skor nyeri dengan relaksasi Benson sehingga dapat digunakan untuk memperkuat penelitian sebelumnya.

2. Manfaat praktis

a. Bagi ibu post *sectio caesarea*

Penelitian ini dapat memberikan solusi alternatif bagi ibu post-*sectio caesarea* dalam mengatasi nyeri pasca-operasi tanpa bergantung

sepenuhnya pada obat-obatan. Penggunaan media video yang efektif diharapkan dapat membantu pasien mengurangi persepsi nyeri, sehingga meningkatkan kenyamanan dan mempercepat proses pemulihan.

b. Bagi Bidan di RSUD Wates

Memberikan wawasan baru dan strategi alternatif bidan tentang metode non-farmakologis yang dapat digunakan dalam manajemen nyeri post *sectio caesarea*, sehingga bidan dapat memiliki lebih banyak pilihan intervensi yang bersifat non-invasif untuk mendukung kenyamanan pasien.

c. Bagi Direktur RSUD Wates

Dapat menjadi landasan dalam merancang kebijakan terkait penggunaan Relaksasi Benson sebagai alternatif terapi non farmakologis dalam mengurangi skor nyeri pada ibu Post *Sectio Caesarea* di RSUD Wates

d. Bagi Peneliti selanjutnya

Penelitian ini diharapkan mampu menambah pengetahuan dan sebagai referensi mengenai relaksasi Benson terhadap penelitian lanjutan yang dilakukan Peneliti lain.

F. Keaslian Penelitian

Tabel 1. Keaslian Penelitian

No	Nama, tahun, dan judul	Desain dan variabel	Persamaan dan perbedaan	Hasil
1	A Haris ,(2023) Pemberian Relaksasi Benson Terhadap Penurunan Nyeri Ibu Post Partum <i>Sectio Caesarea</i> di RSUD Bima	Metode desain pra eksperimental (one group pretest post test design) Variabel Bebas ; relaksasi benson Variabel terikat: skor nyeri pasien post SC	.Persamaan : variabel bebas dan terikat sama Perbedaan :,metode yang dipakai pra eksperimental,	Hasil :Ada pengaruh efektifitas relaksasi benson terhadap penurunan skor nyeri pasien post SC
2	Ditte Ayu Suntara (2022) Pengaruh Teknik Relaksasi Distraksi Terhadap Nyeri Pada Pasien Post Operasi <i>Sectio Caesarea</i> di Ruang Inap Kebidanan Rumah Sakit Umum Daerah Embung Fatimah Kota Batam	Metode:quasi eksperimental(pretest posttest control group design) Variabel bebas : relaksasi distraksi Variabel terikat : skor nyeri	Persamaan: sama menggunakan quasi Perbedaan : variabel bebas nya adalah relaksasi distraksi	Hasil: Ada pengaruh relaksasi distraksi terhadap skor nyeri post SC
3	Astri septiana (2021) Penerapan Relaksasi Benson Terhadap Penurunan Skala Nyeri Pada Pasien Post Operasi Appendiktomi di Kota Metro	Metode:Pra eksperimen Variabel bebas: relaksasi benson Variabel terikat:skor nyeri pasien post operasi appendiktomi	Persamaan:variabel bebas dan terikat sama Perbedaan: menggunakan pra eksperimen,	Hasil:Ada pengaruh teknik relaksasi benson terhadap penurunan nyeri pasien post operasi appendiktomi
4	Mohammed et. al (2022) Pengaruh Relaksasi Benson terhadap pengurangan Nyeri dan stress pada ibu post <i>Sectio Caesarea</i> di Rumah Sakit Benha Mesir	<i>Metode:Quasi eksperimental research</i> Variabel bebas :relaksasi benson Variabel terikat :skor nyeri dan stres ibu post SC	Persamaan:menggunakan quasi eksperimen Perbedaan: variabel terikat juga mengukur tingkat stress	relaksasi Benson berpengaruh mengurangi skor nyeri dan stres ibu post <i>Sectio Caesarea</i>
5	Morita,Priscillia Molly(2020) Pengaruh Teknik Relaksasi Benson Terhadap Penurunan Nyeri Pada Pasien Post Operasi <i>Sectio Caesarea</i> di RSUD Dr Achmad Mochtar	Metode:Quasi eksperimental research Variabel bebas:Relaksasi benson Variabel terikat:Skor nyeri pasien post SC	Persamaan : menggunakan quasi eksperimen Perbedaan <i>Non Probability consecutive sampling</i>	Ada penurunan skor nyeri sebelum dan sesudah diberi perlakuan

Penelitian ini memiliki inovasi berupa pengembangan dan pemanfaatan media edukasi video yang secara khusus dibuat dan disesuaikan dengan karakteristik dan kebutuhan ibu *post Sectio Caesarea*. Selain itu, penelitian ini difokuskan pada evaluasi efektivitas media video relaksasi Benson untuk mengurangi nyeri pada ibu *post sectio caesarea* yang belum pernah dilakukan pada penelitian sebelumnya dengan populasi yang sama. Dengan demikian, penelitian ini memberikan kontribusi bagi pengembangan metode pengajaran yang inovatif dan berbasis teknologi dalam pendidikan kesehatan

G. Produk yang dihasilkan

Pada penelitian ini produk yang dihasilkan adalah :

1. Nama produk

Video edukasi pelaksanaan relaksasi Benson untuk ibu *post sectio caesarea*

2. Jenis

Produk ini merupakan video tentang teknik dan bimbingan bagaimana melakukan relaksasi Benson secara mandiri, dengan musik latar suara alam air mengalir.

3. Fungsi

Berfungsi sebagai acuan bagaimana melakukan relaksasi Benson dengan baik serta ditambahkan suara yang mendukung relaksasi.

4. Spesifikasi

a. Durasi

Waktu sekitar 10 menit

b. Narator: Suara dengan nada tenang dan rendah, tempo lambat.

- c. Konten Audio: Instruksi relaksasi pernapasan dalam, visualisasi kata atau frasa tenang (seperti "rileks" atau "tenang"), dan pengarahan untuk memusatkan pikiran pada kata tersebut.
- d. Suara Latar: Musik instrumental suara alam air mengalir, dengan volume rendah agar tidak mengganggu fokus pada instruksi narator.

5. Cover video :



Gambar 1. Cover video

6. Langkah-langkah relaksasi Benson

- a. Posisi tubuh yang nyaman: Pasien diminta untuk duduk atau berbaring di posisi yang nyaman, di lingkungan yang tenang dan tidak bising.
- b. Pernapasan lambat dan dalam: Pasien diajarkan untuk bernapas secara perlahan dan mendalam, berfokus pada nafas masuk dan keluar secara teratur.
- c. Pengulangan kata atau frasa: Pasien diminta memilih kata atau frasa sederhana yang menenangkan (misalnya, "tenang," "damai," atau "relaks") dan mengulangi secara perlahan di pikiran saat bernapas keluar. Pasien memusatkan perhatian sepenuhnya pada napas mereka dan pengulangan kata atau frasa tersebut, mengabaikan gangguan dari lingkungan sekitar atau pikiran yang muncul