

BAB 1 PENDAHULUAN

1.1 Latar Belakang

Nyeri pasca operasi *sectio caesarea* (SC) merupakan salah satu keluhan utama yang dialami ibu setelah melahirkan, dan dapat mengganggu pemulihan, perawatan bayi, serta menimbulkan kecemasan psikologis (Fitriana, E., Rahayu, P. D. P., & Suherni, 2022). Jika tidak ditangani dengan baik, nyeri ini dapat memperlambat proses penyembuhan dan meningkatkan risiko terjadinya komplikasi lanjutan seperti nyeri kronis serta gangguan dalam pembentukan ikatan antara ibu dan bayi. Masalah nyeri pasca *sectio caesarea* menjadi lebih kompleks ketika tindakan operasi dilakukan atas indikasi preeklamsia. Preeklamsia merupakan gangguan kehamilan yang ditandai dengan tekanan darah tinggi dan gangguan organ seperti ginjal dan hati. Kondisi ini memicu respon inflamasi dan gangguan perfusi jaringan yang memperburuk persepsi nyeri serta memperlambat proses penyembuhan luka (Rubiyah, R., Munirah, M., & Nurlina, 2023). Ibu dengan preeklamsia juga cenderung mengalami keterbatasan mobilisasi pascaoperasi akibat kondisi hemodinamik yang tidak stabil, sehingga keluhan nyeri dapat berlangsung lebih lama dan dirasakan lebih berat dibandingkan ibu dengan indikasi *sectio caesarea* lainnya (Wulandari, R. A., Sari, P. D., & Maulidya, 2021).

Secara global, sekitar 58% ibu mengalami nyeri akut dalam 24 jam pertama pasca operasi sesar. Selain itu, sekitar 15% mengalami nyeri kronis (berkepanjangan) di area bekas sayatan tiga bulan pascapersalinan, dan angka ini menurun menjadi sekitar 11–12% dalam 6–12 bulan berikutnya (Mitra, S., Khandelwal, P., & Sehgal, 2024). Di Indonesia, lebih dari 80% ibu yang

menjalani *sectio caesarea* melaporkan nyeri sedang hingga berat dalam 24 jam pertama. Studi lokal juga menunjukkan bahwa lebih dari 50% ibu mengalami gangguan tidur akibat nyeri post operasi (Noviyanti, R. A., 2023). Meskipun belum tersedia data statistik resmi spesifik Jawa Timur tahun 2024, data nasional mengindikasikan bahwa kejadian nyeri post *sectio caesarea* juga tinggi di provinsi ini, seiring dengan tingginya angka tindakan *sectio caesarea* di rumah sakit rujukan seperti RSUD Dr. Soetomo dan RSUD Saiful Anwar. Oleh karena itu, dapat diperkirakan bahwa kejadian nyeri post *sectio caesarea* di Jawa Timur sebanding dengan rata-rata nasional (>80%)

Nyeri ini terjadi karena proses pembedahan yang melibatkan pemotongan kulit, otot, dan rahim. Dimana Nyeri post *sectio caesarea* ini muncul seiring dengan hilangnya efek anestesi (Wang, Y., Fang, X., Liu, C., 2020). Nyeri ini dapat menyebabkan gangguan mobilisasi, kesulitan menyusui, gangguan tidur, serta peningkatan risiko infeksi luka (Mamuroh, L., Darmawan, C. W., & Setiyani, 2022). Selain itu, nyeri yang tidak tertangani juga dapat memicu stres, kecemasan, hingga depresi pasca melahirkan (Elgzar, W. T., Ibrahim, H. A., & Said, 2022). Kondisi ini tentu berdampak pada kualitas hidup ibu serta kemampuannya dalam merawat bayi (Ahmed, R., Nur, A. S., & Nuryani, 2023).

Salah satu intervensi nonfarmakologis yang terbukti efektif dalam menurunkan tingkat nyeri adalah relaksasi otot progresif (*Progressive Muscle Relaxation/PMR*) (Eridja, Novitasari, & Cahyaningru, 2024). Teknik ini dilakukan dengan cara mengontraksikan dan melemaskan kelompok otot secara sistematis dan berurutan, yang bertujuan untuk menurunkan ketegangan otot

dan memberikan efek relaksasi pada sistem saraf pusat (Sudaryanti, Handayani, Muniroh, & Sulastri, 2023). Efek fisiologis dari ROP meliputi penurunan aktivasi simpatis, penurunan denyut jantung, tekanan darah, serta penurunan persepsi nyeri akibat penghambatan transmisi impuls nyeri ke korteks otak (Jaya & Ningsih, 2024).

Relaksasi otot progresif merangsang sistem parasimpatis yang berperan dalam mengurangi kecemasan, stres, dan nyeri, terutama pada ibu postpartum yang menjalani tindakan operatif seperti *sectio caesarea* akibat preeklamsia. Kondisi ini cenderung memicu nyeri yang lebih tinggi dibandingkan dengan indikasi *sectio caesarea* lainnya akibat peningkatan tekanan darah dan gangguan vaskular (Fatmawati, A., & Wulandari, 2021).

Beberapa penelitian menunjukkan bahwa ROP mampu menurunkan intensitas nyeri secara signifikan pada ibu post *sectio caesarea*. Penelitian oleh (Sari, W., Rahayu, M., & Utami, 2023) menunjukkan bahwa pemberian intervensi ROP selama tiga hari berturut-turut pada ibu post *sectio caesarea* dengan preeklamsia dapat menurunkan skor nyeri dari rata-rata 6,2 (nyeri sedang) menjadi 3,4 (nyeri ringan), atau sekitar penurunan 45%. Sementara itu, studi oleh (Kurniawati, 2024) menemukan bahwa intervensi ROP yang dilakukan dua kali sehari selama lima hari menunjukkan penurunan nyeri lebih dari 50%, disertai peningkatan kenyamanan dan penurunan penggunaan analgesik.

Berdasarkan pemaparan tersebut, perlu dilakukan penelitian lebih lanjut tentang “Implementasi Relaksasi Otot Progresif Pada Masalah Keperawatan

Nyeri Akut Ibu *Post Sectio Caesarea* Indikasi Preeklamsi Di Ruang Dahlia RSD Dr Soebandi Jember”

1.2 Batasan Masalah

Penelitian ini dibatasi pada ibu post partum yang menjalani persalinan secara *sectio caesarea* atas indikasi preeklamsia dan mengalami masalah keperawatan nyeri akut. Fokus penelitian adalah penerapan intervensi keperawatan berupa relaksasi otot progresif sebagai upaya untuk menurunkan intensitas nyeri selama masa pemulihan pasca operasi. Penelitian ini tidak mencakup penggunaan analgesik farmakologis, teknik nonfarmakologis lain, maupun faktor psikologis dan medis lain di luar intervensi relaksasi otot progresif

1.3 Tujuan

1.3.1 Tujuan Umum

Menganalisis Implementasi Relaksasi Otot Progresif Pada Masalah Keperawatan Nyeri Akut Ibu *Post Sectio Caesarea* Indikasi Preeklamsi Di Ruang Dahlia RSD Dr Soebandi Jember.

1.3.2. Tujuan Khusus

- 1) Mengidentifikasi Implementasi Relaksasi Otot Progresif Pada Masalah Keperawatan Nyeri Akut Ibu *Post Sectio Caesarea* Indikasi Preeklamsi Di Ruang Dahlia Rsd Dr Soebandi Jember
- 2) Mengidentifikasi skala nyeri ibu *post sectio caesarea* di Ruang Dahlia RSD Dr Soebandi Jember setelah dilakukan tindakan Relaksasi Otot Progresif.

- 3) Menganalisis Implementasi Relaksasi Otot Progresif Pada Masalah Keperawatan Nyeri Akut Ibu *Post Sectio Caesarea* Indikasi Preeklamsi Di Ruang Dahlia RSD Dr Soebandi Jember.

1.4 Manfaat

1.4.1 Teoritis

Penelitian ini diharapkan dapat memperkuat teori keperawatan tentang efektivitas intervensi non-farmakologis, khususnya relaksasi otot progresif, dalam mengurangi nyeri akut pada ibu post sectio caesarea dengan indikasi preeklamsia. Hasilnya dapat menjadi dasar pengembangan asuhan keperawatan yang holistik dan berorientasi pada kenyamanan pasien.

1.4.2 Praktis

- 1) Bagi Ibu post *Sectio Caesarea*

Hasil penelitian ini diharapkan membantu mengurangi nyeri secara alami, meningkatkan kenyamanan, serta mempercepat proses mobilisasi dan pemulihan pasca operasi.

- 2) Bagi tenaga kesehatan

Hasil penelitian ini diharapkan menambah pengetahuan dan keterampilan dalam penatalaksanaan nyeri melalui pendekatan holistik yang minim efek samping.

- 3) Bagi Rumah Sakit

Hasil penelitian ini diharapkan menjadi alternatif intervensi non-farmakologis yang efektif, aman, dan dapat diterapkan untuk meningkatkan mutu pelayanan keperawatan

4) Bagi Institusi Pendidikan

Hasil penelitian ini diharapkan menambah pengetahuan dan keterampilan dalam penatalaksanaan nyeri melalui pendekatan holistik yang minim efek samping.

