

BAB I

PENDAHULUAN

1.1 Latar Belakang

Menurut *World Health Organisation* (WHO) Angka Kematian Ibu (*maternal mortality rate*) merupakan jumlah kematian ibu akibat proses kehamilan, persalinan, dan kematian pada masa nifas yang dijadikan indikator derajat kesehatan perempuan. Angka Kematian Ibu (AKI) merupakan salah satu target global *Sustainable Development Goals* (SDGs) dalam menurunkan angka kematian ibu menjadi 70 per 100.000 kelahiran pada tahun 2030 (WHO, 2019).

Berdasarkan data WHO (2019), AKI di dunia yaitu sebanyak 303.000 jiwa. AKI ASEAN yaitu sebesar 235 per 100.000 kelahiran hidup (ASEAN Secretariat, 2020). Pada data Survey Demografi dan Kesehatan Indonesia (SDKI) AKI di Indonesia meningkat dari 228 per 100.000 kelahiran hidup pada tahun 2007-2012. AKI mengalami penurunan pada tahun 2012-2015 menjadi 305 per 100.000 kelahiran hidup dan jumlah kematian ibu di Indonesia pada tahun 2019 yaitu sebanyak 4.221 kasus (Kemenkes RI, 2019).

Penyebab terbanyak kematian ibu di Indonesia pada tahun 2019 adalah perdarahan, hipertensi dalam kehamilan. Infeksi, gangguan metabolik, dan lain-lain (Kemenkes RI, 2019). Sekitar 25-50% kematian ibu di sebabkan oleh masalah yang berkaitan dengan kehamilan, persalinan dan nifas (WHO, 2018)

Persalinan normal merupakan proses pengeluaran hasil konsepsi atau janin yang terjadi pada kehamilan cukup bulan (37-42 minggu), lahir spontan dengan presentasi belakang kepala yang berlangsung selama 18 jam tanpa komplikasi terhadap janin maupun ibu (Sagita dan Martina, 2019).

Pada persalinan kala I, nyeri bisa diakibatkan oleh kontraksi involunter otot uteri. Kontraksi cenderung dirasakan di punggung pada awal persalinan. Sensasi nyeri melingkari batang tubuh bawah, yang mencakup abdomen dan punggung. Kontraksi umumnya berlangsung sekitar 45 sampai 90 detik. Ketika persalinan mengalami kemajuan intensitas setiap kontraksi semakin meningkat, menghasilkan intensitas nyeri yang lebih besar (Mulyani Astrid, 2017). Nyeri persalinan dapat dikendalikan dengan dua metode yaitu farmakologis dan non-farmakologis. Metode penghilang rasa nyeri secara farmakologis adalah dengan menggunakan obat-obatan kimiawi, sedangkan metode non farmakologis dilakukan secara alamiah tanpa menggunakan obat-obatan kimiawi yaitu dengan cara relaksasi yang mencakup relaksasi nafas dalam, relaksasi otot, masase, music, dan aromaterapi (Susilawati Elly, 2017).

Menurut para responden pada penelitian Kalola, Ribka dan Novita, (2018) mengatakan bahwa nyeri hanya dapat disembuhkan dengan cara mengkonsumsi obat seperti obat Asamfenamic, Paracetamol dan lain-lain, pernyataan tersebut kurang tepat karena nyeri dapat diturunkan dengan terapi non farmakologi seperti terapi modalitas atau komplementer salah satunya dengan menggunakan teknik relaksasi nafas dalam.

Relaksasi nafas dalam merupakan pernafasan abdomen yang frekuensinya perlahan atau lambat namun demikian nyaman untuk dilakukan (Aini & Reskita, 2018). Teknik relaksasi nafas dalam merupakan salah satu metode untuk mengurangi nyeri persalinan. Pada saat terjadi kontraksi dilakukan teknik relaksasi nafas dalam dengan cara menarik nafas dalam-dalam kemudian hitung sampai hitungan tiga (hitung perlahan “satu, dua, tiga). Saat bernafas perut harus terangkat. Dada akan bergerak sedikit dan perut akan mengembang kemudian menghembuskannya melalui mulut, dengan seperti itu oksigen akan mengalir ke dalam darah kemudian mengalir keseluruh tubuh sehingga hormon endorphin keluar yang berfungsi untuk menghilangkan rasa nyeri pada saat persalinan (Novita, Rompas, & Bataha, 2017).

Pada penelitian Marsilia dan Tresnayanti, (2021) yang dilakukan pada 28 responden dengan penilaian pre test dan post test, dimana pada penilaian tersebut menggunakan skala nyeri *Numeric Rating Scale (NRS)*. Teknik relaksasi yang diterapkan adalah pada 30 menit pertama ibu di anjurkan untuk menarik nafas dari hidung dalam waktu 3-5 detik lalu menghembuskan nafas 3-5 detik, kemudian dilanjutkan dengan nafas normal 1-2 menit lalu diulangi kembali kali pada saat kontraksi. Teknik relaksasi ini bisa dilakukan dengan posisi tidur terlentang atau miring, duduk dan berdiri. Hasil yang di peroleh adalah nilai rata-rata sebelum dilakukan intervensi menggunakan NRS adalah 7.07 dengan nyeri terendah 6 dan nyeri tertinggi 9. Nilai rata-rata sesudah dilakukan intervensi adalah 3.96 dengan nyeri terendah 3, dan tertinggi 6. Hal ini menunjukkan bahwa terdapat perubahan pada penurunan intensitas nyeri sesudah diberikan intervensi relaksasi nafas dalam.

Hasil penelitian Mulyani Astrid, (2017) menyebutkan bahwa Teknik relaksasi pernafasan sebelum dilakukan pada 17 responden, nyeri ringan 1 orang 5,9%. Nyeri sedang 741,2%. Nyeri berat 9 orang 52,9 %. Teknik relaksasi pernafasan sesudah penerapan terapi di dapatkan hasil Tidak Nyeri 4 orang 23,5%. Nyeri ringan 12 orang 70,6 %. Nyeri sedang 1 orang 5,9%. Diketahui skala nyeri sebelum dilakukan teknik relaksasi pernafasan keseluruhan responden menyalami nyeri berat kemudian setelah diberikan terapi mengalami penurunan intensitas nyeri dari berat ke nyeri sedang (Astrid, 2017). Hasil perhitungan analisa data menggunakan uji wilcoxon didapatkan P Value adalah 0,000 sedangkan nilai α adalah 0,05. Dikarenakan nilai p value $< \alpha$ maka H_0 ditolak H_1 diterima, maka ada pengaruh teknik relaksasi pernafasan terhadap penurunan nyeri persalinan pada kala I fase aktif. Kesimpulan dari tersebut adalah adanya pengaruh teknik relaksasi pernafasan terhadap penurunan nyeri persalinan pada kala I fase aktif (Nurhayati, 2019) Pada penelitian Astuti dan Bangsawan (2019) menyatakan bahwa ada pengaruh teknik relaksasi dengan rasa nyeri persalinan kala I dengan p value 0,000 (p value $< 0,05$). Ada pengaruh teknik relaksasi terhadap lamanya persalinan kala I dengan p value 0,000 (p value $< 0,05$).

Berdasarkan studi pendahuluan yang dilakukan di PMB Bidan Apin dari hasil wawancara di jelaskan bahwa di PMB belum di terapkan terapi non farmakologi dan praktik komplementer teknik relaksasi nafas dalam sesuai dengan teori karena pasien PMB banyak sementara bidan yang bertugas kurang. Oleh karena itu peneliti ingin melakukan penelitian berupa “ Pengaruh Teknik Relaksasi Nafas Dalam Terhadap Penurunan Nyeri pada Ibu Bersalin Kala I Fase Aktif di PMB Bidan Apin Kota Depok”

1.2 Rumusan Masalah

Berdasarkan latar belakang tersebut maka rumusan masalah pada penelitian ini adalah Apakah ada Pengaruh Teknik Relaksasi Nafas Dalam Terhadap Penurunan Nyeri pada Ibu Bersalin Kala I Fase Aktif di PMB Bidan Apin Kota Depok ?

1.3 Tujuan

1.3.1 Tujuan Umum

Untuk mengetahui Pengaruh Teknik Relaksasi Nafas Dalam Terhadap Penurunan Nyeri pada Ibu Bersalin Kala I Fase Aktif di PMB Bidan Apin Kota Depok

1.3.2 Tujuan Khusus

1.3.2.1 Diketuainya nilai rerata intensitas nyeri sebelum dan sesudah di berikan terapi relaksasi tarik nafas dalam pada kelompok intervensi ibu bersalin kala I fase aktif di PMB Bidan Apin Kota Depok.

1.3.2.2 Diketuainya nilai rerata intensitas ibu bersalin kala I fase aktif nyeri pada pengukuran I dan pengukuran II kelompok kontrol di PMB Bidan Apin Kota Depok.

1.3.2.3 Diketuainya pengaruh intensitas nyeri sebelum dan sesudah perlakuan pada kelompok intervensi ibu bersalin kala I fase aktif di PMB Bidan Apin Kota Depok.

1.3.2.4 Diketuainya pengaruh intensitas nyeri pada pemeriksaan I dan pemeriksaan II pada kelompok kontrol ibu bersalin kala I fase aktif di PMB Bidan Apin Kota Depok.

1.3.2.5 Diketuinya pengaruh teknik relaksasi nafas dalam terhadap penurunan nyeri pada kelompok intervensi dan kelompok kontrol ibu bersalin kala I fase aktif di PMB Bidan Apin Kota Depok.

1.4 Manfaat Penelitian

1.4.1 Bagi Peneliti

Dapat menambah ilmu dan dapat memberikan asuhan kebidanan khususnya pemberian teknik relaksasi nafas dalam terhadap pengurangan nyeri persalinan pada ibu bersalin

1.4.2 Bagi Instansi Pendidikan

Dapat dijadikan referensi untuk memperkaya ilmu kebidanan khususnya dalam penanganan nyeri persalinan dengan teknik relaksasi nafas dalam pada ibu bersalin.

1.4.3 Bagi Lahan Penelitian

Dapat dijadikan sebagai masukan dalam memberikan asuhan persalinan terutama penanganan nyeri persalinan dengan teknik relaksasi nafas dalam pada ibu bersalin.

1.4.4 Bagi Peneliti Lain

Dapat memberikan informasi dan data dasar untuk melaksanakan penelitian lebih lanjut yang berkaitan dengan pemanfaatan teknik relaksasi nafas dalam untuk penurunan intensitas rasa nyeri pada ibu bersalin kala I fase aktif

