BAB I
PENDAHULUAN

1.1 Latar Belakang

Nyeri persalinan adalah jenis nyeri yang hampir selalu dirasakan oleh setiap ibu yang melahirkan. Jika nyeri tidak ditangani dengan baik, dapat menyebabkan kecemasan, ketegangan, dan stres, yang pada gilirannya dapat meningkatkan intensitas nyeri yang dialami. Selain itu, nyeri persalinan dapat menimbulkan kecemasan dan kelelahan pada ibu, yang berdampak negatif terhadap kemajuan proses persalinan dan kesejahteraan janin. Nyeri persalinan dapat dikelola dengan dua pendekatan, yaitu farmakologis dan non-farmakologis. Pendekatan farmakologi melibatkan penggunaan obat-obatan kimiawi untuk meredakan nyeri, sementara pendekatan non-farmakologis dilakukan secara alami tanpa obat, melalui teknik relaksasi seperti pernapasan dalam, relaksasi otot, pijat, musik, dan aromaterapi (Djafar et al., 2023).

Menurut sebuah penelitian di Amerika Serikat, sekitar 80% wanita yang melahirkan menginginkan proses persalinan tanpa rasa nyeri. Berbagai metode dilakukan untuk mengurangi rasa sakit dan meningkatkan kenyamanan ibu selama persalinan. Di Brasil, lebih dari 50% kelahiran di rumah sakit menggunakan metode untuk mengurangi nyeri, menjadikannya sebagai persentase tertinggi di dunia. Di Indonesia, sekitar 50% persalinan di rumah sakit swasta dilakukan melalui operasi caesar, yang lebih banyak dipilih karena dianggap sebagai cara yang lebih minim rasa nyerinya. Penanganan dan pengelolaan nyeri persalinan, terutama pada kala 1, sangat penting, karena hal tersebut dapat berjalan normal atau memerlukan tindakan lain akibat nyeri yang sangat hebat. Intervensi untuk mengurangi rasa sakit dapat dilakukan melalui metode farmakologis dan non-farmakologis. Nyeri persalinan dapat dikurangi dengan pemahaman ibu mengenai proses persalinan, meningkatkan rasa percaya diri, dan menggunakan teknik relaksasi pernapasan (Anatapura et al., 2018).

Menurut WHO (*World Health Organization*), diperkirakan terdapat sekitar 210 juta kehamilan di seluruh dunia, dengan 20 juta ibu mengalami nyeri saat persalinan. Dari jumlah tersebut, 15% mengalami nyeri ringan, 35% mengalami nyeri sedang, 30% nyeri hebat, dan 20% nyeri sangat parah. Di Indonesia, Murray melaporkan bahwa dari 2.700 ibu yang bersalin, 15% mengalami nyeri ringan, 35% nyeri sedang, 30% nyeri hebat, dan 20% nyeri sangat berat (Damayanti & Wahyuni, 2024).

Rasa sakit yang dialami selama persalinan disebabkan oleh kontraksi rahim yang merangsang sistem saraf simpatik, yang kemudian mempengaruhi tekanan darah, detak jantung, dan pernapasan. Jika tidak dikelola dengan baik, rasa sakit ini dapat memperburuk

kecemasan, ketegangan, rasa takut, dan stres, serta meningkatkan kadar hormon stres (katekolamin) dalam tubuh ibu, yang pada gilirannya dapat menurunkan kemampuan ibu untuk menahan rasa sakit. Sensasi sakit yang sangat kuat selama melahirkan biasanya mendorong ibu mencari metode pereda nyeri yang paling nyaman dan efektif, karena pada tahap awal persalinan, ibu masih berusaha beradaptasi dengan rasa sakit tersebut. Namun, dalam banyak kasus saat ini, banyak ibu yang memilih operasi caesar tanpa indikasi medis yang jelas (Uswatul et al., 2023).

Upaya untuk mengurangi nyeri persalinan dengan teknik komplementer salah satunya adalah melalui pijatan atau sentuhan. Terapi sentuhan merupakan intervensi keperawatan non-farmakologis yang telah berkembang sejak tahun 1970 dan terbukti efektif dalam mengurangi rasa nyeri. oleh karena itu, terapi ini memiliki bukti yang kuat dalam penanganan nyeri. dalam upaya ini, perawat dapat mengajarkan cara penatalaksanaan nyeri melalui pendekatan farmakologis dan non-farmakologis (Nurussa, 2024).

Beberapa contoh metode non-farmakologis yang dapat membantu meredahkan atau mengurangi nyeri antara lain adalah dengan relaksasi, membayangkan sesuatu, menggerakan tubuh, membaringkan pasien, pijat lembut, kompres air hangat, pemberian hipnosis, homeopati, teknik *counter pressure, massage,* terapi musik, akupressure, akupuntur, serta aromaterapi. Semua ini dapat berkontribusi dalam mengurangi rasa nyeri persalinan (Nurussa, 2024).

Dari Data Survei Kesehatan Indonesia (SKI), tercatat bahwa proporsi penolong persalinan dengan kualifikasi tertinggi di Provinsi Gorontalo adalah bidan, mencapai 50,6%. Dari data tersebut juga diperoleh informasi tentang proporsi metode persalinan di provinsi tersebut, yaitu 65,5% persalinan normal dan 33,2% persalinan caesar.

Berdasarkan data laporan kesehatan ibu 2024 dari dinas kesehatan provinsi gororntalo didapatkan bahwa jumlah ibu bersalin di kota gorontalo sebanyak 3.414, untuk wilayah kabupaten berjumlah 6.205, wilayah kabupaten boalemo berjumlah 2.539, kabupaten pohuwato jumlah ibu bersalin menyentuh angka 2.473, kabupaten bonebolango berjumlah 1,291 ibu bersalin, dan kabupaten gorontalo utara berjumlah 1.973 ibu bersalin.

Berdasarkan pengambilan data dan observasi awal pada tanggal 03 januari 2025 di RSIA Sitti Khadijah Kota Gorontalo, dimana pasien ibu bersalin 3 bulan terakhir tahun 2024 yaitu berjumlah 172 orang. kemudian dengan melakukan wawancara kepada kepala ruangan bersalin dikatakan bahwa belum terpapar dengan metode non-farmakologi seperti teknik *massage counter pressure* terkait pengurangan nyeri persalinan. Sedangakn saat melakukan wawancara kepada 2 orang ibu post partum mengatakan sakit dirasakan sebelum melahirkan

serta tidak ada pijatan yang dilakukan oleh petugas kesehatan pada saat akan melahirkan namun yang dilakukan hanyalah teknik relaksasi nafas dalam, selain itu dari 2 orang ibu post partum anak pertama mengatakan tidak melakukan teknik relaksasi nafas dalam pada saat akan melahirkan dan bila nyeri itu muncul karena takut dan cemas.

Penelitian yang dilakukan oleh (Enita1 et al., 2024) dengan judul "Pengaruh Counter Pressure dan Teknik Relaksasi Nafas Dalam terhadap Nyeri Melahirkan pada Ibu Bersalin Kala 1 Fase Aktif di Rumah Sakit Dr. Hafiz Cianjur" menunjukkan hasil uji *Wilcoxon* yang signifikan dengan nilai 2-tailed sebesar 0.000 (<0,005), yang artinya ada pengaruh yang signifikan terhadap tingkat nyeri melahirkan pada ibu bersalin sebelum dan sesudah dilakukan tindakan *counter pressure* dan teknik relaksasi nafas dalam.

Penelitian yang dilakukan oleh (Apriani & Sari, 2021) dengan judul "pengaruh teknik *massase counter pressure* terhadap intensitas penurunan nyeri persalinan kala 1 fase aktif di BPM herasdiana" menjelaskan hasil uji statistik mendapatkan p=0,0001 maka dapat di simpulkan terdapat pengaruh teknik *massase counter pressure* terhadap penurunan intensitas nyeri persalinan normal.

Sebagaimana yang disebutkan dalam Al-Qur'an surat Al-Baqarah ayat 153, "Wahai orang-orang yang beriman, mintalah pertolongan dengan sabar dan salat. Sesungguhnya Allah bersama orang-orang yang sabar (QS. Al-Baqarah: 153)." Ayat ini menekankan pentingnya kesabaran menghadapi ujian hidup, yang relevan dengan konteks menghadapi rasa sakit dalam proses persalinan. Sabar dalam menghadapi rasa sakit dapat membantu ibu tetap tenang dan kuat selama persalinan.

Berdasarkan latar belakang diatas RSIA Sitti Khadijah Kota Gorontalo belum mendapatkan metode non-farmakologi yaitu teknik *massage counter pressure* dan juga masih ada pasien yang belum mendapati teknik *massage counter pressure* dan teknik relaksasi nafas dalam. Maka dengan ini peneliti tertarik untuk melakukan penelitian dengan judul "Efektivitas Teknik *Massage Counter Pressure* Dan Teknik Relaksasi Nafas Dalam Terhadap Intensitas Nyeri Ibu Bersalin Kala 1 Fase Aktif Di Rsia Sitti Khadijah Kota Gorontalo".

1.2 Identifikasi Masalah

1. Menurut WHO (*World Health Organization*), diperkirakan terdapat sekitar 210 juta kehamilan di seluruh dunia, dengan 20 juta ibu mengalami nyeri saat persalinan. Dari jumlah tersebut, 15% mengalami nyeri ringan, 35% mengalami nyeri sedang, 30% nyeri hebat, dan 20% nyeri sangat parah.
2. Di Indonesia, Murray melaporkan bahwa dari 2.700 ibu yang bersalin, 15% mengalami nyeri ringan, 35% nyeri sedang, 30% nyeri hebat, dan 20% nyeri sangat berat

3. Berdasarkan pengambilan data dan wawancara kepada kepala ruangan bersalin dikatakana bahwa pada saat persalinan metode non-farmakologi seperti teknik *massage counter pressure* belum dilakukan.

1.3 Pembatasan Masalah

Dalam penelitian ini terfokus pada efektivitas teknik *massage counter pressure* dan teknik relaksasi nafas terhadap intensitas nyeri ibu bersalin kala 1 fase aktif. Dalam penelitian ini menggunakan lembar observasi dan skala ukur NRS untuk melihat bagaimana keeadaan ibu setelah diberikan intervensi.

1.4 Rumusan Masalah

Bagaimana efektivitas teknik *massage counter pressure* dan teknik relaksasi nafas dalam terhadap intensitas nyeri ibu bersalin kala 1 fase aktif?

1.5 Kegunaan Hasi Penelitian

1.5.1 Manfaat Teoritis

Dapat menambah refersnsi dan pengetahuan tentang efektivitas teknik *massage counter pressure* dan teknik relaksasi nafas dalam terhadap intensitas nyeri ibu bersalin kala 1 fase aktif.

1.5.2 Manfaat Praktis

a. Bagi akademik

   Penelitian ini di harapkan dapat menambah bahan bacaan dan memberikan masukan atau referensi bagi akademik tentang efektivitas *massage counter pressure* dan teknik relaksasi nafas terhadap intensitas nyeri ibu bersalin kala 1 fase aktif.

b. Bagi Kesehatan

   Penelitian ini dapat memberikan alternatif solusi bagi petugas kesehatan dalam memberikan penanganan *massage counter pressure* dan teknik relaksasi nafas terhadap intensitas nyeri ibu bersalin kala 1 fase aktif

c. Bagi Peneliti selanjutnya

   Penelitian ini diharapkan dapat dikembagan oleh peneliti selanjutnya untuk lebih lanjut dalam meneliti berbagai macam teknik komplementer

1.6 Tujuan Penelitian

1.6.1 Tujuan Umum

Untuk mengetahui efektivitas teknik *massage counter pressur* dan teknik relaksasi nafas dalam terhadap intensitas nyeri ibu bersalin kala 1 fase aktif

1.6.2 Tujuan Khusus

1. Untuk mengetahui efektivitas teknik *massage counter pressure* terhadap intensitas nyeri ibu bersalin kala 1 fase aktif sebelum dan sesudah diberikan.
2. Untuk mengetahui efektivitas teknik relaksasi nafas dalam terhadap intensitas nyeri ibu bersalin kala 1 fase aktif sebelum dan sesudah diberikan.
3. Untuk menganalisis efektivitas antara *massage counter pressure* dan teknik relaksasi nafas dalam terhadap intensitas nyeri ibu bersalin kala 1 fase aktif.