

BAB 1

PENDAHULUAN

1.1 Latar belakang masalah

Persalinan adalah suatu proses penegeluaran hasil konsepsi (janin dan plasenta) yang cukup bulan atau dapat hidup diluar kandungan melalui jalan lahir atau melalui jalan lain (Cholifah, 2019). Pada proses persalinan normal ditandai dengan adanya kontraksi uterus yang menyebabkan penipisan, dilatasi serviks, dan mendorong janin keluar melalui jalan lahir sehingga menimbulkan sensasi nyeri yang dirasakan ibu. Hal ini merupakan proses fisiologis dalam persalinan (Alkalah, 2016)

Pada umumnya nyeri persalinan adalah suatu kondisi normal yang dialami oleh ibu bersalin baik pada ibu primigravida maupun multigravida. Rasa nyeri persalinan ini tidak dapat dikendalikan oleh ibu yang sedang bersalin baik secara psikis dan fisik maka dapat menimbulkan stress yang menyebabkan pelepasan hormone yang berlebihan seperti katekolamin dan steroid (Wulandari, 2023)

Angka kejadian nyeri selama persalinan menurut *World Health Organisation* (WHO) tahun 2019 diperkirakan setiap tahun 210 juta kehamilan diseluruh dunia dan sekitar 20 juta ibu mengalami nyeri saat persalinan (Putri & Lestari, 2023). Data hasil penelitian *Asosiation of South East Asian Nations* (ASEAN) tentang nyeri menunjukkan rasa nyeri persalinan sedang sampai bera

sebesar 93,5%. Dari data tersebut 25% dialami oleh ibu primipara sedangkan 9% pada multipara (Putri & Lestari, 2023).

Departemen Kesehatan Republik Indonesia tahun 2020 melaporkan angka nyeri persalinaan rata-rata di Indonesia sebanyak 85% - 90% wanita hamil akan menghadapi nyeri persalinan hebat dan 7% - 15% tidak disertai rasa nyeri atau nyeri ringan (Putri & Lestari, 2023). Berdasarkan penelitian di Indonesia ditemukan wanita dalam persalinan kala 1 didapatkan sebanyak 60% primipara menggambarkan mengalami nyeri hebat akibat kontraksi uterus sedangkan pada multipara 45% mengalami nyeri hebat, 30% nyeri sedang, 25% nyeri ringan (Puspitasari, 2020)

Tingkat nyeri dalam persalinan yang dirasakan oleh ibu memiliki sifat yang subyektif. Nyeri yang dirasakan tergantung dengan intensitas his dan juga bergantung dengan kondisi mental ibu ketika dalam proses persalinan. Apabila nyeri tidak diatasi dengan baik, maka masalah yang dapat timbul adalah peningkatan kecemasan saat proses persalinan, sehingga produksi hormon adrenalin mengalami peningkatan dan menyebabkan vasokontraksi. Vasokontraksi dapat mengakibatkan penurunan aliran darah ibu ke janin. Menurunnya oksigen dan aliran darah ke uterus akan terjadi iskemia jaringan yang menyebabkan terjadinya hipoksia pada janin dan ibu mengalami persalinan yang lama sehingga rasa nyeri yang dirasakan semakin lama (Susanti & Utami, 2022)

Nyeri persalinan dapat dikendalikan dengan 2 metode yaitu farmakologis dan non-farmakologis, metode penghilang nyeri secara farmakologis adalah dengan menggunakan obat-obatan kimiawi, sedangkan metode non-farmakologis

dilakukan secara alami tanpa menggunakan obat-obatan kimiawi yaitu dengan melakukan teknik relaksasi yang mencakup relaksasi napas dalam, relaksasi otot, masase, musik dan aromaterapi (Noor Lina Apriani, 2023).

Teknik Relaksasi Pijat *Endorphin* dan Napas Dalam adalah dua diantara beberapa metode untuk mengatasi nyeri persalinan secara non-farmakologis. Pijat *Endorphin* merupakan pemberian tekanan tangan pada jaringan lunak, biasanya otot, atau ligamnetum tanpa menyebabkan gerakan atau perubahan posisi sendi untuk meredakan nyeri . Teknik pijat *endorphin* dapat membantu memberikan rasa tenang dan nyaman saat mendekati persalinan maupun proses persalinan akan berlangsung dengan merangsang hormone *Endorphin*. *Endorphin* merupakan suatu zat didalam tubuh yang memiliki banyak manfaat dari gabungan endogenous dan morphione dimana zat yang merupakan unsur protein yang diproduksi oleh sel-sel tubuh serta saraf manusia. Hal ini menyebabkan pijatan dapat merangsang tubuh melepaskan senyawa Endorphoin yang merupakan pereda rasa sakit (Wulandari, 2023). Sedangkan teknik relaksasi napas adalah sebuah teknik dengan cara menarik napas dalam pada saat ada kontraksi dengan menggunakan pernapasan dada melalui hidung lalu dikeluarkan melalui mulut, teknik napas dalam akan mengalirkan oksigen ke dalam darah yang kemudian dialirkan keseluruh tubuh kemudian akan mengeluarkan hormone endorphin yang merupakan penghilang rasa sakit alami didalam tubuh. Relakasasi pernapasan merupakan salah satu metode paling bermanfaat untuk mengurangi nyeri persalinan (Noor Lina Apriani, 2023).

Dari survey awal yang dilakukan oleh peneliti di RSUD Datu Kandang Haji Balangan melalui wawancara terhadap 10 responden, semuanya mengatakan

merasakan nyeri sejak awal persalinan dan nyeri bertambah seiring bertambahnya pembukaan. Studi pendahuluan yang dilakukan pada tanggal 23-30 Juli 2024 dengan observasi pada 10 orang ibu bersalin dan melakukan wawancara mengenai nyeri persalinan, menyatakan bahwa ibu merasa nyeri yang berat menjelang persalinan dan menyebabkan ibu menjadi cemas, relaksasi napas dalam yang dilakukan bidan untuk mengurangi nyeri persalinan dapat membantu menurunkan nyeri persalinan tetapi belum maksimal menurunkan nyeri. Kemudian dilakukan pijat endorphen, dari pengalaman 10 orang ibu bersalin tersebut, menyatakan bahwa nyeri menjadi berkurang dan ibu menjadi lebih tenang.

Berdasarkan uraian diatas, maka peneliti tertarik untuk melakukan penelitian tentang “Pengaruh Kombinasi Terapi Relaksasi Pijat Endorphen dan Napas Dalam Terhadap Penurunan Nyeri Persalinan di RSUD Datu Kandang Haji Balangan”

1.2 Rumusan masalah

Berdasarkan latar belakang diatas, maka peneliti merumuskan pertanyaan masalah “Apakah ada Pengaruh Kombinasi Terapi Relaksasi Pijat *Endorphen* dan Napas Dalam Terhadap Penurunan Nyeri Persalinan di RSUD Datu Kandang Haji Balangan?”

1.3 Tujuan penelitian

1.3.1 Tujuan umum

Mengetahui Pengaruh Kombiasi Terapi Relaksasi Pijat *Endorphen* dan Napas Dalam Terhadap Penurunan Nyeri Persalinan di RSUD Datu Kandang Haji Balangan.

1.3.2 Tujuan khusus

- 1) Mengidentifikasi intensitasi nyeri persalinan kala 1 sebelum diberikan terapi relaksasi pijat *endorphin* dan napas dalam di RSUD Datu Kandang Haji Balangan.
- 2) Mengidentifikasi intensitasi nyeri persalinan kala 1 sesudah diberikan terapi relaksasi pijat *endorphin* dan napas dalam di RSUD Datu Kandang Haji Balangan.
- 3) Menganalisis pengaruh pemberian terapi relaksasi pijat *endorphin* dan napas dalam terhadap intensitas nyeri persalinan kala I di RSUD Datu Kandang Haji Balangan.

1.4 Manfaat penelitian

1.4.1 Bagi akademik

Merupakan sumbangan bagi ilmu pengetahuan dan diharapkan dapat digunakan sebagai tambahan referensi baru mengenai pengaruh terapi relaksasi pijat *endorphin* dan napas dalam terhadap penurunan nyeri persalinan kala I.

1.4.2 Bagi praktis, penelitian ini akan bermanfaat bagi :

1) Bagi pemerintah

Hasil penelitian ini diharapkan dapat digunakan sebagai referensi pemerintah untuk membuat kebijakan saat ibu hamil kunjungan ANC menjelang persalinan diberikan edukasi tentang terapi relaksasi pijat *endorphin* dan napas dalam untuk penurunan rasa nyeri persalinan.

2) Bagi rumah sakit

Hasil penelitian ini diharapkan dapat digunakan sebagai salah satu referensi penatalaksanaan asuhan sayang ibu pada ibu bersalinan dengan pemberian terapi non-farmakologis terapi relaksasi pijat *endorphin* dan napas dalam.

3) Bagi penulis

Dapat menambah wawasan dan ilmu pengetahuan tentang terapi relaksasi pijat *endorphin* dan napas dalam terhadap penurunan nyeri persalinan kala I.