

## BAB 1

### PENDAHULUAN

#### A. Latar Belakang

Persalinan diartikan sebagai proses pengeluaran bayi, plasenta dan selaput ketuban dari uterus ibu dan dapat hidup di luar rahim, dengan atau tanpa bantuan, baik melalui jalan lahir maupun dengan cara lain. Persalinan normal terjadi pada kehamilan cukup bulan yaitu 37-42 minggu lahir spontan dengan presentasi belakang kepala berlangsung 18 jam tanpa adanya komplikasi pada ibu maupun janin (Walyani & Purwoastuti, 2021).

Proses persalinan identik dengan rasa nyeri yang akan dialami ibu saat bersalin. Nyeri persalinan merupakan pengalaman sensorik dan emosional yang tidak menyenangkan yang dapat dirasakan pada setiap tahap persalinan yaitu kala I hingga kala IV. Pada kala I nyeri persalinan disebabkan oleh kontraksi involunter otot uteri biasanya dirasakan dibagian punggung bawah. Sensasi nyeri melingkari batang tubuh bawah, yang mencakup abdomen dan punggung. Saat persalinan mengalami kemajuan intensitas kontraksi akan semakin lama, semakin teratur dan nyeri yang lebih kuat (Novita et al., 2017).

Menurut penelitian di Inggris yang melibatkan ibu bersalin menjelaskan bahwa 93,5% wanita menganggap nyeri persalinan sebagai nyeri yang berat, sementara itu di Filandia 80% mendeskripsikan sebagai nyeri yang hebat dan tidak dapat ditoleransi (Sari et al., 2021).

Dilaporkan dari hasil penelitian yang dilakukan Zelda (2018) bahwa 300 wanita bersalin kala I fase aktif 32% mengatakan nyeri berat, 57% nyeri sedang, dan 11% nyeri ringan. Root,dkk memperlihatkan bahwa 68,3% wanita menyatakan bahwa nyeri persalinan adalah nyeri berat, dan lebih dari 86% wanita ingin nyeri nya diatasi (Sari et al., 2021).

Nyeri persalinan yang semakin lama akan menimbulkan ketakutan sehingga muncul kecemasan dan stres yang dapat menyebabkan beberapa ibu bersalin merasa tidak akan mampu melewati proses persalinan dan ada keinginan untuk mengakhiri masa persalinan terutama pada ibu primigravida, apabila tidak diatasi dengan baik maka akan meningkatkan risiko gawat janin, caput succadenum, kematian janin intrauterine, skor apgar rendah dan cedera pada bayi (Sari et al., 2021).

Upaya untuk mengurangi nyeri persalinan dapat menggunakan metode farmakologis maupun non farmakologis. Metode pengurangan rasa nyeri secara farmakologis dengan menggunakan obat-obatan kimiawi namun metode farmakologis lebih mahal dan berpotensi merugikan ibu dan janin. Sedangkan metode non farmakologis dilakukan secara alami tanpa menggunakan obat-obatan kimiawi yaitu dengan melakukan teknik relaksasi yang mencakup relaksasi nafas dalam, relaksasi otot, massase, musik dan aromaterapi lebih murah, sederhana, lebih efektif, dan tidak menimbulkan efek samping, serta dapat meningkatkan kenyamanan ibu saat melahirkan karena ibu dapat mengontrol perasaan dan kekuatannya sendiri (Marsilia & Tresnayanti, 2021).

Teknik relaksasi nafas dalam adalah salah satu cara yang dapat digunakan untuk mengurangi rasa nyeri yang dialami ibu bersalin secara nonfarmakologi yang aman dan mudah dengan menarik nafas dalam-dalam pada saat ada kontraksi melalui hidung sambil mengembungkan perut dan menghembuskan nafas melalui mulut secara perlahan sambil mengempeskan perut. Teknik relaksasi dilakukan untuk mengendalikan rasa nyeri dengan meminimalkan aktifitas saraf simpatik dalam teknik saraf otonom. Teknik tersebut dapat mengurangi sensasi nyeri dan mengontrol intensitas reaksi ibu terhadap rasa nyeri. Hormone adrenalin dan kortisol yang menyebabkan ibu cemas dan takut akan menurun, ibu dapat meningkatkan konsentrasi dan merasa tenang sehingga memudahkan ibu untuk mengatur pernafasan dengan baik (Sari et al., 2021).

Dari hasil penelitian yang dilakukan Imelda (2021) sebelum intervensi tingkat nyeri pada 28 responden ibu bersalin menggunakan skala Numerik Rating Scale (NRS) adalah 64,3% ibu bersalin nyeri sedang, 37,5% nyeri berat dan berdasarkan hasil instrument penelitian sesudah intervensi tingkat nyeri dilakukan perlakuan pada 28 responden ibu bersalin menggunakan skala Numerik Rating Scale (NRS) adalah 67,9% ibu bersalin nyeri ringan, 32,1% ibu bersalin nyeri sedang. Maka dari hasil penelitian ini terdapat pengaruh terhadap tingkat nyeri pada persalinan menggunakan instrument NRS (Marsilia & Tresnayanti, 2021).

Berdasarkan latar belakang diatas maka pemberi asuhan bermaksud untuk melakukan asuhan kebidanan Penatalaksanaan Teknik Relaksasi Nafas Dalam untuk Mengurangi Nyeri Persalinan Kala I Fase Aktif.

### **B. Rumusan Masalah**

Berdasarkan uraian dari latar belakang diatas maka penulis dapat merumuskan masalah, apakah penatalaksanaan teknik relaksasi nafas dalam untuk mengurangi nyeri persalinan kala I fase aktif?

### **C. Tujuan**

Tujuan dilakukannya asuhan kebidanan ini yaitu untuk memberikan asuhan kebidanan kepada ibu bersalin tentang mengetahui teknik relaksasi nafas dalam untuk mengurangi nyeri persalinan kala I fase aktif.

### **D. Manfaat**

#### 1. Manfaat teoritis

Sebagai upaya pengembangan ilmu pengetahuan dalam bidang ilmu kebidanan yang dititik beratkan pada asuhan kebidanan persalinan dalam penerapan teknik rekalsasi nafas dalam pada masa persalinan.

#### 2. Manfaat praktis

##### a. Bagi Klien

diharapkan dapat meningkatkan pengetahuan dan memberikan informasi pada ibu bersalin dalam melakukan teknik relaksasi nafas dalam untuk mengurangi nyeri persalinan kala I fase aktif.

b. Bagi Petugas Kesehatan

Diharapkan asuhan kebidanan ini dapat dijadikan bahan masukan bagi petugas kesehatan untuk memberikan pengajaran melalui demonstrasi kepada ibu dalam melakukan teknik relaksasi nafas nafas dalam untuk mengurangi nyeri persalinan kala I fase aktif.

c. Bagi Pemberi Asuhan

Mendapatkan pengalaman sehingga meningkatkan pengetahuan dan wawasan mengenai pemberian teknik relaksasi nafas dalam untuk mengurangi nyeri persalinan kala I fase aktif.

