BAB 1
PENDAHULUAN

1.1 Latar Belakang

Persalinan merupakan proses fisiologis yang membawa dampak besar bagi seorang ibu, baik secara fisik, psikologis, maupun sosial. Ketika persalinan secara normal tidak memungkingkan untuk dilakukan, dikarenakan bebarapa faktor penyulit seperti pre-eklamsia, gawat janin, dan disproporsi sefalopelvik, maka prosedur *sectio caesarea* menjadi pilihan untuk menyelamatkan ibu dan bayi. Saat ini *sectio caesarea* telah menjadi intervensi obstetrik yang semakin prevalen. Meskipun prosedur ini terbilang aman dan cukup umum dilakukan, akan tetapi tetap ada komplikasi post pembedahan seperti luka pembedahan dan nyeri post operasi yang dapat berdampak langsung terhadap masa pemulihan ibu, seperti dapat memperlambat mobilisasi dini, meningkatkan risiko trombosis vena dalam, memperpanjang masa rawat inap, serta menghambat proses pemberian ASI (Wahyu & Lina, 2019).

Pada tahun 2021 angka *sectio caesarea* di dunia mencapai sekitar 21% dari seluruh kelahiran dan diperkirakan akan terus meningkat hingga 29% pada tahun 2030 (WHO, 2021). Prevalensi persalinan SC di Indonesia pada tahun 2018 sebesar 17,6% (Kemenkes RI, 2018). Sementara itu pada tahun 2023 prevalensi persalinan melalui operasi SC mencapai 25,9%, yang berarti meningkat dari tahun sebelumnya (Kemenkes RI, 2023). Sedangkan di Jawa Timur sendiri pada tahun 2023, persalinan SC tercatat sebesar 31,2% yang menempatkan provinsi ini pada peringkat ketujuh tertinggi di Indonesia (Kemenkes RI, 2023). Hal tersebut tentunya menunjukkan kenaikan dibandingkan dengan tahun 2020 sebesar 22,36%

(Dinkes Jatim, 2020). Sementara itu, studi menunjukkan bahwa lebih dari 80% wanita melaporkan mengalami nyeri sedang hingga berat dalam 24 jam pertama setelah operasi SC dengan karakteristik nyeri visceral dan somatik (Aksoy, 2025).

Post operasi SC, pasien umumnya mengalami nyeri hebat di area abdomen akibat luka insisi. Nyeri ini merupakan respon fisiologis tubuh terhadap trauma pembedahan yang melibatkan jaringan lunak, otot, serta saraf. Kerusakan jaringan ini menyebabkan pelepasan mediator inflamasi, seperti histamin, bradikinin, dan prostaglandin yang akan merangsang reseptor nyeri. Impuls nyeri tersebut kemudian dikirim melalui serabut saraf perifer menuju sistem saraf pusat dan dipersepsikan sebagai nyeri (Potter & Perry, 2016).

Impuls nyeri yang mencapai medulla spinalis, batang otak, dan hipotalamus akan mengaktifkan sistem saraf otonom sebagai bagian dari respon stress. Aktivasi sistem saraf simpatis akan menyebabkan vasokontriksi perifer, peningkatan tekanan darah, dan ketegangan otot, yang dapat berisiko memperburuk kondisi luka post operasi. Bila nyeri tersebut tidak segera ditangani dapat menyebabkan komplikasi serius, seperti syok bahkan kematian (Sulistyo, 2016).

Nyeri post operasi SC tergolong sebagai nyeri akut yang muncul secara tiba-tiba dan hilang timbul. Sebuah penelitian menunjukkan bahwa persalinan SC mempunyai efek nyeri lebih tinggi sekitar 27,3% dibandingkan dengan persalinan normal sekitar 9% (Wahyu & Lina, 2019). Pengelolaan nyeri post SC umumnya dilakukan dengan pemberian analgesik farmakologis seperti opioid dan NSAID. Namun, penggunaan analgesik, terutama opioid, seringkali menimbulkan efek samping seperti mual, muntah, konstipasi, kantuk, bahkan ketergantungan jangka

panjang (Giordano et al., 2023). Selain itu, analgesik hanya efektif sekitar 60% sebagai pereda nyeri (Aryanti & Fauziah, 2024).

Sementara metode non-farmakologis merupakan metode yang mudah dilakukan, efektif, dan tanpa efek samping yang merugikan (Perry & Potter, 2016). Oleh sebab itu, dengan mengkombinasikan metode farmakologis dan non-farmakologis merupakan cara yang paling efektif untuk menurunkan tingkat nyeri pasca operasi sekitar 20-30% dan mempercepat masa pemulihan (Xu et al., 2025).

Ball squeezing therapy merupakan salah satu terapi non-farmakologis yang relatif baru dalam manajemen nyeri yang memanfaatkan prinsip distraksi untuk membantu mengalihkan perhatian pasien dari sensasi nyeri yang dirasakan (Dinamiyanti et al., 2024). Terapi ini dilakukan dengan cara meremas bola secara berulang, sehingga melibatkan aktivitas motorik sederhana. Aktivitas meremas bola secara berulang dapat menstimulasi serabut saraf besar yang kemudian mampu menghambat transmisi sinyal nyeri menuju otak sesuai dengan mekanisme teori "Gate Control Theory" yang dikemukakan oleh Melzack dan Wall (Aslan et al., 2025).

Menurut sebuah penelitian yang berjudul "Penerapan Terapi *Finger Hold* (Genggam Jari) dengan Media Bola Squishy untuk Mengurangi Tingkat Nyeri Akut Pasien dengan Diagnosa Medis Post *Sectio Caesarea* di RS Muhammadiyah Ahmad Dalan Kota Kediri", menyebutkan bahwa terdapat tingkat penurunan tingkat nyeri dari skala 9 (nyeri berat) menjadi skala 2 (nyeri ringan) setelah diberikan terapi genggam jari dengan menggunakan media bola karet sebanyak 1 kali selama 3 hari. Terapi ini dapat mengurangi ketegangan fisik dan meningkatkan kenyamanan,

sehingga pasien dapat mencapai tingkat kenyamanan yang optimal. (Dinamiyanti et al., 2024).

Pada penelitian lain dengan judul "*The Effect of a Stress Ball on Pain and Anxiety During Sharp Debridement in Patient with Diabetic Foot Ulcers: A Randomized Controlled, Single-Blind Study*", menunjukkan penurunan tingkat nyeri setelah diberikan terapi genggam bola dengan nilai *p value* = 0,001. Terapi genggam bola merangsang titik-titik tertentu di telapak tangan dan menyebabkan pelepasan endorphin sehingga rasa nyeri dapat berkurang. Selain itu, terapi ini juga menyebabkan peningkatan oksigenasi dalam jaringan dan vasodilatasi pembuluh darah yang dapat mengurangi persepsi rasa nyeri (Aslan et al., 2025).

Selain *ball squeezing therapy*, terapi kompres hangat juga terbukti efektif dalam mengurangi tingkat nyeri, meningkatkan aliran darah ke area nyeri, melemaskan ketegangan otot, dan memberikan efek nyaman (Rohmawati et al., 2025). Pemberian kompres hangat di area tertentu dapat meningkatkan vasodilatasi lokal hingga 40%, memperbaiki aliran darah, mempercepat metabolisme jaringan, serta menurunkan ketegangan otot, yang pada akhirnya dapat mengurangi persepsi nyeri akibat kontraksi otot dan meningkatkan rasa nyaman (Aksoy, 2025).

Kompres hangat bermanfaat untuk memberikan efek relaksasi dan kenyamanan psikologis pada pasien sehingga mampu mempercepat penyembuhan (Sun et al., 2024). Sebuah penelitian dengan judul "Pengaruh Terapi Kompres Hangat terhadap Penurunan Respon Nyeri pada Ibu Post *Sectio Caesarea*" menunjukkan hasil bahwa skala nyeri pada klien sebelum diberikan kompres hangat yaitu skala 4-5 (nyeri sedang) dan setelah diberikan kompres hangat dalam skala 1-3 (nyeri ringan) (Haryati & Hamidah, 2022).

Pada penelitian lain mengenai "Efektivitas *Foot Massage* dan Kompres Hangat terhadap Nyeri Post Operasi *Sectio Caesarea* di Rumah Sakit Islam Klaten", kompres hangat mempunyai pengaruh terhadap penurunan tingkat nyeri dengan nilai *p value* = 0,004. Pada peneitian ini diberikan kompres hangat dengan tujuan mengurangi sensasi nyeri, meningkatkan respon inflamasi, meningkatkan proses penyembuhan jaringan yang rusak, serta melancarkan aliran darah dalam jaringan (Sari et al., 2019).

Ball squeezing therapy telah banyak digunakan dalam konteks rehabilitasi motorik, terutama pada pasien post stroke untuk meningkatkan kekuatan otot dan koordinasi motorik halus. Namun, penerapan *ball squeezing therapy* dalam manajamen nyeri post operatif masih sangat terbatas. Sementara itu, kompres hangat lebih sering digunakan dalam berbagai konteks nyeri, seperti nyeri otot dan nyeri menstruasi.

Berdasarkan hasil studi pendahuluan yang dilakukan di RSUD Ngudi Waluyo Wlingi pada tanggal 12 Juni 2025 didapatkan jumlah kasus operasi *sectio caesarea* dalam 1 tahun terakhir sejumlah 269 kasus dengan mayoritas mengalami nyeri post SC. Setelah melakukan pengkajian pada salah satu pasien didapatkan informasi bahwa pasien Ny.N mengalami nyeri akibat post pembedahan *sectio caesarea* dengan kualitas nyeri seperti disayat-sayat, nyeri yang dirasakan hilang timbul, dan semakin nyeri jika digunakan bergerak dengan skala nyeri 6. Saat dilakukan pengukuran tanda-tanda vital didapatkan hasil tekanan darah 134/83 mmHg, suhu 36,4ºC, nadi 113x/menit, respirasi rate 20x/menit.

Penatalaksanaan manajemen nyeri yang dilakukan di ruangan tersebut adalah menggunakan terapi farmakologi dengan memberikan analgesik ketorolac dan

terapi non-farmakologi yang digunakan yaitu teknik relaksasi nafas dalam yang dilakukan sesuai SOP rumah sakit. Sementara itu di ruangan tersebut belum pernah dilakukan terapi non-farmakologi lain, seperti *ball squeezing therapy* dan terapi kompres hangat.

Berdasarkan latar belakang diatas, tingginya prevalensi nyeri post SC, keterbatasan pengelolaan nyeri secara farmakologis, serta adanya potensi besar mengenai intervensi non-farmakologis *ball squeezing therapy* dan kompres hangat yang secara signifikan menunjukkan pengaruh terhadap penurunan tingkat nyeri dan belum diketahui mana yang lebih efektif, maka penelitian ini perlu dilakukan. Peneliti ingin menganalisis lebih lanjut melalui penelitian dengan judul "Efektivitas *Ball Squeezing Therapy* dan Kompres Hangat terhadap Tingkat Nyeri Post *Sectio Caesarea* di RSUD Ngudi Waluyo Wlingi".

1.2 Rumusan Masalah

Rumusan masalah berdasarkan latar belakang diatas adalah bagaimana efektivitas *ball squeezing therapy* dan kompres hangat terhadap tingkat nyeri pada pasien post *sectio caesarea* di RSUD Ngudi Waluyo Wlingi?

1.3 Tujuan Penelitian

1.3.1 Tujuan Umum

Mengetahui efektivitas *ball squeezing therapy* dan kompres hangat terhadap tingkat nyeri pada pasien post *sectio caesarea* di RSUD Ngudi Waluyo Wlingi.

1.3.2 Tujuan Khusus

1. Menganalisis pengaruh *ball squeezing therapy* terhadap tingkat nyeri pada pasien post *sectio caesarea* di RSUD Ngudi Waluyo Wlingi.

2. Menganalisis pengaruh kompres hangat terhadap tingkat nyeri pada pasien post *sectio caesarea* di RSUD Ngudi Waluyo Wlingi.
3. Menganalisis efektivitas antara *ball squeezing therapy* dan kompres hangat terhadap tingkat nyeri pada pasien post *sectio caesarea* di RSUD Ngudi Waluyo Wlingi.

1.4 Manfaat Penelitian

1.4.1 Manfaat Teoritis

Hasil dari penelitian ini diharapkan menjadi informasi ilmiah mengenai efektivitas *ball squeezing therapy* dan kompres hangat terhadap tingkat nyeri pada pasien post *sectio caesarea*, sehingga mampu menjadi intervensi tambahan bagi perawat dalam memberikan tindakan keperawatan untuk mengurangi tingkat nyeri dan lama waktu inap di rumah sakit.

1.4.2 Manfaat Praktis

1. **Bagi RSUD Ngudi Waluyo Wlingi**

   Hasil penelitian bisa digunakan sebagai referensi tambahan bagi perawat untuk mempertimbangkan kebijakan terkait pemberian intervensi tambahan non-farmakologis dalam mengurangi tingkat nyeri post *sectio caesarea* di RSUD Ngudi Waluyo Wlingi.

2. **Bagi Poltekkes Kemenkes Malang**

   Penelitian ini diharapkan dapat memberikan kontribusi nyata pada pendidikan keperawatan, khususnya dalam pengembangan kurikulum, serta dapat dijadikan referensi bagi pihak lain dalam melakukan penelitian ataupun menyusun karya ilmiah.

3. Bagi Pasien

Penelitian ini diharapkan dapat membantu pasien dalam mengurangi rasa nyeri, meningkatkan kenyamanan, dan mempercepat mobilisasi dini post *sectio caesarea*.

4. Bagi Peneliti

Penelitian ini diharapkan dapat memperluas pemahaman yang lebih mendalam mengenai manajemen nyeri non-farmakologis post *sectio caesarea*.