BAB 1

PENDAHULUAN

1.1 Latar Belakang

Tindakan *sectio caesarea* (SC) didefinisikan sebagai prosedur bedah yang dilakukan untuk mengeluarkan janin lewat sayatan pada dinding perut serta dinding rahim, yang ditujukan demi keselamatan ibu beserta bayi ketika kelahiran melalui vagina dinilai mustahil ataupun memiliki risiko yang besar (Ginting, 2024). Walaupun memiliki manfaat sebagai upaya penyelamatan nyawa, prosedur SC tergolong dalam pembedahan besar sehingga memunculkan permasalahan keperawatan dominan, yakni nyeri akut yang berasal dari rusaknya jaringan kulit, otot, fasia, sampai pada dinding rahim. Jika rasa nyeri pasca SC tidak dikelola dengan baik nyeri dapat memicu respons stres fisiologis berupa peningkatan tekanan darah dan frekuensi nadi, menghambat proses laktasi dan *bonding attachment* ibu-bayi, mengganggu pola tidur, serta berisiko berkembang menjadi *chronic post-surgical pain* (CPSP) yang dialami hingga 18% ibu post SC dan menurunkan kualitas hidup jangka panjang (Saputri et al., 2024).

Menurut *World Health Organization* (WHO) pada tahun 2023 angka kelahiran melalui SC menunjukkan tren kenaikan yang konsisten hingga kini berada pada kisaran 21% dari total persalinan di seluruh dunia, suatu angka yang melampaui rekomendasi WHO yang ditetapkan pada rentang 10–15% (Asta et.al., 2023). Sementara itu di Indonesia, data Survei Kesehatan Indonesia (SKI) tahun 2023 mengungkap adanya lonjakan signifikan pada angka persalinan SC yang menyentuh 25,9% dari keseluruhan persalinan yang dilakukan di sarana pelayanan kesehatan, naik cukup jauh apabila disandingkan dengan capaian Riskesdas 2018

yang masih berada pada angka 17,6%. Jawa Timur tercatat sebagai salah satu provinsi yang memiliki tingkat persalinan SC cukup tinggi, yakni menyentuh angka 26,4% (Kemenkes RI, 2023). Dari keseluruhan ibu yang menjalani SC tersebut, hampir 100% mengalami nyeri pasca operasi, dengan rincian 15,38% mengalami nyeri berat, 57,70% mengalami nyeri sedang, dan 26,92% mengalami nyeri ringan (Restinah et al., 2024).

Pada lingkup yang lebih sempit, Profil Kesehatan Kabupaten Jombang tahun 2023 memaparkan adanya kecenderungan kenaikan dari tahun ke tahun terhadap kasus persalinan disertai komplikasi yang dirujuk hingga akhirnya diselesaikan melalui SC, dengan RSUD Jombang berperan sebagai pusat rujukan utamanya (Dinkes Jombang, 2023). Studi observasi dan pencarian data awal di RSUD Jombang pada bulan Januari – Desember 2025 menunjukkan rata-rata 68 tindakan SC tiap bulannya. Pada periode praktik di Ruang Drupadi Nifas RSUD Jombang tanggal 16-21 Februari 2026, tercatat sebanyak 6 ibu post SC yakni pada hari pertama praktik pada tanggal 16 Februari 2026. Berdasarkan pengkajian nyeri yang dilakukan dengan menggunakan *Numeric Rating Scale* (NRS), 100% ibu *post* SC mengalami nyeri dengan skala 5-7 yang diklasifikasikan sebagai nyeri sedang hingga berat. Kecenderungan nyeri yang dialami tersebut mengindikasikan bahwa pengelolaan nyeri setelah operasi menjelma sebagai persoalan keperawatan yang amat penting untuk diperhatikan (Aulia, 2025).

SC adalah proses kelahiran janin melalui insisi di dinding abdomen dan dinding uterus. Sensasi nyeri yang dirasakan ibu pasca SC bersumber dari rangsangan nosiseptif yang dipicu oleh rusaknya jaringan ketika proses insisi atau

dibuatnya sayatan, sehingga memproduksi sejumlah mediator kimiawi seperti prostaglandin, histamin, dan bradikinin, yang kemudian mengaktifkan reseptor nyeri dan meneruskan sinyalnya menuju korteks serebri lewat serabut saraf A-delta serta C. Tidak hanya berimplikasi terhadap kondisi fisik, nyeri yang dialami setelah SC turut memunculkan persoalan dari sisi psikis, antara lain rasa cemas, keengganan bergerak (kinesiofobia), maupun terganggunya kualitas tidur yang pada gilirannya membuat ibu mudah merasa lelah (Saputri et al., 2024). Tanpa adanya penanganan yang tepat, rasa nyeri yang terus berlangsung berpotensi bertransformasi menjadi *chronic post surgical pain* (CPSP), suatu kondisi yang dilaporkan dialami hingga 18% ibu setelah SC dan dapat memperburuk kualitas hidup mereka dalam jangka panjang (Ginting, 2024).

Salah satu topik yang tengah menjadi sorotan dalam pengelolaan nyeri *post* SC ialah bertambahnya kehati-hatian dalam pemanfaatan analgesik golongan opioid secara berlebihan, mengingat adanya potensi munculnya efek yang merugikan, seperti rasa mual, terjadinya depresi pernapasan pada ibu, hingga peluang berpindahnya zat obat melalui air susu yang berimbas pada kondisi bayi. Pada perawatan ibu *post* SC dengan metode konvensional, pemberian analgesik tetap menjadi terapi utama. Namun, intervensi nonfarmakologis seperti mobilisasi dini, teknik relaksasi, distraksi, maupun terapi komplementer dianjurkan sebagai terapi pendamping untuk membantu menurunkan intensitas nyeri, meningkatkan kenyamanan, dan mendukung proses penyembuhan (Wulandari et al., 2024). Kondisi tersebut selaras dengan tanggung jawab perawat dalam memberikan layanan asuhan secara mandiri yang aman, hemat biaya, serta berlandaskan bukti

ilmiah agar tingkat kenyamanan ibu *post* SC dapat ditingkatkan tanpa memunculkan dampak samping akibat penggunaan obat (Aulia, 2025).

Di antara berbagai tindakan non farmakologis yang dianjurkan, mobilisasi dini menjadi salah satu Standar Operasional Prosedur (SOP) wajib yang harus dilakukan pada ibu *post* SC di seluruh rumah sakit Indonesia, sebagaimana tertuang dalam pedoman perawatan ibu *post* SC dan SOP keperawatan maternitas (Wulandari et al., 2024). Mobilisasi dini yakni aktivitas pergerakan yang dilakukan secara bertahap mulai dari rentang waktu 6–8 jam setelah pembedahan, mencakup posisi miring ke kanan dan ke kiri, duduk, sampai akhirnya mampu berjalan. Tindakan mobilisasi dini telah dibuktikan dapat memperlancar aliran peredaran darah, mempercepat proses involusi uterus, menghindarkan ibu dari risiko trombosis vena dalam, serta memicu keluarnya endorfin alami dari dalam tubuh yang bertindak layaknya analgesik sehingga mampu meringankan persepsi nyeri (Hayati & Rahayu, 2024). Studi yang dilaksanakan oleh Sari dan Ningsih (2024) di RSUD Wonosari mengungkapkan terjadinya penurunan skala nyeri yang bermakna pada ibu pasca SC sesudah dilakukan mobilisasi dini, dengan perolehan nilai $p = 0{,}001$ ($p < 0{,}05$), temuan serupa juga didapatkan oleh Ginting (2024) yang melaksanakan penelitian di Rumah Sakit Siloam Jakarta dengan nilai $p = 0{,}000$.

Selain tindakan mobilisasi dini, terdapat pula teknik relaksasi genggam jari (*finger hold relaxation*) yang tergolong sebagai terapi non-farmakologis berbasis akupresur dan berakar dari metode Jin Shin Jyutsu asal Jepang, yakni metode yang mekanismenya menyelaraskan arus energi pada titik-titik meridian di jari sehingga memicu aktivitas sistem saraf parasimpatis dan menimbulkan reaksi rileks pada tubuh. Metode ini tergolong praktis, gampang untuk diajarkan, tanpa

membutuhkan biaya apa pun, serta memungkinkan ibu pasca SC mempraktikkannya secara mandiri dalam durasi 15–30 menit dengan frekuensi 2–3 kali per hari (Pinontoan et al., 2022). Temuan penelitian dari Sitorus dan Sinaga (2023) yang dilakukan di RS Advent Bandung memperlihatkan adanya pengaruh yang signifikan dari penerapan teknik relaksasi genggam jari terhadap berkurangnya nyeri pasca SC dengan nilai p = 0,000, sedangkan riset Putri dan Hasanah (2023) yang berlangsung di Universitas Baiturrahmah mendapati nilai rata-rata skor nyeri mengalami penurunan dari angka 7,19 menjadi 4,56.

Beberapa penelitian terdahulu telah mengkaji antara mobilisasi dini dan teknik relaksasi genggam jari secara terpisah, namun penelitian yang mengkombinasikan keduanya masih sangat terbatas. Penelitian yang dilakukan oleh Rahmawati (2024) pada pasien post laparotomi menunjukkan bahwa kombinasi antara mobilisasi dini dan relaksasi genggam jari mampu menurunkan intensitas nyeri secara signifikan dengan p = 0,004. Belum ada penelitian yang berfokuskan pada ibu post SC, kesenjangan inilah yang mendorong peneliti untuk mengkaji secara langsung pengaruh kombinasi kedua intervensi tersebut pada ibu post SC di RSUD Jombang.

Berdasarkan uraian di atas, nyeri masih menjadi masalah utama yang dialami ibu *post* SC. Dari hasil observasi yang dilakukan peneliti di RSUD Jombang, penatalaksanaan nyeri yang diberikan pada ibu *post* SC yakni terapi farmakologis dan mobilisasi dini, sedangkan terapi komplenter lainnya belum pernah dilakukan. Kondisi tersebut mendorong peneliti tertarik melakukan intervensi kombinasi antara mobilisasi dini dan relaksasi genggam jari. Oleh karena itu, penulis mengangkat karya ilmiah dengan judul “Penerapan Mobilisasi

Dini dan Teknik Relaksasi Genggam Jari Terhadap Intensitas Nyeri pada Ibu *Post Sectio Caesarea* di RSUD Jombang."

1.2 Rumusan Masalah

Menurut latar belakang yang ada, penulis merumuskan masalah "bagaimana penerapan mobilisasi dini dan teknik relaksasi genggam jari terhadap intensitas nyeri pada ibu *post sectio caesarea* di RSUD Jombang?"

1.3 Tujuan Penelitian

1.3.1 Tujuan Umum

Tujuan umum dari penelitian ini adalah untuk mengetahui hasil implementasi mobilisasi dini dan teknik relaksasi genggam jari pada ibu *post sectio caesarea* di RSUD Jombang

1.3.2 Tujuan Khusus

Tujuan khusus dari penelitian ini adalah untuk :

1. Mengidentifikasi pengkajian data yang muncul pada ibu *post sectio caesarea* dengan penerapan mobilisasi dini dan teknik relaksasi genggam jari terhadap penurunan intensitas nyeri di RSUD Jombang
2. Mengidentifikasi tindakan keperawatan berupa pemberian asuhan keperawatan pada ibu *post sectio caesarea* dengan penerapan mobilisasi dini dan teknik relaksasi genggam jari terhadap penurunan intensitas nyeri di RSUD Jombang
3. Mengidentifikasi evaluasi dari pemberikan asuhan keperawatan pada ibu *post sectio caesarea* dengan penerapan mobilisasi dini dan teknik relaksasi genggam jari terhadap penurunan intensitas nyeri di RSUD Jombang

1.4 Manfaat

1.4.1 Manfaat Teoritis

Laporan Karya Tulis Ilmiah Akhir Ners (KIAN) ini adalah dapat dijadikan sebagai tambahan referensi dan bahan evaluasi mengenai penerapan mobilisasi dini dan Teknik relaksasi genggam jari pada ibu *post sectio caesarea.* Laporan ini diharapkan bisa memberikan informassi tambahan mengenai efektivitas mobilisasi dini dan relaksasi genggam jari terhadap penurunan intensitas nyeri di RSUD Jombang, prosedur pelaksanaannya sebagai intervensi nonfarmakologis, serta manfaatnya dalam mendukung kenyamanan serta pemulihan ibu. Hasil laporan ini juga diharapkan mampu berkontribusi dalam pengembangan ilmu keperawatan maternitas, khususnya pada manajemen nyeri *post sectio caesarea.*

1.4.2 Manfaat Praktis

1. Bagi pelayanan keperawatan di rumah sakit

   Hasil studi ini dapat dijadikan masukan perawat untuk meningkatkan peran perawat dalam melakukan terapi non farmakologis dan menerapkan mobilisasi dini dan teknik relaksasi genggam jari terhadap penurunan intensitas nyeri pada ibu *post sectio caesarea.*

2. Bagi institusi pendidikan

   Hasil studi ini dapat menambah peran dalam mendukung riset dan menambah referensi pada bidang keperawatan maternitas khususnya mengenai intervensi keperawatan mobilisasi dini dan teknik relaksasi genggam jari terhadap penurunan intensitas nyeri pada ibu *post sectio caesarea.*

3. Bagi ibu dan keluarga

   Hasil studi ini dapat dijadikan sebagai sebuah tindakan untuk memberikan rasa nyaman serta mengurangi rasa nyeri serta menambah pengetahuan ibu maupun keluarga