

BAB I

PENDAHULUAN

1.1. Latar Belakang

Persalinan merupakan proses di mana seorang bayi yang sudah cukup bulan atau mendekati cukup bulan dikeluarkan dari rahim ibu, diikuti dengan keluarnya plasenta dan selaput janin dari tubuh wanita. Proses ini dapat terjadi melalui jalan lahir atau metode lain, dengan bantuan atau tanpa bantuan (kekuatan ibu sendiri) (Triresturi, 2019). Semua wanita tentu berharap persalinan mereka berjalan dengan lancar dan normal.

Sectio Caesarea (SC) merupakan persalinan janin melalui sayatan terbuka pada perut (*Laparotomi*) dan sayatan pada Rahim (*Histerektomi*). Persalinan *Sectio Caesarea* merupakan upaya terakhir untuk berbagai komplikasi persalinan. WHO menetapkan standar rata-rata untuk persalinan dengan *Sectio Caesarea* sekitar 5- 15%. Data dari WHO menunjukkan bahwa terjadi peningkatan jumlah persalinan dengan *Sectio Caesarea* di seluruh dunia tahun 2017 hingga 2019, mencapai 110.000 kasus. (WHO, 2022).

Berdasarkan Organisasi Kesehatan Dunia (WHO), kejadian Operasi *Sectio Caesarea* adalah sekitar 5-15%. Data WHO dari Survei Global Kesehatan Ibu, Anak dan Perinatal tahun 2021 menunjukkan bahwa 46,1% dari seluruh kelahiran dilakukan melalui operasi *Caesar* (SC) (Organisasi Kesehatan Dunia, 2019).

Di Indonesia, pada angka kejadian dengan Operasi *Sectio Caesarea* masih terus meningkat baik di Rumah Sakit Swasta dari tahun 2017-2019 yaitu

menunjukkan angka kejadian sebanyak 1,3-6,8%. Pada persalinan *Sectio Caesarea* di kota yaitu 11% lebih tinggi jika dibandingkan dengan desa yaitu dengan angka kejadian 3,9% (Survey SKI, 2022).

Berdasarkan data RISKESDAS tahun 2021, jumlah kelahiran dengan metode Operasi *Caesar* (SC) di Indonesia sebesar 17,6%. Indikasi persalinan *Sectio Caesarea* (SC) paling sering diakibatkan oleh komplikasi multipel contohnya posisi janin sungsang (3,1%), Perdarahan (2,4%), Eklampsia (0,2%), Ruptur uteri prematur sebesar (32,2%) Ketuban pecah dini (5,6%), Persalinan lama (4,3%), Lilitan tali pusat (2,9%), Plasenta previa (0,7%), Retensio plasenta (0,8%), Hipertensi (2,7%), dan lain-lain (4,6%) (Kemenkes RI, 2021)

Survei Kesehatan Indonesia (SKI) pada tahun 2023, persalinan dengan tindakan Operasi *Caesar* (SC) di Indonesia mencapai 25,9% dari total persalinan. Ini menunjukkan peningkatan dari data SKI tahun 2018 yang menyatakan prevalensi Operasi *Caesar* sebesar 17,6%. Berdasarkan Riskesdas Jawa Barat pada tahun 2018, presentasi persalinan *Sectio Caesarea* di Jawa Barat adalah sekitar 15,48% dan sementara di Kota Cirebon diperkirakan mencapai 19,4% (Riskesdas, 2018). Berdasarkan data yang ditemukan dari medical record RS Panti Abdi Dharma Cirebon pada tahun 2024, ditemukan sebanyak 51,9% pasien yang melakukan *Sectio Caesarea*. Dari total 620 persalinan yang tercatat, 322 pasien menjalani prosedur SC, sedangkan sisanya melahirkan secara pervaginam. Data ini menunjukkan bahwa angka persalinan SC di RS Panti Abdi Dharma Cirebon jauh lebih tinggi dibandingkan rata-rata angka nasional maupun provinsi, sehingga mengindikasikan tingginya

kebutuhan intervensi obstetri di fasilitas kesehatan ini.

Operasi merupakan suatu teknik pengobatan yang dilakukan untuk penyembuhan dan pencegahan keparahan dari suatu diagnosa penyakit. Tindakan operasi dilakukan dengan membedah bagian tertentu yang tentunya dengan memberikan efek anestesi sebagai agen pengontrol rasa nyeri. Sehingga meningkatkan rasa tidak nyaman, cemas, takut bahkan khawatir (Setiani, 2017).

Operasi *Sectio Caesarea* SC dikenal sebagai suatu tindakan yang mampu menyelamatkan ibu dan bayi. Tindakan ini sangat efektif dalam mencegah resiko kematian dan kecacatan pada ibu dan bayi yang baru saja dilahirkan (Pramono & Wiyati, 2021). Pre Operasi merupakan tahap awal untuk mempersiapkan pasien semaksimal mungkin agar bisa dioperasi dengan baik, pemulihan dengan cepat serta terbebas dari komplikasi pasca operasi. Tindakan pembedahan merupakan ancaman potensial maupun aktual pada integritas seseorang yang dapat membangkitkan reaksi stress fisiologis maupun psikologis. Prosedur pembedahan adalah suatu hal yang ditakutkan bagi kebanyakan orang sehingga menimbulkan kecemasan dan ansietas.

Kecemasan merupakan masalah yang sering ditemui pada pasien pre operasi, sebelum pasien masuk ke ruangan operasi ada yang berpikiran bahwa ruangan operasi sangat menakutkan sehingga pasien mengalami kecemasan sebelum melakukan tindakan operasi. Kecemasan merupakan sebuah emosi dan pengalaman subjektif dari seseorang. Pengertian lain Cemas adalah suatu keadaan yang membuat seseorang tidak nyaman dan terbagi dalam tingkatan. Jadi, cemas berkaitan dengan perasaan yang tidak pasti dan tidak berdaya

(Rokawie et al., 2020).

Faktor penyebab kecemasan pada pasien pre operasi disebabkan oleh beberapa faktor yaitu: faktor pengetahuan (pasien kurang mengetahui tentang tindakan yang akan dilakukan), jenis operasi yang akan dijalani, komunikasi yang kurang efektif terhadap proses tindakan operasi oleh perawat kamar bedah dan pasien. Maka untuk mencegah kecemasan pada pasien kita memerlukan dukungan keluarga. Kecemasan perlu mendapatkan perhatian khusus dan intervensi keperawatan karena keadaan emosional pasien yang akan berpengaruh pada fungsi tubuh pasien menjelang operasi (Rokawie et al., 2018)

Menurunkan kecemasan pada dunia medis memiliki banyak jenis obat-obatan untuk mengatasi kecemasan dan membantu tidur yang disebut antidepresan, tetapi obat-obatan tersebut dapat mengakibatkan ketergantungan psikis dan fisik. Semakin lama menggunakan obat-obatan tersebut maka bisa menyebabkan keparahan ataupun ketergantungan obat. Sehingga keadaan seperti ini sangat memerlukan penanganan yang serius sedangkan menggunakan teknik non farmakologi yaitu intervensi perilaku kognitif termasuk relaksasi. Beberapa macam teknik relaksasi diantaranya ada teknik tarik nafas dalam (Aziz, 2020).

Di Indonesia, prevalensi yang mengalami gangguan kecemasan berkisar pada angka (6-7%) dari populasi umum (perempuan lebih banyak dibandingkan prevalensi pada laki-laki). Olivia Remes, sang peneliti, Mengatakan kepada BBC bahwa perbedaan itu disebabkan karena kemistri otak (*brain chemistry*), fluktuasi hormonal pada pria yang berbeda dibandingkan perempuan. Selain itu

perempuan juga secara umum lebih mudah stres daripada lelaki atau karena secara tradisional perempuan berperan sebagai penjaga anak-anak (Sari,2017).

Kondisi ini sejalan dengan fenomena yang terjadi di RS Panti Abdi Dharma Cirebon, di mana hampir 60% ibu hamil yang akan menjalani operasi *Seccio Caesarea* (SC) dilaporkan mengalami kecemasan dan kepanikan menjelang tindakan operasi. Gejala yang sering muncul meliputi jantung berdebar, perasaan takut berlebihan, gelisah, hingga kesulitan tidur. Berdasarkan catatan medis tahun 2024, pasien yang menjalani SC di rumah sakit ini memiliki rata-rata usia 28–35 tahun, dengan sebagian besar berada pada kategori usia reproduksi aktif. Tingginya angka kecemasan pada kelompok usia ini menunjukkan perlunya intervensi non-farmakologis, seperti relaksasi napas dalam, untuk membantu menurunkan tingkat kecemasan pada pasien pre operasi SC.

Kecemasan pra operasi merupakan respon psikologis umum yang dapat meningkatkan hormon stres seperti kortisol dan memicu respons fisiologis seperti peningkatan denyut jantung dan tekanan darah (Maryany et al., 2024). Teknik relaksasi napas terbukti efektif dalam mengurangi kecemasan, terutama dengan melakukan pernapasan lambat selama 5–15 menit, yang membantu mengaktifkan sistem saraf parasimpatis dan menghasilkan efek menenangkan (Bentley et al., 2023; Fincham, 2023). Sebuah studi kuasi-eksperimental di RSIA Pasutri Bogor juga melaporkan penurunan signifikan tingkat kecemasan pasien SC setelah diberi intervensi teknik relaksasi napas dalam ($p = 0,000$) (Maryany et al., 2024). Oleh karena itu, metode ini sangat relevan sebagai

intervensi non-farmakologis dalam menurunkan kecemasan pada pasien pre operasi *Sectio Caesarea*.

Maka dari itu peran perawat sangat penting untuk melakukan intervensi dari pre operasi hingga post operasi. Perawat dapat melakukan teknik terapi seperti terapi relaksasi, distraksi, imajinasi dan meditasi. Dalam penelitian ini peneliti memilih untuk melakukan terapi relaksasi. Teknik relaksasi yang dipilih untuk menurunkan kecemasan pada pasien pre operasi yaitu teknik relaksasi nafas dalam. Teknik relaksasi nafas dalam bermanfaat untuk menenangkan pasien sebelum dilakukan tindakan operasi. Teknik ini melibatkan mengambil napas dalam dan perlahan untuk menenangkan sistem saraf dan menciptakan rasa rileks. Dalam teknik napas dalam ini membutuhkan waktu 5-15 menit untuk mencapai efek relaksasi. Secara psikologis, teknik ini dapat mengurangi gejala kecemasan dan stress dengan menurunkan hormon stres seperti kortisol (Usman, 2021).

Dalam terapannya teknik ini lebih mudah dipelajari dan diterapkan pada pasien sebelum dilakukannya tindakan operasi. Keuntungannya melakukan teknik ini yaitu waktu dan dana tidak terlalu banyak. Berdasarkan uraian diatas, peneliti tertarik untuk mengambil judul penelitian tentang Pengaruh Relaksasi Napas Dalam Terhadap Tingkat Kecemasan Pada Pasien Pre Operasi *Sectio Caesarea* Di Ruang Instalasi Bedah RS Panti Abdi Dharma Cirebon.

1.2. Rumusan Masalah

Berdasarkan uraian dalam latar belakang masalah diatas, dapat disimpulkan masalah penelitian nya yaitu “Pengaruh Relaksasi Napas Dalam Terhadap

Tingkat Kecemasan Pada Pasien Pre Operasi *Sectio Caesarea* Di Ruang Instalasi Bedah Rs Panti Abdi Dharma Cirebon??".

1.3. Tujuan Penelitian

1.3.1 Tujuan Utama

Untuk mengetahui pengaruh relaksasi tarik napas dalam terhadap tingkat kecemasan pasien pre operasi *Sectio Caesarea* di ruang instalasi bedah di RS Panti Abdi Dharma Cirebon.

1.3.2 Tujuan Khusus

- 1) Mengidentifikasi tingkat kecemasan pasien pre operasi *Sectio Caesarea* sebelum dilakukan relaksasi napas dalam
- 2) Menganalisis perbedaan tingkat kecemasan pasien pre operasi *Sectio Caesarea* setelah dilakukan metode relaksasi.

1.4. Manfaat Penelitian

1.4.1. Manfaat Teori

Hasil penelitian ini diharapkan dapat memberikan referensi dan wawasan bagi pembaca terkait efektivitas metode relaksasi nafas dalam untuk menurunkan kecemasan pasien yang menjalankan tindakan operasi.

1.4.2. Manfaat Praktisi

1. Manfaat Bagi RS Panti Abdi Dharma Cirebon

Hasil penelitian ini diharapkan dapat digunakan sebagai masukan dalam penerapan pada pasien sebelum operasi sehingga dapat diterapkan dan mengurangi rasa cemas/takut sebelum operasi

sehingga meningkatkan kualitas pelayanan keperawatan dirumah sakit.

2. Manfaat Bagi Institut Teknologi dan Kesehatan Mahardika

Hasil penelitian ini diharapkan dapat digunakan sebagai wawasan baru bagi mahasiswa sehingga menjadi bahan pengembangan materi dan bisa diterapkan dalam pembelajaran.

3. Manfaat Bagi Perawat

Mendapatkan informasi atau pengetahuan berdasarkan ilmiah tentang pengaruh napas dalam terhadap tingkat kecemasan pada pasien pre operasi *Sectio Caesarea*. Penelitian ini juga diharapkan dapat memberikan tambahan data baru yang relevan terkait dengan pengaruh napas dalam terhadap tingkat kecemasan pada pasien pre operasi *Sectio Caesarea*.

1.5. Keaslian Penelitian

Adapun penelitian yang berkaitan dengan penelitian judul Pengaruh Relaksasi Napas Dalam Terhadap Tingkat Kecemasan Pada Pasien Pre Operasi *Sectio Caesarea* Di Ruang Instalasi Bedah RS Panti Abdi Dharma Cirebon, yaitu:

1.5.1 Penelitian yang dilakukan oleh Leni Herlina (2024) dengan judul:

“Penerapan Terapi Relaksasi Otot Progresif Terhadap Kecemasan Pasien Pre Operasi *Sectio Caesarea* Di RS Bhayangkara Polda Lampung Tahun 2024”. Penelitian ini menggunakan metode deskriptif

dengan pendekatan studi kasus. Data disajikan dalam format naratif, dengan pernyataan verbal dari subjek studi kasus sebagai data pendukung. Hasil penelitian menunjukkan bahwa setelah dua hari pelatihan relaksasi otot progresif yang berlangsung selama 5 hingga 20 menit sekali sehari, pasien mengatakan kecemasan mereka telah menurun ke kisaran tidak cemas. Dapat disimpulkan bahwa penggunaan terapi relaksasi otot progresif mungkin efektif dalam menurunkan kecemasan pada pasien menjelang operasi *Caesar*. Persamaan penelitian ini menggunakan variabel kasus yang sama yaitu *Caesar* dan kecemasan. Perbedaan penelitian tersebut dengan peneliti yaitu metode penelitian kualitatif dan teknik pengumpulan data, jumlah sampel.

- 1.5.2 Penelitian yang dilakukan oleh Amita Dita (2018): “Pengaruh Teknik Relaksasi Nafas Dalam Terhadap Intensitas Nyeri Pada Pasien Pre Operasi *Sectio Caesarea* Di RS Bengkulu”. Penelitian ini menggunakan pendekatan kuantitatif dengan desain *pre eksperimen* tanpa kelompok kontrol. Sampel diambil dengan teknik *accidental sampling* dengan jumlah sampel 30 orang. Instrumen yang digunakan adalah skala intensitas nyeri ($P= 0,004$) setelah dilakukan relaksasi napas dalam. Hasil penelitian merekomendasikan bagi pelayanan keperawatan sebaiknya memperhatikan dan melaksanakan latihan relaksasi napas dalam pada pasien post operasi *Sectio Caesarea*. Persamaan penelitian ini

terletak pada jenis penelitiannya yaitu penelitian kuantitatif. Perbedaan penelitian tersebut terletak pada teknik pengumpulan data, jumlah sampel, waktu dan tempat.

1.5.3 Penelitian yang dilakukan oleh Utami Nurdewi Putri Rizki (2024):

“Efektivitas Pemberian Murottal Al-Qur’an Surat Ar-Rahman Dan Relaksasi Napas Dalam Terhadap Kecemasan Pasien *Sectio Caesarea* G1P0A0”. Penelitian ini menggunakan pendekatan yang menggambarkan studi kasus dengan 1 pasien intervensi dan 1 pasien control. Jenis studi ini menggunakan kasus keperawatan pendekatan dengan pasien ibu hamil G1P0A0 yang mengalami kecemasan sebelum melakukan operasi *Sectio Caesarea* dengan memberikan audio visual berupa murottal al-qur’an surat ar-rahman dan relaksasi napas dalam untuk menurunkan kecemasan. Persamaan penelitian ini menggunakan variabel kasus yang sama yaitu *Caesar* dan kecemasan pasien pre operasi *Sectio Caesarea*. Perbedaan penelitian ini terletak pada metode penelitian dan teknik penelitian.

1.5.4 Penelitian yang dilakukan oleh Aryanto Nonik Nazlica (2023):

“Efektifitas Terapi Finger Hold Terhadap Kecemasan *Pre Operasi Sectio Caesarea*”. Penelitian ini menggunakan desain penelitian kuantitatif Pre- Experimental Design dengan *One Group Pretest-Posttest*. Pengumpulan data diperoleh dari lembar observasi kuesioner *HARS (Hamilton Anxiety Rating Sectio Caesarea sale)*. Analisa data pada penelitian ini adalah *Independent paired sample t-test* dan *paired*

sample t-test. Hasil uji membuktikan ada pengaruh signifikan pengaruh teknik terapi *finger hold* terhadap penurunan kecemasan pada pasien pre operasi *Sectio Caesarea*. Persamaan penelitian ini terletak pada jenis penelitiannya yaitu penelitian kuantitatif dan jenis teknik pengumpulan data menggunakan kuesioner. Perbedaan penelitian tersebut dengan yaitu jumlah sampel.

1.5.5 Penelitian yang dilakukan oleh Sandi *Sectio Caesarea* (2024) : “Pengaruh Teknik Relaksasi Napas Dalam Terhadap Kecemasan Pada Pasien Pre Operasi *Sectio Caesarea* Dengan Regional Anestesi Spinal Di RSUD Kertha Usada Buleleng”. Penelitian ini menggunakan desain penelitian pre-experimental. Pasien pre operasi *Sectio Caesaria* dengan regional anestesi spinal pada rentang usia 17-50 tahun di RSUD Kertha Usada Buleleng. Dengan menggunakan teknik sampling yang digunakan adalah *non probability sampling* dengan sampel sebanyak 44 responden. Pengumpulan data menggunakan lembar kuesioner dan wawancara. Analisis data menggunakan analisis univariat dan analisis bivariat. Hasil penelitian ini menunjukkan sebanyak 44 responden (100%) sebelum dilakukan intervensi mengalami cemas ringan sebanyak 7 responden (15,9%), cemas sedang sebanyak 25 responden (56,8%) dan cemas berat sebanyak 12 responden (27,3%), tingkat kecemasan sesudah dilakukan intervensi relaksasi napas dalam $p\text{-value} = 0,001$. Persamaan penelitian ini terletak pada jenis penelitiannya yaitu penelitian kuantitatif dan jenis teknik

pengumpulan data menggunakan kuesioner. Perbedaan penelitian terletak pada jumlah sampel