

PERBEDAAN NYERI SEBELUM DAN SESUDAH DILAKUKAN TEKNIK RELAKSASI PADA PASIEN *SECTIO CAESAREA* DI RUMAH SAKIT GRANDMED LUBUK PAKAM

Sri Wulan¹, Rahmad Gurusinga²

E-mail: wulan194@gmail.com

Institut Kesehatan MEDISTRA Lubuk Pakam

Jln Jenderal Sudirman No.38 Lubuk Pakam

Kabupaten Deli Serdang, Sumatera Utara

Telp. (061) 7952262, 7952234

ABSTRAK

Operasi Caesar adalah proses persalinan yang dilakukan dengan cara melahirkan janin dengan membuat sayatan pada dinding uterus melalui dinding depan perut atau vagina. Nyeri yang dirasakan ibu pasca *sectio caesarea* berasal dari luka yang terdapat dari perut. Nyeri adalah pengalaman sensori dan emosional yang tidak menyenangkan akibat dari kerusakan jaringan yang aktual atau potensial. Tingkat dan keparahan nyeri pasca operatif terganggu pada fisiologis dan psikologis individu dan toleransi yang ditimbulkan nyeri. Rasa nyeri berbeda pada setiap individu. Melalui pengalaman nyeri, manusia mengembangkan beraneka mekanisme untuk mengatasi nyeri

Tujuan penelitian ini untuk mengetahui perbedaan nyeri sebelum dan sesudah dilakukan teknik relaksasi pada pasien *section caesarea* di Rumah Sakit Grandmed Lubuk Pakam. Jenis penelitian ini adalah *pre eksperiment* dengan model rancangan *one group pretest posttest*. Data diambil dengan menggunakan lembar observasi yang selanjutnya dianalisa. Sampel pada penelitian ini adalah pasien *sectio caesarea* di Rumah Sakit Umum Grandmed Lubuk Pakam sebanyak 11 orang. Berdasarkan hasil uji statistik dengan menggunakan uji *t-test* menunjukkan bahwa $p_Value = 0.002 < 0.05$ yang artinya ada perbedaan nyeri sebelum dan sesudah dilakukan teknik relaksasi pada pasien *section caesarea* di Rumah Sakit Grandmed Lubuk Pakam. Disarankan agar dapat menerapkan teknik relaksasi apabila terjadi nyeri sehingga dapat menjadikan pasien mandiri.

Kata Kunci: Teknik Relaksasi, Nyeri.

1. Pendahuluan

Persalinan merupakan kejadian fisiologi yang normal dialami oleh seorang ibu berupa pengeluaran hasil konsepsi yang hidup di dalam uterus melalui vagina ke dunia luar. Jadi beberapa kasus seperti *placenta previa*, *preeklamsia*, gawat janin, kelainan letak janin dan besar, persalinan melalui vagina dapat meningkatkan resiko kematian pada ibu dan bayi sehingga diperlukan satu cara *alternative* lain dengan mengeluarkan hasil konsepsi melalui pembuatan sayatan pada dinding uterus melalui dinding perut yang disebut *Sectio Caesarea*.¹

Operasi Caesar atau *Sectio Caesarea* adalah proses persalinan yang dilakukan dengan cara melahirkan janin dengan membuat sayatan pada dinding uterus melalui dinding depan perut atau vagina atau seksio caesaria adalah suatu histerektomi untuk melahirkan janin dari dalam mulut rahim. Operasi ini dilakukan

ketika proses persalinan normal melalui jalan lahir tidak memungkinkan dikarenakan komplikasi medis.¹

Di Indonesia sendiri, presentasi operasi caesar sekitar 5%. Di samping itu sumber lain mengatakan bahwa *sectio caesarea* berhubungan dengan peningkatan 2 kali lipat resiko mortalitas ibu dibandingkan pada persalinan Vaginal. Kematian ibu akibat operasi caesar itu sendiri menunjukkan angka 1 per 1.000 persalinan.²

Nyeri dapat mengakibatkan *impairment* dan disabilitas. *Impairment* adalah abnormalitas atau hilangnya struktur atau fungsi anatomik, fisiologik maupun psikologik. Sedangkan disabilitas adalah hasil dari *impairment*, yaitu keterbatasan atau gangguan kemampuan untuk melakukan aktivitas yang normal.³

Manajemen nyeri merupakan salah satu cara yang digunakan dibidang kesehatan untuk mengatasi nyeri yang

dialami oleh pasien. Pemberian analgesik biasanya dilakukan untuk mengurangi nyeri. Teknik relaksasi merupakan salah satu metode manajemen nyeri non farmakologi dalam strategi penanggulangan nyeri, disamping metode *TENS (Transcutaneous Electric Nerve Stimulation)*, *biofeedback*, *placebo* dan *distraksi*. Relaksasi merupakan kebebasan mental dan fisik dari ketegangan dan stress, karena dapat mengubah persepsi kognitif dan motivasi afektif pasien. Teknik relaksasi membuat pasien dapat mengontrol diri ketika terjadi rasa tidak nyaman atau nyeri, stress fisik dan emosi pada nyeri.⁴

Reaksi fisik seseorang terhadap nyeri meliputi perubahan neurologis yang spesifik dan sering dapat diperkirakan. Kenyataannya, setiap orang mempunyai jaras nyeri yang sama, atau dengan kata lain setiap orang menerima stimulus nyeri pada intensitas yang sama. Reaksi pasien terhadap nyeri dibentuk oleh berbagai faktor yang saling berinteraksi mencakup umur, sosial budaya, status emosional, pengalaman nyeri masa lalu, sumber dan anti dari nyeri dan dasar pengetahuan pasien. Ketika sesuatu menjelaskan seseorang sangat sensitif terhadap nyeri, sesuatu ini merujuk kepada toleransi nyeri seseorang dimana seseorang dapat menahan nyeri sebelum memperlihatkan reaksinya. Kemampuan untuk mentoleransi nyeri dapat menurun dengan pengulangan episode nyeri, kelemahan, marah, cemas dan gangguan tidur. Toleransi nyeri dapat ditingkatkan dengan obat-obatan, alkohol, hipnotis, kehangatan, distraksi dan praktek spiritual.⁵

Teknik relaksasi nafas dalam merupakan teknik pereda nyeri yang banyak memberikan masukan terbesar karena teknik relaksasi dapat mencegah kesalahan yang berlebihan pasca operasi. Adapun relaksasi dapat mempertahankan komponen sistem saraf otonom (SSO) dalam keadaan homeostatis sehingga tidak terjadi peningkatan suplai darah, mengurangi kecemasan dan ketakutan dan dapat beradaptasi dengan nyeri selama proses perawatan.⁶

Menurut penelitian yang dilakukan oleh Dewi Ratnawati (2009) mengenai perbedaan perubahan intensitas nyeri pada pasien *sectio caesarea* yang menggunakan tehnik relaksasi nafas dalam yaitu didapatkan 73% mengalami nyeri ringan dan 27% nyeri sedang dengan kriteria penurunannya 60% sedikit berkurang, 27% berkurang moderat dan 13% berkurang lebih moderat. Berdasarkan uji statistik dengan menggunakan *Mann Whitney Test* Program Mini Tab, didapatkan *the test significant* 0.0014 yang berarti terdapat perbedaan perubahan intensitas nyeri sebelum dan sesudah dilakukan teknik relaksasi nafas dalam.⁷

Menurut data dari Rumah Sakit Grandmed Lubuk Pakam bahwa jumlah pasien *sectio caesarea* selama 4 bulan terakhir yaitu pada bulan Mei-Agustus 2017 sebanyak 611 orang dan hampir seluruh pasien merasakan nyeri pada daerah bekas operasi.⁸

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui perbedaan nyeri sebelum dan sesudah dilakukan teknik relaksasi pada pasien *section caesarea* di Rumah Sakit Grandmed Lubuk Pakam Tahun 2017.

2. Metode Penelitian

Jenis penelitian ini adalah *pre eksperimen* (pra experiment) dengan model rancangan *one group pretest posttest*. Yaitu rancangan yang tidak menggunakan kelompok kontrol pembandingan tetapi sebelum dilaksanakannya perlakuan dilakukan observasi pada sample dan sesudah perlakuan juga dilakukan observasi pada sample.⁹

Sampel dalam penelitian ini adalah pasien *sectio caesarea* yang berjumlah 11 orang. Teknik pengambilan sampel dengan *purposive sampling* yang ditentukan sesuai dengan kriteria inklusi. Selanjutnya dilakukan pengukuran nyeri (observasi *pre-test*). Selanjutnya diberikan tindakan teknik relaksasi nafas dalam yang kemudian akan diukur kembali nyerinya (observasi *post-test*). Lokasi penelitian di laksanakan di Rumah Sakit Grandmed Lubuk Pakam Deli Serdang Sumatera Utara. Waktu penelitian ini dilakukan mulai dari

bulan September-Desember 2017. Pengambilan data dengan menggunakan lembar observasi dan analisa data dengan menggunakan Uji statistik *Paired Sample t-test* dengan alpha 5% (0.05).

3. Hasil dan Pembahasan

a. Hasil Univariat

Tabel 1. Distribusi Frekuensi Nyeri Sebelum Teknik Relaksasi Pada Pasien *Sectio Caesarea* di Rumah Sakit Grandmed Lubuk Pakam

Kategori	N	%
Tidak Nyeri	-	-
Nyeri Ringan	3	27,3
Nyeri Sedang	8	72,7
Nyeri Berat Terkontrol	-	-
Nyeri Berat tak Terkontrol	-	-
Total	11	100,0

Dari tabel diatas dapat dilihat bahwa intensitas nyeri sebelum dilakukan teknik relaksasi nafas dalam yaitu responden yang mengalami nyeri ringan sebanyak 3 orang (27,3%) dan responden yang mengalami nyeri sedang sebanyak 8 orang (72,7%). Teknik relaksasi nafas dalam merupakan teknik pereda nyeri yang banyak memberikan masukan terbesar karena teknik relaksasi dapat mencegah kesalahan yang berlebihan pasca operasi. Adapaun relaksasi dapat mempertahankan komponen sistem saraf otonom (SSO) dalam keadaan homeostasis sehingga tidak terjadi peningkatan suplai darah, mengurangi kecemasan dan ketakutan serta dapat beradaptasi dengan nyeri selama proses perawatan sehingga membuat pasien merasa lebih rileks dan tenang selama pasca operasi *section caesarea*.⁶

Tabel 2. Distribusi Frekuensi Nyeri Sesudah Teknik Relaksasi Pada Pasien *Sectio Caesarea* di Rumah Sakit Grandmed Lubuk Pakam

Kategori	N	%
Tidak Nyeri	4	36,3
Nyeri Ringan	7	63,7
Nyeri Sedang	-	-
Nyeri Berat Terkontrol	-	-
Nyeri Berat tak Terkontrol	-	-
Total	11	100,0

Dari tabel diatas dapat dilihat bahwa intensitas nyeri sesudah dilakukan teknik relaksasi nafas dalam yaitu responden yang mengalami tidak ada nyeri sebanyak 4 orang (36,3%) dan responden yang mengalami nyeri ringan sebanyak 7 orang (63,7%). Hasil penelitian ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Dewi Ratnawati (2009) mengenai perbedaan perubahan intensitas nyeri pada pasien *sectio caesarea* yang menggunakan tehnik relaksasi nafas dalam yaitu didapatkan 73% mangalami nyeri ringan dan 27% nyeri sedang dengan kriteria penurunannya 60% sedikit berkurang, 27% berkurang moderat dan 13% berkurang lebih moderat.⁷

b. Hasil Bivariat

Tabel 3. Perbedaan Rerata Nyeri Sebelum Dan Sesudah Dilakukan Teknik Relaksasi Pada Pasien *Sectio Caesarea* di Rumah Sakit Grandmed Lubuk Pakam

Intensitas Nyeri	Rata-rata	Standar Deviasi	Standar Error	P_Value
Pre test	5,47	1,129	0,413	0,002
Posttest	3,28	0,672	0,296	

Rata-rata intensitas nyeri pertama 5,47 dengan standar deviasi (SD) 1,129 pada pengukuran kedua didapatkan rata-rata intensitas nyeri 3,28 dengan standar deviasi (SD) 0,672, terlihat nilai mean antara pengukuran pertama dan kedua 2,190 dengan standar deviasi (SD) 0,701. Hasil Uji statistik didapatkan nilai p=

0,002 ($=0,05$) maka dapat disimpulkan ada perbedaan nyeri sebelum dan sesudah dilakukan teknik relaksasi pada pasien *section caesarea* di Rumah Sakit Grandmed Lubuk Pakam Tahun 2017.

4. Kesimpulan

Berdasarkan hasil yang diperoleh maka dapat disimpulkan bahwa ada perbedaan nyeri sebelum dan sesudah dilakukan teknik relaksasi pada pasien *section caesarea* di Rumah Sakit Grandmed Lubuk Pakam Tahun 2017. Sebelum dilakukan teknik relaksasi nafas dalam, dari 11 responden ada 3 responden yang mengalami nyeri ringan (27,3%) dan 8 responden yang mengalami nyeri sedang (72,7%). Selanjutnya Sesudah dilakukan teknik relaksasi nafas dalam, dari 11 responden ada 4 responden yang tidak mengalami nyeri (36,3%) dan 7 responden yang mengalami nyeri ringan (63,7%). Diharapkan tenaga kesehatan khususnya bidan agar dapat menerapkan teknik relaksasi apabila terjadi nyeri sehingga dapat menurunkan rasa nyeri yang dialami pasien.

5. Daftar Pustaka

- [1] Depkes, 2009. *Indonesia Sehat 2010*. [http://www. Depkes.go.id](http://www.Depkes.go.id). Diakses tanggal 21 Maret 2017.
- [2] Ambarwati, 2010. *Asuhan Kebidanan Nifas* : Nuha Medika, Yogyakarta.
- [3] Sowden. 2008. *Manajemen Nyeri*. <http://www.wapedia.mobi.id>. Diakses tanggal 06 Maret 2017.
- [4] Potteer & Perry, 2007. *Fundamental Keperawatan* : EGC, Jakarta
- [5] Hidayat, Aziz .A, 2007. *Metode Penelitian Keperawatan dan Teknik Analisa Data* : Salemba Medika, Jakarta.
- [6] Rosmerry, M. 2006. *Post Operasi SectioCaesaria*. <http://etd.eprints.ums.ac.id/4462/1/J210050012.pdf>. Diakses tanggal 13 Maret 2017.
- [7] Ratnawati, D. 2009. *Pengaruh Teknik Relaksasi Terhadap Perawatan luka*. <http://www.kalbe.co.id>. Diakses pada tanggal 18 Maret 2017.
- [8] Data laporan tahunan Rumah Sakit Grandmed Lubuk Pakam Tahun 2017.
- [9] Setiadi. 2007. *Konsep dan Penulisan Riset Keperawatan Edisi 1* : Graha Ilmu, Yogyakarta.