

BAB I

PENDAHULUAN

1.1 Latar Belakang

Persalinan dengan metode *Sectio caesarea* (SC) adalah prosedur bedah yang dilakukan pada dinding perut dan rahim untuk mengeluarkan janin. Menurut data dari *World Health Organization* (WHO), angka kejadian operasi SC di negara-negara berkembang meningkat dengan cepat, WHO telah menetapkan bahwa indikator persalinan SC di setiap negara antara 10% hingga 15%. Jika angka indikator persalinan SC melebihi batas standar operasi, hal ini dapat meningkatkan risiko kematian pada ibu dan bayi (WHO, 2021). Data pada tahun 2019, menunjukkan bahwa terdapat 85 juta tindakan operasi SC, sedangkan data pada tahun 2020 mencatat sebanyak 68 juta tindakan dan di tahun 2021 menyatakan bahwa jumlah operasi SC mencapai 373 juta tindakan. Angka persalinan SC paling banyak terjadi di Amerika (39,3%), Eropa (25,7%) dan Asia (23,1%) dan angka ini diperkirakan akan terus meningkat setiap tahunnya hingga 2022 (Sudarsih et al., 2023).

Berdasarkan data Riskesdas tahun 2022, dari sekitar 4.8 juta persalinan di Indonesia, 19% di antaranya dilakukan melalui metode SC. DKI Jakarta, persentase persalinan SC pada wanita usia 10 hingga 54 tahun mencapai 31,07% dari total persalinan. Komplikasi persalinan pada kelompok usia ini mencapai 28,74%, meliputi berbagai masalah seperti posisi janin yang tidak normal (3,77%), perdarahan (3,05%), kejang (0,03%), ketuban pecah dini (7,03%), partus lama (4,94%), lilitan tali pusat (4,67%), plasenta previa (1,90%), plasenta tertinggal (0,61%), hipertensi (3,69%), dan masalah lainnya (6,08%) (Kemenkes, 2018).

Masalah yang terjadi setelah melahirkan dengan metode SC antara lain infeksi, nyeri pada bekas luka operasi, ruptur uteri, dan waktu pemulihan yang lama (Putra et al., 2021). Selain itu, dibandingkan persalinan normal, SC meningkatkan risiko komplikasi hingga lima kali lipat. Komplikasi ini dapat disebabkan oleh faktor anestesi, perdarahan selama tindakan bedah, kondisi medis tambahan, endometritis

(infeksi lapisan rahim), tromboplebitis (inflamasi vena akibat bekuan darah), embolisme (obstruksi aliran darah), serta perbaikan struktur serta dislokasi organ rahim (Dila et al., 2022). Kondisi pasca operasi ini dapat menyebabkan kecemasan pada ibu sebelum menjalani operasi SC (Kristiani et al., 2024).

Kecemasan pada ibu yang akan menjalani SC seringkali didasari oleh risiko komplikasi yang terkait dengan tindakan tersebut, seperti infeksi luka, perdarahan, risiko kematian yang serius, operasi yang gagal, dan nyeri setelah operasi (Dinkes et al., 2020). Tindakan SC dapat memengaruhi kondisi psikologis ibu, memicu kecemasan akibat potensi masalah yang dapat muncul seperti infeksi luka, perdarahan, risiko kematian yang berlebihan, operasi yang tidak berhasil, dan nyeri pasca operasi. Kecemasan digambarkan sebagai emosi histeria, ketakutan, dan ketidakamanan karena keadaan yang mungkin berisiko, meskipun sebenarnya persalinan yang sebenarnya tidak diketahui (Nur, 2019). Kecemasan yang dialami ibu sebelum SC dapat menyebabkan ketidakstabilan fisiologis, yang meliputi peningkatan tekanan darah, denyut nadi, laju pernapasan, mual, muntah, dan kegelisahan. Tanda dan gejala tersebut juga dapat mengganggu operasi (Kristiani et al., 2024).

Gangguan kecemasan SC menurut Sari, (2023) yang dilakukan di RS Muhammadiyah Gresik menunjukkan sebanyak 8,6% ibu primipara dilaporkan mengalami kondisi cemas ringan, 74,3% ibu primipara berada pada kondisi cemas sedang, dan 17,1% ibu primipara berada pada kondisi cemas berat. Persalinan dengan metode SC menyebabkan masalah yang berbeda dibandingkan dengan persalinan spontan. Persalinan dengan metode SC memiliki berbagai efek, baik jangka pendek maupun jangka panjang. Efek samping jangka pendek yang mungkin terjadi meliputi infeksi, perdarahan, dan pembekuan darah. Sementara itu, efek jangka panjang dapat berupa bekas luka, risiko ruptur uteri, hernia, serta kesulitan dalam menyusui. Selain itu, ibu juga akan mengalami perubahan fisiologis dan psikologis, terutama terkait proses involusi dan laktasi. Setelah menjalani persalinan dengan metode *sectio caesarea*, ibu biasanya merasakan nyeri di sekitar

luka operasi saat efek anestesi mulai hilang. Kondisi ini berpotensi mengganggu proses operasi *sectio caesarea* sehingga meningkatkan kecemasan (Pramita et al, 2024)

Prevalensi kecemasan pada ibu sebelum menjalani operasi SC di beberapa kota, berdasarkan penelitian yang dilakukan A. Astuti et al., (2021), yang dilakukan di Instalasi Bedah Sentral RSUD Kanudjoso Djatiwibowo Balikpapan menunjukkan bahwa sebagian besar responden mengalami kecemasan tingkat sedang, dengan 19 orang (38%) mengalami kecemasan tersebut, 16 orang (32%) mengalami kecemasan ringan, dan 15 orang (30%) tidak mengalami kecemasan. Penelitian lain oleh Agustin (2020) yang dilakukan di ruang ICU RS Dr. Soehadi Prijonegoro menemukan bahwa dari 39 responden ibu pre operasi SC, tingkat kecemasan tertinggi adalah kecemasan ringan (41,0%). Jika kecemasan sebelum operasi tidak ditangani, hal ini dapat berdampak signifikan terhadap hasil pembedahan, termasuk peningkatan tekanan darah, detak jantung yang lebih cepat, frekuensi pernapasan yang meningkat, serta risiko pendarahan. Selain itu, tingkat kecemasan yang tinggi sebelum operasi telah terbukti berhubungan dengan peningkatan kebutuhan akan pereda nyeri pasca operasi. Menurut penelitian Bedaso & Ayalew, (2019) berjudul “Preoperative Anxiety Among Adult Patients Undergoing Elective Surgery: a prospective survey at a general hospital in Ethiopia,” yang melibatkan 402 pasien di sebuah rumah sakit di Ethiopia, ditemukan bahwa prevalensi kecemasan pra operasi cukup tinggi, yaitu mencapai 47%. Oleh karena itu, sangat penting untuk menerapkan penatalaksanaan kecemasan yang efektif bagi pasien pra operasi *sectio caesarea*.

Penatalaksanaan kecemasan meliputi melalui terapi farmakologis dan nonfarmakologis. Terapi farmakologis yang biasanya diberikan kepada penderita dengan kecemasan adalah Derivat diazepam, Alprazolam, Propanolol, dan Amitriptilin. *Benzodiazepine*, *Selective Serotonin Reuptake Inhibitors (SSRIs)*, *Serotonin-Norepinephrine Reuptake Inhibitors (SSNRIs)*, *Tricyclic Antidepressants*. Penggunaan *Benzodiazepine* dalam jangka waktu panjang dapat menyebabkan

ketergantungan dan gangguan kognitif. Sedangkan SSRIs dan SSNRIs dapat menyebabkan efek samping seperti kelelahan, insomnia, dan sindrom serotonin (Garakani et al., 2020). Selain itu penatalaksanaan non farmakologi, dalam mengatasi kecemasan adalah terapi musik, hipnosis 5 jari, relaksasi minyak lavender, *healing touch* dan *hand* refleks psikologis, distraksi dan relaksasi benson terbukti dapat digunakan sebagai metode non farmakologi dalam mengatasi kecemasan (Suriyati, 2019). Namun, terapi non-farmakologis memiliki beberapa kekurangan. Misalnya, beberapa metode memerlukan keahlian dan pelatihan khusus dari terapis yang memiliki pengalaman. Selain itu terapi ini kurang efektif jika tidak dipadukan dengan metode terapi lainnya. *Butterfly hug* dapat menjadi alternatif sebagai teknik *self-healing* untuk meredakan kecemasan (Astuti et al., 2024).

Butterfly hug atau pelukan kupu-kupu adalah teknik yang dapat membantu mengendalikan emosi dengan cara memeluk diri sendiri dan berpikir positif bahwa segala sesuatunya akan baik-baik saja (Andiani, 2021). Teknik ini terbukti mampu meningkatkan kadar oksigen dalam darah, yang berkontribusi pada perasaan tenang. *Butterfly hug* berfungsi sebagai pengurang kecemasan dan efektif dalam memulihkan perasaan negatif yang muncul setelah trauma (Arviani et al., 2021). Salah satu keunggulan dari teknik ini adalah dapat dilakukan kapan saja dan di mana saja, sehingga sangat membantu dalam mengurangi kecemasan yang mungkin muncul secara tiba-tiba dan menenangkan pikiran yang gelisah (Faretta et al., 2022).

Butterfly hug memiliki keunggulan khusus yang tidak dimiliki oleh teknik relaksasi lain. Teknik ini memanfaatkan stimulasi bilateral melalui gerakan tangan yang menyerupai kepak sayap kupu-kupu untuk merangsang LHPA (*Limbic Hypothalamus Pituitary Adrenal axis*) dan memicu pelepasan hormon CRH (*Corticotropin Releasing Hormone*) dari hipotalamus. Proses ini kemudian mengaktifkan hormon ACTH (*Adeno Cortico Trophin Hormone*) serta meningkatkan produksi serotonin dan endorfin, yang berperan dalam menciptakan

rasa rileks dan aman (Girianto et al., 2021). Teknik ini juga membantu pemrosesan informasi emosional secara lebih efektif sekaligus mengurangi intensitas pikiran dan perasaan yang mengganggu (Cagaoan et al., 2023). Selain itu, *butterfly hug* sangat praktis karena dapat dilakukan secara mandiri kapan saja dan di mana saja tanpa memerlukan bantuan terapis, sehingga memberikan rasa kontrol atas emosi. Gerakan ritmisnya juga mengaktifkan sistem saraf parasimpatis yang berfungsi menciptakan ketenangan dan menurunkan kecemasan dengan cepat. Teknik ini mendukung pemulihan trauma secara aman dan terkontrol serta meningkatkan kemampuan individu dalam mengelola emosinya (February & Guide, 2024). Sedangkan relaksasi Benson menggunakan teknik pernapasan untuk mengurangi nyeri, kecemasan, stres, depresi, dan gangguan tidur. Terapi ini juga mengandung unsur keyakinan berupa doa atau kalimat dzikir, sehingga kombinasi antara *butterfly hug* dan relaksasi Benson dapat meningkatkan efektivitas pengelolaan stres dan kecemasan (Effendi et al., 2023).

Berdasarkan data hasil penelitian sebelumnya oleh Damaya (2023) dengan judul “Pengaruh Terapi *Butterfly hug* Terhadap Tingkat Kecemasan Pada Ibu Hamil Trimester III Di Klinik Lala Medicare Depok” yang dilaksanakan kepada 30 responden terdapat data pada tahap ketakutan yang dialami ibu hamil pada trimester akhir sebelum pemberian terapi *Butterfly hug* menunjukkan bahwa 13 orang (43,3%) berada pada kondisi cemas sedang, 7 orang (23,3%) berada pada kondisi cemas ringan, dan 10 orang (33,3%) berada pada kondisi cemas berat. Setelah pemberian terapi *Butterfly hug*, 22 orang (73,3%) menyatakan kecemasan ringan, sementara 8 orang (26,7%) mengatakan tidak ada kecemasan.

Penelitian lain yang dilakukan Yuliana et al., (2024) dengan judul “Pengaruh Terapi *Butterfly hug* Terhadap Tingkat Kecemasan Dalam Menjalani Skripsi Pada Mahasiswa Semester 6 Kelas 6A Reguler Prodi Keperawatan Universitas Indonesia Maju Tahun 2023” yang dilaksanakan pada 18 responden menunjukkan data tingkat kecemasan sebelum diberikan terapi *Butterfly hug* pada mahasiswa semester 6 kelas 6A reguler prodi keperawatan mengalami kecemasan berat sebanyak 5 responden

(27,8%), yang mengalami kecemasan sedang sebanyak 13 orang (72,2%). Sedangkan data tingkat kecemasan setelah diberikan terapi *Butterfly hug* terdapat responden yang mengalami kecemasan ringan 2 orang (11,1%), dan sebanyak 16 orang (88,9%) tidak mengalami kecemasan. Terapi *butterfly hug* dapat dianggap kurang efektif dalam situasi tertentu, seperti pada individu dengan trauma berat, karena dapat memicu ketidaknyamanan emosional dan hanya memberikan tindakan memeluk diri sendiri (Faretta et al., 2022).

Kombinasi terapi *Butterfly hug* dan relaksasi Benson sangat efektif untuk mengatasi kecemasan serta membantu individu atau kelompok dalam memproses ulang pengalaman traumatis guna mencapai ketenangan. Teknik *Butterfly hug* mampu menenangkan dengan baik sehingga dapat mengurangi kecemasan dan tingkat stres. Sementara itu, relaksasi Benson menggunakan teknik pernapasan yang berfungsi menurunkan nyeri, kecemasan, stres, depresi, dan gangguan tidur. Dalam pelaksanaannya, terapi relaksasi Benson juga melibatkan unsur keyakinan berupa doa atau kalimat dzikir, yang dapat meningkatkan efektivitas pengelolaan stres dan kecemasan (Effendi et al., 2023).

Terapi relaksasi benson adalah salah satu pendekatan nonfarmakologis yang menggunakan teknik pernapasan untuk relaksasi, yang melibatkan keyakinan dari pasien. Metode ini dapat menciptakan suasana internal yang mendukung pasien dalam untuk meningkatkan kesehatan dan kesejahteraan mereka (Atmojo et al., 2019). Salah satu manfaat dari relaksasi benson adalah mempermudah perawat dalam memberikan perawatan nonfarmakologis. Selain itu, metode relaksasi benson ini juga tidak memerlukan biaya tinggi dan sangat mudah untuk dilakukan dan hanya memerlukan sedikit waktu. Terapi relaksasi Benson memakan waktu sekitar 10 hingga 20 menit dan dapat digunakan dalam berbagai situasi tanpa menimbulkan efek samping. Kekurangan dari strategi ini adalah tidak semua pasien dapat dengan mudah mengikuti teknik relaksasi benson, terutama jika mereka mengalami kesulitan dalam berkonsentrasi atau relaksasi (Anisah & Maliya, 2021).

Berdasarkan penelitian yang dilakukan oleh Luh Emilia et al., (2022) dengan judul “Efektivitas Terapi Relaksasi Benson Untuk Menurunkan Kecemasan Pada Mahasiswa Peserta Uji Kompetensi” yang dilaksanakan kepada 22 responden menunjukkan tingkat kecemasan sebelum dilakukan intervensi pemberian terapi relaksasi benson menemukan bahwa 14 responden (63,6%) menyatakan kecemasan ringan dan 8 responden (36,4%) menyatakan kecemasan sedang. Sedangkan tingkat kecemasan setelah dilakukan atau diberikan terapi relaksasi benson terdapat responden yang mengalami kecemasan ringan sebanyak 1 responden (4,5%), dan responden dengan tingkat kecemasan tidak ada sebanyak 21 responden (95,5%).

Penelitian lain yang dilakukan oleh Dewi et al., (2024) dengan judul “Pengaruh penerapan terapi relaksasi benson terhadap tingkat kecemasan lansia di PSTW Jember” yang dilaksanakan kepada 52 responden menunjukkan tingkat kecemasan pada lansia sebelum diberikan terapi relaksasi benson terdapat responden yang mengalami kecemasan ringan sebanyak 43 responden (82,7%), yang mengalami kecemasan sedang sebanyak 5 responden (9,6%), dan yang tidak mengalami kecemasan sebanyak 4 responden (7,7%). Sedangkan terdapat data tingkat kecemasan setelah diberikan terapi relaksasi benson terdapat responden yang mengalami kecemasan ringan sebanyak 8 responden (15,4%), dan yang tidak mengalami kecemasan sebanyak 44 responden (84,6%).

Kombinasi terapi *Butterfly hug* dan teknik relaksasi Benson dapat meningkatkan efektivitas pengelolaan stres dan kecemasan. *Butterfly hug* membantu menenangkan pikiran dan emosi, sementara teknik relaksasi Benson fokus pada pernapasan dan *mindfulness*, menciptakan kondisi relaksasi yang lebih dalam (Effendi et al., 2023). *Butterfly hug* adalah teknik nonfarmakologi untuk mengatasi kecemasan. Teknik ini melibatkan menyilangkan tangan di dada dan menepuk-nepuk lengan seperti gerakan sayap kupu-kupu. Metode ini merupakan stimulus bilateral yang bertujuan untuk mengurangi kecemasan dan menenangkan diri, dikembangkan oleh terapis Lucina Artigas dan Ignacio Jarero. Selain itu, *butterfly hug* dapat membuat pikiran tenang dan tubuh rileks, membantu meredakan rasa

cemas dan khawatir. Terapi ini dianggap efektif dalam mengatasi stres, dengan perbedaan nilai kecemasan sebelum dan setelah intervensi menunjukkan hasil yang positif (Yuliana et al., 2024). Relaksasi benson merupakan salah satu intervensi keperawatan berupa relaksasi yang memusatkan pikiran dengan menggabungkan keyakinan setiap individu. Relaksasi benson merupakan manajemen stres subjektif yang memberikan efek menurunkan tingkat kecemasan, gangguan suasana hati, meningkatkan kualitas tidur, dan menurunkan nyeri (Fateme, 2019).

Berdasarkan hasil wawancara studi pendahuluan pada pasien pre operasi SC pada Ruang Multazam 1 RSI PKU Muhammadiyah Kabupaten Tegal didapatkan data jumlah pasien operasi SC, pada tahun 2025 bulan Januari terdapat 240 pasien pre operasi SC. Berdasarkan wawancara dengan 10 pasien pra operasi *sectio caesarea* (SC), didapatkan lima di antaranya mengungkapkan ketakutan terhadap proses melahirkan dan rasa nyeri yang mungkin timbul selama persalinan dengan metode SC. Sementara itu, lima pasien lainnya merasa cemas terkait kondisi bayi yang akan lahir, seperti kemungkinan adanya kelainan atau berat badan lahir rendah, serta kekhawatiran tidak mampu menjadi ibu yang baik. Semua pasien tersebut memiliki riwayat persalinan SC sebelumnya dan mengalami komplikasi kehamilan seperti preeklamsia atau posisi janin yang tidak sesuai. Dari hasil observasi, tanda-tanda kecemasan pada ibu pra operasi SC terlihat dari peningkatan denyut jantung dan nadi, keringat berlebihan, serta sesak napas. Selain itu, dari wawancara juga diketahui bahwa tindakan yang diberikan sebelum operasi hanyalah doa bersama kepada Tuhan Yang Maha Esa. Berdasarkan uraian diatas peneliti tertarik dan ingin melakukan penelitian dengan judul “Pengaruh terapi *Butterfly hug* dan Teknik relaksasi benson terhadap tingkat kecemasan pada ibu Pre Operasi *Sectio caesarea* di RSI PKU Muhammadiyah Tegal”.

1.2 Tujuan Penelitian

1.2.1 Tujuan Umum

Untuk mengetahui pengaruh terapi *butterfly hug* dan teknik relaksasi benson terhadap tingkat kecemasan pada ibu pre operasi *sectio caesarea* di RSI PKU Muhammadiyah Tegal

1.2.2 Tujuan Khusus

1.2.2.1 Mengidentifikasi karakteristik responden (usia, tingkat pendidikan, pengalaman operasi) di RSI PKU Muhammadiyah Tegal

1.2.2.2 Mengidentifikasi gambaran tingkat kecemasan ibu pre operasi *sectio caesarea* sebelum dilakukan terapi *butterfly hug* dan teknik relaksasi benson di RSI PKU Muhammadiyah Tegal

1.2.2.3 Mengidentifikasi gambaran tingkat kecemasan ibu pre operasi *sectio caesarea* setelah dilakukan terapi *butterfly hug* dan teknik relaksasi benson di RSI PKU Muhammadiyah Tegal

1.2.2.4 Menganalisis pengaruh terapi *Butterfly hug* dan teknik relaksasi benson terhadap tingkat kecemasan ibu pre operasi *sectio caesarea* di RSI PKU Muhammadiyah Tegal

1.3 Manfaat Penelitian

1.3.1 Manfaat Aplikatif

Penelitian ini diharapkan dapat digunakan sebagai sumber masukan dan informasi untuk pembuatan kebijakan khusus yang menangani pasien pre operasi *Sectio caesarea* dengan kecemasan pada ibu pre operasi *Sectio caesarea* di RSI PKU Muhammdiyah Kabupaten Tegal

1.3.2 Manfaat Keilmuan

Penelitian ini berupaya dalam menjadi landasan inovasi keperawatan maternitas yang mendalam mengenai dengan kecemasan ibu pre operasi *Sectio caesarea* di RSI PKU Muhammadiyah Kabupaten Tegal

1.3.3 Manfaat Metodologi

Hasil penelitian ini diharapkan dapat digunakan untuk mengetahui terapi *Butterfly hug* dan teknik relaksasi benson terhadap tingkat kecemasan pada ibu pre operasi

Sectio caesarea di RSI PKU Muhammadiyah Kabupaten Tegal dan dapat dikembangkan bagi peneliti selanjutnya dengan menggunakan terapi lain selain *butterfly hug* dan relaksasi benson.