

BAB I

PENDAHULUAN

1.1 Latar Belakang

Melahirkan suatu proses yang sangat dinanti bagi seorang wanita. Namun bagi wanita yang pernah melahirkan maupun yang belum pernah melahirkan, melahirkan bisa menjadi peristiwa yang menegangkan dan menakutkan karena rasa sakit saat melahirkan. Ibu yang akan bersalin, khususnya primipara, cenderung merasa cemas. Sebagian besar ibu bersalin akan merasa tidak nyaman dan terganggu dengan rasa sakit yang dialami selama proses persalinan. Rasa sakit yang berlebihan akan berdampak pada kelancaran proses persalinan. Kelancaran proses persalinan dapat dilihat dari lamanya proses persalinan berlangsung serta tidak mengalami hambatan dan komplikasi saat persalinan. Pada kenyataannya, masih banyak ibu bersalin yang mengalami ketidaklancaran proses persalinan yakni melewati garis waspada pada lembar observasi partograf. Penggunaan teknik pernafasan selama proses bersalin akan membantu proses persalinannya berjalan dengan lancar (Humairo, 2023). Kenyataan yang terjadi di tempat penelitian adalah adanya kepanikan dan hilangnya kendali diri saat kontraksi hal ini terjadi saat kontraksi rahim (mulas) semakin kuat pada Kala I Fase Aktif, ibu bersalin cenderung panik. Sehingga terjadi rasa cemas membuat ibu lupa cara bernapas dengan benar. Ibu sering kali berteriak, menangis, atau menahan napas. Hal ini membuat suplai oksigen ke janin berkurang dan otot jalan lahir menjadi kaku. Akibat pola napas yang salah (pendek dan cepat), ibu

mengalami *hiperventilasi*. Ibu menjadi sangat lelah secara fisik dan mental sebelum pembukaan lengkap. Saat tiba waktunya mengejan di Kala II, ibu sudah kehabisan tenaga. Kondisi ini berisiko menyebabkan persalinan lama (*partus lama*).

Persalinan normal menurut WHO (2023) adalah proses pengeluaran janin yang dimulai secara spontan, berisiko rendah pada awal persalinan dan tetap demikian selama proses persalinan. Bayi dilahirkan spontan dengan presentasi belakang kepala pada usia kehamilan 37-42 minggu, umumnya berlangsung dalam 18 jam tanpa komplikasi berarti (WHO, 2023). Angka persalinan di Indonesia menunjukkan tren penurunan angka kelahiran dan masih tingginya Angka Kematian Ibu (AKI) dan Angka Kematian Bayi (AKB), dengan AKI sekitar 305 per 100.000 kelahiran hidup (2023) dan AKB sekitar 23,5 per 1.000 kelahiran hidup (2022). Mayoritas persalinan (sekitar 70% pada 2023) dilakukan secara normal, namun AKI masih tinggi dan menempatkan Indonesia di peringkat kedua ASEAN (Wibowo & Bawono, 2024). Berdasarkan data profil kesehatan kementerian kesehatan indonesia, jumlah ibu bersalin di Jawa Timur pada tahun 2023 tercatat sebanyak 539.691, dengan persalinan yang ditangani (faskes) mencapai 536.550 (DinKes, Jatim, 2023). Berdasarkan hasil studi pendahuluan yang dilakukan peneliti pada tanggal 10 Mei 2026 di Puskesmas Burneh Bangkalan Madura Jawa Timur. Melalui studi dokumentasi pada buku register ruang bersalin UPTD Puskesmas Burneh, tercatat rata-rata jumlah persalinan normal berkisar antara 15 hingga 25 ibu bersalin per bulan.

Peneliti melakukan wawancara singkat kepada 5 orang ibu bersalin pada kala I fase aktif. Didapatkan hasil bahwa 4 dari 5 ibu (80%) mengaku tidak pernah mendapatkan latihan khusus atau edukasi mendalam mengenai teknik pernapasan perut yang benar saat mengikuti Kelas Ibu Hamil di Puskesmas Burneh. Mereka hanya mengetahui informasi seadanya dari keluarga.

Berdasarkan penelitian yang dilakukan oleh Wibowo (2024) tentang kesiapan mental ibu hamil dalam menghadapi proses persalinan, hasil penelitian menunjukkan bahwa beragam faktor mempengaruhi kesiapan mental ibu hamil dalam menghadapi persalinan diantaranya adalah pengetahuan ibu hamil, dukungan keluarga dan suami, kondisi kesehatan, stress dan kecemasan, pengalaman masa lalu, religiusitas, kematangan emosi, serta perencanaan kehamilan (Wibowo & Bawono, 2024).

Hasil serupa pada penelitian yang dilakukan oleh (Sutrisminah Emi, 2021) tentang hubungan usia, paritas, pendidikan dan dukungan keluarga dengan kecemasan ibu bersalin kala I hasil penelitian menunjukkan bahwa sebagian besar ibu bersalin memiliki usia tidak beresiko, paritas multigravida, berpendidikan SMA/SMK, mendapatkan dukungan dari keluarga, dan mengalami kecemasan. Ada hubungan usia dengan kecemasan (Sutrisminah, 2021).

Penelitian yang dilakukan Damayanti, 2025 tentang Hubungan Teknik Pernafasan dengan Kemajuan Persalinan, Hasil penelitian dapat diketahui bahwa dari 39 responden yang menggunakan teknik pernafasan yang benar mayoritas mengalami kemajuan persalinan sebesar 32 responden (82,1%),

dengan nilai p-value 0,004 ($p < 0,05$), berarti ada hubungan antara teknik pernafasan dengan kemajuan persalinan (Damayanti, 2025b).

Penelitian Meilani, 2021. Tentang Hubungan Teknik Relaksasi Nafas Dalam Terhadap Lama Persalinan Kala 1 Pada Ibu Inpartu Multigravida Di Klinik Mutia, Hasil penelitian dapat diketahui bahwa dari 39 responden yang menggunakan teknik pernafasan yang benar mayoritas mengalami kemajuan persalinan sebesar 32 responden (82,1%), dengan nilai p-value 0,004 ($p < 0,05$), berarti ada hubungan antara teknik pernafasan dengan kemajuan persalinan (Meilani & Sukarsih, 2021).

Etiologi (penyebab) persalinan normal adalah proses multifaktorial kompleks yang melibatkan perubahan hormonal, peregangan uterus berlebihan, aktivasi membran janin melalui peradangan, dan faktor plasenta menua, yang semuanya memicu serangkaian peristiwa seperti kontraksi rahim, penipisan dan pembukaan serviks, serta pergerakan janin untuk keluar dari jalan lahir. Mekanisme pemicunya mencakup penurunan progesteron, peningkatan estrogen, pelepasan oksitosin, serta produksi prostaglandin yang memicu kontraksi dan perubahan serviks (Humairo, 2023).

Upaya mempercepat persalinan dapat dilakukan secara alami maupun medis. Cara alami meliputi berjalan santai, olahraga ringan seperti squat atau yoga, stimulasi puting, berhubungan intim, menggunakan birthing ball, dan relaksasi seperti mandi air hangat. Cara medis meliputi induksi (oksitosin/prostaglandin), memecahkan ketuban (amniotomi), dan membrane stripping (Padilah et al., 2024). Teknik pernapasan menjelang dan saat

persalinan sangat efektif untuk membantu memperlancar serta mempercepat proses persalinan. Pernapasan yang tepat membantu mengelola nyeri, mengurangi kecemasan, dan memastikan tubuh serta janin mendapatkan oksigen yang cukup, sehingga ibu lebih rileks dan fokus saat mengejan. Karena metode ini dapat mengelola rasa nyeri kontraksi agar tidak panik dan memperlambat persalinan. dan Memastikan suplai oksigen yang cukup untuk ibu dan janin, yang membantu otot rahim bekerja optimal (Hasrianti et al., 2024).

Berdasarkan latar belakang diatas maka peneliti tertarik untuk melakukan penelitian dengan judul “Teknik pernapasan pada pasien bersalin Di Puskesmas Burneh Bangkalan Madura Jawa timur”

1.2 Rumusan Masalah

Berdasarkan latar belakang diatas maka dapat dirumuskan masalah sebagai berikut : Bagaimana teknik pernapasan pada pasien bersalin Di Puskesmas Burneh Bangkalan Madura Jawa timur ?

1.3 Tujuan Penelitian

Untuk mengetahui teknik pernapasan pada pasien bersalin Di Puskesmas Burneh Bangkalan Madura Jawa timur

1.4 Manfaat penelitian

1. Manfaat Teoritis (Akademis)

- 1) Pengembangan Ilmu Kebidanan:

Memberikan bukti ilmiah mengenai hubungan antara manajemen non-farmakologis (teknik pernapasan) dengan kemajuan atau percepatan persalinan kala 1 fase aktif.

2) Referensi Penelitian Lanjutan

Menjadi acuan bagi peneliti lain yang ingin meneliti intervensi pendampingan persalinan yang aman, murah, dan efektif.

3) Penambahan Literatur: Memperkuat data mengenai efektivitas teknik relaksasi pernapasan dalam mengurangi nyeri dan kecemasan, yang secara tidak langsung mempercepat proses persalinan.

2. Manfaat Praktis (Aplikatif)

1) Bagi Ibu Bersalin:

Membantu ibu merasa lebih rileks dan tenang, mengurangi kecemasan serta ketakutan. Membantu mengendalikan intensitas nyeri persalinan sehingga ibu dapat beristirahat di antara kontraksi. Memberikan teknik mandiri yang mudah dilakukan untuk mempercepat persalinan secara alami.

2) Bagi Tenaga Kesehatan (Bidan/Dokter):

Menjadi panduan dalam memberikan asuhan kebidanan komplementer (non-farmakologis) selama persalinan. Meningkatkan keterampilan bidan dalam membimbing teknik pernapasan untuk melancarkan proses persalinan.

3) Bagi Institusi Kesehatan:

Sebagai bahan evaluasi dan standar operasional prosedur (SOP) untuk memaksimalkan pelayanan persalinan yang nyaman dan minim intervensi medis.

