

EDUKASI DAN KETERLIBATAN SUAMI DALAM MENGURANGI NYERI
POST SECTIO CAESAREA (SC) DENGAN METODE
TEKNIK RELAKSASI PERNAFASAN DALAM

Husna Farianti Amran¹, Linda Suryani²

Program Studi S1 Kebidanan dan Profesi Bidan
Institut Kesehatan Payung Negeri Pekanbaru

Email : husna.farianti@payungnegeri.ac.id, linda.suryani@payungnegeri.ac.id

ABSTRAK

Pembedahan dengan Sectio Caesarea dapat menyebabkan terjadinya nyeri pasca persalinan. Penanganan nyeri persalinan dapat dengan berbagai metode, baik farmakologi maupun non farmakologi. Teknik relaksasi nafas dalam dapat mengurangi nyeri dengan mengendalikan dan mengembalikan emosi yang akan membuat tubuh menjadi rileks. Tujuan kegiatan adalah Masyarakat khususnya ibu yang menjalani persalinan dengan Sectio Caesarea dapat menerapkan teknik rekasasi nafas dalam sebagai bentuk teknik sederhana yang efektif dan efisien dan tanpa efek samping untuk mengurangi nyeri pasca persalinan SC. Kegiatan telah dilaksanakan pada bulan Oktober 2024. Kegiatan yang dilakukan Pada 16 orang ibu, berupa pemberian edukasi tentang Teknik relaksasi nafas dalam dan mempraktikkan langsung kepada ibu pasca persalinan SC serta melibatkan suami untuk membantu ibu menerapkan teknik relaksasi nafas dalam tersebut. Kegiatan ini memberikan dampak positif yang dapat dilihat dari adanya penurunan nyeri pasca persalinan SC. Oleh sebab itu diharapkan petugas Kesehatan khususnya di ruang perawatan nifas dapat menerapkan Teknik relaksasi nafas dalam tersebut sebagai upaya penurunan nyeri pasca persalinan SC.

Kata Kunci : Teknik relaksasi nafas dalam, Pelibatan suami, Nyeri Pasca SC,

ABSTRACT

Sectio Caesarea can cause postpartum pain. Labor pain can be handled using various methods, both pharmacological and non-pharmacological. Deep breathing relaxation techniques can reduce pain by controlling and restoring emotions which will relax the body. The aim of the activity is that the public, especially mothers who undergo Sectio Caesarea, can apply the deep breathing technique as a simple technique that is effective and efficient and without side effects to reduce pain after Sectio Caesarea. The activities were carried out in October 2024. The activities carried out were in the form of providing education about deep breathing relaxation techniques and practicing them directly to mothers after Sectio Caesarea and involving husbands to help mothers apply the deep breathing relaxation techniques. This activity has a positive impact which can be seen from the reduction in pain after Sectio Caesarea. Therefore, it is hoped that health workers, especially in the postpartum care room, can apply the deep breathing relaxation technique as an effort to reduce pain after Sectio Caesarea.

Keywords: *Deep breathing relaxation technique, husband's involvement, post-SC pain,*

1. PENDAHULUAN

Persalinan *sectio caesarea* (SC) dilakukan karena ibu tidak dapat melahirkan proses normal melewati vagina karena ada gangguan berkaitan dengan kesehatan ibu dan bayi (Paramita. NKAD: 2021). Ada beberapa penyebab terjadinya operasi *sectio caesarea* antara lain panggul sempit dan plasenta previa, pertolongan persalinan melalui vagina yang berat lebih baik dengan *sectio caesarea* yang lebih aman bagi ibu dan bayi (Ulfa ENB: 2021)

Penggunaan operasi *sectio caesarea* terus meningkat secara global, hampir sepertiga dari semua kelahiran diperkirakan akan terjadi melalui operasi *sectio caesarea* pada tahun 2030. Di negara-negara berkembang, sekitar 8% wanita melahirkan melalui operasi *sectio caesarea*. Kenaikan kejadian *sectio caesarea* dilatarbelakangi ketakutan rasa sakit saat melahirkan normal akibat kontraksi rahim, kenyamanan dapat menjadwalkan kelahiran, dan beberapa masyarakat mempercayai persalinan dengan operasi *sectio caesarea* dianggap dapat mempertahankan dasar panggul lebih baik dan pengembalian kehidupan seksual yang lebih baik. (WHO: 2021)

Berdasarkan Riset Kesehatan Dasar tahun 2018 jumlah persalinan dengan metode *sectio caesarea* sekitar 17,6%. Prevalensi persalinan *sectio caesarea* di Provinsi Riau adalah 20,25% (Kemenkes RI: 2018). Duri merupakan ibu kota kecamatan Mandau Kabupaten Bengkalis. Duri memiliki 5 rumah sakit diantaranya 1 Rumah Sakit Umum dan 4 Rumah Sakit Swasta. Rumah Sakit Permata Hati merupakan rumah sakit pertama dan Rumah Sakit terbesar yang ada di kota Duri dan merupakan Rumah Sakit terbanyak dengan persalinan *sectio caesarea* pada tahun 2023 yaitu 1.340 pasien.

Operasi *sectio caesarea* menimbulkan nyeri karena terjadinya perubahan kontinuitas jaringan akibat pembedahan. Jika nyeri tersebut tidak ditangani dengan baik, akan menimbulkan beberapa masalah seperti mobilisasi yang terbatas, *bonding attachment* yang terganggu antara ibu dan bayi-nya, inisiasi menyusui dini terganggu, dan juga aktivitas sehari-hari terhambat akibat adanya peningkatan intensitas nyeri (Amanda. EP:2020).

Nyeri pada persalinan dengan *sectio caesarea* dapat diminimalisir dengan dua metode yaitu dengan cara farmakologis dan non farmakologis. Salah satu intervensi yang dapat diberikan adalah dengan teknik relaksasi. Teknik relaksasi merupakan metode yang efektif dan efisien untuk mengurangi intensitas nyeri karena dapat mengontrol rasa nyeri secara efektif dan efisien. (Haryani F, Sulistyowati P, Ajiningtyas ES. 2021)

Menurut Khasana & Nurfita (2020) Relaksasi nafas dalam dapat mengendalikan dan mengembalikan emosi yang akan membuat tubuh menjadi rileks. Seperti yang telah dijelaskan sebelumnya, bahwa proses tersebut karena adanya stimulus nyeri pada area luka bedah menyebabkan keluarnya mediator nyeri yang akan menstimulasi transmisi impuls disepanjang serabut saraf *aferen nosiseptor* ke *substansia gelatinosa* (pintu gerbang) di *medula spinalis* untuk selanjutnya melewati *thalamus* kemudian disampaikan ke *korteks serebri* dan di interpretasikan sebagai nyeri. Perlakuan relaksasi nafas dalam akan menghasilkan impuls yang dikirim melalui serabut saraf *aferen nonnosiseptor*: serabut saraf *nonnosiseptor* mengakibatkan “pintu gerbang” tertutup sehingga stimulus nyeri terhambat

dan berkurang. Teori *Two Gate Control* menyatakan bahwa terdapat satu “pintu gerbang” lagi di *thalamus* yang mengatur *impuls* nyeri dari *nervus trigemius*. Dengan adanya relaksasi, maka *impuls* nyeri dari *nervus trigemius* akan dihambat dan mengakibatkan tertutupnya “pintu gerbang” di *thalamus*. Tertutupnya “pintu gerbang” di *thalamus* mengakibatkan stimulasi yang menuju *korteks serebri* terhambat sehingga intensitas nyeri berkurang untuk kedua kalinya. (Mardiani:2022).

2. MASALAH DAN RUMUSAN PERTANYAAN

Salah satu efek persalinan dengan *Sectio Caesarea* adalah dapat menimbulkan nyeri pada jaringan akibat pembedahan. Jika nyeri tersebut tidak ditangani dengan baik, akan menimbulkan beberapa masalah seperti mobilisasi yang terbatas, *bonding attachment* yang terganggu antara ibu dan bayi-nya, inisiasi menyusui dini terganggu, dan juga aktivitas sehari-hari terhambat akibat adanya peningkatan intensitas nyeri. Untuk itu selain penggunaan metode farmakologis dengan obat-obatan dapat dilakukan metode non farmakologis yang cenderung tidak memiliki efek samping pada tubuh. Teknik relaksasi nafas dalam yang dilakukan secara berulang dan tepat dapat menimbulkan rasa nyaman yang pada akhirnya akan meningkatkan toleransi persepsi dalam menurunkan rasa nyeri yang dialami ibu. Masalah yang dialami oleh ibu adalah belum mengenal teknik relaksasi nafas dalam sebagai metode non farmakologi yang sederhana, mudah dan tanpa adanya efek samping, sehingga diperlukan edukasi dan pelibatan suami untuk dapat membantu ibu mengurangi nyeri karena proses pembedahan *section caesarea*.

3. KAJIAN PUSTAKA

Sectio caesarea adalah proses persalinan dengan melalui pembedahan dimana irisan dilakukan diperut ibu (*laparotomi*) dan rahim (*histerektomi*) untuk mengeluarkan bayi (Lestari: 2020). Tindakan *sectio caesarea* dilakukan karena ibu tidak dapat melahirkan proses normal melewati vagina karena ada gangguan berkaitan dengan kesehatan ibu dan bayi, beberapa syarat operasi yaitu rahim harus utuh, berat janin tidak boleh dibawah 500 gram. (Haryani F, Sulistyowati P, Ajiningtyas ES. 2021)

Penyebab dilakukannya persalinan dengan *section caesarea* dapat berasal dari ibu yaitu kesempitan panggul, plasenta previa, *solutio plasenta*, dan komplikasi kehamilan serta kehamilan yang disertai penyakit jantung, *diabetes melitus*. Penyebab yang berasal dari janin antara lain terjadi gawat janin, mal presentasi, mal posisi kedudukan janin, *prolaps* tali pusat dengan pembukaan kecil, kegagalan persalinan *vakum* atau *forceps* ekstraksi. (Amanda EP: 2020)

Persalinan dengan *sectio caesarea* dapat menyebabkan nyeri pasca pembedahan. Nyeri merupakan pengalaman manusia yang paling kompleks dan merupakan fenomena yang dipengaruhi oleh interaksi antara emosi, perilaku, kognitif dan faktor-faktor sensori fisiologi. Nyeri adalah suatu stimulus yang tidak menyenangkan dan sangat kompleks yang dapat diamati secara verbal maupun nonverbal.

Berbagai metode dapat dilakukan untuk mengurangi nyeri. Obat-obatan digunakan dalam manajemen nyeri farmakologis. Analgesia atau analgesik

adalah obat yang digunakan untuk mengurangi rasa sakit. Relaksasi juga dapat digunakan sebagai salah satu metode penanganan nyeri non farmakologis. Salah satu metode relaksasi yang efektif dan efisien adalah teknik relaksasi nafas dalam.

Terapi relaksasi nafas dalam merupakan pernafasan pada abdomen dengan frekuensi lambat serta perlahan, berirama, dan nyaman dengan cara memejamkan mata saat menarik nafas. Efek dari terapi ini ialah distraksi atau pengalihan perhatian. (Herdiani TN, Fitriani D : 2023)

Mekanisme relaksasi nafas dalam pada sistem pernafasan berupa suatu keadaan inspirasi dan ekspirasi pernafasan dengan frekuensi pernafasan menjadi 6-10 kali permenit sehingga terjadi peningkatan regangan kardiopulmonari. Terapi relaksasi nafas dalam dapat dilakukan secara mandiri, relatif mudah dilakukan dari pada terapi non-farmakologis lainnya, tidak membutuhkan waktu lama untuk terapi, dan dapat mengurangi dampak buruk dari terapi farmakologis bagi penderita hipertensi. (Herdiani TN, Fitriani D : 2023)

Relaksasi nafas dalam bertujuan untuk mengontrol pertukaran gas agar menjadi efisien, mengurangi kinerja bernafas, meningkatkan inflasi alveolar maksimal, meningkatkan relaksasi otot, menghilangkan ansietas, menyingkirkan pola aktivitas otot-otot pernafasan yang tidak berguna, melambatkan frekuensi pernafasan, mengurangi udara yang terperangkap serta mengurangi kerja bernafas. (Surjadi. C : 2023)

Teknik relaksasi nafas dalam dapat menurunkan intensitas nyeri melalui mekanisme yaitu : (Anggria, VD: 2022)

- a. Dengan merelaksasikan otot-otot skelet yang mengalami spasme yang disebabkan oleh peningkatan prostaglandin sehingga terjadi vasodilatasi pembuluh darah dan akan meningkatkan aliran darah ke darah yang mengalami spasme dan iskemik.
- b. Teknik relaksasi nafas dalam dipercaya mampu merangsang tubuh untuk melepas opoid endogen yaitu endorfin dan enkefalin.
- c. Mudah dilakukan dan diterapkan setiap hari tidak perlu alat relaksasi yang melibatkan senam otot sehingga mudah dilakukan kapan saja atau sewaktu waktu.

Penurunan nyeri dengan teknik relaksasi nafas dalam disebabkan ketika seseorang melakukan relaksasi nafas dalam mengendalikan nyeri yang dirasakan, maka tubuh akan meningkatkan komponen saraf parasimpatik secara stimulan, maka ini menyebabkan terjadinya kadar hormon kortisol dan adrenalin dalam tubuh yang mempengaruhi tingkat stres seseorang sehingga dapat meningkatkan konsentrasi dan membuat pasien merasa tenang untuk mengatur ritme pernafasan menjadi teratur. Hal ini akan mendorong terjadinya peningkatan kadar PCO₂ dan akan menurunkan kadar pH sehingga terjadi peningkatan kadar oksigen dalam darah. (Suciawati A, Carolin BT, Pertiwi N: 2022)

Klasifikasi metode relaksasi nafas dalam dibagi menjadi dua macam yaitu teknik relaksasi progresif aktif dan teknik relaksasi progresif pasif. Teknik relaksasi progresif pasif melibatkan penggunaan pernafasan perut yang

dalam dan pelan ketika otot mengalami relaksasi dengan ketegangan sesuai urutan yang diperintahkan. Teknik relaksasi yang efektif dapat menurunkan denyut jantung, tekanan darah, mengurangi *tension headache*, menurunkan ketegangan otot, meningkatkan kesejahteraan dan mengurangi tekanan gejala pada individu yang mengalami berbagai situasi. (Pratiwi F, Ariningtyas N, Azhari C, Kebidanan SA, Madani M : 2023)

4. METODE PENGABDIAN

Tahapan pelaksanaan kegiatan ini dimulai dari tahap persiapan, pelaksanaan, dan evaluasi.

a. Persiapan

Persiapan yang dilakukan dalam kegiatan ini adalah penyusunan materi, dan perlengkapan kegiatan serta mengurus administrasi kegiatan.

b. Pelaksanaan

Kegiatan pengabdian masyarakat ini dilakukan melalui tatap muka secara langsung di Rumah Sakit Permata Hati Duri. Waktu pelaksanaan kegiatan pengabdian mulai dari 15 hingga 25 Oktober 2024. Sasaran dari kegiatan ini adalah ibu-ibu yang menjalani persalinan dengan *Seccio Caesarea* (SC) di Rumah Sakit Permata Hati Duri. Jumlah peserta yang ikut dalam kegiatan ini adalah 16 orang.

Pelaksanaan kegiatan dilakukan dengan berbagai metode yaitu :

- 1) Pengenalan Teknik relaksasi nafas dalam dengan memberikan penjelasan tentang tujuan, manfaat, dan teknik pelaksanaan metode relaksasi nafas dalam.
- 2) Melibatkan suami dalam mendukung ibu melakukan Teknik relaksasi nafas dalam.
- 3) Pengukuran intensitas nyeri pasca *sectio caesarea* sebelum dan setelah penerapan Teknik relaksasi nafas dalam dengan menggunakan Skala Penilaian Numerik/ *Numeric Rating Scale* (NRS).



Gambar 1. Numeric Rating Scale

Keterangan:

0 : Tidak nyeri

1-3 : Nyeri ringan

Secara obyektif klien dapat berkomunikasi dengan baik

4-6 : Nyeri sedang

Secara obyektif pasien mendesis, menyeringai, dapat menunjukkan lokasi nyeri, dapat mendeskripsikannya, dapat mengikuti perintah dengan baik

7-10: Nyeri berat

Secara obyektif klien terkadang tidak dapat mengikuti perintah tapi masih respon terhadap tindakan, dapat menunjukkan

lokasi nyeri, tidak dapat mendeskripsikannya, tidak dapat diatasi dengan posisi nafas panjang dan distraksi

c. Evaluasi Kegiatan

Mengevaluasi hasil kegiatan pengabdian Masyarakat dengan pengukuran intensitas nyeri setelah penerapan Teknik relaksasi nafas dalam.

5. HASIL DAN PEMBAHASAN

Rata - rata skor nyeri sebelum dan sesudah pelaksanaan Teknik relaksasi nafas dalam pada pasien post *sectio caesarea* di Rumah Sakit Permata Hati.

Tabel 1
Skor Rata - Rata Skala Nyeri sebelum dan sesudah dilakukan Teknik Relaksasi Nafas Dalam

Skala Nyeri	Sebelum		Sesudah	
	N	Presentase	N	Presentase
Nyeri Sedang				
- Skor 4	3	18,8	-	-
- Skor 5	7	43,8		
- Skor 6	6	37,5		
Nyeri Ringan	-	-	12	75
Tidak Nyeri	-	-	6	25

Intensitas nyeri adalah gambaran tentang seberapa parah nyeri dirasakan oleh individu, pengukuran intensitas nyeri sangat subjektif dan individual serta kemungkinan nyeri dalam intensitas yang sama dirasakan sangat berbeda oleh 2 orang yang berbeda. Dengan demikian ibu bersalin akan mengalami intensitas nyeri yang berbeda - beda antara satu dengan yang lainnya.

Intensitas nyeri dapat dinilai dengan menggunakan Skala Penilaian Numerik/ *Numeric Rating Scale* (NRS). Pasien menilai tingkat ketidaknyamanan mereka pada skala satu sampai sepuluh, daripada menggunakan deskriptor kata. NRS sering digunakan untuk nyeri di unit pasca operasi. (Haryani F, Sulistyowati P, Ajiningtyas ES. 2021)



Gambar 2. Penilaian intensitas nyeri dengan Skala NRS

Penanganan nyeri persalinan oleh tenaga kesehatan saat memberikan pertolongan persalinan dapat dengan berbagai metode, baik farmakologis maupun non-farmakologis. Terapi non-farmakologis yaitu terapi yang digunakan yakni dengan tanpa menggunakan obat - obatan, tetapi dengan memberikan berbagai teknik yang setidaknya dapat sedikit mengurangi rasa nyeri saat persalinan tiba. (Sari. PA: 2020)

Teknik relaksasi nafas dalam yang bertujuan untuk mengontrol pertukaran gas agar menjadi efisien, mengurangi kinerja bernafas, meningkatkan inflasi alveolar maksimal, meningkatkan relaksasi otot, menghilangkan ansietas, menyingkirkan pola aktivitas otot-otot pernafasan yang tidak berguna, melambatkan frekuensi pernafasan, mengurangi udara yang terperangkap serta mengurangi kerja bernafas. (Mardiani : 2022)



Gambar 2. Mengajarkan Ibu Teknik relaksasi nafas dalam

Dalam melakukan Teknik relaksasi nafas dalam keterlibatan suami dalam memberikan dukungan juga akan membantu ibu untuk dapat melakukan Teknik relaksasi dengan benar. Keterlibatan suami dapat dilakukan dengan membantu membuat suasana tenang dan nyaman, menuntun istri menarik nafas dalam dan menghembuskan, menganjurkan istri beristirahat, memberikan perhatian ekstra kepada istri dan mengingatkan istri untuk tetap rileks.

Tabel 2
Keterlibatan Suami dalam Teknik Relaksasi Nafas Dalam

Teknik Relaksasi Napas Dalam	Melakukan		Tidak Melakukan	
	N	Persentase	N	Persentase
Membantu membuat suasana tenang dan nyaman untuk istri	16	100%	0	0 %
Menuntun istri menarik napas dalam dan menghembuskan	13	81,3 %	3	18,7 %
Menganjurkan istirahat	16	100 %	0	0 %
Memberikan perhatian ekstra	14	87,5 %	2	12,5 %
Mengingatkan istri untuk tetap rileks	15	93,8 %	1	6,3 %



Gambar 3. Keterlibatan suami dalam Teknik relaksasi nafas dalam

Suami dalam memberikan dukungan harus secara terus menerus sehingga dapat memberikan pengaruh yang baik terhadap proses pengurangan nyeri. Kehadiran dan dukungan suami dapat menjadi sumber yang paling berharga selama proses persalinan dan pasca persalinan. Sentuhan yang diberikan suami dapat membuat istri merasa lebih tenang untuk menghadapi proses persalinan. Kehadiran suami tersebut merupakan obat yang paling efektif untuk mengurangi ketidaknyamanan (Mubiskin, 2005).

Adanya luka bekas operasi *sectio caesarea* menimbulkan nyeri pada pasien sehingga pasien cenderung untuk berbaring saja, untuk mempertahankan seluruh tubuh kaku dan tidak mengindahkan daerah pembedahan sehingga menimbulkan kaku persendian, postur yang buruk, kontraktur otot, penyembuhan luka lambat, nyeri tekan apabila tidak melakukan mobilisasi dini. Sehingga jika ibu bersalin melakukan relaksasi pernapasan dalam dapat merileksasikan ketegangan otot yang mendukung rasa nyeri, sehingga nyeri yang dirasakan dapat berkurang.

6. KESIMPULAN

Teknik relaksasi yang efektif untuk mengurangi intensitas nyeri adalah teknik relaksasi nafas dalam karena termasuk asuhan pada ibu post section caesarea untuk mengontrol rasa nyeri secara efektif dan efisien. Teknik relaksasi nafas dalam mengurangi nyeri pada ibu post *sectio caesarea*.

Oleh karena itu diharapkan kepada petugas ruang rawat inap khusus pasien bersalin untuk melakukan relaksasi pernapasan dalam pada ibu *post sectio caesarea* karena efektif untuk mengurangi tingkat nyeri.

7. DAFTAR PUSTAKA

Amanda EP. 2020. *Penerapan Teknik Relaksasi Dalam Memberikan Asuhan Keperawatan Pada Ibu Post Partum Dengan Post Sectio Caesarea Diruangan Siti Aisyah RS Islam Ibnu Sina Bukittinggi Tahun 2020*.

Anggria, V D. 2022. *Asuhan Keperawatan Pada Pasien Ny.O Dengan Post Sectio Caesarea Di Ruang Rawat Inap Teratai Rsud Curup Tahun 2022*. Published online 2022.

- Haryani F, Sulistyowati P, Ajiningtyas ES. 2021. *Literature Review Pengaruh Teknik Relaksasi Napas Dalam Terhadap Intensitas Nyeri Pada Post Operasi Sectio Caesarea*. Journal of Nursing and Health 6(1). Published online 2021:15–24.
- Herdiani TN, Fitriani D. 2023. *Pengaruh Teknik Relaksasi Napas Dalam Terhadap Nyeri Post Sectio Caesarea di RSUD Rupit*. Madago Nursing Journal. 2023;4(1):18-26. doi:10.33860/mnj.v4i1.2157.
- Kemenkes RI. 2017. *Profil Kesehatan Indonesia*. Kementerian Kesehatan Republik Indonesia, Jakarta.
- Lestari. 2020. *Pengembangan Standar Operasional Prosedur (Sop) Pemberian Teknik Genggam Jari Dengan Masalah Keperawatan Rasa Nyeri Pada Post Op Sectio Caesarea*. Akad Keperawatan Pelni Jakarta, 8(75),. Published online 2020:8(75), 147–154.
- Mardiani. 2022. *Analisis Asuhan Keperawatan Melalui Intervensi Teknik Relaksasi Nafas Dalam Pada Ibu Post Sectio Caesarea Dengan Masalah Nyeri Akut Di RSUD UKI*. Program Studi Pendidikan Profesi Ners Fakultas Ilmu Kesehat Universitas Nasional. Jakarta.
- Musbikin, I. (2005). *Panduan bagi ibu hamil dan melahirkan*. Jakarta: Mitra Pustaka.
- Paramita. NKAD. 2021. *Gambaran Pengetahuan Terapi Relaksasi Nafas Dalam Pada Pasien Hipertensi Di Banjar Petak Kaja Kecamatan Gianyar Kabupaten Gianyar*. Poltekkes Kemenkes Denpasar.
- Pratiwi F, Ariningtyas N, Azhari C, Kebidanan SA, Madani M. 2023. *Gambaran Faktor Penyebab Persalinan Sectio Caesarea Di Rsud Wonosari, Gunungkidul Yogyakarta Description of Factors Causing Sectio Caesarea Delivery At Wonosari Hospital, Gunungkidul Yogyakarta*. Jurnal Ilmu kesehatan Mulia Madani Yogyakarta. 2023;IV(2).
- Sani PA. 2020 *Pengaruh kompres hangat terhadap nyeri persalinan pada ibu bersalin kala i fase aktif di kamar bersalin rsud tapan tahun 2020*.
- Surjadi C. 2023. *Pengaruh Teknik Relaksasi Nafas Dalam Terhadap Penurunan Tingkat Nyeri pada Pasien Post Sectio Caesaria di Ruang Bougenvile RS Panti Wilasa Citarum*. COMSERVA Indonesian Journal Community Service. 2023;2(10):2088-2101. doi:10.59141/comserva.v2i10.616
- Suciawati A, Carolin BT, Pertiwi N. 2023. *Faktor Faktor yang berhubungan dengan keputusan sectio caesarea pada ibu bersalin*. Jurnal Penelitian Perawat Profesional. 2022;5(1):153-158.
DOI: <https://doi.org/10.37287/jppp.v5i1.1305>

Ulfa ENB. 2021. *Faktor-faktor yang Berhubungan Dengan Persalinan Secara Sectio Caesarea di RSUD Karsa Husada Batu Tahun 2020. Skripsi Univ Islam Negeri Maulana Malik Ibrahim. Batam.*

WHO. 2021. *Caesarean section rates continue to rise, amid growing inequalities in access. World Health Organization.* Published online 2021.