

BAB 1

PENDAHULUAN

1.1 Latar Belakang

Pembedahan atau operasi adalah suatu tindakan pengobatan yang memakai teknik invasif dengan cara membuka bagian tubuh yang akan ditangani dengan cara menyayat bagian tubuh dan berakhir dengan penutupan dan menjahit kembali bagian luka. Tindakan pembedahan bisa berakibat terhadap perubahan pada sistem pada tubuh manusia. Untuk menjaga sistem tersebut tubuh akan melakukan suatu proses sehingga terjadi pemulihan pada jaringan tubuh yang mengalami kerusakan. Didalam proses ini akan terjadi proses kimia di dalam tubuh sehingga pada akhirnya nyeri dirasakan oleh pasien. Nyeri pasca pembedahan adalah salah satu bentuk reaksi yang terstruktur yang terjadi pada jaringan yang mengalami luka akibat proses pembedahan sehingga dapat merangsang terjadinya kepekaan yang tinggi terhadap sistem pusat pada syaraf, rasa nyeri ini dirasakan setelah terjadinya tindakan operasi (Journal et al., 2023).

Berdasarkan data yang diperoleh dari *World Health Organization* (WHO) jumlah pasien dengan tindakan operasi jumlah klien yang menjalani tindakan operasi mencapai angka peningkatan yang sangat signifikan setiap tahunnya. Diperkirakan setiap tahun ada 165 juta tindakan bedah dilakukan di seluruh dunia. Tercatat di tahun 2021 ada 234 juta jiwa klien di semua rumah sakit di dunia. Tindakan operasi/pembedahan di Indonesia tahun 2021 mencapai hingga 1,2 juta jiwa. Berdasarkan data Kemenkes RI (2021) tindakan operasi atau pembedahan menempati urutan posisi ke-11 dari 50 penanganan penyakit yang ada di Indonesia, 32% diantaranya tindakan pembedahan elektif. Pola penyakit di Indonesia diperkirakan 32% bedah mayor, 25,1% mencapai angka peningkatan yang signifikan dari tahun ke tahun (Ramadhan et al., 2023). Menurut Dinas Kesehatan Jawa Tengah prevalensi pembedahan sebanyak 61 % dari total penduduk jawa tengah (Kemenkes RI, 2018).

Hampir semua pasien yang telah menjalani operasi mengalami nyeri, 80% pasien melaporkan nyeri hebat, dari penelitian-penelitian yang dilakukan ternyata intensitas atau lamanya nyeri pasca bedah sangat bervariasi dari satu penderita ke penderita yang lainnya, nyeri pasca bedah tergolong nyeri akut. Nyeri akut biasanya datang secara tiba-tiba dan berdurasi singkat (Sandra et al., 2020).

Nyeri merupakan pengalaman pribadi, subjektif, berbeda antara satu orang dengan orang lain dan juga dapat berbeda pada orang yang sama pada waktu yang berbeda. (Khasanah & Syahruramdhani, 2023). Nyeri adalah suatu fenomena yang kompleks, dialami secara primer sebagai suatu pengalaman psikologis. Para ahli di bidang psikosomatik menyatakan bahwa selain dipengaruhi oleh kondisi nyata dari fisik itu sendiri dan kondisi jiwa, nyeri juga dipengaruhi secara kuat oleh kondisi emosi, fungsi kognitif, dan faktor-faktor sosial.

Ditemukan data bahwa 80% pasien mengalami nyeri *post* operasi, 11% sampai 20% mengalami nyeri hebat. Setiap pembedahan selalu berhubungan dengan insisi/sayatan yang merupakan trauma atau kekerasan bagi penderita yang menimbulkan berbagai keluhan dan gejala. Salah satu keluhan yang sering dikemukakan adalah nyeri, pasien pasca bedah mengeluhkan nyeri sedang sebanyak 57,70%, yang mengeluhkan nyeri berat 15,38%, dan nyeri ringan sebanyak 26,92% (Program et al., 2022). Menurut penelitian di Indonesia prevalensi pasien *post* operasi mayor yang mengalami nyeri sedang sampai berat sebanyak 41% pasien *post* operasi pada hari ke-0, 30% pasien *post* operasi pada hari ke-1, 19% pasien pada hari ke-2, 16% pasien pada hari ke-3 dan 14% pasien pada hari ke-4 (Utami & Khoiriyah, 2020).

Penelitian lainnya yang dilakukan di rumah sakit se-pulau jawa didapatkan bahwa sebagian besar pasien yang telah dilakukan tindakan operasi mengalami nyeri sedang (60%), sebagian kecil nyeri berat (23,33%) dan nyeri ringan (16,67%). Nyeri pasca-operasi adalah efek klinis yang umum ditemukan pada pasien yang menjalani prosedur operasi yang biasanya dilihat dalam 24–48 jam pertama setelah operasi sehingga termasuk dalam nyeri akut. Data yang diperoleh bahwa ditemukan nyeri pasca- operasi pada pasien sebanyak 58% dalam 30 menit pasca-operasi, 55,3% dalam 24 jam pasca-operasi, dan 34,7% dalam 48 jam pasca-operasi. Hal ini membuktikan bahwa cukup banyak pasien yang mengalami nyeri pasca-operasi. Selain itu, pasien yang merasakan nyeri sedang sampai berat terdapat 13% dalam 24 jam pasca-operasi dan 11,7% dalam 48 jam pasca-operasi (Eugenia et al., 2022).

Dampak yang serius dapat muncul akibat nyeri yang tidak ditangani, baik jangka pendek maupun jangka panjang. Apabila nyeri pada pasien *post* operasi tidak segera ditangani akan mengakibatkan proses rehabilitasi pasien akan tertunda, hospitalisasi pasien menjadi lebih lama, tingkat komplikasi yang tinggi dan membutuhkan lebih banyak biaya. Hal ini karena pasien memfokuskan seluruh perhatiannya pada nyeri yang dirasakan. Selain itu juga nyeri dapat mengakibatkan pasien mengalami gelisah, imobilisasi, menghindari kontak sosial,

penurunan rentang perhatian, stres dan ketegangan yang akan menimbulkan respon fisik dan psikis (Journal et al., 2023).

Penatalaksanaan nyeri sering kali berkaitan dengan pemberian analgesik, akan tetapi terdapat macam-macam metode penatalaksanaan nyeri non farmakologi yang dapat dilakukan, obat analgesik atau obat anti nyeri merupakan salah satu obat yang sering digunakan oleh masyarakat secara mandiri tanpa resep dokter, hal ini menyebabkan timbulnya beberapa efek samping dari obat analgesik. Obat-obat analgesik memiliki efek samping antara lain reaksi hipersensitivitas, gangguan lambung dan usus, kerusakan pada ginjal, dan dapat menyebabkan kerusakan hati apabila dikonsumsi dengan dosis yang berlebihan. Sehingga semakin rasional masyarakat menggunakan obat analgesik maka semakin sedikit efek samping yang dapat timbul. Swamedikasi atau pengobatan sendiri merupakan upaya masyarakat untuk mengatasi nyeri yang terjadi terutama secara akut atau mendadak (Wardoyo et al., 2019).

Berdasarkan hasil penelitian Salma, dkk (2023) dalam jurnal efektifitas terapi murotal al qur'an terhadap intensitas nyeri pada pasien pasca operasi ortopedi, didapatkan hasil uji statistik intensitas nyeri paling sedikit diperoleh nilai $p\text{ value} = 0,575 > 0,05$, nyeri rata-rata diperoleh nilai $p\text{ value} = 0,184 > 0,05$ sehingga dapat disimpulkan terapi murotal tidak efektif pada intensitas paling sedikit dan nyeri rata-rata. Dan hasil penelitian dari Isnaani et al., (2022) dalam Salma, dkk (2023) dalam jurnal Efektifitas terapi murotal al qur'an terhadap intensitas nyeri pada pasien pasca operasi ortopedi menyatakan bahwa tidak terdapat pengaruh terapi murotal terhadap tingkat penurunan nyeri pada pasien post operasi fraktur dengan nilai signifikan sebesar 0,423 ($\text{sig} < 0,05$). Hal ini disebabkan karena selisih penurunan *posttest* dan *pretest* tidak terlalu signifikan sehingga tidak terjadi pengaruh.

Berdasarkan hasil penelitian Restiana, dkk (2015) dalam Novia Linda Rambe, (2022). Dalam pengaruh aromaterapi lavender untuk mengurangi nyeri persalinan pada 16 responden ditemukan bahwa sebelum diberikan perlakuan ibu mengalami nyeri dengan rata-rata 5,38 dan sesudah diberikan perlakuan aroma terapi menjadi 3,63 dan terjadi penurunan nyeri sebesar 1,75 maka dapat disimpulkan dari hasil aroma terapi lavender belum mampu menurunkan skala nyeri secara signifikan. Hasil penelitian yang dilakukan oleh Karlina dkk (2014) di peroleh rata-rata intensitas nyeri sebelum diberikan intervensi adalah 7,65 (nyeri berat) dan sesudah diberikan intervensi menjadi 4,65 (nyeri sedang) maka dapat disimpulkan aroma terapi

lavender untuk mengurangi nyeri pada pasien persalinan dapat menurunkan nyeri berat menjadi nyeri sedang namun belum signifikan menurunkan menjadi nyeri ringan.

Berdasarkan Hasil penelitian Ditte Ayu Suntara (2022). Dalam jurnal pengaruh teknik relaksasi distraksi terhadap nyeri pada pasien *post* operasi sc di ruang inap kebidanan Rumah Sakit Umum Daerah Embung Fatimah kota Batam. Di dapatkan hasil pasien pasca operasi di Rumah Sakit Umum Daerah kota Batam dengan sampel penelitian sebanyak 40 responden dengan 20 responden kelompok intervensi dan 20 responden kelompok kontrol, terhadap 20 responden kontrol tanpa perlakuan hanya diberikan analgesik sebesar 0,05 dari rasa nyeri sebelum intervensi sebesar 6,65 menurun menjadi 6,60 jika dibandingkan dengan 20 responden intervensi analgesik sebelumnya 7,15 menurun 5,25 artinya menurun sebesar 1,9 maka dapat disimpulkan relaksasi distraksi dapat menurunkan 1,9 tetapi skala nyeri dalam kategori nyeri sedang belum dapat menurunkan nyeri sedang menjadi nyeri ringan secara signifikan.

Adapun teknik penurunan nyeri saat post operasi selain farmakologis yaitu dengan teknik non farmakologis seperti Relaksasi *autogenik* merupakan terapi yang dapat menempatkan subjek dalam trans hipnosis. Untuk perasaan berat, nafas stabil dan detak jantung, perut rileks, dan dahi terasa bersih dan dingin, sebaiknya menggunakan resolusi dan lengan. Relaksasi *autogenik* berusaha untuk menghipnosis diri sendiri, di mana dapat mengontrol tekanan-tekanan yang datang dari luar atau dari dalam diri, caranya dengan memikirkan perasaan hangat dan berat pada anggota tubuh. Untuk membantu mengurangi stres dan ketegangan otot serta memberikan satu kemampuan untuk mengobati menurunkan nyeri, relaksasi *autogenik* adalah salah satu teknik relaksasi yang mengacu pada diri sendiri dan kebijaksanaan tubuh sendiri (Djumaati et al., 2024).

Latihan relaksasi *autogenik* dapat membantu meredakan nyeri karena latihan relaksasi *autogenik* dapat membantu mengurangi stres dan kecemasan, yang dapat mempengaruhi persepsi nyeri, beberapa penelitian menunjukkan bahwa latihan relaksasi *autogenik* dapat meningkatkan aliran darah ke area yang terkena nyeri, yang dapat membantu mengurangi nyeri. Peningkatan aliran darah ini dapat membawa lebih banyak oksigen dan nutrisi ke area yang terluka, membantu dalam proses penyembuhan, dan mengurangi peradangan, latihan relaksasi *autogenik* melibatkan fokus pada gambaran visual dan kesadaran tubuh, yang dapat membantu mengalihkan perhatian dari nyeri yang dirasakan serta latihan relaksasi *autogenik*

dapat meningkatkan produksi *endorfin*, yang dapat membantu mengurangi nyeri (Panjaitan et al., 2023).

Berdasarkan hasil Penelitian (Djunaid et al., 2023) tentang pengaruh terapi relaksasi terhadap penurunan tingkat nyeri akut pada pasien abdominal pain di Kabupaten Bone Bolango. Dengan hasil dari segi karakteristik umur dapat dijelaskan bahwa dari 10 responden yang masuk di ruang UGD RSUD Toto Kabila Kabupaten Bone Bolango didapatkan informasi rentang usia tertinggi 36-45 tahun sebanyak 4 responden prosentase 40% dan rentang usia terendah 17-25 tahun dari segi kelamin 10,0% . Didapatkan informasi sebaran tertinggi jenis kelamin laki-laki 6 responden dengan prosentase 60% dan sebaran terendah jenis kelamin perempuan 4 responden dengan prosentase 40%. Hasil penelitian ini menemukan bahwa ada pengaruh terapi relaksasi *autogenik* terhadap penurunan tingkat nyeri akut pada pasien abdominal pain dengan nilai $p\text{ value } 0,003 < \alpha 0,05$. Dengan demikian relaksasi *autogenik* pada pasien abdominal pain dapat mengatasi nyeri dan membebaskan nyeri disamping penggunaan pengobatan, selain itu kelebihan dari relaksasi *autogenik* pada pasien abdominal pain berhubungan dengan fase keempat memberi sensasi hangat pada abdomen ditahapan pelaksanaan *autogenik* yang bisa mengurangi ketegangan pada otot perut dan mengurangi skala nyeri ansietas ketegangan otot dengan harapan pasien lebih rileks setelah terapi *autogenik*.

Menurut Penelitian (Yulis Hati dkk, 2023) dalam jurnal terapi relaksasi *autogenic* untuk menurunkan nyeri *post operasi* TURP pada pasien BPH didapatkan ada 75 sampel, pengukuran skala nyeri menggunakan NRS (*Numeric Rating Skala*), dengan skala nyeri *pretest mean* 2.80 dan skala nyeri *posttest mean* 2.44 , berdasarkan hasil *uji paired sample test* didapatkan nilai $p=0,001 < \alpha=0,05$ maka H_0 ditolak artinya terdapat pengaruh terapi *autogenic* terhadap skala nyeri pasien di Rumah Sakit Sri Pamela Tebing Tinggi, skala nyeri pasien *post op* TURP BPH sebelum dilakukan terapi *autogenic* sebagian besar dengan skala nyeri 1-3 (nyeri ringan) karena terapi relaksasi *autogenic* bisa menurunkan nyeri secara signifikan pada tingkat nyeri ringan. Kelebihan dari terapi relaksasi *autogenik* pada pasien pasca operasi TURP BPH selain mengatasi nyeri akut juga meningkatkan kualitas tidur pada pasien pasca operasi karena berhubungan dengan nyeri atau bekas sayatan operasi ini menjadi salah satu faktor penyebab terbesar pasien mengalami kesulitan tidur setelah operasi.

Pada penelitian yang berjudul Pengaruh Terapi Relaksasi *Autogenic* Terhadap Penurunan Intensitas Nyeri Pada Penderita Gastritis Di Puskesmas DTP Ciranjang oleh (Ayuningsih et al.,

2024) membuktikan Metode : Penelitian ini menggunakan penelitian kuantitatif, dengan desain penelitian menggunakan quasi eksperiment dengan pendekatan *one group pre-test dan post-test repeated measure*. Dalam pemilihan sampel digunakan metode *purposivel sampling* yaitu terpilih sebanyak 16 sampel. Variabel bebas dalam penelitian ini adalah terapi relaksasi *autogenic*. Variabel terikat dalam pencarian ini adalah penurunan intensitas nyeri. Pengambilan data dalam pencarian ini dilakukan pada saat observasi sebelum dan sesudah setiap kali dilakukan intervensi. Analisis yang digunakan dalam penelitian ini menggunakan analisa *non-parametrik repeated measure* dan uji normalitas Shapiro Wilk untuk responden dengan taraf <0.001 dan uji *non-parametrik repeated measure* $P<0.05$. Hasil menunjukkan adanya pengaruh pemberian terapi relaksasi *autogenic* terhadap penurunan intensitas nyeri pada penderita gastritis di Puskesmas DTP Ciranjang. Mekanisme terjadinya nyeri pada gastritis adalah akibat dirangsang oleh perengangan (distensi) kontraksi otot dan peradangan yang dirasakan pada epigastrium, kelebihan *autogenic* dapat menghipnosis pasien yang dapat membayangkan sirkulasi darah dalam perut terasa hangat yang menjadikan rileks ini berhubungan dengan fase keempat sensasi hangat pada abdomen ditahapan pelaksanaan *autogenic* yang bisa mengurangi ketegangan otot pada perut dan mengurangi siklus nyeri ansietas ketegangan otot.

Hasil Studi pendahuluan yang dilakukan peneliti pada tanggal 22 Januari sampai dengan bulan Maret 2024 didapatkan data bahwa bulan Januari sampai bulan Maret menunjukkan ada 685 pasien yang akan dilakukan tindakan operasi, peneliti mengambil 15 sampel pasien *post* operasi saat dilakukan studi pendahuluan mengatakan menyeri berat pasca operasi, 7 pasien dengan nyeri sedang, 3 pasien dengan nyeri ringan. Nyeri ditandai dengan tekanan darah, nadi, dan respirasi naik, serta menangis dan mengerang. Hasil wawancara dengan pasien pada umumnya menyatakan nyeri bertambah berat dengan adanya tekanan atau lingkungan rawat inap yang bising mencermati uraian diatas pasien yang mengalami nyeri *post*, kondisi tersebut memerlukan penanganan atau terapi non farmakologis yang tepat berdasarkan uraian latar belakang masalah tersebut maka peneliti tertarik untuk meneliti mengenai terapi *autogenic* sebagai intervensi karena merupakan intervensi keperawatan mandiri yang praktis dan mudah dilaksanakan oleh klien *post* operasi. Peneliti memilih judul penelitian pengaruh relaksasi *autogenic* dengan penurunan nyeri pada pasien post operasi hari pertama di Rumah Sakit Mitra Siaga Tegal.

1.2 Tujuan Penelitian

1.2.1 Tujuan Umum

Untuk Mengetahui pengaruh relaksasi *autogenic* terhadap penurunan nyeri pada pasien *post* operasi hari pertama di RS Mitra Siaga Tegal

1.2.2 Tujuan Khusus

1.2.2.1 Mengidentifikasi Nyeri sebelum dilakukan terapi Relaksasi *Autogenic*

1.2.2.2 Mengidentifikasi Nyeri setelah dilakukan terapi relaksasi *Autogenic*

1.2.2.3 Mengidentifikasi pengaruh relaksasi *autogenic* dengan penurunan nyeri pada pasien *post* hari pertama operasi di RS Mitra Siaga Tegal.

1.3 Manfaat Penelitian

1.3.1 Manfaat Aplikatif

Hasil Penelitian ini diharapkan dapat memberikan *caring* perawat melalui pendekatan non farmakologis yang diberikan perawat kepada pasien terkait pengaruh relaksasi *autogenic* dengan penurunan nyeri pada pasien *post* operasi hari pertama di RS Mitra Siaga Tegal sehingga dapat dijadikan acuan dalam melakukan intervensi yang tepat pada pasien yang mengalami tingkat nyeri *post* operasi dengan mengidentifikasi terlebih dahulu tingkat nyeri agar dapat dilakukan upaya-upaya yang sesuai untuk mengurangi nyeri dengan teknik non farmakologis yang diterapkan ke pasien.

1.3.2 Manfaat Keilmuan

Hasil penelitian ini memberikan informasi agar dapat dijadikan pedoman dalam mengambil kebijakan dan mengambil keputusan serta sumber informasi dalam memperkaya wawasan ilmu pengetahuan dan bahasa kepustakaan.

1.3.3 Manfaat Metodologi

Hasil penelitian diharapkan agar memberikan manfaat sebagai pedoman berharga sekaligus pengetahuan bagi peneliti tentang pengaruh relaksasi *autogenic* dengan penurunan nyeri pada pasien *post* operasi hari pertama di RS Mitra Siaga Tegal.

