

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Pembedahan adalah kegiatan pengobatan yang menggunakan teknik invasif dengan membuka dan memperlihatkan bagian tubuh yang akan ditangani. Pembukaan bagian tubuh ini pada umumnya dilakukan dengan membuat sayatan. Setelah bagian-bagian yang akan ditangani diperlihatkan, kemudian dilakukan perbaikan yang diakhiri dengan penutupan dan penjahitan luka (Sjamsuhidayat dan Jong, 2010 dalam Hamarno et al., 2017).

Menurut *World Health Organization* (WHO) menunjukkan bahwa selama lebih dari satu abad, perawatan bedah telah menjadi bagian penting dari layanan medis di seluruh dunia. Dinilai secara konsisten setiap tahun ada 230 juta operasi yang mengalami rasa nyeri setelah prosedur medis dilakukan di seluruh dunia.

Menurut WHO tahun 2015 hampir 30 tahun tingkat persalinan sectio caesarea meningkat 10% sampai 15% dari persalinan di negara berkembang. Menurut SDKI 2012, sectio caesarea di Indonesia 912.000 dari 4.039.000 atau 22,8% dari seluruh persalinan. Provinsi Lampung tahun 2013 menurut Risesdas sekitar 4,5%. Hasil survei pendahuluan di RSUD Jend Ahmad Yani Metro terdapat 181 (47%) pasien sectio caesarea. Masalah yang kerap terjadi setelah operasi sectio caesarea adalah nyeri. Penelitian bertujuan mengidentifikasi pengaruh kombinasi teknik tarik napas dalam dan aromaterapi lemon terhadap penurunan intensitas nyeri pasien post sectio caesarea. Penelitian dilakukan mulai Maret-Mei 2020 (Febrianty & Anita, 2021).

Fenomena yang sering terjadi pada saat pasca pembedahan (pasca operasi) sebagian besar pasien merasakan nyeri, penderita mempunyai pengalaman yang kurang menyenangkan akibat pengelolaan nyeri yang tidak adekuat. Hal tersebut merupakan stressor bagi pasien dan akan menambah kecemasan serta

ketegangan yang juga berarti menambah rasa nyeri karena rasa nyeri menjadi pusat perhatiannya. Bila pasien mengeluh nyeri maka hanya satu yang mereka inginkan yaitu mengurangi rasa nyeri. (Berkanis et al., 2020).

Nyeri adalah peristiwa yang tidak menyenangkan pada seseorang dan dapat menimbulkan rasa sakit (Rusminah et al., 2019 dalam Widiанти, 2022). Penatalaksanaan nyeri meliputi terapi farmakologis dan nonfarmakologis. Terapi farmakologis meliputi pemberian obat analgetik. Terapi non farmakologis manajemen nyeri non farmakologis, diantaranya adalah berupa penggunaan teknik distraksi teknik relaksasi, hypnosis, *Transcutaneous Electrical Nerve Stimulation* (TENS), pemijatan, tusuk jarum, aroma terapi, serta kompres hangat dan dingin (Sastra et al., 2018 dalam Widiанти, 2022).

Nyeri setelah pembedahan merupakan hal yang fisiologis, tetapi hal ini menjadi salah satu keluhan yang paling ditakuti oleh klien setelah pembedahan. Sensasi nyeri mulai terasa sebelum kesadaran klien kembali penuh, dan semakin meningkat seiring dengan berkurangnya efektivitas anestesi. Adapun bentuk nyeri yang dialami oleh klien pasca pembedahan adalah nyeri akut (Perry & Potter, 2006 dalam Rosselini, 2022).

Penanganan nyeri dengan melakukan metode teknik relaksasi adalah tindakan keperawatan yang dilakukan untuk mengurangi nyeri dan ketegangan. Beberapa penelitian telah menunjukkan bahwa relaksasi nafas dalam sangat membantu dalam menurunkan rasa nyeri pasca operasi (Aini & Reskita, 2018 Widiанти, 2020).

Metode penatalaksanaan nyeri mencakup pendekatan farmakologis dan non farmakologis. Pendekatan farmakologis yang biasanya digunakan adalah analgetik golongan narkotika untuk nyeri hebat dan golongan obat-obatan non steroid untuk nyeri sedang dan ringan. Untuk mengurangi rasa nyeri pada pasien pasca bedah perawat harus mengajarkan cara meredakan rasa nyeri dengan teknik relaksasi nafas dalam. (Rusmayanti, 2009 dalam Setiarini, 2018).

Teknik relaksasi dapat mengurangi rasa nyeri dengan merilekskan ketegangan otot yang mendukung rasa nyeri. Teknik relaksasi itu terdiri dari nafas abdomen dengan frekuensi lambat, berirama. Pasien dapat memejamkan

matanya dan menarik nafas dengan perlahan dengan nyaman (Aini & Reskita, 2018 dalam Widianti, 2020).

Menurut Dr. Alan Huck (Neurology Psikiater dan Direktur Pusat Penelitian Bau dan Rasa), aroma berpengaruh langsung terhadap otak manusia. Hidung dapat mengenali lebih dari 100.000 bau berbeda yang sangat mempengaruhi pikiran yang berhubungan dengan pola pikir, perasaan, ingatan, dan pembelajaran. Dengan menghirup aroma lavender maka akan meningkatkan gelombang alfa di dalam otak dan gelombang inilah yang membantu kita untuk merasa rileks (Siti Safaah, Iwan Purnawan, 2019).

Sharma (2009), mengatakan bahwa bau berefektivitas secara langsung terhadap otak seperti obat analgetik. Minyak lavender menjadi salah satu aromaterapi yang banyak digunakan, dengan cara dihirup atau inhalasi.

Salah satu aromaterapi yang sering di gunakan untuk mengurangi nyeri yaitu aromaterapi lavender. Lavender merupakan tumbuhan berbunga dalam suku lamiaceae yang memiliki 25-30 spesies. Lavender berasal dari wilayah selatan laut tengah Afrika tropis dan ke timur sampai india lavender tumbuh baik di ketinggian 600- 1350 mdpl dimana semakin tinggi tempat tumbuhnya, semakin baik kualitas minyak yang dihasilkan (Nuraini, 2014 dalam (Pambudi & Supriyanti, 2017).

Aromaterapi lavender dapat mengurangi tingkat nyeri. Hal ini terlihat pada saat penelitian saat menghirup aromaterapi lavender selama 5 menit, responden mengatakan bahwa rasa nyerinya berkurang dan terasa lebih rileks. Hal ini didukung oleh penelitian dari Sari, Hendra & Dewi (2015) yang menyatakan bahwa aromaterapi lavender yang dihirup oleh responden bekerja pada kinerja gelombang otak yang dapat mempengaruhi suasana hati serta fikiran menjadi tenang dan rileks sehingga indra penciuman yang kemudian mengirimkan pesan-pesan tersebut kepada otak kemudian menimbulkan efek relaksasi yang positif yang dapat mengurangi rasa nyeri.

Aromaterapi lavender adalah suatu cara perawatan tubuh atau penyembuhan penyakit dengan menggunakan minyak esensial (essential oil). Aromaterapi lavender bekerja dengan mempengaruhi tidak hanya fisik tetapi juga tingkat emosi. Manfaat pemberian aromatherapi lavender bagi seseorang

adalah dapat menurunkan kecemasan, nyeri sendi, tekanan darah tinggi, frekuensi jantung, laju metabolik, dan mengatasi gangguan tidur (insomnia), stress dan meningkatkan produksi hormon melatonin dan serotonin (Ni Wayan S, 2014 dalam Kusyati et al., 2018).

Berdasarkan uraian diatas peneliti tertarik untuk melakukan penelitian tentang Pengaruh Teknik Relaksasi Nafas Dalam Dengan Aromaterapi Lavender Terhadap Penurunan Tingkat Nyeri pada Pasien Post Operasi di RSUD Jenderal Ahmad Yani Kota Metro.

B. Rumusan Masalah

Berdasarkan uraian dalam latar belakang masalah di atas, maka dapat di rumuskan masalah penelitian sebagai berikut “Apakah ada Pengaruh Teknik Relaksasi Nafas Dalam dan Aromaterapi Lavender Terhadap Penurunan Tingkat Nyeri pada Pasien Post Operasi di RSUD Jenderal Ahmad Yani Kota Metro?

C. Tujuan Penelitian

1. Tujuan Umum

Untuk mengetahui Pengaruh Teknik Relaksasi Nafas Dalam dan Aromaterapi Lavender Terhadap Penurunan Tingkat Nyeri pada Pasien Post Operasi di RSUD Jenderal Ahmad Yani Kota Metro?”

2. Tujuan Khusus

- a. Diketahui distribusi frekuensi karakteristik responden yang meliputi : umur, jenis kelamin, jenis operasi pada pasien post operasi.
- b. Diketahui perbedaaan rata-rata tingkat nyeri pada pasien post operasi sebelum dan sesudah di berikan teknik relaksasi nafas dalam dan aromaterapi lavender terhadap tingkat nyeri pada kelompok intervensi.
- c. Diketahui perbedaan rata-rata tingkat nyeri pada kelompok kontrol yang tidak diberikan tindakan teknik relaksasi nafas dalam dan aroma terapi lavender pada kelompok kontrol.

- d. Diketahui pengaruh intervensi teknik relaksasi nafas dalam dan aromaterapi lavender terhadap tingkat nyeri pada kelompok intervensi dan kontrol.

D. Manfaat Penelitian

1. Manfaat Teoritis

Membuktikan teori bahwa teknik relaksasi nafas dalam dan aromaterapi lavender berpengaruh terhadap intensitas nyeri, serta diharapkan penelitian ini dapat menambah referensi dalam melakukan pengembangan intervensi lainnya yang dapat mengatasi masalah intensitas nyeri pada pasien post operasi.

2. Manfaat Aplikatif

Manfaat aplikatif dalam penelitian ini adalah mampu memberikan masukan perencanaan dan pengembangan pelayanan kesehatan pada pasien dalam ragam tindakan keperawatan, khususnya dalam penurunan intensitas nyeri mampu memberikan alternatif penanganan nyeri pada pasien post operasi, dan menggunakan nonfarmakologi yaitu kombinasi teknik relaksasi nafas dalam dan aromaterapi lavender.

E. Ruang Lingkup Masalah

Ruang lingkup dari penelitian ini adalah melakukan pemberian tindakan teknik relaksasi nafas dalam dan aromaterapi lavender terhadap penurunan tingkat nyeri pada pasien post operasi. Penelitian ini dilakukan pada tanggal 14 Juni-14 Juli 2022 dan dilakukan dengan memberikan perlakuan kepada kelompok eksperimen dan menyediakan kelompok kontrol sebagai pembanding. Sampel yang digunakan ialah pasien post operasi. Peneliti mengambil teknik *accidental sampling*, setiap kelompoknya minimal ada 16 sampel. Subyek dalam penelitian ini adalah pasien post operasi. Adapun tempat penelitian dilaksanakan di RSUD Jenderal Ahmad Yani Kota Metro Provinsi Lampung Tahun 2022.