

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Appendicitis atau infeksi yang disebabkan oleh bakteri dengan pemicu utamanya penyumbatan lumen usus buntu, ditandai dengan peradangan *appendix veriformis*, sebuah struktur kecil yang terletak di belakang sekum, dekat usus besar dan usus kecil, dengan gejala yang paling sering muncul yaitu nyeri perut yang kanan bawah lebih dari 2 minggu atau terjadi menahun, penanganan *appendicitis* umumnya dilakukan melalui prosedur pembedahan yang disebut dengan *appendektomi* (Pratama, 2022).

Menurut badan kesehatan dunia *World Health Organization* (WHO) Insiden *apendisitis* di dunia tahun 2021 mencapai 300.000 kasus. Insiden, puncak terjadi pada kelompok usia 15-19 tahun. 7% populasi di Amerika Serikat menderita *apendisitis* dengan prevalensi 1,1 kasus tiap 1.000 orang pertahun dan lebih dari 250.000 kasus dilakukan *appendektomi* setiap tahunnya. Indonesia menempati urutan pertama diantara Negara Asia Tenggara dengan prevalensi 0.05% selanjutnya diikuti oleh Filipina sebesar 0.022% dan Vietnam sebesar 0.02% (Wijaya et al., 2020).

Provinsi Lampung tahun 2018 mencatat terdapat 960 kasus penderita *apendisitis* di Provinsi Lampung (Riskesdas,2018). Berdasarkan hasil prasurevey di RS Bhayangkara Ruwa Jurai Lampung terdapat sebanyak 43 kasus *apendisitis* pada tahun 2024, dan tahun 2025 di dapatkan kasus *appendektomi* sebanyak 17 kasus pada bulan Januari – Maret 2025.

Appendektomi merupakan prosedur pengangkatan *apendiks* yang mengalami infeksi, pasien umumnya mengalami berbagai tingkat nyeri serta gangguan sistem pencernaan setelah menjalani pembedahan (Moris, Paulson, & Pappas, 2021). Nyeri *post* operasi yang sering terjadi, umumnya dirasakan pada area abdomen (Harefa, Syafrinanda, & Olivia, 2023). Rasa nyeri tersebut dapat menyebabkan pasien *post* *appendektomi* mengalami kesulitan tidur karena ketidakmampuan dalam mengendalikan nyeri (Nababan et al., 2019).

Secara umum, pasien akan mengalami nyeri yang hebat pada dua jam pertama setelah tindakan pembedahan akibat mulai hilangnya efek anestesi (Fatkan, et al, 2018). Pada pasien yang menjalani pembedahan dengan anestesi umum, intensitas nyeri biasanya mulai dirasakan antara 2 hingga 6 jam *post* operasi. Sementara itu, pada pasien dengan anestesi spinal, keluhan nyeri umumnya muncul dalam rentang waktu 12 hingga 24 jam setelah pembedahan (Animba & Da Cunha, 2024).

Luka *post* operasi akan merangsang nyeri yang disebabkan jaringan luka yang mengeluarkan prostaglandin dan leukotriens yang merangsang susunan saraf pusat serta adanya plasma darah yang akan mengeluarkan bradikinin yang merangsang susunan saraf pusat, kemudian diteruskan ke spinal *cord* untuk mengeluarkan impuls nyeri, nyeri akan menimbulkan masalah fisik maupun psikologis. Pasien *post* operasi sering mengalami nyeri akibat diskontinuitas jaringan atau luka operasi akibat insisi pembedahan serta akibat posisi yang dipertahankan selama prosedur *post* operasi sendiri (Sulistiawan et.al, 2017 dalam Nurochmad 2023).

Nyeri memiliki Tanda dan gejala nyeri mayor yang biasa ditemukan adalah meringis, bersikap protektif, gelisah, frekuensi nadi meningkat, sulit tidur (SDKI, 2018). Respon terhadap nyeri setiap orang berbeda-beda, tergantung dari berat ringannya nyeri yang dialami serta dipengaruhi oleh berbagai faktor seperti usia, jenis kelamin, budaya, kebiasaan dan lain sebagainya. Faktor tersebut harus menjadi bahan pertimbangan perawat dalam melakukan penatalaksanaan terhadap penurunan skala nyeri khususnya pada pasien *post* appendiktomi (Andarmoyo 2020).

Terdapat dua tipe intervensi keperawatan dalam penatalaksanaan terhadap nyeri yaitu dengan pendekatan farmakologis dan non farmakologi. Pendekatan farmakologi yaitu pendekatan kombinasi yang dilakukan oleh perawat bersama dengan dokter dalam pemberian obat mampu untuk menghilangkan sensasi rasa nyeri (Dewi Nurhanifah, 2022). Sedangkan non farmakologi yaitu pendekatan yang dilakukan perawat untuk menghilangkan rasa nyeri dengan menggunakan teknik manajemen nyeri yang meliputi stimulasi saraf elektrik

transkutan, hipnosis, distraksi, akupresur, terapi musik, aromaterapi, teknik imajinasi terbimbing (guided imagery), kompres hangat atau dingin, *hold finger relaxation* (relaksasi genggam jari) dan *slow deep breathing* (napas dalam perlahan) (SIKI, 2018).

Teknik relaksasi adalah latihan terapi yang dirancang untuk membantu individu mengurangi ketegangan dan kecemasan, secara fisik dan psikologis (Norelli, Long, & Krepps, 2023). Teknik relaksasi mencakup serangkaian strategi untuk meningkatkan perasaan tenang dan mengurangi perasaan stres. Perasaan stres dapat mencakup respons fisiologis seperti peningkatan denyut jantung, sesak napas, dan ketegangan otot, bersama dengan pengalaman emosional subjektif; dan teknik relaksasi dapat membantu mengurangi gejala-gejala ini (Volpato, Banfi, Nicolini, & Pagnini, 2018).

Teknik *hold finger relaxation* (relaksasi genggam jari) merupakan bentuk relaksasi sederhana yang dapat dilakukan oleh siapa saja, dengan fokus pada stimulasi jari tangan dan optimalisasi aliran energi tubuh (Aswad, 2020). Mekanisme kerjanya melibatkan pengenggaman jari yang disertai teknik pernapasan dalam untuk menyalurkan energi baru melalui titik-titik meridian. Energi tersebut kemudian merangsang otak dan dialirkan ke organ-organ tubuh yang mengalami hambatan energi, sehingga membantu memperlancar aliran energi dan menimbulkan efek relaksasi serta ketenangan. (Kiptiah et al, 2024). Penelitian Rosiska (2021) tentang pengaruh pemberian relaksasi genggam jari terhadap penurunan nyeri pada pasien *post* operasi appendicitis di ruang bedah Rumah Sakit Umum Mayjen H.A Thalip Kerinci, menunjukkan hasil yang positif. Pada hari kedua *post* operasi, terdapat penurunan nyeri yang signifikan pada pasien yang diterapkan teknik relaksasi genggam jari. Sebelumnya, sebagian besar pasien mengalami nyeri menurun dari sedang 6 menjadi ringan 2 dengan nilai p value sebesar 0,011(<0,05), dimana menunjukkan signifikan.

Slow Deep Breathing merupakan teknik relaksasi yang melatih pasien untuk melakukan inspirasi dalam secara maksimal, menahan napas sejenak, dan menghembuskannya secara perlahan. Teknik ini berfungsi tidak hanya untuk menurunkan intensitas nyeri, tetapi juga untuk meningkatkan ventilasi

paru-paru serta oksigenasi darah (Obar & Sopyan, 2022). Secara fisiologis, *Slow Deep Breathing* merangsang sistem saraf parasimpatis dengan menekan aktivitas saraf simpatis, sehingga memperlambat metabolisme tubuh, meningkatkan produksi endorfin, memperbaiki ekspansi paru, serta merilekskan otot-otot. Mekanisme ini secara keseluruhan mendukung peningkatan oksigenasi dan secara signifikan berkontribusi terhadap penurunan persepsi nyeri pada pasien (Jannah, Sucipto, & Laksono, 2024). Penelitian Sudirman dkk tahun 2023 tentang efektifitas teknik relaksasi nafas dalam terhadap penurunan skala nyeri pada pasien *post* operasi appendiktomi di RSUD Otahana Kota Gorontalo tahun 2023, hasilnya menunjukkan penurunan rata rata skala nyeri dari yang sebelumnya 6,50 menjadi 5,10 setelah relaksasi diberikan. Nilai signifikansi sebesar $0,000 < 0,05$, yang berarti bahwa relaksasi nafas dalam efektif untuk mengurangi nyeri pada pasien *post* operasi appendiktomi.

Hold finger relaxation dan *slow deep breathing* merupakan metode sederhana yang efektif untuk mengurangi rasa nyeri dapat menghangatkan titik titik keluar masuknya energi pada tubuh sehingga memberikan rangsangan reflek secara spontan pada pasien yang mengalami nyeri akut. Rileks sempurna yang dapat mengurangi ketegangan otot, rasa jenuh, kecemasan, sehingga mencegah menghebatnya stimulasi nyeri. Penelitian asuhan keperawatan yang telah dilakukan oleh (Kharisma, 2022) pada 3 pasien di RSUP Dr. Kariadi Semarang yaitu Ny. R memiliki skala nyeri 5 (nyeri sedang) menjadi skala nyeri 2 (nyeri ringan), Ny. I memiliki skala nyeri 6 (nyeri sedang) menjadi skala nyeri 3 (nyeri ringan), dan Ny. M memiliki skala nyeri 5 (nyeri sedang) menjadi skala nyeri 3 (nyeri ringan) dengan masalah keperawatan yang terjadi pada ketiga pasien adalah nyeri akut berhubungan dengan agen pencedera fisik (prosedur operasi), bahwa setelah dilakukan intervensi kombinasi teknik relaksasi nafas dalam dan genggam jari selama ± 10 menit sebanyak 3 kali masalah keperawatan teratasi. Hal ini membuktikan bahwa latihan kombinasi teknik relaksasi nafas dalam dan genggam jari dapat menurunkan intensitas nyeri pada pasien *post* operasi appendiktomi.

Mengingat pentingnya pengelolaan nyeri secara optimal pada pasien *postoperasi*, khususnya melalui pendekatan nonfarmakologis yang efektif dan minim efek samping, penulis merasa perlu untuk mengangkat topik mengenai kombinasi teknik *Hold Finger Relaxation* dan *Slow Deep Breathing* sebagai intervensi terapi.

B. Rumusan Masalah

Berdasarkan latar belakang yang telah diuraikan, maka rumusan masalah dalam penelitian ini yaitu, “Bagaimana tingkat nyeri pada pasien *post operasi* appendektomi sebelum dan sesudah diberikan intervensi terapi kombinasi *Hold Finger Relaxation* dan *Slow Deep Breathing* di Rumah Sakit Bhayangkara Ruwa Jurai Lampung?”

C. Tujuan

1. Tujuan Umum

Menganalisis tingkat nyeri pasien *post operasi* appendiktomi dengan intervensi terapi kombinasi *Hold Finger Relaxation* dan *Slow Deep Breathing* di Rumah Sakit Bhayangkara Ruwa Jurai Lampung.

2. Tujuan Khusus

- a. Menganalisis tingkat nyeri pada pasien *post operasi* appendiktomi.
- b. Menganalisis faktor yang mempengaruhi nyeri pada pasien *post operasi* appendiktomi.
- c. Menganalisis intervensi terapi kombinasi *Hold Finger Relaxation* dan *Slow Deep Breathing* terhadap penurunan tingkat nyeri pada pasien *post operasi* appendiktomi.

D. Manfaat

1. Manfaat Teoritis

Karya ilmiah ini dapat memberikan kontribusi sebagai referensi dasar dalam penelitian, khususnya di bidang keperawatan, terkait dengan asuhan keperawatan perioperatif. Fokusnya adalah pada analisis tingkat nyeri pada pasien *post operasi* appendektomi dengan intervensi terapi kombinasi *Hold Finger Relaxation* dan *Slow Deep Breathing* di Rumah Sakit Bhayangkara

Ruwa Jurai Lampung pada tahun 2025, yang dapat dijadikan dasar untuk penelitian lebih lanjut.

2. Manfaat Praktik

a. Bagi Perawat

Karya ilmiah ini diharapkan dapat menambah pengetahuan dan wawasan perawat, serta memberikan dasar yang kuat untuk penerapan ilmu keperawatan, terutama dalam konteks keperawatan perioperatif.

b. Bagi Rumah Sakit

Hasil dari karya ilmiah ini diharapkan dapat berfungsi sebagai bahan edukasi untuk mengelola pasien post operasi appendektomi dengan menggunakan intervensi terapi kombinasi Hold Finger Relaxation dan Slow Deep Breathing di Rumah Sakit Bhayangkara Ruwa Jurai Lampung pada tahun 2025.

c. Bagi pasien

Hasil dari karya ilmiah ini diharapkan setelah melakukan intervensi teknik kombinasi *Slow Deep Breathing* dan *hold finger relaxation* yang dilakukan selama tiga hari perawatan di rumah sakit, terjadi penurunan intensitas nyeri *post* operasi appendektomi.

d. Bagi Institusi Pendidikan

Karya ilmiah ini diharapkan dapat menjadi acuan bagi institusi pendidikan, terutama dalam meningkatkan pemahaman mahasiswa Profesi Ners dan riset keperawatan terkait analisis tingkat nyeri pada pasien *post* operasi appendektomi di Rumah Sakit Bhayangkara Ruwa Jurai Lampung pada tahun 2025.