

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Pembedahan atau operasi merupakan tindakan medis invasif yang dilakukan untuk mendiagnosis atau mengatasi berbagai kondisi kesehatan, termasuk penyakit, cedera, dan kecacatan. Menurut WHO (2020) dalam Ramadhan dkk. (2023), 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 2020 ada 234 juta jiwa klien di semua rumah sakit di dunia. Tindakan operasi di Indonesia tahun 2020 mencapai hingga 1,2 juta jiwa. Berdasarkan data Kemenkes RI (2021) dalam Ramadhan dkk. (2023), tindakan operasi menempati urutan posisi ke-11 dari 50 penanganan penyakit yang ada di Indonesia, 32% diantaranya tindakan pembedahan elektif salah satunya laparotomi. Laparotomi adalah prosedur bedah yang melibatkan sayatan besar pada dinding abdomen untuk memberikan akses langsung ke rongga perut dan organ-organ di dalamnya (Rajaretnam et al., 2023). Menurut data *World Health Organization* (2023), pasien laparotomi di dunia meningkat setiap tahunnya sebesar 15%. Pada tahun 2020, terdapat 80 juta pasien operasi laparotomi diseluruh rumah sakit di dunia. Pada tahun 2021 jumlah pasien *post* laparotomi meningkat menjadi 98 juta pasien (Ekawati, 2023).

Proses pembedahan terbagi menjadi tiga tahapan krusial yaitu fase pre-operasi yang meliputi persiapan pasien, fase intra-operasi saat tindakan pembedahan berlangsung, dan fase pasca operasi yang merupakan periode pemulihan setelah operasi selesai. Tahap pasca operasi dimulai sejak pasien dipindahkan ke unit perawatan pasca-anestesi (PACU) atau ruang pemulihan dan berlanjut hingga kondisi pasien stabil dan mampu beradaptasi kembali dengan fungsi fisiologisnya (Smeltzer et al., 2020). Periode ini menjadi fokus penting dalam asuhan keperawatan karena berbagai masalah kesehatan potensial dapat muncul, salah satunya adalah nyeri.

Nyeri pasca operasi termasuk laparotomi merupakan keluhan utama dan seringkali menjadi pengalaman yang tidak menyenangkan bagi pasien setelah menjalani tindakan pembedahan. *International Association for the Study of Pain* (IASP) mendefinisikan nyeri sebagai "pengalaman sensorik dan emosional yang tidak menyenangkan yang berhubungan dengan, atau menyerupai, kerusakan jaringan aktual atau potensial" (IASP, 2020). Nyeri pasca operasi dapat diklasifikasikan berdasarkan durasinya menjadi nyeri akut, yang umumnya berlangsung kurang dari tiga bulan dan merupakan respons fisiologis terhadap trauma bedah, serta nyeri kronis, yang dapat menetap lebih dari tiga bulan dan berpotensi mengganggu kualitas hidup pasien secara berkelanjutan. Sebuah studi di Bugando Medical Centre, Tanzania (2024), yang memberikan gambaran konteks global di negara berkembang, mencatat prevalensi nyeri sedang hingga berat setelah laparotomi yang sangat tinggi, yaitu 97.7% pada 12 jam pertama, menurun secara bertahap hingga 21.8% pada 72 jam pasca operasi (Oyediran et al., 2025).

Nyeri pasca operasi laparotomi, memiliki dampak signifikan terhadap komplikasi pasien dan biaya perawatan kesehatan. Secara umum, manajemen nyeri yang buruk memicu respons stres fisiologis yang dapat memperburuk disfungsi kardiovaskular dan pernapasan, mengganggu motilitas gastrointestinal dan fungsi urinaria, serta berdampak negatif pada imunitas, dan penyembuhan luka (Oyediran et al., 2025). Nyeri hebat juga menghambat mobilisasi dini, meningkatkan risiko tromboemboli, dan memperpanjang rawatan di rumah sakit. Tarif rawat inap di bangsal umum sendiri berkisar Rp 115.000 – Rp515.000/harinya (Keputusan Direktur Utama Rumah Sakit Umum Pusat dr. Soeradji Tirtonegoro nomor: HK.02.03/III.3.1/12637/2023 Tentang Tarif Pelayanan Rumah Sakit Umum Pusat dr. Soeradji Tirtonegoro). Tarif tersebut adalah tarif akomodasi atau biaya kamar rawat inap per hari. Biaya tindakan bedah, obat-obatan, pemeriksaan penunjang, dan konsultasi dokter akan dikenakan biaya tambahan di luar tarif kamar. Oleh karena hal tersebut, manajemen nyeri yang buruk memperpanjang rawat inap dan meningkatkan risiko komplikasi seperti infeksi dan masalah kardiovaskular, yang semuanya berkontribusi pada peningkatan biaya pengobatan (Helden et al., 2024). Dengan

demikian, manajemen nyeri yang efektif pada fase pasca operasi sangat penting tidak hanya untuk meningkatkan kenyamanan pasien tetapi juga untuk mempercepat mobilisasi, mengurangi risiko komplikasi, mencegah perkembangan nyeri akut menjadi kronis, serta mempersingkat lama rawat (Susilo & Sukmono, 2022).

Pengelolaan nyeri pasca operasi memerlukan pendekatan multimodal yang komprehensif, menggabungkan intervensi farmakologis dan non-farmakologis. Terapi farmakologis umumnya melibatkan penggunaan analgesik seperti opioid, *non-steroidal anti-inflammatory drugs* (NSAIDs), dan agen adjuvan lainnya, yang dipilih berdasarkan intensitas nyeri dan kondisi klinis pasien. Namun, seiring dengan meningkatnya kesadaran akan potensi efek samping obat-obatan, terapi non-farmakologis semakin diakui sebagai modalitas penting dalam manajemen nyeri pasca operasi. Intervensi non-farmakologis menawarkan pendekatan yang lebih holistik, berfokus pada peningkatan kenyamanan pasien melalui teknik fisik dan psikologis, serta memberdayakan pasien untuk berpartisipasi aktif dalam mengurangi rasa nyerinya (Potter et al., 2020). Terapi non farmakologi merupakan intervensi keperawatan secara mandiri untuk mengurangi rasa nyeri. Terapi non farmakologi yang sering dipakai dan efektif untuk nyeri pasca operasi meliputi distraksi (pengalihan perhatian), teknik relaksasi (pernapasan dalam, relaksasi otot), terapi musik, dan masase (Butcher et al., dalam Prihanto & Caecilia, 2020).

Dari berbagai jenis tindakan non farmakologi tersebut salah satu terapi yang dapat dilakukan untuk mengurangi nyeri adalah teknik relaksasi otot progresif. Teknik relaksasi otot progresif (TRO Progresif) yaitu terapi yang digunakan untuk menurunkan ketegangan otot seseorang. Prinsip dari terapi ini adalah melakukan latihan penegangan otot setelah dilakukan relaksasi otot. Sebuah studi *quasi-eksperimental* pada pasien pasca operasi abdominal menemukan bahwa TRO Progresif secara signifikan menurunkan tingkat keparahan nyeri dibandingkan dengan kelompok kontrol. Bahkan, nyeri parah tidak ditemukan pada kelompok TRO Progresif, sementara 42.5% kelompok kontrol mengalami nyeri parah (Elsayed Rady & Abd El-Monem El-Deeb,

2020). Studi lain juga menunjukkan penurunan signifikan pada skala nyeri visual analog (VAS) setelah intervensi TRO Progresif pada pasien pasca operasi ginjal terbuka (Kısaarslan & Aksoy, 2020). Relaksasi otot progresif sebagai terapi non farmakologi untuk nyeri pasca operasi memiliki sejumlah keunggulan yaitu, non-invasif dan aman karena tidak menimbulkan efek samping sistemik seperti obat-obatan, mudah dipelajari dan dilakukan sehingga pasien dapat melakukannya sendiri di tempat tidur atau di rumah, biaya rendah, dapat mengurangi kecemasan dan meningkatkan kualitas tidur selain mengurangi nyeri, serta memberdayakan pasien (Kısaarslan & Aksoy, 2020; Nunez, 2020; Uysal et al., 2023). Meskipun bermanfaat, TRO Progresif memerlukan partisipasi aktif dan kemauan pasien untuk berlatih secara teratur agar efektif. Teknik ini mungkin kurang memberikan peredaan yang adekuat untuk nyeri akut yang sangat parah dan seringkali perlu dikombinasikan dengan analgesik. Efektivitas TRO Progresif juga dapat bervariasi antar individu, dan manfaat maksimalnya memerlukan waktu dan latihan yang konsisten (Nunez, 2020; Uysal et al., 2023)

Beberapa penelitian terbaru menunjukkan bahwa penerapan TRO Progresif secara rutin pada pasien pasca operasi dapat secara signifikan mengurangi intensitas nyeri, menurunkan kebutuhan akan analgesik, serta meningkatkan kualitas tidur dan mengurangi kecemasan (Ahmed et al., 2021; Amini et al., 2024). Berdasarkan bukti dari penelitian Loh et al. (2022) dan Sulistyanto (2023), didapatkan hasil bahwa TRO Progresif secara efektif mampu mengurangi nyeri pasca operasi abdominal, serta gejala lain yang mengganggu seperti gangguan tidur, kelelahan, sesak otot, kecemasan, dan depresi pada berbagai jenis pembedahan, termasuk kanker kepala dan leher serta laparatomi BPH. Dengan demikian, TRO Progresif menjadi pilihan intervensi yang aman, mudah diajarkan, dan dapat dilakukan secara mandiri oleh pasien sebagai bagian dari strategi manajemen nyeri pasca operasi yang komprehensif.

B. Tujuan

1. Tujuan Umum

Diketuinya penerapan terapi relaksasi otot progresif untuk mengurangi

nyeri dalam asuhan keperawatan pemenuhan rasa aman nyaman nyeri pada pasien pasca operasi laparotomi di Ruang Melati 3 RSUP Dr. Soeradji Tirtonegoro Klaten.

2. Tujuan Khusus

- a. Diketuainya asuhan keperawatan meliputi pengkajian, penegakan diagnosis, perencanaan keperawatan, implementasi, dan evaluasi dalam pemenuhan kebutuhan rasa aman nyaman untuk menurunkan nyeri dengan relaksasi otot progresif pada pasien pasca operasi laparotomi di Ruang Melati 3 RSUP Dr. Soeradji Tirtonegoro Klaten.
- b. Diketuainya dampak penerapan relaksasi otot progresif terhadap penurunan nyeri pada dua kasus kelolaan pasca operasi laparotomi di Ruang Melati 3 RSUP Dr. Soeradji Tirtonegoro Klaten.
- c. Diketuainya faktor pendukung dan penghambat pada pelaksanaan penerapan relaksasi otot progresif pada pasien pasca operasi di Ruang Melati 3 RSUP Dr. Soeradji Tirtonegoro Klaten.

C. Manfaat

1. Manfaat Teoritis

Laporan ini dapat dijadikan sebagai bahan referensi dan evaluasi dalam pengembangan ilmu keperawatan medikal bedah khususnya mengenai penerapan terapi relaksasi otot progresif dalam pemenuhan kebutuhan rasa aman nyaman nyeri pada pasien pasca operasi laparotomi.

2. Manfaat Praktis

a. Penulis

Memberikan pengalaman nyata dan informasi bagi penulis untuk menerapkan relaksasi otot progresif dalam pemenuhan kebutuhan rasa aman nyaman nyeri pada pasien pasca operasi laparotomi.

b. Pasien dan Keluarga

Menerapkan relaksasi otot progresif untuk mengurangi nyeri pada pasien pasca operasi laparotomi.

c. Perawat

Memberikan informasi penerapan relaksasi otot progresif dalam pemenuhan kebutuhan rasa aman nyaman nyeri pada pasien pasca

operasi laparotomi.

- d. Prodi Pendidikan Profesi Ners Poltekkes Kemenkes Yogyakarta
Menjadi referensi mengenai penerapan relaksasi otot progresif dalam pemenuhan kebutuhan rasa aman nyaman nyeri pada pasien pasca operasi laparotomi.

D. Ruang Lingkup

KIAN ini merupakan laporan dari penerapan relaksasi otot progresif pada dua kasus kelolaan dengan pemenuhan kebutuhan rasa aman nyaman nyeri pada pasien kondisi pasca operasi laparotomi, yaitu termasuk bagian dari Keperawatan Medikal Bedah (KMB).