

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Kanker merupakan salah satu penyebab utama peningkatan angka kesakitan dan kematian di seluruh dunia, termasuk di Indonesia. Salah satu jenis kanker dengan angka kejadian dan mortalitas yang tinggi adalah kanker kolorektal. Berdasarkan data estimasi kanker global, kanker kolon dan kolorektal termasuk dalam jenis kanker yang paling sering terjadi di berbagai negara. Pada tahun 2020, diperkirakan terdapat lebih dari 1,9 juta kasus baru kanker kolorektal di seluruh dunia dengan angka kematian mencapai lebih dari 930.000 kasus. Kondisi tersebut menjadikan kanker kolorektal sebagai salah satu permasalahan kesehatan yang masih menjadi perhatian besar bagi sektor pelayanan kesehatan. Di Indonesia, angka kejadian kanker kolorektal juga menunjukkan peningkatan setiap tahunnya. Berdasarkan data Globocan (2024), terdapat sekitar 408.661 kasus kanker baru di Indonesia pada tahun 2022, dengan kanker kolorektal menempati peringkat ke-4 sebagai jenis kanker yang paling umum dengan jumlah 35.676 kasus baru atau sekitar 8,7% dari seluruh kasus kanker.

Permasalahan kanker kolorektal juga menjadi tantangan dalam pelayanan kesehatan tingkat daerah. Sebagai salah satu rumah sakit rujukan daerah, RSUD Kabupaten Temanggung memberikan pelayanan pada pasien dengan berbagai kasus keganasan, termasuk pasien kanker kolorektal. Berdasarkan hasil studi dokumen, kanker kolorektal

merupakan jenis kanker terbanyak yang ditemukan dengan jumlah 34 kasus dari 43 penderita kanker yang dirawat. Kondisi tersebut menunjukkan bahwa kanker kolorektal menjadi salah satu kasus yang membutuhkan perhatian dalam pemberian pelayanan kesehatan, termasuk penerapan intervensi keperawatan yang tepat untuk meningkatkan kenyamanan pasien (RSUD Temanggung, 2024). Data epidemiologi di Indonesia juga menunjukkan bahwa kanker kolorektal masih menjadi tantangan besar karena tingginya jumlah kasus maupun angka kematian yang ditimbulkan (Lukman *et al.*, 2024). Studi klinikopatologis lokal menunjukkan bahwa karakteristik dan pola penyebaran kanker kolorektal memiliki kesesuaian dengan tren nasional (Supono *et al.*, 2023).

Carcinoma colon terjadi akibat pertumbuhan sel abnormal pada jaringan kolon yang dapat menyebabkan berbagai manifestasi klinis, seperti perubahan pola buang air besar, penurunan berat badan, gangguan nutrisi, serta nyeri. Nyeri merupakan salah satu keluhan utama yang sering dialami pasien kanker dan dapat memberikan pengaruh besar terhadap kondisi fisik, psikologis, sosial, serta kualitas hidup pasien (Rahman *et al.*, 2022). Pada pasien *carcinoma colon*, nyeri dapat disebabkan oleh berbagai faktor, seperti infiltrasi tumor, obstruksi usus, proses metastasis, maupun efek dari tindakan medis seperti pembedahan dan kemoterapi (Indonesian Journal of Cancer, 2023).

Nyeri akibat kanker merupakan salah satu masalah yang sering ditemukan pada pasien dengan kondisi paliatif maupun pasien yang

menjalani terapi kanker. Data menunjukkan bahwa nyeri kanker terjadi pada sekitar 39,3% pasien yang menjalani pengobatan dengan tujuan kuratif, meningkat menjadi 55,5% pada pasien yang menerima terapi antikanker, dan mencapai 66,5% pada pasien dengan kanker metastasis (Anshasi *et al.*, 2023). Nyeri yang tidak terkontrol dapat menyebabkan gangguan aktivitas sehari-hari, gangguan tidur, peningkatan kecemasan, penurunan kemampuan pasien dalam melakukan perawatan diri, serta menurunkan kualitas hidup. Oleh karena itu, diperlukan manajemen nyeri yang komprehensif melalui pendekatan farmakologis maupun nonfarmakologis untuk membantu meningkatkan kenyamanan pasien.

Salah satu pendekatan nonfarmakologis yang dapat digunakan dalam manajemen nyeri adalah *Progressive Muscle Relaxation*. PMR merupakan teknik relaksasi yang dilakukan dengan cara menegangkan dan melemaskan kelompok otot secara bertahap sehingga dapat memberikan efek relaksasi pada tubuh dan pikiran. Intervensi ini dapat membantu menurunkan nyeri, kecemasan, serta kelelahan pada pasien kanker (Akıncı *et al.*, 2025). Studi sistematis menunjukkan bahwa *Progressive Muscle Relaxation* memiliki efektivitas dalam mengurangi gejala yang berhubungan dengan kanker, seperti nyeri, kecemasan, depresi, kelelahan, serta gangguan kualitas tidur. *Progressive Muscle Relaxation* juga menunjukkan penurunan skor nyeri yang signifikan dibandingkan dengan perawatan konvensional (Tan *et al.*, 2022).

Penelitian *randomized controlled trial* (RCT) oleh Anshasi *et al.* (2023) menunjukkan bahwa penerapan *Progressive Muscle Relaxation* selama 20 menit setiap hari dapat membantu menurunkan intensitas nyeri yang mengganggu aktivitas pasien kanker paliatif. Selain itu, *Progressive Muscle Relaxation* juga dilaporkan efektif dalam mengurangi nyeri pascaoperasi serta membantu menurunkan kebutuhan analgesik pada pasien bedah. Di Indonesia, hasil *literature review* oleh Prazona (2023) menunjukkan bahwa *Progressive Muscle Relaxation* dapat membantu menurunkan nyeri pada berbagai jenis kanker dan dapat diterapkan oleh perawat sebagai intervensi mandiri karena tidak membutuhkan alat khusus serta memiliki risiko yang minimal.

Berdasarkan uraian tersebut, tingginya angka kejadian kanker kolorektal serta adanya masalah nyeri yang berdampak pada kenyamanan dan kualitas hidup pasien menunjukkan pentingnya penerapan intervensi keperawatan nonfarmakologis. Oleh karena itu, penulis tertarik untuk mengambil kasus Karya Ilmiah Akhir Ners dengan judul “Penerapan Teknik *Progressive Muscle Relaxation* Dalam Pemenuhan Kebutuhan Nyaman: Nyeri Pada Pasien Post Operasi *Carcinoma Colon* Di RSUD Temanggung”.

B. Tujuan Penerapan

1. Tujuan Umum

Untuk mendapatkan pengalaman nyata dalam penerapan *Progressive Muscle Relaxation* dalam pemenuhan kebutuhan aman nyaman nyeri pada pasien dengan *carcinoma colon* di RSUD Temanggung.

2. Tujuan Khusus

- a. Dilaksanakannya asuhan keperawatan meliputi pengkajian, perumusan diagnosa, perencanaan tindakan, implementasi, dan evaluasi keperawatan dengan menerapkan *Progressive Muscle Relaxation* pemenuhan kebutuhan rasa nyaman nyeri pada pasien dengan *carcinoma colon* di RSUD Temanggung.
- b. Diterapkannya *Progressive Muscle Relaxation* untuk pemenuhan kebutuhan rasa nyaman nyeri pada pasien *carcinoma colon* di RSUD Temanggung.
- c. Diketuainya faktor pendukung dan faktor penghambat dalam pelaksanaan penerapan *Progressive Muscle Relaxation* untuk pemenuhan kebutuhan rasa nyaman nyeri pada pasien *carcinoma colon* di RSUD Temanggung.

C. Manfaat Penerapan

1. Manfaat Teoritis

Menambah pengetahuan, wawasan dibidang keperawatan onkologi tentang “Penerapan Teknik *Progressive Muscle Relaxation* Dalam Pemenuhan Kebutuhan Nyaman: Nyeri Pada Pasien Post Operasi *Carcinoma Colon* Di Rsud Temanggung”.

a. Bagi Pasien

Hasil penulisan ini diharapkan mampu menambah pengetahuan klien dan pemahaman untuk mengurangi nyeri pada pasien dengan kanker kolon.

b. Bagi Perawat

Hasil penulisan ini diharapkan sebagai dasar mengembangkan ilmu pengetahuan terutama dalam memberikan intervensi keperawatan mandiri serta keterampilan perawat dalam penatalaksanaan nyeri non-farmakologis pada pasien kanker kolon.

c. Bagi Rumah Sakit Umum Daerah Temanggung

Hasil penulisan ini diharapkan dapat menjadi bahan masukan dan evaluasi yang diperlukan dalam pelaksanaan terapi non-farmakologis “Penerapan Teknik *Progressive Muscle Relaxation* Dalam Pemenuhan Kebutuhan Nyaman: Nyeri Pada Pasien Post Op *Carcinoma Colon* Di Rsud Temanggung”.

d. Bagi Institusi Pendidikan

Hasil penulisan ini diharapkan bermanfaat bagi pembaca dan dapat diaplikasikan oleh mahasiswa perawat dalam intervensi keperawatan secara mandiri.

D. Ruang Lingkup KIAN

Karya Ilmiah Akhir Ners (KIAN) ini berada dalam ruang lingkup keperawatan onkologi, khususnya asuhan keperawatan pada pasien dengan kanker kolon dengan pendekatan intervensi non-farmakologis pemenuhan kebutuhan rasa nyaman nyeri.