

BAB I

PENDAHULUAN

A. LATAR BELAKANG MASALAH

Menurut *International Association for The Study of Pain (IASP)* tahun 2021, nyeri akut adalah nyeri yang terjadi secara tiba-tiba, diawali dengan nyeri yang terasa tajam dan terus menerus, dan berfungsi sebagai tanda peringatan adanya penyakit atau ancaman bagi tubuh (Amris et al. 2019). Nyeri akut dapat disebabkan oleh cedera, pembedahan, dan penyakit yang umumnya berlangsung dari beberapa menit hingga kurang dari tiga bulan. Menurut Ang et al. tahun 2021 (dikutip dalam Mardona et al. 2023, h. 2), nyeri adalah sensasi pribadi dan internal yang tidak dapat diamati atau diukur secara langsung; pengukurannya tergantung pada respon subjektif dari orang yang mengalaminya. Nyeri dipengaruhi oleh interaksi antara kognitif, emosi, sensori, fisiologi, perilaku dan sosial kultural (Mardona et al. 2023, h. 2). Dapat disimpulkan, nyeri akut adalah nyeri yang dirasakan secara tiba-tiba, tajam, dan terus-menerus sebagai suatu peringatan adanya penyakit atau ancaman bagi tubuh yang berlangsung selama tiga bulan dan pengukuran tingkat nyerinya tergantung kepada respon subjektif individu tersebut karena nyeri yang diderita setiap individu tidaklah sama, tergantung pada pengalaman nyeri, respon nyeri, tingkat toleransi terhadap nyeri, dan dukungan emosional yang diterima seseorang.

Nyeri akut adalah salah satu masalah kesehatan yang banyak dialami oleh seluruh orang di dunia. Penelitian dari *U.S. Pain Foundation* (2022), sebanyak 50 juta orang Amerika hidup dengan menderita nyeri, baik nyeri akut maupun nyeri kronis, dan sebanyak 99% penderita mengatakan bahwa nyeri tersebut mempengaruhi kualitas hidup dan mengganggu aktivitas sehari-hari. Sebanyak 31% penderita mengatakan bahwa pendekatan non-farmakologis berguna untuk mengurangi nyeri yang dialami disamping dari penggunaan obat. Penelitian mencatatkan meditasi atau relaksasi menjadi pilihan terbanyak ketiga sebanyak 40% penderita, disamping pembatasan aktivitas sebanyak 73%, dan melakukan aktivitas untuk mengurangi stress sebanyak 42%. Sebuah penelitian oleh Tan, Dong & Li (2022) terhadap 5.236 jurnal dari tahun 2012-2021 di *Web of Science Core Collection* menunjukkan bahwa sebanyak 80% lebih pasien yang melakukan prosedur operasi mengalami nyeri akut. Nyeri akut paska operasi yang tidak dapat ditangani dengan baik dapat mengakibatkan kurangnya kontrol emosi, respon stress yang buruk, dan gangguan pernafasan. Oleh karena itu, manajemen nyeri yang baik harus diberikan kepada pasien agar mengurangi nyeri akut yang diderita. Seperti pada penelitian di Jerman kepada 115.775 pasien, di mana pasien-pasien tersebut berharap mendapatkan pengetahuan tentang manajemen nyeri non-farmakologi paska operasi untuk menghindari penggunaan analgesik yang berlebihan (Tan, Dong & Li 2022). Di Indonesia sendiri penelitian skala nasional yang membahas tentang nyeri, klasifikasi dan prevalensi nyeri belum tersedia. Indonesia juga belum memiliki parameter praktis untuk menilai nyeri, tingkat kenyamanan pasien, dan efek nyeri terhadap kualitas hidup (Faisol 2022).

Nyeri akut yang tidak dapat dikontrol dan diterima dengan baik dapat menurunkan kualitas hidup dan psikologis penderitanya. Oleh karena itu, nyeri akut harus segera diidentifikasi dan ditangani. Menurut Varrassi et al. (2019), penyebab umum nyeri akut yaitu nyeri karena adanya luka/cedera, respon inflamasi, dan sindrom neuropati. Pembedahan merupakan salah satu prosedur invasif yang membuat luka, sehingga biasanya pasien menderita nyeri yang hebat paska pembedahan dan memiliki pengalaman yang kurang menyenangkan akibat manajemen nyeri yang tidak adekuat. Menurut *U.S. Pain Foundation* tahun 2022, untuk menangani nyeri akut yang diderita pasien, perawat dapat melakukan pendekatan farmakologis yang merupakan pendekatan kolaborasi antara dokter dengan perawat yang menekankan pada pemberian obat analgesik (non-opioid dan opioid) dan pendekatan non-farmakologis yang terdiri dari pembatasan atau modifikasi aktivitas, reduksi stress, terapi panas, terapi fisik, meditasi, relaksasi, dan lain-lain.

Salah satu pendekatan non-farmakologis yang sering digunakan untuk menangani nyeri akut yaitu terapi relaksasi. Salah satu terapi relaksasi yang dapat diterapkan untuk menangani nyeri akut telah diperkenalkan oleh Herbert Benson, yaitu terapi relaksasi Benson. Terapi relaksasi Benson mengabungkan antara respon relaksasi pada pasien dan sistem keyakinan pada individu pasien (difokuskan pada ungkapan tertentu berupa do'a yang membuat efek rasa tenang dan nyaman pada pasien) yang diucapkan berulang-ulang dengan ritme teratur dan diiringi dengan nafas dalam (Belchamber et al. 2022, h. 264-265). Keunggulan terapi relaksasi Benson di antaranya yaitu salah satu terapi relaksasi yang sederhana dan aman dilakukan, yang dapat meningkatkan

mekanisme coping dan keperawatan diri secara holistik, yang mencakup biologis, psikologis, spiritual dan sosial (Belchamber et al. 2022, h. 263). Hal ini sejalan dengan penelitian sebelumnya oleh Paneo dan Muhajir (2023) yang menyatakan bahwa terapi relaksasi Benson memiliki pengaruh terhadap penurunan skala nyeri pada pasien post operasi *benigna prostat hiperplasia* (BPH) dengan hasil kedua responden mengalami penurunan nyeri. Responden pertama mengeluh nyeri skala 5 dengan skala nyeri *Numeric Rating Scale* (NRS), setelah dilakukan terapi relaksasi Benson selama tiga hari keluhan nyeri menurun dengan skala nyeri 3. Responden kedua mengeluh nyeri skala 4 dan setelah diberi terapi relaksasi Benson selama tiga hari keluhan nyeri menurun dengan skala nyeri 2.

Berdasarkan latar belakang tersebut, penulis tertarik melakukan penelitian tentang, “Implementasi Terapi Relaksasi Benson pada Pasien dengan Nyeri Akut Paska Operasi ORIF Fraktur Radius Ulna Sinistra di RSUD Cilacap.”

B. RUMUSAN MASALAH

Berdasarkan latar belakang di atas, maka rumusan masalah pada karya tulis ilmiah (KTI) ini adalah, “Bagaimana implementasi terapi relaksasi Benson pada pasien dengan nyeri akut paska operasi ORIF fraktur radius ulna sinistra di RSUD Cilacap?”

C. TUJUAN PENULISAN

1. Tujuan umum

Mendeskripsikan implementasi terapi relaksasi Benson pada pasien nyeri akut paska operasi ORIF fraktur radius ulna sinistra di RSUD Cilacap

2. Tujuan khusus

- a. Mendeskripsikan kondisi pasien dengan nyeri akut paska operasi ORIF fraktur radius ulna sinistra
- b. Mendeskripsikan implementasi terapi relaksasi Benson pada pasien nyeri akut paska operasi ORIF fraktur radius ulna sinistra
- c. Mendeskripsikan respon yang muncul pada pasien dengan nyeri akut paska operasi ORIF fraktur radius ulna sinistra selama perawatan
- d. Mendeskripsikan hasil implementasi terapi relaksasi Benson pada pasien dengan nyeri akut paska operasi ORIF fraktur radius ulna sinistra

D. MANFAAT PENULISAN

1. Bagi pasien

Sebagai salah satu sumber informasi bagi pasien dan keluarga pasien untuk menambah wawasan dan pengetahuan mengenai implementasi terapi relaksasi Benson pada pasien dengan nyeri akut paska operasi ORIF fraktur radius ulna sinistra.

2. Bagi pelayanan keperawatan

Sebagai sumber referensi mengenai implementasi terapi relaksasi Benson pada pasien dengan nyeri akut paska operasi ORIF fraktur radius ulna sinistra.

3. Bagi institusi pendidikan

Sebagai sumber pustaka dan bahan pembelajaran untuk menambah pengetahuan mengenai implementasi terapi relaksasi Benson pada pasien dengan nyeri akut paska operasi ORIF fraktur radius ulna sinistra.