

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang Masalah

Kanker adalah penyakit akibat pertumbuhan sel abnormal yang tidak terkendali, dapat menyerang jaringan sekitar dan menyebar ke bagian tubuh lain atau disebut dengan metastasis (Nurani, 2023).

Kanker merupakan penyebab kematian ketiga terbesar di Indonesia. Berdasarkan data Globocan (*Global Cancer Observatory*), lebih dari 408.661 kasus baru dan hampir 242.099 kematian di Indonesia pada 2022. Data epidemiologi tersebut sejalan dengan data terbaru dari Survei Kesehatan Indonesia (SKI) 2023, prevalensi kanker di Indonesia mencapai 1,2 per 1.000 penduduk. Provinsi dengan prevalensi tertinggi adalah Daerah Istimewa Yogyakarta (3,6 per 1.000 penduduk), diikuti oleh DKI Jakarta (2,4 per 1.000 penduduk) dan Sumatera Barat (2 per 1.000 penduduk).

Kanker dapat menyerang berbagai organ tubuh, salah satunya adalah kelenjar tiroid. Kanker tiroid berkembang di jaringan kelenjar tiroid yang terletak di leher dan berperan dalam mengatur metabolisme tubuh melalui produksi hormon (KEMENKES, 2024).

Kanker tiroid merupakan salah satu jenis kanker yang menyerang kelenjar tiroid, sebuah organ kecil berbentuk kupu-kupu yang terletak di bagian depan leher. Berdasarkan data dari Kementerian Kesehatan Republik Indonesia pada tahun 2020, prevalensi kanker tiroid terus meningkat dalam beberapa tahun terakhir. Berdasarkan data dari *Global Cancer Observatory* (Globocan) tahun 2020, kanker tiroid menempati peringkat ke-9 sebagai jenis kanker terbanyak di Indonesia, dengan jumlah kasus baru mencapai 15.012. Meskipun tingkat mortalitasnya relatif lebih rendah dibandingkan kanker lainnya, dampak yang ditimbulkan baik secara fisik, psikologis, maupun sosial tetap signifikan bagi para penderitanya.

Di Rumah Sakit Bhayangkara Tk I Pusdokkes Polri, tercatat sebanyak 23 pasien penderita kanker tiroid pada tahun 2024. Sementara itu, hingga pertengahan tahun 2025, jumlah pasien menurun menjadi 11 orang. Penurunan ini dapat

menjadi indikator awal yang positif, meskipun tetap diperlukan evaluasi lebih lanjut untuk menilai tren dan faktor yang memengaruhinya.

Menurut *World Health Organization* (2022), kanker tiroid sering kali terlambat terdiagnosis karena gejala awalnya yang tidak spesifik, seperti pembesaran kelenjar tiroid, suara serak, dan rasa tidak nyaman di leher. Menurut Nurani (2023) penyebab kanker tiroid beragam, seperti faktor genetik, gaya hidup tidak sehat, infeksi, dan paparan zat berbahaya. Gejalanya bisa berupa benjolan, penurunan berat badan drastis, kelelahan, atau luka yang tidak sembuh. Di negara berkembang seperti Indonesia, keterbatasan akses terhadap fasilitas kesehatan menjadi salah satu faktor utama yang memperburuk prognosis pasien. Hal ini diperparah oleh kurangnya kesadaran masyarakat terhadap pentingnya deteksi dini kanker tiroid. Ketika diagnosis akhirnya ditegakkan, banyak pasien sudah berada pada stadium lanjut sehingga memerlukan tindakan medis yang lebih invasif, seperti operasi.

Operasi merupakan pengalaman yang menimbulkan stres bagi pasien, memengaruhi kondisi fisiologis dan psikososial (Hasanpour-Dehkordi et al., 2019). Operasi merupakan salah satu modalitas utama dalam penanganan kanker tiroid, terutama untuk mengangkat jaringan tiroid yang terkena kanker. Namun, tindakan ini sering kali disertai dengan komplikasi seperti nyeri pasca operasi. Nyeri post operasi adalah jenis nyeri akut yang muncul akibat trauma bedah, perlahan berkurang, dan berakhir bersamaan dengan penyembuhan jaringan. Nyeri akut ini umumnya bersifat sementara, terlokalisasi dengan baik, serta berkaitan langsung dengan jenis dan luas sayatan, serta tingkat trauma yang dialami selama pembedahan (Kısaarslan & Aksoy, 2020). Nyeri yang tidak terkelola dengan baik dapat memengaruhi kualitas hidup pasien, memperpanjang masa perawatan di rumah sakit, serta meningkatkan risiko gangguan psikologis seperti kecemasan dan depresi.

Nyeri post operasi dapat mengganggu kenyamanan pasien, memperlambat proses penyembuhan, memperpanjang masa rawat inap, meningkatkan biaya perawatan kesehatan, menurunkan kualitas hidup, dan meningkatkan risiko morbiditas serta mortalitas (Kısaarslan & Aksoy, 2020). Sebagian besar pasien yang menjalani operasi mengalami nyeri post operasi, yang tidak hanya menyakitkan dan mengganggu, tetapi juga dapat menyebabkan komplikasi serta

memperlambat pemulihan (Ju et al., 2019). Penanganan nyeri post operasi menjadi aspek penting dalam asuhan keperawatan, guna mendukung proses penyembuhan dan meningkatkan kenyamanan pasien.

Untuk mengatasi nyeri ini, penatalaksanaan secara medis umumnya melibatkan pemberian analgesik. Namun, menurut Simanullang (2025), penggunaan analgesik memiliki keterbatasan seperti efek samping gastrointestinal dan risiko ketergantungan, sehingga diperlukan pendekatan tambahan yang lebih aman dan efektif yaitu dengan pemberian terapi non-farmakologis. Ada 10 jenis terapi non-farmakologis yang dapat diterapkan dalam praktik keperawatan, salah satunya adalah teknik relaksasi progresif.

Menurut Atmanegara (2021), teknik relaksasi otot progresif adalah metode yang melibatkan penegangan dan pelemasan otot secara sistematis untuk mengurangi ketegangan fisik dan mental. Teknik ini bertujuan menurunkan ketegangan otot, kecemasan, nyeri leher dan punggung, tekanan darah tinggi, frekuensi jantung, serta laju metabolisme. Selain itu, teknik ini juga dapat meningkatkan rasa kebugaran, konsentrasi, serta memperbaiki kemampuan dalam mengatasi stres. Teknik ini pertama kali diperkenalkan oleh Edmund Jacobson pada tahun 1920. PMR dirancang untuk membantu pasien mencapai kondisi relaksasi secara fisiologis dan psikologis. Metode ini melibatkan aktivitas menegangkan dan melemaskan berbagai kelompok otot secara bergantian, sambil mengarahkan perhatian pasien pada sensasi propriozeptif dan interozeptif (Ermayani et al., 2020).

Relaksasi progresif bekerja dengan menginduksi relaksasi fisik dan mental melalui tahapan kontraksi dan relaksasi otot, sehingga mampu menurunkan persepsi nyeri secara alami dan mendukung proses penyembuhan post operasi (Ardhiansyah, 2021).

Efektivitas teknik ini juga diperkuat oleh hasil penelitian Sudaryanti (2023), yang menunjukkan bahwa penerapan teknik relaksasi otot progresif secara signifikan menurunkan skala nyeri pada pasien post operasi. Hal serupa dikemukakan oleh Loh (2021) dalam penelitiannya terhadap pasien kanker kepala dan leher, di mana teknik relaksasi progresif terbukti mampu mengurangi nyeri, ketegangan, serta gangguan tidur yang sering dialami pasien setelah menjalani operasi. Temuan-temuan ini menunjukkan bahwa teknik relaksasi

tot progresif merupakan salah satu pendekatan non-farmakologis yang efektif dan dapat diandalkan dalam manajemen nyeri post operasi, termasuk pada pasien dengan kanker tiroid.

Berdasarkan hasil *literature review* yang dilakukan oleh Ciptaan (2023), dari sepuluh artikel yang dianalisis, seluruhnya menyatakan bahwa pemberian intervensi relaksasi otot progresif sebagai terapi nonfarmakologis terbukti efektif dalam mengurangi tingkat nyeri pada pasien post operasi. Efektivitas ini menunjukkan bahwa relaksasi otot progresif dapat menjadi strategi yang dapat diandalkan dalam manajemen nyeri tanpa efek samping yang berarti. Dukungan terhadap temuan ini juga diperkuat oleh penelitian Pishgooie et al. (2020), yang menyatakan bahwa teknik relaksasi otot progresif dapat secara signifikan menurunkan intensitas nyeri akut pada pasien post operasi. Hal ini menunjukkan bahwa penerapan intervensi ini tidak hanya bersifat teoritis, namun juga telah terbukti secara empiris dalam berbagai situasi klinis, termasuk pada konteks post operasi kanker.

Perawat berperan penting tidak hanya dalam aspek kuratif, yaitu membantu pemulihan pasien melalui manajemen nyeri dan pemberian intervensi keperawatan yang tepat, tetapi juga dalam aspek preventif dengan memberikan edukasi kepada pasien dan keluarga mengenai pencegahan komplikasi pasca operasi. Selain itu, perawat juga berperan secara promotif, yaitu meningkatkan kesadaran pasien tentang pentingnya perawatan diri, gaya hidup sehat, dan manajemen stres untuk mendukung proses penyembuhan. Tidak kalah penting, aspek rehabilitatif juga menjadi bagian peran perawat, di mana pasien didampingi untuk beradaptasi dengan kondisi pasca operasi dan meningkatkan kualitas hidupnya. Dengan peran komprehensif ini, perawat menjadi tenaga kesehatan terdepan dalam membantu pasien mencapai pemulihan optimal, sekaligus meminimalkan dampak negatif akibat nyeri post operasi.

Melihat kondisi nyata pasien, ditambah dengan bukti-bukti ilmiah yang mendukung efektivitas teknik relaksasi progresif, maka diperlukan adanya pengkajian serta penerapan asuhan keperawatan yang menyeluruh dalam menangani masalah nyeri post operasi kanker tiroid.

B. Rumusan Masalah

Nyeri akut merupakan salah satu masalah keperawatan yang paling sering muncul pada pasien pasca operasi, termasuk pada tindakan tiroidektomi. Nyeri yang tidak tertangani dengan baik dapat menghambat proses penyembuhan, menurunkan kenyamanan, memperpanjang masa rawat inap, serta meningkatkan risiko komplikasi. Oleh karena itu, manajemen nyeri menjadi bagian penting dalam asuhan keperawatan pasca operasi.

Penatalaksanaan nyeri pasca operasi tidak hanya mengandalkan terapi farmakologis, tetapi juga dapat dibantu dengan terapi non-farmakologis, salah satunya adalah teknik relaksasi progresif. Berbagai penelitian membuktikan bahwa relaksasi progresif efektif dalam menurunkan intensitas nyeri, meningkatkan relaksasi, dan memperbaiki kualitas istirahat pasien. Namun, penerapan terapi ini dalam praktik klinik seringkali masih terbatas.

Berdasarkan uraian latar belakang, maka rumusan masalah dalam Karya Ilmiah Asuhan Keperawatan ini adalah:

“Bagaimana asuhan keperawatan pada pasien kanker tiroid pasca operasi dengan nyeri akut melalui pemberian teknik relaksasi progresif di Ruang Mahoni 1 RS Bhayangkara Tk. I Pusdokkes Polri?”

C. Tujuan Penulisan

1. Tujuan Umum

Karya Ilmiah Akhir Ners bertujuan untuk menerapkan asuhan keperawatan pada pasien kanker tiroid pasca operasi dengan nyeri akut melalui pemberian teknik relaksasi progresif di Ruang Mahoni 1 RS Bhayangkara Tk.I Pusdokkes Polri

2. Tujuan Khusus

- 1) Teridentifikasinya hasil pengkajian dan analisis data pengkajian pasien dengan kanker tiroid pasca operasi di Ruang Mahoni 1 RS Bhayangkara Tk. I Pusdokkes Polri.
- 2) Teridentifikasinya diagnosa keperawatan pada pasien dengan kanker tiroid pasca operasi di Ruang Mahoni 1 RS Bhayangkara Tk. I Pusdokkes Polri.

- 3) Tersusunnya rencana asuhan keperawatan pada pasien kanker tiroid pasca operasi di Ruang Mahoni 1 RS Bhayangkara Tk.I Pusdokkes Polri.
- 4) Terlaksananya intervensi utama dalam mengatasi masalah nyeri akut pada pasien kanker tiroid pasca operasi di Ruang Mahoni 1 RS Bhayangkara Tk. I Pusdokkes Polri.
- 5) Teridentifikasinya hasil evaluasi asuhan keperawatan pada pasien kanker tiroid pasca operasi di Ruang Mahoni 1 RS Bhayangkara Tk. I Pusdokkes Polri.
- 6) Teridentifikasinya faktor-faktor pendukung, penghambat serta mencari solusi/ alternatif pemecahan masalah

D. Manfaat Penulisan

a. Manfaat bagi Mahasiswa

Sebagai referensi untuk mengurangi skala nyeri pada klien post operasi kanker tiroid dengan melakukan tindakan terapi non- farmakologi yaitu teknik relaksasi otot progresif.

b. Manfaat bagi Lahan Praktek

Mendukung peningkatan mutu pelayanan keperawatan di RS Bhayangkara Tk. I Pusdokkes Polri pada pasien kanker tiroid dengan diagnosis keperawatan nyeri akut melalui pemberian teknik relaksasi otot progresif sebagai intervensi inovatif berbasis *evidence-based practice*.

c. Manfaat bagi Institusi Pendidikan

Menambah sumber referensi bagi institusi pendidikan keperawatan dalam mengembangkan kurikulum berbasis *evidence-based practice*, khususnya terkait manajemen nyeri pada pasien kanker tiroid dengan nyeri akut melalui penerapan terapi otot progresif.

d. Manfaat bagi Profesi

Memberikan referensi ilmiah bagi perawat dalam menerapkan teknik relaksasi progresif sebagai intervensi non-farmakologi yang efektif untuk mengurangi nyeri pasca operasi pada pasien kanker tiroid.