

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Apendisitis adalah peradangan akut pada apendiks vermiformis yang disebabkan oleh obstruksi luminal beragam, termasuk fecal stasis, fekalit, dan hiperplasia limfoid, neoplasma, dan parasit seperti *ascaris* yang menyumbat. Apendisitis merupakan penyebab yang paling umum dari inflamasi akut bagian kanan bawah rongga abdomen dan penyebab paling umum dari pembedahan darurat. Apendisitis lebih banyak dialami oleh pria daripada wanita, remaja lebih banyak daripada orang dewasa, dan apendisitis lebih banyak terjadi pada mereka yang berusia antara 10 sampai 30 tahun (Khamila, 2023).

Berdasarkan data *World Health Organization* (WHO) menunjukkan insiden apendisitis di dunia tahun 2020 sebanyak 7% dari keseluruhan jumlah penduduk dunia. Angka kejadian apendisitis di negara maju seperti Amerika Serikat cukup tinggi yaitu sekitar 250.000 terjadi setiap tahun. Kejadian apendisitis tertinggi ditemukan pada usia 10-19 tahun (23,3/10.000 populasi per tahun), terdapat 259 juta kasus Apendisitis pada laki-laki di seluruh Dunia yang tidak terdiagnosis, sedangkan pada perempuan terdapat 160 juta kasus Apendisitis yang tidak terdiagnosis (WHO, 2021).

Di Asia Tenggara, Indonesia menempati urutan pertama sebagai angka kejadian Apendisitis akut tertinggi dengan prevalensi 0.05%, diikuti oleh Filipina sebesar 0.022% dan Vietnam sebesar 0.02% (Widodo, 2020). Kejadian apendisitis di Indonesia berdasarkan data Kementerian Kesehatan RI sebesar 596.132 orang dengan persentase 3.36% dan pada tahun 2020 menjadi 621.435 orang dengan persentase 3.35% yang berarti adanya peningkatan yang menyatakan apendisitis merupakan penyakit tidak menular tertinggi kedua di Indonesia (Haryanti, 2023).

Penatalaksanaan apendisitis adalah dengan tindakan pembedahan yaitu apendiktomi. Apendiktomi dapat dilakukan dengan menggunakan dua metode pembedahan, yaitu secara teknik terbuka atau laparatomi dan dengan teknik laparaskopi yang merupakan teknik pembedahan minimal invasive dengan metode terbaru yang sangat efektif (Septiana, 2021).

Durasi atau waktu pada masa pemulihan pasien yang telah dilakukan tindakan apendiktomi bervariasi. Dalam penelitian Septiani (2021) durasi rata-rata untuk pemulihan pasien pasca operasi adalah 72,45 menit. Pada umumnya pasien akan merasakan nyeri hebat di 2 jam pertama setelah operasi dikarenakan obat anastesi yang mulai menghilang (Septiana, 2021).

Tindakan apendiktomi dapat menimbulkan nyeri akut yang berdampak pada gangguan mobilitas fisik pasien. Nyeri pascaoperasi yang tidak ditangani secara optimal dapat memperlambat proses penyembuhan, meningkatkan risiko komplikasi akibat imobilisasi, serta memperpanjang masa rawat inap dan menghambat proses rehabilitasi. Oleh karena itu, manajemen nyeri pascaoperasi menjadi salah satu prioritas utama dalam asuhan keperawatan (Ayuningtyas, 2023). Dampak nyeri apabila nyeri yang berkepanjangan pada pasien maka klien akan mengeluh perasaan lemah, gangguan tidur, dan keterbatasan fungsi.

Nyeri dapat menyebabkan banyak manifestasi fisik seperti kelelahan, mual, berkurangnya keinginan untuk makan, dan berkurangnya kekuatan otot. Berbagai bentuk manajemen nyeri tersedia untuk meringankan atau mengurangi rasa sakit, termasuk intervensi farmasi seperti pemberian obat opioid (misalnya, morfin, petidin, fentanil). Obat-obatan non-opioid, seperti parasetamol dan NSAID, termasuk dalam kategori ini. Salah satu perawatan non-farmakologis untuk mengurangi nyeri adalah penggunaan teknik distraksi atau relaksasi (Setiawan, 2020).

Intervensi atau tindakan non farmakologis yang dapat dilakukan dalam mengurangi nyeri pada pasien pasca operasi apendiktomi salah satunya yaitu mengajarkan teknik relaksasi benson (Haryanti, 2023). Teknik Relaksasi Benson merupakan pendekatan yang memanfaatkan keyakinan pasien untuk menumbuhkan lingkungan internal yang mendorong peningkatan kesehatan dan kesejahteraan melalui respons relaksasi pernapasan (Haryanti, 2023).

Teknik relaksasi Benson melibatkan keyakinan dalam bentuk pengucapan kata-kata atau frasa berulang tertentu dalam ritme yang terkendali. Kelebihan dari teknik relaksasi ini adalah lebih mudah dilakukan dan tidak ada efek samping apapun (Setiawan, 2020). Dengan meditasi dan relaksasi terjadi penurunan karbon dioksida (CO₂), penurunan oksigen melalui pernafasan, penurunan frekuensi napas dan penurunan kadar laktat sebagai indikasi penurunan tingkat stress, selain itu ditemukan bahwa PO₂ atau konsentrasi oksigen dalam darah tetap konstan bahkan meningkat sedikit (Setiawan, 2020).

Teknik Relaksasi Benson dilakukan dengan mengambil posisi duduk yang nyaman, menutup mata, mencapai kondisi relaksasi otot yang dalam, dimulai dari kaki dan berlanjut ke wajah, dan melakukan pernapasan melalui hidung sambil berfokus pada pernafasan. Proses ini diulangi selama 20 menit. Tetap tidak bergerak selama beberapa waktu dan secara bertahap mulai membuka mata Anda. Meskipun Relaksasi Benson terutama ditujukan untuk pengobatan kecemasan, penciptanya menemukan manfaat tambahan melalui beberapa penelitian. Setelah menerima terapi relaksasi Benson selama 3 hari, pasien mengalami penurunan rasa sakit, yang diukur pada tingkat 2 pada skala nyeri. Hal ini sejalan dengan gagasan bahwa relaksasi Benson merupakan strategi yang efektif untuk mengurangi rasa sakit dan ketidaknyamanan (Septiana, 2021).

Sejalan dengan penelitian Haryanti (2023) bahwa terapi benson signifikan terhadap penurunan nyeri post operasi apendektomi yang di lakukan selama 10-30 menit selama 3 hari dalam seminggu. Hasil yang didapatkan dari implementasi terapi

benson yaitu penurunan nyeri selisih tingkat nyeri menurun 1-2 tingkat dari sebelumnya. Relaksasi yang diberikan memberikan keadaan nyaman yang ditandai dengan ketegangan akibat kekhawatiran akibat rasa sakit menurun. Dengan demikian dapat merileksasikan yang melibatkan interaksi kompleks pada sistem psikologis dan fisiologis.

Berdasarkan penelitian Ramadhan (2022) yang dilakukan pada 9 kelompok intervensi dan 9 kelompok kontrol ada pengaruh signifikan terapi relaksasi benson terhadap tingkat nyeri. Skala yang digunakan pada rentang 1-10 dengan tingkat nyeri sebelum dilakukan intervensi terapi benson ada pada kategori nyeri sedang rata-rata yaitu 6,50 berubah menjadi 3,25 atau berada pada kategori nyeri ringan setelah diberikan intervensi relaksasi terapi benson. Hal tersebut membuktikan bahwa terapi benson efektif mengatasi nyeri disamping dengan terapi pengobatan konvensional lainnya.

Perawat memiliki peran strategis dalam pengelolaan nyeri pascaoperasi, khususnya melalui penerapan intervensi nonfarmakologis seperti terapi relaksasi Benson. Pada pasien pascaoperasi apendiktomi, perawat berperan sebagai pendidik, pelaksana intervensi, pengawas respons terapi, serta koordinator dalam tim kesehatan. Perawat memberikan edukasi kepada pasien mengenai teknik relaksasi yang mudah dipahami, membimbing pasien dalam pelaksanaan terapi relaksasi Benson secara terstruktur, serta memantau efektivitas intervensi dengan melakukan evaluasi skala nyeri sebelum dan sesudah terapi. Selain itu, perawat juga memiliki tanggung jawab untuk mengidentifikasi hambatan yang mungkin timbul selama pelaksanaan terapi, seperti kecemasan, kurangnya konsentrasi, atau kelelahan, dan melakukan koordinasi dengan tenaga medis lain untuk penanganan yang lebih optimal. Peran aktif dan kolaboratif perawat berkontribusi signifikan terhadap keberhasilan penerapan terapi relaksasi Benson sebagai intervensi pendukung dalam menurunkan tingkat nyeri serta mempercepat proses pemulihan pasien pascaoperasi apendiktomi (Ramadhan, 2022).

Terapi relaksasi benson sendiri sudah banyak dilakukan pada pasien di rumah sakit, karena selain untuk menurunkan intensitas nyeri juga dapat menurunkan tingkat stress dan cemas. Berdasarkan fenomena tersebut, maka penulis tertarik untuk melakukan penerapan asuhan keperawatan pada pasien post apendiktomi dengan nyeri akut melalui pemberian teknik relaksasi benson di Rumah Sakit Bhayangkara TK.I Puskokkes Polri.

B. Tujuan

1. Tujuan Umum

Tujuan penulisan karya ilmiah akhir Ners adalah menerapkan asuhan keperawatan pada pasien post apendiktomi dengan nyeri akut melalui pemberian teknik relaksasi benson di Rumah Sakit Bhayangkara TK.I Puskokkes Polri.

2. Tujuan khusus

- a. Teridentifikasinya hasil pengkajian dan analisis data pengkajian pada pasien post apendiktomi dengan nyeri akut melalui pemberian teknik relaksasi benson di Rumah Sakit Bhayangkara TK.I Puskokkes Polri.
- b. Teridentifikasinya diagnosa keperawatan pada pasien post apendiktomi dengan nyeri akut melalui pemberian teknik relaksasi benson di Rumah Sakit Bhayangkara TK.I Puskokkes Polri.
- c. Tersusunnya rencana asuhan keperawatan pada pasien post apendiktomi dengan nyeri akut melalui pemberian teknik relaksasi benson di Rumah Sakit Bhayangkara TK.I Puskokkes Polri.
- d. Terlaksananya intervensi utama dalam mengatasi nyeri akut melalui pemberian teknik relaksasi benson di Rumah Sakit Bhayangkara TK.I Puskokkes Polri.
- e. Teridentifikasinya hasil evaluasi keperawatan pada pasien post apendiktomi dengan nyeri akut melalui pemberian teknik relaksasi benson di Rumah Sakit Bhayangkara TK.I Puskokkes Polri.
- f. Teridentifikasinya faktor-faktor pendukung, penghambat, serta solusi pemecahan masalah pada pasien post apendiktomi dengan nyeri akut.

C. Manfaat Penulisan

1. Untuk rumah sakit

Diharapkan hasil penelitian ini memberikan masukan positif dalam memodifikasi standar asuhan keperawatan di lahan rumah sakit untuk mengurangi masalah keperawatan dengan pasien nyeri akut.

2. Untuk Institusi Pendidikan

Diharapkan dapat menjadi informasi bagi lembaga pendidikan untuk mengembangkan, meningkatkan mutu pendidikan, tambahan wacana atau masukan dalam proses pengajaran tentang pemberian pelayanan medikal bedah dengan asuhan keperawatan pada pasien post apendiktomi dengan nyeri akut melalui pemberian teknik relaksasi benson.

3. Untuk profesi keperawatan

Dapat dijadikan sebagai bahan referensi dalam melaksanakan asuhan keperawatan pada pasien post appendikstomi dengan teknik relaksasi benson untuk mengatasi masalah yang terjadi pada pasien.

4. Untuk pasien

Sebagai tambahan informasi dan dapat menambah pengetahuan tentang penyakit appendiks, serta dapat menyikapi dan mengatasi nyeri pada luka post op appendikstomi dengan teknik relaksasi benson.