

BAB I

PENDAHULUAN

1.1 Latar Belakang

Nyeri merupakan respons alami tubuh terhadap kerusakan jaringan yang terjadi pada saat atau setelah prosedur pembedahan. Pada pasien post operasi, nyeri muncul sebagai akibat dari trauma bedah, proses inflamasi, dan manipulasi jaringan selama tindakan medis berlangsung. Nyeri yang muncul dapat menjadi hambatan bagi pemulihan pasien, karena rasa tidak nyaman dapat memengaruhi kondisi fisik, psikologis, dan emosional secara keseluruhan. Oleh karena itu, pengelolaan nyeri yang efektif menjadi salah satu fokus utama dalam pelayanan keperawatan post operasi (McCaffery & Pasero, 2019).

Permasalahan yang sering dijumpai di ruang perawatan adalah masih banyak pasien yang mengalami nyeri dengan intensitas sedang hingga berat pada beberapa jam pertama setelah operasi meskipun telah mendapatkan terapi analgesik sesuai program medis. Nyeri pascaoperasi yang tidak tertangani secara optimal dapat menghambat mobilisasi dini, mengganggu kualitas tidur, meningkatkan kecemasan, memperpanjang lama rawat inap, serta menurunkan kualitas hidup pasien. Selain itu, nyeri yang berkepanjangan dapat meningkatkan risiko terjadinya komplikasi pascaoperasi akibat keterbatasan mobilisasi dan gangguan fungsi pernapasan (Chou et al., 2016).

Ada berbagai faktor yang turut memperberat kondisi nyeri pada pasien post operasi, di antaranya kecemasan, ketakutan, stres, dan lingkungan perawatan yang kurang kondusif. Nyeri yang tidak terkontrol dapat memperburuk kondisi pasien post operasi. Respon fisiologis seperti peningkatan tekanan darah, frekuensi napas, dan denyut nadi dapat menghambat proses penyembuhan. Faktor-faktor ini dapat meningkatkan persepsi nyeri, sehingga meskipun telah diberikan analgesik, pasien tetap merasa tidak nyaman. Hal ini menunjukkan bahwa manajemen nyeri tidak hanya cukup dengan terapi farmakologis, namun perlu didukung oleh pendekatan nonfarmakologis yang dapat mengurangi intensitas dan persepsi nyeri (Potter & Perry, 2021).

Nyeri pascaoperasi masih menjadi masalah global yang sering ditemukan dalam pelayanan kesehatan. Sekitar 80% pasien mengalami nyeri setelah menjalani operasi, dan 86% di antaranya melaporkan nyeri dengan intensitas sedang, berat, hingga sangat berat. Selain itu, meskipun sebagian besar pasien telah mendapatkan terapi analgesik, nyeri pascaoperasi masih sering belum tertangani secara optimal sehingga dapat menghambat proses pemulihan pasien. Kondisi ini menunjukkan bahwa pengelolaan nyeri pascaoperasi masih menjadi tantangan dalam praktik klinis dan memerlukan pendekatan yang lebih komprehensif, termasuk intervensi nonfarmakologis sebagai terapi pendamping (Apfelbaum et al., 2020).

Di Rumkit Tk. II dr. Soepraoen, kasus pasien post operasi merupakan salah satu yang paling sering ditemui di ruang perawatan. Berdasarkan observasi awal di Rumkit Tk. II Dr. Soepraoen, pada bulan Oktober 2025 terdapat 227 post operasi di ruang rawat inap. Banyak pasien post operasi yang masih mengeluhkan nyeri meskipun telah mendapatkan pengobatan. Beberapa faktor yang menghambat penurunan nyeri antara lain kurangnya penerapan intervensi nonfarmakologis secara sistematis dan terbatasnya perhatian terhadap aspek kenyamanan pasien. Hal ini menjadi indikasi bahwa dibutuhkan pendekatan yang lebih komprehensif dalam manajemen nyeri post operasi (Potter & Perry, 2021).

Terapi nonfarmakologis sederhana dan tanpa memerlukan alat khusus, yaitu teknik relaksasi napas dalam. Teknik relaksasi napas dalam terbukti membantu menurunkan tingkat nyeri melalui mekanisme peningkatan oksigenasi, penurunan ketegangan otot, dan aktivasi sistem saraf parasimpatis. Penelitian oleh Setyowati (2018) menunjukkan bahwa pasien yang diberikan relaksasi napas dalam mengalami penurunan nyeri signifikan dibandingkan kelompok kontrol. Intervensi ini juga dinilai aman, mudah dilakukan, serta tidak memerlukan alat khusus. Dan pastinya relaksasi napas dalam dapat meningkatkan kenyamanan pada pasien post operasi. Secara fisiologis, pernapasan dalam merangsang respon relaksasi melalui penurunan kadar katekolamin dan peningkatan aliran darah yang lebih stabil. Secara psikologis, teknik ini mengalihkan fokus pasien dari rasa nyeri dan menciptakan rasa nyaman. Berdasarkan teori *Gate Control*,

stimulasi serabut saraf tertentu melalui relaksasi dapat menghambat transmisi sinyal nyeri menuju otak (Setyowati, 2018).

Penerapan teknik relaksasi napas dalam di Rumkit Tk. II dr. Soepraoen berpotensi meningkatkan kualitas perawatan keperawatan, terutama pada pasien post operasi. Dengan intervensi yang terstruktur berdasarkan teori ini, perawat dapat memberikan pelayanan yang lebih personal, humanis, dan berfokus pada kenyamanan total pasien. Hal ini diharapkan tidak hanya menurunkan nyeri, tetapi juga meningkatkan kepuasan pasien, mempercepat pemulihan.

Berdasarkan hasil studi pendahuluan yang dilakukan di Rumah Sakit Tk. II Dr Soeparoen penulis tertarik untuk melakukan penelitian dengan judul “Pengaruh Pemberian Teknik Relaksasi Napas Dalam Terhadap Tingkat Nyeri Post Operasi Pasien Rawat Inap Di RST Tk. II dr. Soepraoen”. Penelitian ini diharapkan dapat memberikan bukti empiris mengenai efektivitas intervensi kenyamanan dalam menurunkan tingkat nyeri. Selain itu, hasil penelitian dapat menjadi dasar bagi pengembangan pedoman klinis dan standar operasional prosedur dalam manajemen nyeri, sehingga pelayanan keperawatan dapat lebih komprehensif, efektif, dan berorientasi pada kenyamanan pasien.

1.2 Rumusan Masalah

Berdasarkan uraian diatas rumusan masalah penelitian ini, yaitu :
 “Bagaimana pengaruh pemberian teknik relaksasi napas dalam terhadap tingkat nyeri pada pasien post operasi?”

1.3 Tujuan

1.3.1 Tujuan Umum

Untuk mengetahui pengaruh pemberian teknik relaksasi napas dalam terhadap tingkat nyeri pada pasien post operasi.

1.3.2 Tujuan Khusus

1. Mengidentifikasi tingkat nyeri sebelum dan sesudah pada kelompok intervensi.
2. Mengidentifikasi tingkat nyeri sebelum dan sesudah pada kelompok kontrol.
3. Menganalisis perbedaan tingkat nyeri sebelum dan sesudah pada kelompok intervensi.
4. Menganalisis perbedaan tingkat nyeri sebelum dan sesudah pada kelompok kontrol.
5. Menganalisis perbedaan tingkat nyeri pada kelompok intervensi dan kelompok kontrol.

1.4 Manfaat

1.4.1 Manfaat Teoritis

- 1) Instalasi Rumkit Tk. II Dr. Soepraoen

Hasil penelitian ini diharapkan dapat bermanfaat sebagai bahan pustaka untuk instansi Rumkit Tk. II Dr. Soepraoen dalam pengembangan pengetahuan tentang pengaruh penerapan teknik relaksasi napas dalam terhadap tingkat nyeri pada pasien post operasi.

2) Penulis

Penelitian bermanfaat untuk menambah wawasan penulis dalam pemberian asuhan keperawatan pada pasien dengan keluhan nyeri post operasi dengan menggunakan teknik relaksasi napas dalam.

1.4.2 Manfaat Praktik

1. Pasien Post Operasi Di Rumkit Tk. II Dr. Soepraoen

Hasil penelitian ini dapat menambah pengetahuan dari masyarakat tentang pengaruh pemberian teknik relaksasi napas dalam terhadap tingkat nyeri pada pasien post operasi.

2. Penelitian Selanjutnya

Hasil penelitian ini dapat dimanfaatkan sebagai bahan acuan untuk penelitian selanjutnya, khususnya penelitian yang berkaitan dengan pengaruh pemberian teknik relaksasi napas dalam terhadap tingkat nyeri pada pasien post operasi.