

BAB 1

LATAR BELAKANG

1.1 Latar Belakang Masalah

Kanker nasofaring adalah neoplasma tersering pada area kepala dan leher yang di temukan di Indonesia. Sekitar 60% tumor ganas yang terjadi pada kanker kepala dan leher adalah karsinoma nasofaring (Smeltzer et al., 2013). Karsinoma nasofaring terjadi di sebabkan karena adanya mutasi genetik yang terjadi didalam tubuh. Penyebab utama karsinoma nasofaring biasanya *Epstein barr virus* (Aini et al., 2022). Karsinoma nasofaring sering terjadi pada pria dibanding dengan wanita. Karsinoma nasofaring paling sering berasal dari *fossa rosenmuller*, yaitu suatu lekukan pada bagian posterosuperior dari nasofaring. Karsinoma nasofaring biasanya merupakan *Squamous Cell Carcinoma* (Lay et al., 2024). Studi yang dilakukan oleh Kamel Sadek Abd El Rahman (2022) menunjukkan bahwa teknik relaksasi berbasis respon relaksasi, termasuk Benson relaxation, efektif dalam menurunkan intensitas nyeri dan ketegangan otot pada pasien kanker yang menjalani terapi medis intensif. Penelitian lain oleh Adiningsih (2025) dalam konteks keperawatan onkologi di Indonesia juga menemukan bahwa penerapan teknik relaksasi Benson memberikan penurunan bermakna pada skala nyeri pasien kanker yang menjalani kemoterapi, sekaligus meningkatkan kenyamanan dan kemampuan coping pasien terhadap proses pengobatan.

Penelitian menunjukkan bahwa teknik relaksasi Benson mampu berkontribusi dalam penurunan nyeri pada pasien dengan nyeri kronis, termasuk pasien kanker yang mengalami nyeri akibat pengobatan atau penyakit itu sendiri. Sebagai contoh, penelitian kuasi-eksperimental di RS Banyuwangi melaporkan bahwa penerapan relaksasi Benson pada pasien kanker dengan nyeri skala ringan hingga sedang secara konsisten menurunkan intensitas nyeri dari skala 6 menjadi 2 dalam beberapa hari intervensi, menunjukkan efektivitas teknik ini sebagai terapi non-farmakologis yang sederhana dan aman untuk manajemen nyeri (Hidayatin, 2025). Selain itu, penelitian lain pada pasien kanker yang menjalani kemoterapi juga menemukan bahwa kombinasi teknik relaksasi Benson dengan terapi tambahan (misalnya terapi Quranic Healing) menghasilkan penurunan nyeri yang signifikan secara statistik dibandingkan dengan kelompok kontrol yang hanya menerima perawatan konvensional, menguatkan potensi relaksasi Benson untuk mengurangi persepsi nyeri melalui stimulasi fisiologis dan psikologis yang menenangkan (Journal Arikei, 2025).

Karsinoma nasofaring menempati sekitar 0,7 % dari semua kasus kanker di dunia. terdapat sekitar 80.000 kasus baru yang di laporkan per tahunnya. Pada area endemic, seperti pada China Selatan dan Asia Tenggara, tingkat insidennya mencapai 20 sampai 30 kejadian per 100.000 populasi pada pria, dan 8 sampai 15 Kejadian per 100.000 populasi pada wanita (WHO,2022). Di Indonesia, presentasi prevalensi kasus karsinoma nasofaring yang tercatat adalah 6.2 per 100.000, dengan 13.000 kasus baru per tahunnya. Dalam populasi ini, karsinoma

nasofaring termasuk kedalam kanker kepala dan leher yang sangat sering terjadi (28,4%), dengan rasio laki-laki dan perempuan 4:2, dan merupakan endemik pada populasi Jawa (Adham et al., 2012). Tercatat 545 pasien baru dengan karsinoma nasofaring selama periode Januari 2019-Desember 2022, berdasarkan data dari 16 rumah sakit yang ikut serta dalam registri karsinoma nasofaring Indonesia dengan Distribusi Jenis Kelamin 67,7 % laki-laki 32,3 % perempuan. Rata-rata usia pasien adalah 48 tahun (rentang usia 4–80 tahun), menunjukkan insiden yang lebih tinggi pada usia dewasa tengah. Sebagian besar pasien berasal dari Jawa Barat, menunjukkan daerah ini merupakan salah satu wilayah dengan beban kasus NPC yang lebih tinggi di Indonesia (Indrasari et al., 2025).

Studi deskriptif analitik di RSUD Dr. Saiful Anwar Malang melaporkan jumlah kasus karsinoma nasofaring berdasarkan spesimen biopsi dari pasien periode 2018–2020 Terdapat 557 kasus biopsi organ nasofaring yang diperiksa. Dari jumlah itu, 282 kasus menunjukkan keganasan (karsinoma nasofaring), sementara 21 kasus suspek ganas dan 216 kasus non-ganas. Mayoritas kasus karsinoma nasofaring adalah laki-laki (69,86 %) dan sering terjadi pada usia >50 tahun. Tipe histopatologi yang paling banyak ditemukan adalah karsinoma tidak berdiferensiasi (*undifferentiated carcinoma*) sebanyak 244 kasus (Kusuma et al., 2021).

Beberapa penelitian telah menunjukkan bahwa teknik relaksasi Benson efektif dalam mengurangi tingkat nyeri pada pasien kanker yang menjalani kemoterapi. Penelitian quasi-eksperimental yang dilakukan oleh Ernawati (2025) membuktikan bahwa penerapan relaksasi Benson secara signifikan menurunkan intensitas nyeri dan tingkat kecemasan pada pasien kemoterapi dibandingkan dengan kelompok

kontrol ($p < 0,05$). Studi tersebut menegaskan bahwa respon relaksasi yang dihasilkan melalui teknik Benson mampu menekan aktivitas sistem saraf simpatis sehingga berkontribusi terhadap penurunan persepsi nyeri pada pasien kanker yang menjalani terapi sitotoksik. Hasil penelitian yang sama oleh Fatmawati & Sugianto (2023) dalam penelitian penerapan relaksasi Benson pada pasien kanker, yang menunjukkan penurunan skala nyeri dari kategori sedang menjadi ringan setelah dilakukan intervensi secara rutin. Penelitian ini menekankan bahwa relaksasi Benson merupakan intervensi non-farmakologis yang mudah diterapkan oleh perawat dan efektif sebagai pendamping terapi farmakologis dalam manajemen nyeri pasien kanker. Penelitian eksperimental pada sebuah tinjauan sistematis oleh Nazari (2023) menyimpulkan bahwa teknik relaksasi Benson memberikan manfaat signifikan bagi pasien kanker, khususnya dalam menurunkan nyeri, stres, dan kecemasan. Hasil menjelaskan bahwa mekanisme kerja relaksasi Benson berkaitan dengan peningkatan respon relaksasi tubuh yang memicu pelepasan endorfin dan menurunkan ketegangan otot, sehingga berdampak langsung pada penurunan nyeri. Hasil ini memperkuat dasar ilmiah penggunaan relaksasi Benson sebagai bagian dari asuhan keperawatan berbasis bukti pada pasien kanker yang menjalani kemoterapi.

Proses kemoterapi dapat menimbulkan berbagai efek samping, salah satunya nyeri, yang berasal dari kerusakan jaringan, respon inflamasi, serta efek neurotoksik obat sitotoksik. Nyeri yang tidak tertangani secara adekuat dapat berdampak pada penurunan kualitas hidup, gangguan fungsi fisik, dan ketidakpatuhan pasien terhadap terapi. Penelitian oleh Van Den Beuken-Van (2016)

menunjukkan bahwa nyeri masih menjadi masalah signifikan pada pasien kanker yang menjalani terapi aktif dan membutuhkan pendekatan manajemen nyeri yang komprehensif, termasuk intervensi non-farmakologis. Pendekatan keperawatan dalam manajemen nyeri pada pasien kanker tidak hanya berfokus pada pemberian analgesik, tetapi juga menekankan intervensi non-farmakologis yang aman, mudah diterapkan, dan berorientasi pada respon fisiologis tubuh. Salah satu intervensi tersebut adalah teknik relaksasi Benson, yang bertujuan menurunkan aktivitas sistem saraf simpatis melalui pengaturan pernapasan dan fokus kognitif. Temuan ini menegaskan bahwa relaksasi Benson merupakan intervensi keperawatan yang efektif dan dapat diterapkan secara mandiri oleh perawat sebagai bagian dari asuhan keperawatan holistic.

Meskipun berbagai penelitian tersebut menunjukkan efek positif relaksasi Benson dalam mengurangi gejala kemoterapi pada pasien kanker, sebagian besar studi masih berupa penelitian pada populasi kanker umum atau kanker payudara. Sampai saat ini, masih sedikit penelitian yang mengevaluasi efektivitas relaksasi Benson terhadap pasien karsinoma nasofaring secara spesifik dengan karakteristik efek samping kemoterapi pada karsinoma nasofaring dapat berbeda karena regimen terapi yang berbeda dan beban gejala spesifik pada wilayah kepala-leher.

Peran perawat sangat dibutuhkan dalam meningkatkan kesehatan pasien dengan pemberian asuhan keperawatan sesuai yang diperlukan oleh pasien. Intervensi non farmakologis menjadi pilihan yang murah dan mudah untuk dilakukan dalam mengatasi masalah kesehatan yang dialami pasien. Oleh karena itu peneliti tertarik menganalisis asuhan keperawatan pada pasien karsinoma

nasofaring yang mengalami nyeri kronis dengan pemberian intervensi non farmakologis yaitu relaksasi benson sebagai inovasi lain dari terapi kompres dingin.

1.2 Rumusan Masalah

Berdasarkan latar belakang diatas maka penulis dapat menuliskan rumusan masalah ”bagaimana pemberian relaksasi Benson dalam mengontrol tingkat nyeri pada pasien karsinoma Nasofaring dengan kemoterapi pertama siklus ke II”

1.3 Tujuan Penulisan

1.3.1 Tujuan Umum

Tujuan penulisan karya ilmiah akhir ini menggambarkan analisis praktik klinik asuhan keperawatan dengan masalah nyeri kronis pada pasien karsinoma nasofaring yang diberikan intervensi relaksasi Benson.

1.3.2 Tujuan Khusus

1. Mengidentifikasi pelaksanaan pengkajian asuhan keperawatan pada pasien karsinoma nasofaring kemoterapi pertama siklus II dengan penurunan tingkat nyeri di RS Saiful Anwar Kota Malang.
- 2 Mengidentifikasi penegakan diagnosa asuhan keperawatan pada pasien karsinoma nasofaring kemoterapi pertama siklus II dengan penurunan tingkat nyeri di RS Saiful Anwar Kota Malang.
- 3 Mengidentifikasi penyusunan rencana asuhan keperawatan pada pasien karsinoma nasofaring kemoterapi pertama siklus II dengan penurunan tingkat nyeri di RS Saiful Anwar Kota Malang.

- 4 Mengidentifikasi pelaksanaan tindakan asuhan keperawatan pada pasien karsinoma nasofaring kemoterapi pertama siklus II dengan penurunan tingkat nyeri di RS Saiful Anwar Kota Malang.
- 5 Mengidentifikasi evaluasi asuhan keperawatan pada pasien karsinoma nasofaring kemoterapi pertama siklus II dengan penurunan tingkat nyeri di RS Saiful Anwar Kota Malang.