

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang Masalah

Laparotomi merupakan suatu tindakan pembedahan besar yang dilakukan dengan membuat sayatan pada dinding abdomen untuk menjangkau organ dalam perut yang mengalami gangguan, seperti kasus kanker, sumbatan, perdarahan, atau perforasi (Darmawidyawati *et al.*, 2022). Pasien yang menjalani laparotomi berisiko mengalami berbagai komplikasi post operasi, di antaranya gangguan perfusi jaringan akibat tromboflebitis, kerusakan integritas kulit, serta masalah keperawatan yang paling umum yaitu nyeri. Nyeri post operasi umumnya timbul akibat proses inflamasi yang memicu aktivasi reseptor nyeri dan pelepasan zat-zat kimia seperti histamin, bradikinin, dan prostaglandin, yang menyebabkan rasa nyeri pada pasien. Kondisi nyeri ini menimbulkan rasa tidak nyaman yang signifikan. Apabila tidak segera ditangani secara efektif, nyeri tersebut dapat menimbulkan dampak sistemik terhadap fungsi paru-paru, sistem kardiovaskular, pencernaan, endokrin, serta sistem kekebalan tubuh (Butar dan Mendrofa, 2023).

Menurut data World Health Organization, tren pasien yang menjalani tindakan laparotomi secara global mengalami peningkatan sekitar 15% setiap tahunnya. Pada tahun 2020, tercatat sekitar 80 juta pasien di seluruh dunia telah menjalani operasi laparotomi. Angka ini terus meningkat, di mana pada tahun 2021 jumlah pasien post laparotomi dilaporkan mencapai 98 juta jiwa (Darmawidyawati *et al.*, 2022). Di wilayah Inggris dan Wales, tercatat

sebanyak 27.863 pasien menjalani laparatomi darurat pada periode Desember 2021 hingga Maret 2023 (*National Emergency Laparotomy Audit*, 2024). Di Indonesia, tindakan laparatomi menjadi salah satu jenis pembedahan yang paling sering dilakukan. Berdasarkan data tahun 2018, laparatomi menempati peringkat kelima sebagai jenis tindakan operasi yang paling sering dilakukan di Indonesia. Terdapat total 1,2 juta prosedur pembedahan yang tercatat, diperkirakan sekitar 42% merupakan tindakan laparatomi (Butar dan Mendrofa, 2023). Data lokal dari Ruang Bima RSUD Ngudi Waluyo Wlingi selama tiga bulan terakhir (November 2024 – Januari 2025), tercatat sebanyak 774 pasien menjalani pembedahan umum, yang mencakup tindakan laparatomi. Setiap tindakan pembedahan berpotensi menimbulkan ketidaknyamanan dan trauma bagi pasien, di mana keluhan yang paling umum disampaikan oleh pasien adalah munculnya sensasi nyeri (Nadianti dan Minardo, 2023).

Nyeri merupakan pengalaman sensorik dan emosional yang tidak menyenangkan yang terkait dengan, atau menyerupai yang terkait dengan, kerusakan jaringan aktual atau potensial (IASP, 2020). Nyeri yang muncul akibat tindakan operasi termasuk ke dalam nyeri akut. Menurut PPNI, nyeri akut adalah pengalaman sensorik atau emosional yang berkaitan dengan kerusakan jaringan aktual atau fungsional, dengan onset mendadak atau lambat dan berintensitas ringan hingga berat yang berlangsung kurang dari 3 bulan (Tim Pokja, 2016).

Pada tahap awal penatalaksanaan nyeri, pendekatan yang digunakan secara umum terbagi menjadi dua, yaitu terapi farmakologis dan nonfarmakologis. Terapi farmakologis telah lama menjadi pilihan utama dalam mengatasi nyeri akut, terutama melalui pemberian analgesik seperti opioid dan NSAID. Namun, seiring dengan munculnya berbagai efek samping yang ditimbulkan, termasuk risiko ketergantungan dan gangguan fungsi organ, perhatian mulai bergeser menuju pendekatan nonfarmakologis. Seiring berjalannya waktu, terapi nonfarmakologis semakin mendapat tempat sebagai alternatif yang efektif dan aman, karena terbukti mampu mengurangi konsumsi analgesik, memberikan rasa kontrol yang lebih besar kepada pasien, serta meningkatkan kemampuan adaptasi terhadap nyeri dan kualitas hidup secara keseluruhan. Selain itu, pendekatan ini relatif mudah diterapkan, minim efek samping, dan aman digunakan dalam jangka panjang. Dalam pelaksanaannya, perawat berperan penting sebagai pelaksana intervensi nonfarmakologis, sesuai dengan fungsi mandiri dalam praktik keperawatan (Amalia, Somanri dan Rizmadewi, 2024).

Salah satu intervensi nonfarmakologis yang telah banyak diteliti sebagai upaya penurunan nyeri adalah teknik relaksasi otot progresif yang pertama kali diperkenalkan oleh Edmund Jacobson. Terapi ini bertujuan untuk membantu individu mengenali serta mengurangi ketegangan otot, sehingga menciptakan keadaan relaksasi secara fisik dan mental. Efektivitas teknik ini telah didukung oleh sejumlah penelitian. Studi oleh Jamini (2022) menunjukkan bahwa terapi relaksasi otot progresif berpengaruh signifikan terhadap penurunan intensitas nyeri pada pasien post herniotomi. Sementara

itu, penelitian oleh Rady dan El-Deeb (2020) mengungkapkan bahwa teknik ini secara signifikan mampu menurunkan tingkat nyeri post operasi serta meningkatkan kualitas pemulihan pada pasien yang menjalani pembedahan abdomen.

Aromaterapi lemon juga telah diidentifikasi sebagai salah satu pendekatan nonfarmakologis alternatif yang berpotensi efektif dalam manajemen nyeri post operasi. Mekanisme kerja aromaterapi lemon dimulai ketika aroma dari minyak esensial lemon terhirup dan diterima oleh reseptor penciuman, kemudian diproses oleh pusat olfaktori yang terletak di bagian dasar otak. Sinyal olfaktori tersebut selanjutnya ditransmisikan ke sistem limbik, suatu wilayah otak yang berperan penting dalam pengaturan emosi dan persepsi nyeri. Di dalam sistem limbik, sinyal tersebut diteruskan ke hipotalamus, yang kemudian memicu pelepasan neurotransmiter dan hormon tertentu. Komponen aktif dari minyak esensial lemon kemudian tersebar ke seluruh tubuh melalui aliran darah, memberikan efek fisiologis yang berkontribusi terhadap relaksasi dan pengurangan persepsi nyeri. Studi oleh Zulaina (2024) menunjukkan bahwa ada pengaruh penurunan intensitas nyeri sebelum dan sesudah diberikan aromaterapi lemon. Sementara itu, penelitian Rambod *et al.* (2023) mengungkapkan bahwa aromaterapi mengurangi intensitas nyeri, mual post operasi, muntah, dan sendawa, serta kejadian pemberian obat antiemetik.

Hasil pengamatan saat penulis menjalani praktik klinik di Ruang Bima RSUD Ngudi Waluyo Wlingi, ditemukan bahwa seluruh partisipan (5 dari 5 pasien) yang menjalani operasi laparatomi melaporkan nyeri dengan intensitas sedang hingga berat dalam kurun waktu 12 jam pertama post operasi. Sebagian besar pasien menyatakan bahwa nyeri yang mereka alami menyebabkan gangguan tidur dan menurunkan motivasi untuk melakukan mobilisasi dini. Peneliti tertarik untuk mengkaji efektivitas kombinasi terapi relaksasi otot progresif dan aromaterapi lemon sebagai bentuk intervensi keperawatan dalam upaya menurunkan intensitas nyeri pada pasien post operasi laparatomi. Pendekatan ini diharapkan dapat menjadi strategi komplementer yang bermanfaat dalam manajemen nyeri post operatif.

B. Rumusan Masalah

Bagaimana pengaruh kombinasi terapi relaksasi otot progresif dan aromaterapi lemon terhadap penurunan intensitas nyeri pada klien post operasi laparatomi di Ruang Bima RSUD Ngudi Waluyo Wlingi?

C. Tujuan Penulisan

1. Tujuan Umum

Melakukan proses asuhan keperawatan pada klien dengan nyeri post operasi laparatomi dengan intervensi kombinasi terapi relaksasi otot progresif dan aromaterapi lemon di Ruang Bima RSUD Ngudi Waluyo Wlingi.

2. Tujuan Khusus

- a. Melakukan pengkajian keperawatan pada klien dengan nyeri post operasi laparatomi di Ruang Bima RSUD Ngudi Waluyo Wlingi.
- b. Menegakkan diagnosa keperawatan pada klien dengan nyeri post operasi laparatomi di Ruang Bima RSUD Ngudi Waluyo Wlingi.
- c. Menyusun intervensi keperawatan pada klien dengan nyeri post operasi laparatomi di Ruang Bima RSUD Ngudi Waluyo Wlingi.
- d. Melaksanakan implementasi keperawatan pada klien dengan nyeri post operasi laparatomi di Ruang Bima RSUD Ngudi Waluyo Wlingi.
- e. Melaksanakan evaluasi keperawatan pada klien dengan nyeri post operasi laparatomi di Ruang Bima RSUD Ngudi Waluyo Wlingi.

D. Manfaat Penelitian

1. Manfaat Teoritis

Hasil penelitian ini diharapkan dapat menambah referensi ilmiah dan memperkuat *evidence-based practice* dalam keperawatan, khususnya mengenai intervensi nonfarmakologis dalam manajemen nyeri post operasi.

2. Manfaat Praktis

a. Bagi Institusi Pelayanan Kesehatan

Memberikan alternatif intervensi nonfarmakologis yang efektif dan aman untuk menurunkan nyeri post operasi, yang dapat diintegrasikan dalam standar asuhan keperawatan post operasi.

b. Bagi Perawat

Sebagai panduan dalam pelaksanaan intervensi keperawatan komplementer untuk mengurangi nyeri pasien dengan pendekatan holistik.

c. Bagi Peneliti

Sebagai dasar pengembangan penelitian lanjutan mengenai efektivitas terapi kombinasi relaksasi dan aromaterapi pada berbagai jenis nyeri atau kelompok pasien lain.

d. Bagi Klien

Meningkatkan kenyamanan, mempercepat pemulihan, dan mengurangi ketergantungan terhadap obat analgesik dengan pendekatan terapi alami dan minim efek samping.