BAB I
PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Era globalisasi saat ini telah membawa banyak perubahan dalam kehidupan masyarakat, salah satunya adalah perubahan gaya hidup terutama pada pola makan. Masyarakat dengan kesibukan yang padat cenderung menyebabkan mereka tidak memiliki banyak waktu untuk memasak makanan sendiri. Hal tersebut menyebabkan masyarakat banyak yang beralih mengkonsumsi makanan cepat saji. Makanan cepat saji menjadi pilihan karena menurut sebagian masyarakat dengan harga yang cukup terjangkau serta pengolahan yang praktis mereka sudah dapat menikmati makanan yang sangat lezat (Goleman, dkk., 2019).

Makanan cepat saji (junk food) yang dikonsumsi secara berlebihan dapat menimbulkan berbagai gangguan kesehatan, seperti obesitas (kegemukan), diabetes (kencing manis), hipertensi (tekanan darah tinggi), aterosklerosis (pengerasan pembuluh darah), penyakit jantung koroner, stroke, kanker, usus buntu *(apendisitis)* dan lain-lain (Ariska & Ali, 2019). Usus buntu atau apendisitis merupakan inflamasi pada umbai cacing *(apendiks vermiformis)*, yang merupakan proyeksi apeks sekum. Penyakit ini merupakan kedaruratan bedah abdomen yang paling sering dijumpai, biasanya terjadi pada usia antara 10-19 tahun, meskipun dapat menyerang pada usia berapa pun (Septiana, 2021).

Apendisitis adalah peradangan pada apendiks vermiformis atau dikenal di masyarakat sebagai peradangan usus buntu. Apendisitis sebagian besar disebabkan karena adanya sumbatan pada lumen apendiks vermiformis akibat hiperplasia folikel limfoid, benda asing, neoplasma, atau gumpalan fekal yang mengeras mengakibatkan peradangan akut ataupun kronis pada apendiks (Kurniadi et al, 2023).

Menurut *World Health Organization* (WHO), menyatakan angka mortalitas akibat apendisitis adalah 21.000 jiwa, populasi laki-laki lebih banyak dibandingkan perempuan. Angka mortalitas apendisitis sekitar 12.000 jiwa pada laki-laki dan sekitar 10.000 jiwa pada perempuan. Di Amerika Serikat terdapat 70.000 kasus apendisitis setiap tahunnya. Kejadian apendisitis di Amerika memiliki insiden 1-2 kasus per 10.000 anak per tahunnya. Kejadian meningkat 25 kasus per 10.000 anak per tahunnya antara 10-17 tahun di Amerika Serikat (WHO, 2022).

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 mengalami apendisitis (Ronika et al, 2024). Hal ini menunjukkan bahwa apendisitis merupakan penyakit tidak menular terbanyak kedua di Indonesia (Wahyuni dkk., 2023). Sumatera Barat berada di urutan 18 dari 35 provinsi dengan penderita apendisitis terbanyak yaitu 1,2% dari jumlah penduduk sebanyak 3,4 juta jiwa. Menurut data Dinas Kesehatan kota padang ada 65.755 kasus apendisitis pada tahun 2021 dan 75.601 kasus pada tahun 2022, yang mana ada 1.200 kasus apendisitis perhari di Kota Padang (Dinkes Padang, 2022).

Penyakit yang paling sering ditangani dengan pembedahan adalah apendisitis dengan operasi apendektomi. Apendektomi dapat dilakukan dengan menggunakan dua metode pembedahan, yaitu secara tehnik terbuka/pembedahan konvensional (laparatomi) atau dengan tehnik laparoskopi yang merupakan tehnik pembedahan minimal infasif (Manurung, 2019). Apendektomi merupakan kasus pembedahan darurat yang menyerang semua kelompok usia secara signifikan yang disebab kan oleh apendisitis (Ali et al, 2024).

Pembedahan adalah segala tindakan pengobatan yang menggunakan metode invasif dengan cara membuka atau memperlihatkan bagian tubuh yang akan dirawat dan umumnya dilakukan dengan membuat sayatan dan diakhiri dengan penutupan dan penjahitan luka. Sayatan atau luka yang dihasilkan merupakan trauma bagi penderitanya dan hal ini dapat menimbulkan berbagai keluhan dan gejala. Perawatan post laparatomi adalah bentuk pelayanan perawatan yang diberikan kepada pasien-pasien yang telah menjalani pembedahan perut. Pasien pasca operasi pada umumnya mengalami nyeri, nyeri pasca bedah disebabkan oleh rangsangan mekanik luka yang menyebabkan tubuh menghasilkan mediator-mediator nyeri (Febriawati, 2023).

Nyeri merupakan alasan yang paling umum orang mencari perawatan kesehatan. Individu yang merasakan nyeri merasa tertekan atau menderita dan mencari upaya untuk menghilangkan nyeri. Nyeri merupakan faktor utama yang menghambat kemampuan dan keinginan individu untuk pulih dari suatu penyakit (Febriawati, 2023). Nyeri adalah perasaan tidak nyaman dan tidak menyenangkan yang bisa membatasi kemampuan seseorang untuk

melaksanakan rutinitas sehari-hari yang dirasakan pada setiap individu, nyeri biasanya timbul bila terjadi kerusakan jaringan tubuh (Sudirman, 2023).

Nyeri yang tidak segera ditangani dapat berdampak pada fisik, perilaku, dan aktivitas sehari-hari sehingga penderita tidak dapat melakukan kegiatan sebagaimana biasa. Bahkan dalam jangka waktu lama dapat menyebabkan syok, berbagai upaya dilakukan sebagai intervensi penanganan nyeri. Penanganan tersebut dapat berupa terapi farmakologi berupa pemberian obat-obatan penghilang nyeri atau menggunakan terapi non farmakologi yang biasa disebut juga terapi komplementer seperti teknik relaksasi, massage atau menggunakan bahan- bahan herbal. Teknik relaksasi dapat mengurangi ketegangan pada otot, ada beberapa teknik relaksasi yaitu : teknik relaksasi otot progressif, teknik relaksasi nafas dalam, *biofeedback* dan teknik relaksasi benson (Chandra, 2021)

Relaksasi Benson ialah terapi non farmakologi dapat dilakukan secara sederhana, mudah untuk dipelajari dan sangat mudah untuk diterapkan. Keunggulan teknik relaksasi Benson yaitu teknik pernapasan yang disertai dengan penambahan unsur keyakinan dalam bentuk kata-kata. Relaksasi Benson dapat menghambat aktivitas saraf simpatik sehingga menurunan konsumsi oksigen pada tubuh yang memberikan efek otot-otot tubuh menjadi rileks, timbul rasa nyaman pada pasien dengan fraktur. Aktivitas saraf simpatik yang menurun dapat berpengaruh terhadap menurunnya rasa nyeri (Nurhayati, 2022).

Terapi yang ditemukan oleh Dr. Herbert Benson ini dinilai mampu menurunkan tingkat nyeri yang dialami pasien selama masa pemulihan pasca

operasi apendiktomi (Manurung, M., dkk. 2022). Hasil penelitian menurut Alza, dkk. Pada Tahun 2023 dalam Jurnal Cendikia Muda yang berjudul "Penerapan Teknik Relaksasi Benson Terhadap Penurunan Skala Nyeri Pada Pasien Post Operasi Apendiktomi Di Kota Metro" didapatkan hasil bahwa setelah dilakukan pre dan post test penerapan teknik relaksasi benson terhadap salah satu pasien dinilai dapat menurunkan nyeri pada pasien post operasi apendiks pada kategori nyeri sedang dengan skala (6) menurun hingga nyeri ringan dengan skala (2). Hasil dari penelitian lainnya yang dilakukan oleh Waisani, S. & Khoiriyah, K. pada tahun 2022 yang berjudul "Penurunan 4 Intensitas Skala Nyeri Pasien Appendiks Post Appendiktomi Menggunakan Teknik Relaksasi Benson" juga menunjukan bahwa terdapat pengaruh yang signifikan pada teknik relaksasi benson terhadap penurunan skala nyeri pada pasien post apendiktomi.

Berdasarkan data tanggal 17-23 juni 2025 di ruang bedah pria RSUP Dr. M. Djamil Padang terdapat 5 orang pasien yang dirawat post operasi apendiktomi dan salah satunya Tn. P. Dengan hari rawatan ke tiga Pasien mengeluhkan nyeri pada luka post operasi diabdomen dengan skala nyeri 5. P: nyeri ketika pasien bergerak, Q: nyeri seperti ditusuk-tusuk, R: nyeri pada abdomen sebelah kanan bawah, S: skala nyeri 5, T: nyeri dirasakan hilang timbul. Hasil wawancara dengan pasien di dapatkan bahwa pasien belum pernah diajarkan oleh perawat cara mengatasi nyeridengan teknik relaksasi benson, dan pasien tidak tahu apa yang harus dilakukan untuk mengurangi rasa nyeri selain obat pereda nyeri yang diberikan oleh perawat. Tindakan keperawatan yang dilakukan oleh perawat dalam mengatasi kondisi tersebut adalah dengan memberikan intervensi berupa terapi medis.

Berdasarkan fenomena di atas maka penulis tertarik untuk mengambil judul ” Asuhan Keperawatan pada Tn. P Dengan Penerapan Teknik Telaksasi Benson untuk menurunkan intensitas nyeri post operasi apendiktomi di ruang Bedah pria RSUP Dr. M. Djamil Padang tahun 2025”

B. Tujuan Penulisan

1. Tujuan Umum

   Mampu memberikan Asuhan Keperawatan pada Tn. P dengan penerapan teknik relaksasi benson untuk menurunkan intensitas nyeri post operasi apendiktomi diruang bedah pria RSUP Dr. M. Djamil padang tahun 2025.

2. Tujuan Khusus
   a. Mampu melakukan pengkajian asuhan keperawatan pada Tn. . P diruang bedah pria RSUP Dr. M. Djamil padang tahun 2025.
   b. Mampu menentukan diagnosa asuhan keperawatan pada Tn. P diruang bedah pria RSUP Dr. M. Djamil padang tahun 2025.
   c. Mampu menyusun rencana tindakan asuhan keperawatan pada Tn. P diruang bedah pria RSUP Dr. M. Djamil Padang tahun 2025
   d. Mampu melakukan tindakan asuhan keperawatan pada Tn. P diruang bedah pria RSUP Dr. M. Djamil Padang tahun 2025
   e. Mampu mengevaluasi asuhan keperawatan pada Tn. P diruang bedah pria RSUP Dr. M. Djamil Padang tahun 2025

C. Manfaat KIAN

1. Bagi penulis

   Sebagai tambahan pengetahuan dan pengalaman dalam mengaplikasikan hasil riset keperawatan, khususnya studi kasus tentang penerapan teknik relaksasi benson pada pasien post operasi apendiktomi.

2. Bagi institusi pendidikan

   Dapat digunakan sebagai masukan dan bahan kepustakaan bagi mahasiswa dan pihak program studi pendidikan profesi ners Universitas Alifah Padang

3. Bagi Rumah Sakit

   Memberikan masukan bagi tenaga pelaksana keperawatan diinstansi untuk menerapkan asuhan keperawatan dengan penerapan teknik relaksasi benson pada pasien post apendiktomi.