

## **BAB I**

### **PENDAHULUAN**

#### **1.1 Latar Belakang**

Menurut *World Health Organization* (WHO), penyakit merupakan kondisi yang mengganggu fungsi normal tubuh, baik secara fisik maupun mental, sehingga menimbulkan ketidaknyamanan serta hambatan dalam menjalankan aktivitas sehari-hari. Sementara itu, Prof. Maria Rodriguez menjelaskan bahwa penyakit muncul akibat interaksi kompleks antara faktor genetik, lingkungan, dan gaya hidup individu yang menyebabkan terganggunya keseimbangan tubuh (Ahmad Fikri, 2024).

Berdasarkan klasifikasi (*World Health Organization*, 2012) etiologi penyakit dibagi menjadi dua kelompok besar, yaitu penyakit genetik dan non-genetik. Penyakit genetik terjadi akibat adanya mutasi atau perubahan pada satu atau beberapa gen, serta kelainan pada kromosom, baik yang diwariskan dari orang tua maupun yang muncul secara spontan. Beberapa contoh penyakit genetik meliputi Thalassemia, Hemofilia, Cystic Fibrosis, dan Down Syndrome.

Sebaliknya, penyakit non-genetik merupakan gangguan kesehatan yang ditularkan secara langsung atau tidak langsung antarindividu dan biasanya berkembang secara perlahan. Faktor lingkungan, gaya hidup, dan kondisi fisiologis menjadi penyebab utama, bukan karena kelainan genetik. Contoh penyakit non-genetik antara lain ISPA, Gastritis, DBD, Pneumonia, serta Hernia.

Hernia termasuk dalam kategori penyakit non-genetik, yaitu suatu kondisi ketika sebagian organ atau jaringan tubuh menonjol keluar melalui area lemah pada dinding otot atau jaringan sekitarnya (Wahid et al., 2019). Penyakit ini dapat dipicu oleh berbagai faktor, seperti kelainan bawaan (kongenital), kelemahan jaringan otot, trauma, obesitas, peningkatan tekanan intraabdomen akibat mengejan, buang air besar, atau aktivitas fisik berat. Dari berbagai jenis hernia yang ada, sekitar 75% kasus terjadi pada area inguinal, sehingga dikenal dengan istilah

*hernia inguinalis* (Syafi Zuar et al., 2023). Berdasarkan angka tersebut, penulis memilih hernia inguinalis sebagai fokus penelitian karena merupakan kasus paling sering ditemukan dibandingkan jenis hernia lainnya.

*Hernia inguinalis* terjadi ketika sebagian organ dalam rongga perut (*visera*) menonjol melalui kanalis inguinalis lateral. Kondisi ini dapat bersifat strangulasi, yaitu ketika terjadi sumbatan pada aliran usus disertai gangguan vaskularisasi, atau inkarserasi, yakni keadaan ireponibel tanpa gangguan pasase usus. Penanganan utama untuk kasus ini umumnya dilakukan melalui tindakan pembedahan(Syafi Zuar et al., 2023).

Secara epidemiologis, hernia inguinalis merupakan salah satu masalah bedah yang paling umum. Berdasarkan klasifikasinya, hernia ini terbagi menjadi dua jenis, yaitu hernia inguinalis lateral dan medial. Pada anak-anak, jenis lateral lebih sering dijumpai, sementara pada orang dewasa kedua tipe tersebut dapat muncul. Walaupun hernia lateral lebih banyak terjadi, hernia medial memiliki kecenderungan lebih tinggi untuk kambuh. Perbedaan prevalensi berdasarkan usia, jenis kelamin, dan tingkat kekambuhan menunjukkan adanya variasi etiologis pada kedua tipe tersebut.

Beberapa faktor risiko yang dapat memicu hernia inguinalis antara lain jenis kelamin laki-laki, aktivitas berat yang meningkatkan tekanan intraabdomen, batuk kronis, kelahiran prematur, riwayat operasi prostat, serta riwayat keluarga dengan penyakit serupa (Syafi Zuar et al., 2023). Data WHO menunjukkan bahwa pada periode 2005–2010, terdapat sekitar 19.173.279 kasus hernia di dunia (12,7%), dengan sebagian besar terjadi di negara berkembang seperti kawasan Afrika dan Asia Tenggara, termasuk Indonesia (World Health Organization, 2012), (Aji Pangki Asmaya et al., 2024).

Di Indonesia, laporan dari (Kementerian Kesehatan RI, 2018), mencatat sebanyak 1.243 kasus hernia yang teridentifikasi antara Januari 2010 hingga Februari 2011. Temuan ini memperlihatkan pentingnya penelitian lebih lanjut mengenai faktor risiko yang berhubungan

dengan kejadian hernia, khususnya jenis hernia inguinalis lateralis (Aji Pangki Asmaya et al., 2024).

Kabupaten Garut memiliki rumah sakit rujukan utama, yaitu UOBK RSUD dr. Slamet Garut, yang berlokasi di Jl. RSU No.12, Sukakarya, Tarogong Kidul. Rumah sakit milik pemerintah daerah ini telah terakreditasi paripurna dan menyediakan layanan bedah dengan fasilitas ruang rawat seperti Rubby Atas, Topaz, Marjan Atas, Intan, dan Puspa dengan total 75 tempat tidur (UOBK RSUD dr. Slamet Garut, 2025). Berdasarkan data rekam medis rumah sakit tersebut, jumlah pasien hernia meningkat dari 167 kasus pada tahun 2023 menjadi 180 kasus pada tahun 2024. Sebagian besar pasien (161 orang) adalah laki-laki, dengan persebaran kasus tertinggi di ruang Topaz sebanyak 132 pasien (UOBK RSUD dr. Slamet Garut, 2025).

Ruang Topaz merupakan salah satu ruang rawat inap bedah yang melayani pasien pascaoperasi, termasuk pasien hernia. Berdasarkan wawancara dengan dua pasien dan perawat pelaksana, ditemukan bahwa pasien sering mengeluhkan nyeri pada area insisi, terutama saat bergerak atau berpindah posisi. Skala nyeri yang dirasakan berkisar antara 5–7 menurut *Numeric Rating Scale* (NRS), yang tergolong nyeri sedang hingga berat.

Nyeri merupakan pengalaman sensorik dan emosional yang tidak menyenangkan akibat kerusakan jaringan, baik aktual maupun potensial (Hardianto et al., 2022). Penatalaksanaan nyeri bertujuan untuk mengurangi ketidaknyamanan pasien dan mengembalikan fungsi tubuh. Metode manajemen nyeri dibagi menjadi dua, yaitu farmakologis dan non-farmakologis (Morita et al., 2020).

Pendekatan farmakologis menggunakan obat analgesik seperti NSAID (Non-Steroidal Anti-Inflammatory Drugs) termasuk dexketoprofen dan ketorolac yang bekerja menghambat enzim COX sehingga menurunkan produksi prostaglandin pemicu nyeri. Namun, terapi obat jangka panjang dapat menimbulkan efek samping seperti gangguan ginjal atau pencernaan,

sehingga kombinasi dengan terapi non-farmakologis sangat dianjurkan(Brivian Florentis Yustanta., SST., M.Kes; Gita Kostania, S.ST. et al., 2021).

Berbagai metode non-farmakologis seperti relaksasi, distraksi, kompres hangat/dingin, dan *Transcutaneous Electrical Nerve Stimulation* (TENS) dapat membantu menurunkan persepsi nyeri, salah satu teknik relaksasi yang efektif adalah Relaksasi Benson, yaitu metode yang menggabungkan relaksasi napas dalam dengan unsur spiritual seperti doa, bacaan ayat suci, atau dzikir untuk menciptakan ketenangan. Teknik ini membantu pasien mengalihkan fokus dari rasa nyeri, meningkatkan rasa nyaman, dan merangsang analgesia endogen (Morita et al., 2020).

Hasil wawancara dengan perawat dan keluarga pasien menunjukkan bahwa di ruang Topaz, pasien pascaoperasi hernia hanya mendapatkan terapi ketorolac dan edukasi relaksasi napas dalam, sementara Teknik Relaksasi Benson belum pernah diterapkan. Padahal, metode ini mudah dilakukan, tidak menimbulkan efek samping, serta dapat meningkatkan kenyamanan pasien.

Nyeri pasca operasi merupakan salah satu masalah utama yang kerap dialami pasien setelah menjalani tindakan pembedahan (Dewi Catur Utami, 2024). Kondisi ini tidak hanya menimbulkan ketidaknyamanan fisik, tetapi juga memengaruhi aspek psikologis seperti munculnya kecemasan, ketakutan, bahkan stres emosional. Respons fisiologis akibat peningkatan aktivitas sistem saraf simpatik dapat memperparah persepsi nyeri yang dirasakan pasien. Oleh karena itu, dibutuhkan strategi manajemen nyeri yang efektif dan menyeluruh.

Menurut (Morita et al., 2020), teknik Relaksasi Benson memiliki sejumlah keunggulan yang menjadikannya mudah diterapkan dalam praktik keperawatan. Metode ini sederhana dan dapat dilakukan secara mandiri oleh pasien tanpa memerlukan bantuan alat medis tambahan, sehingga dapat menekan biaya perawatan. Selain itu, penerapan teknik ini mampu menurunkan tingkat stres, kecemasan, dan ketegangan emosional yang sering muncul pasca operasi. Efek fisiologis yang ditimbulkan meliputi penurunan aktivitas metabolismik, perlambatan denyut

jantung, serta stabilisasi tekanan darah. Dengan demikian, Relaksasi Benson berperan dalam mengontrol respon fisiologis terhadap nyeri, sehingga membantu pasien mencapai kondisi rileks dan meningkatkan efektivitas manajemen nyeri pasca operasi.

Penelitian oleh (Ningrum et al., 2024), menunjukkan bahwa teknik Relaksasi Benson efektif menurunkan skala nyeri pasien pascaoperasi dari tingkat sedang menjadi ringan. Hasil serupa juga dilaporkan oleh (Morita et al., 2020) yang menemukan adanya penurunan rata-rata skala nyeri dari 6 menjadi 3 setelah intervensi relaksasi Benson.

Perawat berperan penting sebagai *care provider* dan *health educator* dalam memberikan asuhan keperawatan bagi pasien pascaoperasi hernia, termasuk dengan menerapkan terapi non-farmakologis seperti Relaksasi Benson.

Berdasarkan uraian di atas, peneliti tertarik melakukan penelitian berjudul “Penerapan Relaksasi Benson untuk Menurunkan Tingkat Nyeri dalam Asuhan Keperawatan pada Pasien Post Operasi Hernia Inguinalis di Ruang Topaz UOBK RSUD dr. Slamet Garut Tahun 2025.”

## 1.2 Rumusan Masalah

Berdasarkan latar belakang yang telah dijelaskan sebelumnya, maka perumusan masalah dalam penelitian ini adalah: “Bagaimana penerapan teknik Relaksasi Benson dalam menurunkan tingkat nyeri pada pasien post operasi hernia inguinalis di Ruang Topaz UOBK RSUD dr. Slamet Garut Tahun 2025?”

## 1.3 Tujuan Penelitian

### 1.3.1 Tujuan Umum

Mengetahui dan melaksanakan penerapan teknik Relaksasi Benson untuk menurunkan tingkat nyeri dalam asuhan keperawatan pada pasien post operasi hernia inguinalis di Ruang Topaz UOBK RSUD dr. Slamet Garut Tahun 2025.

### 1.3.2 Tujuan khusus

1. Melakukan pengkajian keperawatan secara komprehensif pada pasien post operasi hernia di UOBK RSUD dr. Slamet Garut tahun 2025.
2. Menetapkan diagnosis keperawatan yang tepat pada pasien post operasi hernia di UOBK RSUD dr. Slamet Garut tahun 2025.
3. Menyusun rencana asuhan keperawatan yang berfokus pada penurunan nyeri dengan pendekatan Relaksasi Benson di UOBK RSUD dr. Slamet Garut tahun 2025.
4. Melakukan implementasi tindakan keperawatan berupa penerapan teknik Relaksasi Benson untuk membantu menurunkan tingkat nyeri pasien post operasi hernia di UOBK RSUD dr. Slamet Garut tahun 2025.
5. Melakukan evaluasi keperawatan terhadap efektivitas penerapan teknik Relaksasi Benson dalam menurunkan tingkat nyeri pada pasien post operasi hernia di UOBK RSUD dr. Slamet Garut tahun 2025.

#### **1.4 Manfaat Penelitian**

##### **1.4.1 Manfaat Teoritis**

Hasil penelitian ini diharapkan dapat menambah pengetahuan dan menjadi referensi ilmiah dalam bidang keperawatan dasar, khususnya mengenai penerapan terapi non-farmakologis berupa Relaksasi Benson untuk mengatasi nyeri pada pasien post operasi hernia.

##### **1.4.2 Manfaat Praktis**

1. Bagi Perawat

Penelitian ini dapat menjadi acuan bagi perawat dalam menerapkan teknik Relaksasi Benson untuk meningkatkan kompetensi profesional, efektivitas pelayanan, serta kepuasan pasien terhadap asuhan keperawatan yang diberikan.

## 2. Bagi Pasien

Diharapkan pasien mendapatkan manfaat berupa penurunan intensitas nyeri dan peningkatan kenyamanan selama masa pemulihan pasca operasi melalui penerapan Relaksasi Benson secara efektif dan sederhana.

## 3. Bagi Rumah Sakit

Hasil penelitian ini dapat menjadi bahan evaluasi dan pengembangan kebijakan rumah sakit, khususnya dalam peningkatan mutu pelayanan keperawatan dan penyusunan *Standard Operating Procedure* (SOP) berbasis bukti ilmiah terkait manajemen nyeri pasca operasi.

## 4. Manfaat Bagi Institusi Pendidikan

Penelitian ini diharapkan dapat memperkaya referensi akademik di Universitas Bhakti Kencana Garut, serta menjadi dasar bagi mahasiswa dan dosen dalam mengembangkan kurikulum pembelajaran keperawatan yang aplikatif, inovatif, dan berbasis bukti (*evidence-based practice*).