

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Abdominal pain merupakan gejala utama dari *acute abdominal pain* yang terjadi secara tiba-tiba dan tidak spesifik. Akut abdominal pain merupakan istilah yang digunakan untuk gejala-gejala dan tanda-tanda dari nyeri abdominal pain dan nyeri tekanan yang tidak spesifik tetapi sering terdapat pada penderita dengan keadaan intra *abdominal pain* akut yang berbahaya (Maryana, 2021). Nyeri akut abdominal adalah suatu kegawatan yang dapat terjadi karena masalah bedah dan non bedah. Pasien dengan akut *abdominal pain* datang dengan keluhan nyeri yang secara tiba-tiba dan berlangsung kurang dari 24 jam (Riska, 2019).

Abdominal Pain akan direspon oleh tubuh dengan meningkatkan pelepasan substansi kimia yang dapat menstimulus reseptor-reseptor nyeri seperti histamin, prostaglandine, bradykinin dan substansi yang akan menimbulkan persepsi nyeri seperti perasaan yang tidak nyaman baik secara sensori maupun emosional ditandai dengan kerusakan jaringan. Nyeri merupakan hal yang mengganggu kebutuhan dasar manusia pertama yaitu kebutuhan fisiologi. Berdasarkan durasinya nyeri dibagi menjadi dua kelompok yaitu nyeri akut dan nyeri kronis. Nyeri akut (*acute pain*) adalah nyeri yang terjadi setelah cedera akut, penyakit atau intervensi bedah dan memiliki proses yang cepat dengan intensitas yang bervariasi (ringan sampai berat), serta berlangsung untuk waktu yang singkat (kurang dari enam bulan). Sedangkan nyeri kronis adalah nyeri konstan yang intermiten yang menetap sepanjang suatu periode waktu. Nyeri ini berlangsung lama dengan intensitas yang bervariasi dan biasanya berlangsung lebih dari enam bulan. Nyeri tidak hanya dapat dibagi berdasarkan durasinya, namun dapat dibedakan berdasarkan jenis dan bentuknya (Firmansyah & Faradisi, 2024).

Menurut (WHO, 2022), *abdominal pain* di dunia sekitar 1,8-2,1 juta dari jumlah penduduk setiaptahunnya, di Inggris (22%), China (31%), Jepang (14,5%), Kanada (35%), dan Perancis (29,5%). Di Asia Tenggara sekitar 583.635 dari jumlah penduduk setiaptahunnya. Beragamnya angka prevalensi ini disebabkan oleh perbedaan persepsi dari definisi dispeksia. Berdasarkan penelitian pada populasi umum didapatkan penderita *abdominal pain* berkisar antara 12-45% dengan estimasi rata-rata adalah 25%. Insiden *abdominal pain* per tahun diperkirakan antara 1-11,5%, meskipun belum didapatkan data epidemiologi di Indonesia. Prevelensi *abdominal pain* di Indonesia tercatat 40,85%

dari 800.000 orang penduduk. Prevalensi *abdominal pain* di Jawa Tengah dengan total 76,9% kasus (Nasution & Manullang, 2023). Berdasarkan data rekam medis RSUP dr. Soeradji Tirtonegoro Klaten kasus *abdominal pain* pada tahun 2024 mencapai 2342 pasien yang berkunjung ke IGD . Pada awal tahun 2025 terhitung bulan Januari total kunjungan pasien IGD yaitu 243 pasien mengalami *abdominal pain*.

Nyeri *abdominal pain* bisa menjadi tanda adanya gangguan dalam tubuh manusia. Keluhan yang sering muncul pada pasien dengan *abdominal pain* yaitu nyeri, jika tidak segera diatasi akan mempengaruhi fungsi mental dan fisik individu sehingga mendesak untuk mengambil tindakan terapi non farmakologi. Manajemen nyeri nonfarmakologis ada bermacam-macam diantaranya Teknik relaksasi napas dalam (*Slow deep breathing*) dan teknik relaksasi autogenik. Tehnik relaksasi merupakan metode yang dapat digunakan untuk menurunkan kecemasan dan ketegangan otot (*muscle tension*) (MIKAWA & IGARASHI, 2023). *Slow Deep Breathing* adalah suatu aktivitas untuk mengatur pernapasan secara lambat dan dalam yang aktivitasnya disadari oleh pelakunya, metode bernapas yang frekuensi napasnya kurang atau sama dengan 10 kali per menit dengan fase ekshalasi yang panjang. *Autogenic* adalah relaksasi yang bersumber dari diri sendiri berupa kata/kalimat pendek ataupun pikiran yang bisa membuat pikiran tenang. Dari kedua Teknik relaksasi tersebut Teknik relaksasi autogenic lebih efektif menurunkan intensitas nyeri paling banyak dibandingkan terknik relaksasi napas dalam atau *slow deep breathing* (Djumaati et al., 2024).

Latihan relaksasi *autogenic* dapat membantu meredakan nyeri karena latihan relaksasi autogenic dapat membantu mengurangi stres dan kecemasan, yang dapat mempengaruhi persepsi nyeri dan menurunkan skala nyeri. Hal ini sejalan dengan penelitian (Djunaid et al., 2023) yang meneliti tentang pengaruh relaksasi autogenik dalam menurunkan *abdominal pain* dan terbukti valid dengan *p* value 0,003. Penurunan nyeri ini dimungkinkan karena latihan relaksasi autogenic dapat meningkatkan aliran darah ke area yang terkena nyeri, yang dapat membantu mengurangi nyeri. Peningkatan aliran darah ini dapat membawa lebih banyak oksigen dan nutrisi ke area yang terluka, membantu dalam proses penyembuhan dan mengurangi peradangan, Latihan relaksasi autogenic melibatkan fokus pada gambaran visual dan kesadaran tubuh, yang dapat membantu mengalihkan perhatian dari nyeri yang dirasakan serta Latihan relaksasi autogenic dapat membantu meningkatkan produksi endorfin, yang dapat membantu mengurangi nyeri.

Relaksasi autogenik merupakan metode relaksasi yang berseumber dari diri sendiri dan kesadaran tubuh untuk mengurangi stress dan ketegangan otot serta

memungkinkan dapat mengatasi menurunkan rasa nyeri (Djunaid et al., 2023). Relaksasi autogenik berusaha untuk menghipnosis diri sendiri, di mana dapat mengontrol tekanan tekanan yang datang dari luar atau dari dalam diri, caranya dengan memikirkan perasaan hangat dan berat pada anggota tubuh. Terapi ini merupakan salah satu cara membantu klien yang sedang mengalami ketegangan atau stress fisik dan psikologis yang bersifat ringan, atau sedang dengan menekankan pada latihan mengatur pikiran, posisi yang rileks dan mengatur pola pernapasan.

Studi pendahuluan di RSUP dr. Soeradji Tirtonegoro Klaten menyebutkan bahwa pasien *abdominal pain* yang di rawat rata-rata usia 46 tahun. Proses keperawatan abdominal pain di RSUP dr. Soeradji Tirtonegoro Klaten selama ini dapat diatasi dengan baik dan tidak ditemukan komplikasi akibat *abdominal pain*. Data kasus *abdominal pain* di RSUP dr. Soeradji Tirtonegoro Klaten pada bulan januari 2025 dengan kode diagnose R10.4 total 243 kunjungan pasien. Setiap pasien *abdominal pain* mengalami masalah keperawatan yang berbeda sehingga tindakan asuhan keperawatan sesuai dengan masalah keperawatan yang melatar belakangnya.

Dari uraian diatas, penulis tertarik untuk mengangkat masalah penyakit abdominal pain dengan itervensi yang dilakukan “Penerapan Terapi Relaksasi Autogenik Terhadap Penurunan Nyeri Akut Pada Pasien Abdominal Pain di IGD RSUP dr. Soeradji Tirtonegoro Klaten”.

B. Rumusan Masalah

Abdominal pain merupakan gejala utama dari *acute abdominal pain* yang terjadi secara tiba-tiba dan tidak spesifik. Prevelensi abdominal pain di Indonesia tercatat 40,85% dari 800.000 orang penduduk. Keluhan yang sering muncul pada pasien dengan abdominal pain yaitu nyeri, jika tidak segera diatasi akan mempengaruhi fungsi mental dan fisik individu sehingga mendesak untuk mengambil tindakan terapi non farmakologi. Manajemen nyeri nonfarmakologis ada bermacam-macam diantaranya Teknik relaksasi napas dalam (*Slow deep breathing*) dan teknik relaksasi autogenik. Berdasarkan latar belakang diatas, bisa dirumuskan permasalahan “Apakah Penerapan Terapi Relaksasi Autogenik Terhadap Penurunan Nyeri Akut Pada Pasien Abdominal Pain di IGD RSUP dr. Soeradji Tirtonegoro Klaten?”

C. Tujuan Penulisan

1. Tujuan Umum

Penulis dapat memperoleh pengalaman nyata tentang penerapan terapi relaksasi autogenik terhadap penurunan nyeri akut pada pasien abdominal pain di IGD RSUP dr. Soeradji Tirtonegoro Klaten

2. Tujuan Khusus

- a. Melaksanakan Pengkajian pada Pasien dengan Abdominal Pain
- b. Menetapkan Diagnosa Keperawatan pada Pasien dengan Abdominal Pain
- c. Menetapkan Intervensi Keperawatan pada Pasien dengan Abdominal Pain
- d. Melaksanakan Tindakan Keperawatan Terapi Relaksasi Autogenik Terhadap Penurunan Nyeri Akut Pada Pasien Abdominal Pain
- e. Melaksanakan Evaluasi Keperawatan pada Pasien dengan Abdominal Pain

D. Manfaat

1. Manfaat Teoritis

Harapannya, hasil dari Tindakan keperawatan ini bisa memberikan informasi dalam bidang ilmu keperawatan khususnya terapi relaksasi autogenik terhadap penurunan nyeri akut pada pasien abdominal pain di IGD RSUP dr. Soeradji Tirtonegoro Klaten.

2. Manfaat Praktis

a. Bagi Masyarakat (Pasien dan Keluarga)

Dapat meningkatkan pengetahuan dan keterampilan pasien dan keluarga dalam menangani penyakit Abdominal Pain.

b. Bagi Perawat

Mendapatkan informasi tentang terapi relaksasi autogenik terhadap penurunan nyeri akut pada pasien abdominal pain untuk meningkatkan asuhan keperawatan.

c. Bagi RSUP dr. Soeradji Tirtonegoro Klaten

Diharapkan dapat menjadi masukan *evidence base practice* dalam melaksanakan tindakan mandiri perawat yaitu Terapi Relaksasi Autogenik Terhadap Penurunan Nyeri Akut Pada Pasien Abdominal Pain di IGD RSUP dr. Soeradji Tirtonegoro Klaten.

d. Bagi Institusi Pendidikan

Hasil studi kasus ini dapat menjadi sumber bacaan dan pengetahuan bagi mahasiswa untuk mengetahui lebih dalam mengenai asuhan keperawatan pada pasien dengan Abdominal Pain

e. Bagi Peneliti Selanjutnya

Diharapkan memberikan informasi tambahan dalam pembuatan asuhan keperawatan khususnya tentang terapi relaksasi autogenik terhadap penurunan nyeri akut pada pasien abdominal pain di IGD RSUP dr. Soeradji Tirtonegoro Klaten.