

# **BAB I**

## **PENDAHULUAN**

### **A. Latar Belakang**

Apendisitis adalah suatu proses inflamasi akut atau kronis yang terjadi pada apendiks berbentuk cacing akibat adanya obstruksi pada lumen apendiks. Apendiks vermiformis atau umbai cacing yang lebih dikenal dengan nama usus buntu, merupakan kantung kecil yang buntu dan melekat pada sekum. Dalam kasus laparotomi diperlukan untuk mengangkat usus buntu yang terinfeksi. Masalah keperawatan yang mungkin muncul setelah adanya post apendiktomi ini adalah resiko infeksi. Kasus apendisitis lebih sering terjadi pada pria dibandingkan pada wanita dengan insidensi 1:4, dan menyerang pada usia rata-rata umur 10-30 tahun (Faizah, 2024)

Menurut *World Health Organization* (WHO) pada tahun 2018, angka kematian akibat radang usus buntu adalah 21.000 orang, dimana populasi pria lebih banyak daripada wanita. Angka kematian akibat radang usus buntu adalah 12.000 pada pria dan sekitar 10.000 pada wanita. Kejadian appendicitis di Indonesia menempati urutan ke 2 dari 193 negara diantara kegawatdaruratan abdomen lainnya dan apendisitis menempati urutan keempat penyakit terbanyak di Indonesia setelah gangguan pencernaan, gastritis, duodenitis dan penyakit pencernaan lainnya dengan jumlah pasien rawat inap sebanyak 28.040. Frekuensi apendisitis pada tahun 2018 mencapai 7% dari total penduduk. Di Amerika Serikat, appendisitis yang terinfeksi mencapai 734.138 pasien pada tahun 2017 dan mengalami peningkatan pada tahun 2018 sebanyak 739.177 orang. Penderita yang mengalami apendisitis di Indonesia adalah sekitar 7% dari total penduduk Indonesia yaitu 179.000 orang (World Health Organization (WHO), dalam (Faizah, 2024)). Angka kejadian apendisitis di sebagian besar wilayah Indonesia hingga saat ini masih tinggi. Kasus apendiksitis di Jawa Tengah tahun 2018, jumlah kasus apendiksitis dilaporkan sebanyak 5.980 dan 177 diantaranya menyebabkan kematian, dengan penyebab kematian terbanyak karena meningkatkan pertumbuhan kuman, sehingga terjadi peradangan pada apendiks (Faizah, 2024).

Salah satu tindakan pasien apendiks akut adalah dengan cara pembedahan atau yang disebut *appendiktomy* yang merupakan tindakan invasif dengan membuka bagian tubuh yang akan ditangani, pembukaan ini umumnya dilakukan dengan sayatan, pada pembedahan *appendiktomy*, insisi McBurney paling banyak dipilih oleh ahli

bedah. Serta keluhan yang sering dirasakan setelah pembedahan (pasca operasi) pasien merasakan nyeri yang sangat hebat, sedang sampai ringan dan mempunyai pengalaman yang kurang menyenangkan akibat nyeri yang tidak adekuat. (Hasaini, 2020)

Apendiktomi merupakan pengobatan melalui prosedur tindakan operasi hanya untuk penyakit apendisitis atau penyingkiran/pengangkatan usus buntu yang terinfeksi. Apendiktomi dilakukan sesegera mungkin untuk menurunkan risiko perforasi lebih lanjut seperti peritonitis atau abses. (Wainsani & Khoiriyah, 2020). Tindakan infasif pada pasien dengan appenditis yaitu dengan proses pembedahan yang disebut dengan Appendectomy. Appendectomy merupakan proses pembedahan dengan cara di sayat sehingga dapat membuka bagian tubuh untuk mengangkat appendiks yang meradang. Waktu pemulihan pasien post operasi membutuhkan waktu rata-rata 72,45 menit, sehingga pasien akan mengalami nyeri yang hebat pada dua jam pertama setelah operasi akut akibat pengaruh obat anastesi yang hilang. Hampir 75% pasien post operasi pembedahan mengalami keluhan nyeri. Nyeri merupakan pengalaman sensorik dan emosional yang tidak menyenangkan yang bersifat subjektif akibat kerusakan jaringan. Perbedaan rentang skala nyeri pada pasien berbeda-beda mulai dari nyeri yang sangat hebat, nyeri sedang hingga nyeri ringan, ini tergantung bagaimana pengalaman seseorang terhadap nyeri sebelumnya (F. Wati & Ernawati, 2020)

Salah satu teknik relaksasi yang dapat diterapkan adalah relaksasi genggam jari. Teknik ini sederhana dan mudah dilakukan, serta dapat membantu pasien untuk mengalihkan perhatian dari rasa nyeri. Melalui stimulasi titik refleksi di tangan, teknik ini diharapkan dapat memicu respons relaksasi yang mengurangi intensitas nyeri yang dirasakan. Penelitian ini bertujuan untuk mengevaluasi pengaruh Teknik relaksasi genggam jari terhadap penurunan nyeri pada pasien post operasi sectio caesarea. Dengan memahami efektivitas teknik ini, diharapkan dapat memberikan kontribusi dalam pengembangan intervensi keperawatan yang lebih baik untuk mengatasi nyeri pasca operasi, serta meningkatkan kualitas perawatan bagi pasien. (Purmulasari & Murtiningsih, 2024)

Teknik Relaksasi Progresif Jacobson (JPRT) adalah metode non-farmakologis yang dikembangkan oleh Edmund Jacobson pada tahun 1938 untuk mengatasi ketegangan otot akibat respons psikologis terhadap pikiran yang mengganggu. Teknik ini melibatkan pengencangan dan pelepasan kelompok otot secara bertahap untuk membantu individu mengenali perbedaan antara ketegangan dan relaksasi. Selain itu,

latihan ini dikombinasikan dengan pernapasan dalam untuk meningkatkan efek relaksasi. JPRT mudah dilakukan dan bermanfaat untuk mengurangi stres, kecemasan, depresi, meningkatkan kualitas tidur, mengurangi nyeri, serta meningkatkan aktivitas fisik pasca operasi. Progressive Muscular Relaxation (JPMR) adalah teknik relaksasi otot progresif yang mengombinasikan relaksasi otot dan pernapasan. Teknik ini tidak hanya berfokus pada satu bagian tubuh, tetapi mencakup seluruh tubuh dari kepala hingga kaki. Teknik ini dilakukan dengan mengencangkan dan melemaskan kelompok otot tertentu secara berurutan, yang membantu meredakan stres, kecemasan, ketegangan, kelelahan, dan depresi. (Willigiza et al., 2023)

Meskipun JPRT terbukti efektif dalam mengurangi nyeri dan meningkatkan pemulihan pasien pasca operasi, penelitian mengenai dampaknya terhadap pasien yang menjalani operasi ginekologi di Mesir masih terbatas. Oleh karena itu, studi ini bertujuan untuk mengevaluasi pengaruh JPRT terhadap nyeri pasca operasi, toleransi aktivitas, dan kualitas tidur pada pasien yang menjalani operasi tersebut. Hipotesis penelitian ini menyatakan bahwa pasien yang melakukan JPRT akan mengalami nyeri yang lebih rendah, toleransi aktivitas yang lebih tinggi, dan kualitas tidur yang lebih baik dibandingkan dengan mereka yang tidak menerapkannya. (Ibrahim et al., 2021)

Berdasarkan survei yang dilakukan penulis dari tanggal 13 Desember 2024 bahwa di bulan September sampai November 2024 didapatkan data ada 56 pasien yang menjalani operasi Appendectomy dengan rata-rata lama rawat inap 2 hingga 3 hari, bergantung pada tingkat keparahan masing-masing kasus. Penanganan nyeri pascaoperasi dilakukan secara holistik, mencakup terapi farmakologis berupa pemberian analgetik untuk mengurangi nyeri secara fisiologis, serta pendekatan nonfarmakologis melalui relaksasi spiritual. Khusus bagi pasien Muslim, metode relaksasi yang digunakan adalah istighfar, yaitu mengucapkan kalimat memohon ampun kepada Allah secara berulang sebagai bentuk ketenangan batin. Pendekatan ini bertujuan tidak hanya untuk meredakan ketegangan emosional dan stres, tetapi juga untuk memperkuat dimensi spiritual pasien, sehingga proses pemulihan menjadi lebih nyaman, tenang, dan menyeluruh.

## B. Rumusan Masalah

Berdasarkan permasalahan yang ada maka penulis merumuskan masalah “bagaimana penerapan metode *jacobson's progressive relaxation technique* pada pasien post appendectomy di ruang arofa rsu islam klaten”

## C. Tujuan

### 1. Tujuan Umum

Mengetahui Penerapan metode *jacobson's progressive relaxation technique* untuk mengatasi nyeri pada pasien post appendectomy di ruang arofah rsu islam klaten.

### 2. Tujuan Khusus

- a. Mengetahui bagaimana pelaksanaan tindakan keperawatan penerapan metode *jacobson's progressive relaxation technique* untuk mengatasi nyeri pada pasien post appendectomy di ruang arofah rsu islam klaten.
- b. Mengetahui evaluasi dari pelaksanaan tindakan keperawatan metode *jacobson's progressive relaxation technique* untuk mengatasi nyeri pada pasien post appendectomy di ruang arofa rsu islam klaten.

## D. Manfaat

### 1. Manfaat Teoritis

Hasil karya tulis ilmiah ini dapat digunakan sebagai gambaran dalam meningkatkan kualitas dan pengembangan ilmu keperawatan mengenai penerapan metode *jacobson's progressive relaxation technique* untuk mengatasi nyeri pada pasien post appendectomy di ruang arofah rsu islam klaten.

### 2. Manfaat Praktis

#### a. Pasien

Penelitian ini diharapkan dapat memberikan alternatif intervensi nonfarmakologis yang efektif dan mudah diterapkan untuk mengurangi nyeri pascaoperasi, sehingga meningkatkan kenyamanan, mempercepat proses penyembuhan, dan mengurangi ketergantungan terhadap obat analgesik.

#### b. Masyarakat

Hasil penelitian ini diharapkan dapat menjadi edukasi dan informasi baru bagi masyarakat mengenai pentingnya pengelolaan nyeri secara mandiri melalui teknik relaksasi sederhana, yang dapat diterapkan tidak hanya di rumah sakit,

tetapi juga di lingkungan rumah sebagai bagian dari upaya peningkatan kualitas hidup.

c. Bagi Institusi Pelayanan Kesehatan

diharapkan laporan ilmiah akhir ini dapat memberikan gambaran dan menjadi acuan asuhan keperawatan pada pasien dengan penerapan metode *jacobson's progresive relaxation technique* untuk mengatasi nyeri pada pasien post appendectomy.

d. Bagi Institusi Pendidikan

karya ilmiah akhir ini diharapkan dapat bermanfaat dan dapat menjadireferensi dan masukan dalam menyusun asuhan keperawatan dalam penerapan metode *jacobson's progresive relaxation technique* untuk mengatasi nyeri pada pasien post appendectomy.

e. Penulis

Penelitian ini menjadi pengalaman berharga dalam mengembangkan pengetahuan dan keterampilan ilmiah, serta menjadi dasar untuk penelitian lanjutan dalam bidang manajemen nyeri, khususnya penerapan teknik relaksasi sebagai bagian dari asuhan keperawatan yang holistik.