

## BAB 1

### PENDAHULUAN

#### 1.1 Latar Belakang

Menurut (Potter & Perry, 2006) Teknik relaksasi merupakan kebebasan mental dan fisik dari ketegangan dan stress. Teknik relaksasi memberikan individu kontrol diri ketika terjadi rasa tidak nyaman atau nyeri, stress fisik dan emosi pada nyeri. Teknik relaksasi dapat digunakan saat individu dalam keadaan sehat atau sakit. Teknik relaksasi dan imajinasi salah satu teknik yang digunakan dalam menurunkan nyeri pada pasien paska bedah. Beberapa jenis teknik relaksasi meliputi meditasi, yoga, teknik imajinasi, latihan relaksasi progresif dan relaksasi genggam jari (Potter & Perry, 2006).

Teknik relaksasi genggam jari adalah sebuah teknik yang sangat sederhana dan mudah dilakukan oleh siapapun yang berhubungan dengan jari tangan serta aliran energi didalam tubuh kita (Pinandita, 2012). Teknik genggam jari disebut juga *Finger Hold*, sedangkan menurut (Kusyati, 2010 dalam Fitria 2015), refleksi pada tangan memberikan rangsangan secara reflek (spontan) pada saat genggaman. Rangsangan tersebut akan mengalirkan semacam gelombang kejut atau listrik menuju otak. Gelombang tersebut diterima otak dan diproses dengan cepat diteruskan menuju saraf pada organ tubuh yang mengalami gangguan, sehingga sumbatan di jalur energi menjadi lancar (Pinandita, 2012).

Selain relaksasi genggam jari, ada juga tehnik relaksasi progresif, yaitu tehnik merelaksasikan otot dalam pada bagian tubuh tertentu atau seluruhnya melalui tehnik terapi ketegangan otot. Teknik relaksasi otot dalam merupakan

teknik relaksasi yang tidak membutuhkan imajinasi atau sugesti. Latihan relaksasi otot progresif dapat memberikan pemijatan halus pada berbagai kelenjar pada tubuh, menurunkan produksi kortisol dalam darah, mengembalikan pengeluaran hormon yang secukupnya sehingga memberi keseimbangan emosi dan ketenangan pikiran (Purwoto, 2016).

Didalam dunia kesehatan khususnya keperawatan, ada beberapa teknik relaksasi, diantaranya adalah dua teknik relaksasi tersebut. Teknik relaksasi genggam jari dan teknik relaksasi otot progresif merupakan manajemen non farmakologis yang digunakan perawat untuk mengatasi nyeri.

Salah satu penyebab nyeri adalah tindakan operasi, yaitu semua tindakan pengobatan yang menggunakan cara invasif dengan membuka atau menampilkan bagian tubuh yang akan ditangani. Pembukaan tubuh ini umumnya dilakukan dengan membuat sayatan. Setelah bagian yang akan ditangani ditampilkan dilakukan tindakan perbaikan yang akan diakhiri dengan penutupan dan penjahitan luka (Syamsuhidajat, 2012).

Pada paska pembedahan terjadi perlukaan (insisi) yang akan menyebabkan kerusakan jaringan (*cell injury*) sebagai stimulus mekanik. Adanya (*cell injury*) akan menyebabkan pelepasan mediator histamine, bradikinin, prostaglandin, yang akan ditangkap oleh reseptor nyeri (*nociceptor*) sebagai impuls nyeri yang akan dihantar ke system saraf pusat (SSP) melalui serabut saraf perifer dan akan dipersepsikan sebagai respon nyeri (Potter & Perry, 2006)

Salah satu jenis operasi besar yang dilakukan adalah laparotomi. Laparotomi merupakan salah satu prosedur pembedahan mayor, dengan melakukan penyayatan pada lapisan-lapisan dinding abdomen untuk mendapatkan bagian organ abdomen yang mengalami masalah (hemoragi, perforasi, kanker dan obstruksi). Laparotomi dilakukan pada kasus-kasus seperti apendiksitis, perforasi, hernia inguinalis, kanker lambung, kanker colon dan rectum, obstruksi usus, inflamasi usus kronis, kolestitis dan peritonitis (Sjamsuhidajat, 2012).

Penelitian tentang teknik relaksasi genggam jari pernah dilakukan oleh Iin Pinandita, Ery Purwanti, Bambang Utoyo pada tahun 2012 yang berjudul “Pengaruh Teknik Relaksasi Genggam Jari Terhadap Penurunan Intensitas Nyeri Pada Pasien Post Operasi Laparotomi” menunjukkan hasil berdasarkan harga signifikan ( $p$ ), dimana nilai  $p=0.000$ , dimana nilai tersebut ( $p<0.05$ ), yang artinya terdapat pengaruh teknik relaksasi genggam jari terhadap penurunan intensitas nyeri pada pasien post op laparotomi. Sedangkan penelitian relaksasi Otot Progresif yang dilakukan oleh Cemy Nur Fitria dan Riska Diana Ambarwati pada tahun 2015 yang berjudul “Efektivitas Teknik Relaksasi Progresif Terhadap Intensitas Nyeri Pasca Operasi Laparotomi” menunjukkan hasil perbedaan skala nyeri yang signifikan dimana nilai  $p=0,000 < 0,05$ ). Kedua teknik manajemen tersebut sama-sama berpengaruh terhadap nyeri post operasi laparotomi tetapi belum ada yang meneliti tentang perbedaan intensitas nyeri antara pemberian relaksasi genggam jari dengan relaksasi otot progresif pada nyeri pasien post laparotomi.

Berdasarkan hasil studi pendahuluan di RSUD Mardi Waluyo Kota Blitar pada tanggal 14 November 2019 didapatkan data 3 bulan terakhir yaitu bulan Agustus hingga Oktober 2019 pasien dengan tindakan pembedahan laparatomi sebanyak 30 pasien. Sebagian besar pasien post operasi laparatomi merasakan nyeri akibat pembedahan pada hari pertama. Hasil wawancara dengan salah satu perawat di ruang bedah RSUD Mardi Waluyo Kota Blitar didapatkan informasi tambahan bahwa tindakan untuk mengatasi nyeri *post* operasi yaitu dengan pemberian obat analgesik (obat anti nyeri) sesuai dengan resep dokter. Manajemen nyeri non-farmakologi seperti relaksasi otot progresif dan relaksasi genggam jari belum pernah dilakukan di Ruang Bedah Dahlia RSUD Mardi Waluyo Kota Blitar.

Atas dasar kajian tersebut, maka perlu dilakukan kajian lebih lanjut mengenai perbedaan intensitas nyeri antara pemberian teknik relaksasi genggam jari dan relaksasi otot progresif pada pasien *post* laparatomi.

## 1.2 Rumusan Masalah

“Apakah relaksasi genggam jari dan relaksasi otot progresif efektif terhadap tingkat nyeri post op laparatomi dengan General Anastesi?”

## 1.3 Tujuan Penelitian

a. Tujuan umum: Mengetahui efektivitasrelaksasi genggam jari dan relaksasi otot progresif efektif terhadap tingkat nyeri *post* op laparatomi dengan General Anastesi.

b. Tujuan khusus :

1. Mengidentifikasi tingkat nyeri pada pasien post op laparatomi sebelum dan sesudah pemberian relaksasi genggam jari
2. Mengidentifikasi tingkat nyeri pada pasien post op laparatomi sebelum dan sesudah pemberian relaksasi otot progresif
3. Mengidentifikasi tingkat nyeri pada pasien post op laparatomi sebelum dan sesudah pengukuran pemberian perlakuan
4. Menganalisis efektivitasrelaksasi genggam jari, relaksasi otot progresif, dan kelompok kontrol terhadap nyeri pada pasien post operasi laparatomi.

## 1.4 Manfaat Penelitian

1. Manfaat teoritis :

Meningkatkan pengetahuan bagi pembaca dan dapat menjadi landasan dalam pengembangan pengetahuan tentang efektivitasrelaksasi genggam jari

dengan relaksasi otot progresif terhadap nyeri pada pasien post operasi laparotomi dengan *general* anestesi.

2. Manfaat praktis :

a. Bagi Pasien dan Keluarga

Mengetahui adanya pengaruh latihan relaksasi genggam jari dan relaksasi otot progresif sehingga keadaan pasien lebih baik dari sebelumnya, selain itu juga dapat melatih kemandirian keluarga dan pasien.

b. Bagi Perawat

Manfaat untuk perawat dapat digunakan sebagai alternatif teknik non-farmakologis untuk menurunkan intensitas nyeri *post* operasi laparotomi dengan *General Anestesi*.

c. Bagi Rumah Sakit

Manfaat bagi rumah sakit yaitu dapat digunakan sebagai alternatif dalam program pengurangan intensitas nyeri pada pasien dengan *post* operasi laparotomi dengan *General Anestesi*.

d. Manfaat penelitian ini bagi institusi pendidikan

Diharapkan dapat menjadi bahan pembelajaran dan referensi bagi kalangan yang akan melakukan penelitian lebih lanjut dengan topik yang berhubungan dengan judul penelitian di atas.

