

BAB I

PENDAHULUAN

1.1 Latar Belakang Masalah

Nyeri adalah suatu pengalaman sensorik dan emosional yang tidak menyenangkan akibat kerusakan jaringan nyata maupun potensial, atau digambarkan dalam bentuk kerusakan tersebut (IASP, 2020). Nyeri merupakan respons tubuh terhadap rangsangan yang mengganggu, dan sering kali menjadi indikator adanya gangguan atau cedera pada jaringan tubuh. Dalam konteks medis, nyeri dibedakan menjadi dua jenis utama, yaitu nyeri akut dan nyeri kronis. Nyeri akut biasanya muncul secara tiba-tiba dan berlangsung dalam jangka pendek, seperti pada kondisi pasca operasi. Nyeri pasca operasi merupakan bentuk nyeri akut yang terjadi setelah tindakan pembedahan dan dapat bersumber dari luka bedah, peradangan jaringan, atau kerusakan saraf akibat sayatan. Intensitas nyeri pasca operasi dapat bervariasi tergantung pada jenis operasi, kondisi individu pasien, dan strategi manajemen nyeri yang diterapkan. Manajemen nyeri pasca operasi menjadi aspek penting dalam proses penyembuhan karena pengendalian nyeri yang baik akan mempercepat pemulihan fisik, mengurangi kecemasan, dan meningkatkan kualitas hidup pasien.

Salah satu tindakan pembedahan yang dapat menimbulkan nyeri pasca operasi adalah lumpektomi, yaitu prosedur pengangkatan massa tumor dari jaringan payudara. Payudara atau mammae adalah bagian tubuh yang tersusun dari jaringan lemak, kelenjar fibrosa, serta jaringan ikat yang terhubung dengan otot-otot dinding dada. Dalam proses fisiologis tubuh, terdapat beberapa faktor yang dapat memicu perkembangan sel-sel di payudara menjadi tidak normal. Perubahan tersebut dapat menyebabkan munculnya benjolan pada payudara, seperti tumor jinak, tumor ganas, atau hiperplasia payudara (Gultom, 2021).

Pada kasus tumor payudara, pertumbuhan ini terjadi akibat perkembangan sel-sel yang terus-menerus tanpa kendali. Berdasarkan gambaran klinis, tumor payudara dapat dibedakan menjadi dua jenis, yaitu tumor mammae jinak (benigna) dan tumor ganas (maligna) (Trihapsari et al., 2020). Tumor ganas pada payudara, yang dikenal sebagai kanker payudara, merupakan salah satu jenis kanker paling umum pada wanita di dunia. Mengacu pada *Global Burden of Cancer* (GLOBOCAN) tahun 2020, kanker payudara mencatatkan 2,3 juta kasus baru secara global dengan 685 ribu kematian. Data Profil Kesehatan Indonesia tahun 2023 menunjukkan bahwa terdapat 65.858 kasus baru dan 22.430 kematian, dan dari 2.277.407 perempuan yang menjalani deteksi dini, 2.762 (0,12%) ditemukan memiliki benjolan di payudara dan 1.142 (0,05%) dicurigai mengidap kanker. Sementara itu, Yayasan Kanker Payudara Indonesia (YKPI) melaporkan bahwa dari 2.515 perempuan yang menjalani mammografi, 1,2% dicurigai tumor ganas dan 14,8% tumor jinak (Alam et al., 2021). Berdasarkan data laporan RSU Umar Wirahadikusumah Sumedang pada satu tahun terakhir yaitu tahun 2023 didapatkan kasus tumor payudara sebanyak 374 pasien dan berdasarkan data laporan pelayanan di ruang anggrek pada satu tahun terakhir yaitu tahun 2023 didapatkan kasus tumor payudara sebanyak 258 pasien.

Pembedahan atau yang biasa dikenal dengan lumpektomy merupakan salah satu cara yang dapat dilakukan untuk mengatasi tumor mammae. Lumpektomy adalah salah satu prosedur pembedahan yang dilakukan untuk mengatasi tumor payudara. Dalam menangani tumor payudara, terdapat berbagai metode pengobatan, seperti operasi, terapi radiasi, terapi hormon, dan kemoterapi. Lumpektomi sendiri termasuk jenis operasi konservatif karena hanya mengangkat sel tumor atau kanker, sementara jaringan payudara yang sehat tetap dipertahankan. Prosedur ini biasanya dilakukan jika ukuran payudara pasien lebih besar dibandingkan tumor, sehingga setelah operasi bentuk payudara masih mendekati aslinya (Stoppler, 2020).

Meskipun lumpektomi merupakan prosedur yang bertujuan untuk mengangkat tumor dengan tetap mempertahankan jaringan sehat, tindakan pembedahan ini tetap berisiko menimbulkan efek samping bagi pasien, salah satunya adalah nyeri.

Nyeri merupakan salah satu gejala utama yang dialami pasien dengan tumor mammae, baik sebelum maupun setelah operasi. Nyeri pada penderita tumor payudara dapat terjadi akibat desakan tumor pada jaringan sekitar, penyebaran tumor ke sistem saraf, atau dampak prosedur medis seperti pembedahan dan terapi kemoterapi (Angela et al., 2022). Nyeri adalah sensasi tidak menyenangkan akibat ancaman atau kerusakan jaringan yang diproses oleh sistem saraf (Gunadi & Istiana, 2024). Nyeri yang tidak tertangani dengan baik dapat berdampak buruk pada kualitas hidup pasien, mencakup aspek fisik, emosional, dan spiritual. Selain itu, nyeri kronis dapat memicu stres dan kecemasan, yang pada akhirnya memperburuk kondisi kesehatan secara menyeluruh (Gunadi & Istiana, 2024).

Pengelolaan nyeri pada penderita tumor payudara biasanya menggunakan pendekatan farmakologis, seperti pemberian obat pereda nyeri. Namun, penggunaan obat sering kali menyebabkan dampak negatif dan membutuhkan biaya besar, sehingga diperlukan metode lain sebagai pendukung. Terapi non-farmakologis, seperti teknik relaksasi dan terapi spiritual, dapat menjadi pilihan untuk mengurangi rasa sakit, memberikan ketenangan, serta membantu pasien merasa lebih nyaman (Mahmud et al., 2023). Salah satu contoh kombinasi terapi yang dapat digunakan adalah relaksasi genggam jari dan dzikir. Relaksasi genggam jari (*hand grasp relaxation*) merupakan teknik sederhana yang melibatkan tekanan lembut di tangan untuk membantu menenangkan sistem saraf dan membuat pasien lebih mampu mengendalikan rasa sakitnya (S. Nurrochman et al., 2023). Sementara itu, dzikir sebagai terapi spiritual dapat memberikan efek ketenangan batin, meningkatkan rasa pasrah, dan memperkuat ketahanan psikologis pasien (F. N. Pertiwi et al., 2024). Kombinasi antara keduanya

diyakini mampu menurunkan intensitas nyeri melalui pendekatan bio-psiko-spiritual.

Berdasarkan hasil wawancara dengan perawat di ruangan anggrek RSU Umar Wirahadikusumah Sumedang, nyeri adalah masalah utama yang sering dialami oleh pasien pasca operasi *lumpectomy*. Nyeri ini berdampak pada gangguan tidur, keterbatasan aktivitas individu, serta penurunan kualitas interaksi sosial. Oleh karena itu, diperlukan penerapan teknik nonfarmakologis yang dapat dilakukan secara mandiri oleh pasien untuk mengurangi ketidaknyamanan. Salah satu metode yang efektif adalah teknik relaksasi genggam jari, yang dapat dilakukan dengan mudah untuk meredakan nyeri melalui stimulasi sistem saraf yang menghasilkan efek relaksasi. Selain itu, dzikir sebagai terapi spiritual juga dapat memberikan ketenangan, meningkatkan rasa pasrah, serta memperkuat aspek psikologis dan spiritual pasien. Gabungan antara relaksasi genggam jari dan dzikir dapat mengalihkan fokus dari rasa nyeri, menstabilkan emosi, serta meningkatkan ketenangan pikiran dan tubuh. Pendekatan ini diharapkan dapat mengurangi intensitas nyeri pada pasien pasca operasi *lumpectomy*, yang pada akhirnya meningkatkan kualitas hidup mereka.

Berdasarkan penelitian-penelitian sebelumnya, kajian mengenai efektivitas kombinasi terapi relaksasi genggam jari dan dzikir dalam menurunkan nyeri pada pasien post operasi tumor mammae masih terbatas, terutama di Indonesia. Pendekatan non-farmakologis ini perlu dieksplorasi lebih lanjut untuk melihat manfaatnya secara nyata dalam praktik keperawatan. Mengingat pentingnya manajemen nyeri yang holistik, peneliti merasa perlu untuk meneliti intervensi ini, khususnya di RSU Umar Wirahadikusumah Sumedang, dan mengambil judul “Penerapan Terapi Genggam Jari dan Dzikir Terhadap Tingkat Nyeri Pada Pasien Post Operasi Tumor Mammapi di Ruang Anggrek RSU Umar Wirahadikusumah Sumedang.”

1.2 Rumusan Masalah

Berdasarkan uraian pada latar belakang di atas, maka masalah dapat dirumuskan sebagai berikut: “Bagaimanakah efektivitas penerapan terapi genggam jari dan dzikir terhadap tingkat nyeri pada pasien post operasi tumor mammae di Ruang Anggrek RSU Umar Wirahadikusumah Sumedang?”

1.3 Tujuan

1.3.1 Tujuan Umum

Tujuan umum dari penelitian ini adalah untuk mengetahui efektivitas penerapan terapi genggam jari dan dzikir terhadap tingkat nyeri pada pasien post operasi tumor mammae di Ruang Anggrek RSU Umar Wirahadikusumah Sumedang.

1.3.2 Tujuan Khusus

1. Mengidentifikasi tingkat nyeri pasien post operasi tumor mammae sebelum pemberian terapi genggam jari dan dzikir di Ruang Anggrek RSU Umar Wirahadikusumah Sumedang.
2. Menilai perubahan tingkat nyeri setelah pemberian terapi genggam jari dan dzikir pada pasien post operasi tumor mammae.
3. Menganalisis efektivitas terapi genggam jari dan dzikir dalam menurunkan nyeri pasien post operasi tumor mammae di RSU Umar Wirahadikusumah Sumedang.

1.4 Manfaat Penelitian

1.4.1 Manfaat Teoritis

Hasil penelitian ini diharapkan dapat berkontribusi dalam pengembangan ilmu keperawatan, khususnya dalam bidang keperawatan medikal bedah, terkait metode nonfarmakologis dalam manajemen nyeri pada pasien post operasi tumor mammae. Selain itu, penelitian ini juga berpotensi memperkaya teori dan metode intervensi keperawatan dalam pengelolaan

Nurul Assyfa, 2025

PENGARUH KOMBINASI TERAPI RELAKSASI GENGGAM JARI DAN DZIKIR UNTUK PENURUNAN INTENSITAS NYERI PADA PASIEN POST OPERASI TUMOR MAMMAE DI RSU UMAR WIRAHADIKUSUMAH

Universitas Pendidikan Indonesia | repository.upi.edu | perpustakaan.upi.edu

nyeri, terutama melalui pendekatan terapi relaksasi genggam jari dan dzikir, sehingga dapat menjadi alternatif intervensi yang efektif dan mudah diterapkan.

1.4.2 Manfaat Praktis

1. Bagi pasien

Penelitian ini memberikan kesempatan bagi pasien post operasi tumor mammae untuk memperoleh alternatif terapi nonfarmakologis dalam mengurangi nyeri. Dengan adanya terapi genggam jari dan dzikir, pasien dapat lebih nyaman dan mampu mengelola nyeri secara mandiri, sehingga meningkatkan kualitas hidup mereka selama masa pemulihan pasca operasi.

2. Bagi Tenaga Kesehatan dan Instansi Pelayanan Kesehatan

Hasil penelitian ini dapat menjadi bahan pertimbangan bagi tenaga kesehatan dalam memberikan intervensi nonfarmakologis sebagai pelengkap terapi nyeri pada pasien post operasi tumor mammae. Selain itu, penelitian ini dapat digunakan oleh instansi kesehatan untuk mengembangkan strategi manajemen nyeri yang lebih holistik dan berbasis budaya, sehingga pelayanan kesehatan menjadi lebih efektif dan komprehensif.

3. Bagi Institusi Pendidikan

Penelitian ini diharapkan dapat menjadi referensi ilmiah yang bermanfaat bagi akademisi dan mahasiswa, khususnya di bidang keperawatan. Dengan adanya penelitian ini, literatur mengenai terapi nonfarmakologis dalam pengelolaan nyeri post operasi dapat semakin berkembang, sehingga dapat dijadikan dasar untuk penelitian lebih lanjut dan meningkatkan kualitas pembelajaran dalam bidang keperawatan medikal bedah.