

# BAB I

## PENDAHULUAN

### 1.1 Latar Belakang

Seiring dengan berkembangnya zaman, gaya hidup modern banyak sekali memberikan dampak terhadap perubahan terutama pada pola hidup masyarakat. Dimana seseorang memiliki gaya hidup tidak sehat seperti kebiasaan mengonsumsi makanan cepat saji, paparan zat kimia, dan kurangnya aktivitas fisik atau olahraga secara teratur, kebiasaan tersebut dapat menyebabkan munculnya suatu penyakit, salah satunya yaitu kanker. Kanker adalah sekelompok penyakit yang ditandai dengan pertumbuhan dan penyebaran sel-sel abnormal yang tidak terkendali sehingga dapat mengakibatkan kematian jika tidak diobati (American Cancer Society, 2023). Pola hidup yang tidak sehat menjadi tantangan dalam pengendalian kanker dan dapat memberikan dampak pada peningkatan prevalensi kanker yang tidak terkendali. Salah satu kanker dengan faktor resiko terkait perilaku tidak sehat adalah kanker kolorektal (Marino et al., 2024).

Menurut WHO (*World Health Organization*) kanker kolorektal adalah jenis kanker yang menyerang usus besar atau rektum. Kanker ini biasa disebut juga dengan *carcinoma colon* atau *carcinoma recti* yang dimana tergantung pada bagian mana kanker tersebut menyerang pertama kali (Rahawarin et al., 2024). *Carcinoma recti* adalah salah satu jenis kanker yang paling umum di seluruh dunia dan dapat menyebabkan kerusakan parah hingga kematian. Data dari *Global Burden of Cancer* (GLOBACAN) menyebutkan bahwa kanker kolorektal menyumbang angka kematian di dunia sebesar 567.858 (5,8%) untuk *carcinoma colon* dan *carcinoma recti* sebesar 339.022 (3,4%). Angka kejadian tertinggi terjadi di beberapa negara yaitu Eropa, Australia, dan Selandia Baru, sedangkan angka kematian tertinggi terjadi di Eropa Timur (WHO, 2024).

Sebagian besar pasien dengan *carcinoma recti* menganggap remeh dan menyamakan dengan penyakit kanker lainnya, faktanya bila penyakit ini tidak segera ditangani akan mengakibatkan perburukan kondisi bahkan hingga kematian. Kondisi peradangan yang terjadi pada pasien dengan kanker, tertentu

dapat menimbulkan rasa nyeri. Nyeri adalah salah satu masalah yang tidak mungkin dihindari dari penyakit kanker pada umumnya (Tuntang et al., 2023). Menurut IASP (*International Association for the Study of Pain*) nyeri didefinisikan sebagai pengalaman sensori serta emosional yang tidak menyenangkan terkait dengan kerusakan jaringan aktual atau potensial. Hasil survei dari MSKCC (*Memorial Sloan-Kettering Cancer Center*) menyebutkan bahwa 75%-80% nyeri pada pasien kanker umumnya diakibatkan langsung oleh tumor yang menekan jaringan sekitar atau invasi ke struktur internal, sekitar 15%-19% diakibatkan oleh efek samping pengobatan seperti kemoterapi atau radioterapi. Sisanya, sekitar 3%-5% tidak berhubungan dengan kanker dan penyembuhannya. Temuan ini sejalan dengan penelitian Sujadi et al., (2024) yang menunjukkan bahwa nyeri yang dirasakan oleh penderita kanker dapat disebabkan karena pertumbuhan dari jaringan kanker ataupun efek dari pengobatan yang sedang dijalani. Nyeri pada pasien kanker disebabkan oleh pengaruh langsung dari tumor melalui luka, infiltrasi tumor, metastase awal, dan invasi tumor. Selain itu, terdapat juga beberapa faktor yang dapat mempengaruhi nyeri pada pasien kanker yaitu pengalaman nyeri sebelumnya, kecemasan, dan tingkat inflamasi suatu penyakit (Putri Nadila Sari, 2024).

Rasa nyeri yang tidak segera ditangani dapat menimbulkan rasa ketidaknyamanan yang dapat mengganggu kondisi fisik, psikis, dan aktivitas sehari-hari individu tersebut (Peate & Evans, 2020). Strategi mengatasi nyeri yang dialami pasien disebut dengan istilah manajemen nyeri. Manajemen nyeri pada pasien dengan kanker meliputi 2 metode yaitu secara farmakologis dan non-farmakologis. Ada berbagai macam intervensi non-farmakologis yang dapat digunakan untuk mengatasi nyeri karena kanker yaitu meliputi teknik pernapasan, pergerakan dan perubahan posisi, akupressur, kompres hangat atau dingin, musik, TENS (*Transcutaneous Electrical Nerve Stimulation*), *massage* ( pijat), distraksi dan relaksasi, serta teknik genggam jari (*finger hold*). Teknik relaksasi adalah salah satu intervensi dalam dunia kesehatan yang bertujuan untuk mengurangi ketegangan atau stres baik secara fisik maupun psikis agar meningkatkan toleransi terhadap nyeri (Butcher et al., 2020). Menurut

Miltenberger dalam Gustiana & Islami, (2021) bahwa terdapat berbagai jenis teknik relaksasi seperti relaksasi otot progresif, relaksasi nafas dalam, meditasi, visualisasi/*guide imagery*, relaksasi benson, *biofeedback*, *autogenic training*, yoga dan *Tai Chi*.

Salah satu teknik relaksasi yang dapat digunakan untuk menurunkan rasa nyeri yaitu dengan relaksasi nafas dalam. Terapi relaksasi nafas dalam tersebut diketahui dapat membantu mengurangi nyeri, memperlambat denyut jantung, merelaksasikan otot-otot serta mengurangi kecemasan (Veranita et al., 2020). Selain itu, kelebihan dari relaksasi nafas dalam yaitu lebih mudah dilakukan bahkan dalam keadaan apapun serta tidak memiliki efek samping apapun (Pristyanti, 2022). Menurut Smeltzer & Bare dalam (Pristyanti, 2022) menyatakan bahwa penurunan nyeri dengan teknik relaksasi nafas dalam terjadi ketika seseorang melakukan nafas dalam untuk mengendalikan nyeri yang dirasakan, maka tubuh akan meningkatkan komponen saraf parasimpatic secara stimulan, maka hal ini menimbulkan terjadinya penurunan kadar hormon kortisol dan adrenalin dalam tubuh yang mempengaruhi tingkat stres individu sehingga dapat menambah konsentrasi dan membuat individu merasa lebih tenang untuk mengatur ritme pernafasan menjadi teratur. Teknik relaksasi nafas dalam memiliki kelebihan yang signifikan bagi pasien kanker, terutama dalam mengelola nyeri dan meningkatkan kesejahteraan secara keseluruhan (Safitri & Machmudah, 2021).

Pada karya ilmiah akhir ners ini peneliti ingin mengambil Ny.M (28 tahun) yang sudah terdiagnosa carcinoma recti sejak bulan Januari 2024 sebagai bahan studi kasus dengan beberapa alasan antara lain yaitu tingginya angka kejadian kanker yang menjadi penyebab utama kematian di seluruh dunia, dengan prevalensi yang tinggi penelitian pada pasien carcinoma dapat memberikan wawasan yang berharga untuk pengembangan strategi perawatan dan manajemen nyeri. Selain karena tingginya angka kejadian kanker, pasien dengan carcinoma sering kali menghadapi tantangan dalam perawatan termasuk efek samping dari terapi seperti kemoterapi yaitu nyeri, mual dan gangguan tidur serta masalah psikologis seperti kecemasan dan depresi.

Berdasarkan pernyataan di atas, penulis tertarik untuk mengangkat dan membahas materi lebih lanjut mengenai “Terapi Relaksasi Nafas Dalam Sebagai Manajemen Nyeri Pada Pasien *Carcinoma recti* di Ruang Semeru RSUD Dr. Saiful Anwar”.

## **1.2 Rumusan Masalah**

Dari latar belakang permasalahan tersebut, penulis merumuskan masalah karya ilmiah akhir ners yaitu bagaimana efek terapi relaksasi nafas dalam sebagai manajemen nyeri pada pasien *carcinoma recti* di ruang Semeru RSUD Dr. Saiful Anwar?

## **1.3 Tujuan Penulisan**

### **1.4.1 Tujuan Umum**

Secara umum, penulisan KIAN memiliki tujuan untuk mengetahui efek terapi relaksasi nafas dalam sebagai manajemen nyeri pada pasien *carcinoma recti* di ruang Semeru RSUD Dr. Saiful Anwar.

### **1.4.2 Tujuan Khusus**

Secara khusus, penulisan KIAN ini mempunyai tujuan sebagai berikut :

1. Mengidentifikasi efek terapi relaksasi nafas dalam sebagai manajemen nyeri pada pasien *carcinoma recti*.
2. Mengevaluasi keperawatan terhadap pengaruh terapi relaksasi nafas dalam sebagai manajemen nyeri pada pasien *carcinoma recti*.

## **1.4 Manfaat Penulisan**

Penulisan KIAN ini diharapkan dapat memberikan manfaat teoritis dan praktis.

### **1.4.1 Manfaat Teoritis**

Penulis berharap agar nantinya hasil penulisan KIAN ini bisa menjadi informasi atau menambah informasi bagi banyak orang dan peneliti secara khusus tentang asuhan keperawatan untuk pasien yang terdiagnosa mengalami *carcinoma recti*. Lebih jauh lagi, penulis berharap hasil penulisan KIAN ini bisa menjadi suatu sumbangan teoritis bagi ilmu pengetahuan, khususnya dalam bidang kajian *carcinoma recti*.

### 1.4.2 Manfaat Praktis

#### 1. Bagi Pasien

Diharapkan dengan adanya penulisan KIAN ini dapat bermanfaat dalam pemberian asuhan keperawatan pada pasien khususnya dengan manajemen nyeri untuk mencapai asuhan keperawatan *carcinoma recti*.

#### 2. Bagi Profesi Keperawatan dan Tenaga Kesehatan lainnya

Memberikan teknik nonfarmakologis yang dapat dilakukan oleh perawat dalam mengurangi rasa nyeri khususnya pada pasien dengan *carcinoma recti*.

#### 3. Bagi Penulis dan Peneliti lainnya

Dengan adanya KIAN ini diharapkan mampu menambah referensi penelitian tentang pengaruh manajemen nyeri terhadap pasien kanker yang mengalami nyeri dan dapat menjadi landasan untuk penelitian selanjutnya.

#### 4. Bagi Instansi Rumah Sakit

Sebagai bahan masukan bagi rumah sakit khususnya di Rumah Sakit Dr. Saiful Anwar Malang tentang pengetahuan terkait strategi non-farmakologi yang dapat digunakan dalam manajemen nyeri pada pasien kanker.

#### 5. Bagi Institusi Pendidikan

Memberikan informasi pada program belajar mengajar, khususnya tentang program manajemen nyeri dan penatalaksanaan pada pasien kanker yang sedang di rawat di rumah sakit.