

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang Masalah

Hernia inguinalis lateralis adalah salah satu jenis hernia yang paling sering terjadi, mencapai sekitar 75% dari semua kasus hernia dinding perut (Kumar & et al., 2024). Di seluruh dunia, diperkirakan lebih dari 20 juta operasi hernia dilakukan setiap tahun, menjadikannya salah satu prosedur bedah elektif paling umum (World Health Organization, 2024). Nyeri pascaoperasi atau *postoperative pain* adalah komplikasi yang tidak terhindarkan setelah prosedur bedah, dan menjadi tantangan signifikan dalam praktik klinis. Nyeri yang tidak terkelola dengan optimal dapat memicu respons stres fisiologis, seperti peningkatan detak jantung, tekanan darah, dan konsentrasi kortisol, yang dapat menghambat penyembuhan luka dan meningkatkan risiko komplikasi pascaoperasi (Setyawan & Anggraini, 2023). Salah satu prosedur bedah yang sering kali menimbulkan nyeri adalah herniotomi atau herniorafi untuk mengatasi hernia inguinalis lateralis.

Di Indonesia, prevalensi hernia juga menunjukkan angka yang signifikan. Berdasarkan data terbaru dari Kementerian Kesehatan Republik Indonesia (2023), hernia inguinalis merupakan salah satu dari 10 kasus bedah terbanyak yang ditangani di rumah sakit pemerintah dan swasta. Data dari Dinas Kesehatan Provinsi Lampung (2024) mencatat di provinsi Lampung terdapat ratusan kasus hernia inguinalis setiap tahunnya. Data rumah sakit di Kota Metro menunjukkan bahwa kasus hernia inguinalis menempati 10 besar

penyakit di RSUD Jenderal Ahmad Yani pada tahun 2023 (71 pasien), dan pada Januari–Maret 2024 tercatat 22 tindakan herniorafi (Sari, 2024). Data Rekam medis Rumah Sakit Mardi Waluyo Metro Lampung mencatat bahwa hernia inguinalis pada bulan Mei-Juni 2025 terdapat 144 pasien, Juli 2025 terdapat 42 pasien. Diagnosa hernia inguinalis masuk ke dalam 11 besar penyakit terbanyak pada bulan Januari 2025 dan masuk urutan ke 7 besar pada bulan Juli 2025. Kondisi ini menunjukkan perlunya optimalisasi asuhan keperawatan perioperatif, termasuk penatalaksanaan pra dan pasca operasi yang komprehensif untuk mencegah komplikasi serta mempercepat pemulihan pasien

Manajemen nyeri pascaoperasi umumnya berfokus pada terapi farmakologis, yaitu pemberian obat-obatan analgesik. Namun, pendekatan ini memiliki keterbatasan dan risiko, seperti efek samping gastrointestinal, depresi pernapasan, risiko ketergantungan, serta potensi interaksi obat (Astuti & Wulandari, 2022). Oleh karena itu, integrasi intervensi non-farmakologis, seperti teknik relaksasi, menjadi sangat relevan. Pendekatan komplementer ini tidak hanya meminimalkan penggunaan obat, tetapi juga memberdayakan pasien untuk berperan aktif dalam mengelola nyeri mereka.

Salah satu teknik relaksasi yang mudah diaplikasikan dan efektif adalah *Deep Breathing Relaxation* atau relaksasi napas dalam. Intervensi ini bekerja dengan mengaktifkan sistem saraf parasimpatis, yang merupakan bagian dari respons relaksasi tubuh (Brunner & Suddarth, 2023). Ketika pasien melakukan napas dalam yang lambat dan ritmis, sinyal dikirim ke otak untuk menenangkan

pikiran dan tubuh. Hal ini membantu menurunkan laju pernapasan, denyut jantung, serta tekanan darah, yang pada akhirnya dapat meningkatkan ambang batas toleransi nyeri (D. P. Sari & et al., 2023). Secara neurofisiologis, relaksasi ini juga mempromosikan pelepasan endorfin, senyawa kimia alami tubuh yang memiliki efek analgesik (penghilang nyeri) dan menciptakan perasaan sejahtera (Setiawan & Handayani, 2022).

Efektivitas teknik relaksasi napas dalam dalam manajemen nyeri pascaoperasi telah didukung oleh berbagai penelitian. Sebuah studi klinis oleh Putra & Wulandari (2022) yang dipublikasikan dalam Jurnal Keperawatan Indonesia menunjukkan penurunan skor nyeri yang signifikan pada pasien pascaoperasi apendektomi yang diberikan intervensi relaksasi napas dalam secara teratur. Penelitian serupa oleh Rahmawati et al. (2023) dalam *International Journal of Nursing Science* juga membuktikan bahwa pasien yang menjalani operasi bedah abdomen dan diberikan terapi ini melaporkan tingkat nyeri yang lebih rendah dan kebutuhan analgesik yang lebih sedikit. Namun, penerapan dan observasi hasil intervensi ini secara spesifik pada kasus nyeri pascaoperasi hernia inguinalis lateralis dalam bentuk *Case Report* masih jarang ditemukan.

Pasien yang dipilih dalam studi kasus ini adalah Tn. B, pria berusia 67 tahun yang mengalami nyeri akut dengan skala 6 pada area sayatan setelah menjalani operasi hernia inguinalis lateralis. Kasus ini menjadi perhatian utama karena Tn. B memiliki ambang nyeri yang rendah, sehingga saat setelah dilakukan operasi obat farmakologi tidak cukup dalam mengurangi nyeri Tn. B. Peneliti memberikan terapi non farmakologi untuk membantu mengurangi nyeri

Tn. B berupa pemberian *Deep Breathing Relaxation*. Oleh karena itu, laporan kasus ini disusun untuk memberikan gambaran yang mendalam dan terperinci mengenai implementasi teknik *Deep Breathing Relaxation* pada pasien pascaoperasi hernia inguinalis lateralis. Melalui laporan kasus ini, diharapkan dapat teridentifikasi secara jelas bagaimana intervensi nonfarmakologis ini dapat menjadi bagian integral dari rencana perawatan pascaoperasi, dengan tujuan utama untuk mengoptimalkan manajemen nyeri, mempercepat pemulihan, dan meningkatkan kepuasan pasien.

B. Rumusan Masalah

Berdasarkan latar belakang, rumusan masalah dalam penelitian ini adalah: Bagaimana efektivitas pemberian teknik *Deep Breathing Relaxation* terhadap penurunan skala nyeri pada pasien pascaoperasi hernia inguinalis lateralis?

C. Tujuan Penelitian

1. Tujuan Umum

Menggambarkan penerapan dan mengevaluasi efektivitas teknik *Deep Breathing Relaxation* dalam menurunkan intensitas nyeri pascaoperasi hernia inguinalis lateralis

2. Tujuan Khusus

- a. Mahasiswa mampu meningkatkan ketrampilan dalam melakukan pengkajian keperawatan masalah nyeri pascaoperasi hernia inguinalis lateralis pada Tn. B.
- b. Mahasiswa mampu menganalisis data hasil pengkajian dan menentukan diagnosis keperawatan pada pasien dengan nyeri

pascaoperasi hernia inguinalis lateralis pada Tn. B.

- c. Mahasiswa mampu membuat perencanaan keperawatan pada pasien dengan nyeri pascaoperasi hernia inguinalis lateralis pada Tn. B.
- d. Mahasiswa mampu melakukan implementasi pemberian teknik *Deep Breathing Relaxation* terhadap penurunan skala nyeri dengan rencana keperawatan yang telah dibuat pada pasien pascaoperasi hernia inguinalis lateralis pada Tn. B.
- e. Mahasiswa mampu melakukan evaluasi kegiatan keperawatan terkait dengan implementasi yang sudah dilakukan pada pasien dengan nyeri pascaoperasi hernia inguinalis lateralis pada Tn. B.

D. Manfaat

1. Manfaat teoritis

Penelitian ini dapat membuktikan secara ilmiah bahwa teknik *Deep Breathing Relaxation* dapat membantu pasien dalam menghindari atau mengurangi ketergantungan pada obat pereda nyeri.

2. Manfaat praktis

a. Bagi Rumah Sakit

Hasil karya tulis ilmiah ini diharapkan dapat diterapkan dalam rumah sakit, guna membantu pasien dalam mengelola nyeri tanpa obat-obatan

b. Bagi Institusi Pendidikan

Hasil karya tulis ilmiah ini diharapkan bermanfaat bagi mahasiswa dalam menambah pengetahuan berkaitan dengan pengelolaan nyeri.

c. Bagi penulis

Mendapatkan pengalaman langsung dalam melakukan *Deep Breathing Relaxation* pada pasien dengan nyeri pascaoperasi hernia inguinalis lateralis dan mendapatkan wawasan tentang upaya mengurangi nyeri dengan teknik non farmakologi.

STIKES BETHESDA YAKKUM