

BAB 1

PENDAHULUAN

1.1 Latar Belakang

Nyeri merupakan masalah kesehatan yang kompleks dan salah satu alasan seseorang untuk mencari pertolongan, ketika seseorang mengalami rasa sakit akan merasa tertekan sehingga seseorang tersebut mencari cara untuk menghilangkan rasa sakitnya (Pinandita, 2012, Nurjannah, 2020). Nyeri sebagai kondisi yang tidak menyenangkan yang berasal dari daerah tertentu, yang dapat diakibatkan oleh kerusakan jaringan dan berkaitan dengan pengalaman masalah bagi seseorang (Anggraeni & Firmawati, 2016). Nyeri dapat mengenai semua orang tanpa memandang jenis kelamin, usia, suku, ras, dan juga pekerjaan. Nyeri juga merupakan suatu tanda dan gejala pada berbagai penyakit, salah satunya yaitu nyeri pada penderita kanker payudara (Milenia & Retnaningsih (2022)).

Berdasarkan dari hasil data yang diperoleh dari World Health Organization (WHO) pada tahun 2015, jumlah dari pasien nyeri pembedahan terus meningkat dari tahun ke tahun, ditahun 2011 terdapat 1,9% atau sekitar 140 juta di seluruh dunia, pada tahun 2012 terjadi peningkatan sebesar 148 juta pasien atau sekitar 2,1%. Angka kejadian nyeri di italia di alami oleh 21% penderita penyakit kanker, 33% pasien penderita kardiovaskuler, 23% penderita penyakit Paru, 24% penderita dengan penyakit pembuluh darah, 16% penderita dengan gangguan muskuloskeletal, 18% penderita dengan penyakit pada sistem persarafan, 4% penderita

penyakit pada kulit, 15% penderita penyakit pada ginjal, 16% penderita pada penyakit gangguan metabolik, 10% penderita pada penyakit hepatic, 9% pada penderita dengan penyakit dan gangguan pada pankreas, 12% penderita dengan penyakit dan gangguan pada lambung dan 11% penderita dengan penyakit gangguan di usus. Jumlah prevalensi nyeri secara keseluruhan belum pernah diteliti di Indonesia, namun perkiraan nyeri kanker dialami oleh sekitar 12,7 juta individu atau sekitar 5% dari penduduk Indonesia, angka kejadian nyeri di pasien penderita rematik di Indonesia sudah mencapai 23,6-31,3%, sedangkan pada pasien nyeri pada punggung bawah (LBP) sebanyak 40% penduduk dengan jumlah prevalensi pada laki-laki sekitar 18,2% dan wanita 13,6% (Lubis KA & Sitepu JF, 2021).

Penatalaksanaan nyeri yang dialami penderita kanker payudara dapat diterapkan secara Farmakologi dan Non Farmakologi. Penanganan secara Farmakologi melibatkan obat-obatan seperti pemberian obat analgesik yang diresepkan oleh dokter untuk mengurangi rasa nyeri. Intervensi non farmakologi bisa diberikan kepada klien yang menderita nyeri untuk mengurangi rasa sakitnya (Rahmawati & Hardiansyah, 2018). Terapi non farmakologi untuk mengurangi nyeri yaitu aromaterapi, relaksasi, distraksi dan guided imagery (Fajriani et al., 2021).

Relaksasi merupakan cara pencegahan untuk membantu tubuh menjadi sehat dan segar secara efektif dengan meminimalkan rasa sakit (Agung et al., 2014, Nurjannah, 2020). Teknik relaksasi nafas dalam atau *slow deep breathing* dapat menciptakan keadaan tenang dan nyaman pada penderita kanker payudara. *Slow deep breathing* disebut juga peregangan dengan teknik

kombinasi nafas lambat juga dengan ekspirasi yang pelan. Teknik nafas dalam atau *slow deep breathing* dapat membuat susunan saraf pusat yaitu otak dan sumsum tulang belakang dalam menghasilkan endorfin dimana dapat digunakan untuk mengurangi nyeri dan dapat menurunkan nyeri (Aji et al., 2015, Latifah, 2022). Keuntungan pemakaian teknik ini yaitu dapat dilakukan setiap saat, kapan saja dan dimana saja karena teknik ini sangat mudah dan dapat dilakukan secara mandiri oleh penderita kanker payudara (Wiharja et al., 2017).

Pristayanti, 2022 dalam penelitiannya dengan judul “Upaya Menurunkan Nyeri dengan Terapi Nafas Dalam pada Pasien Ca Mammæ” didapatkan hasil hari pertama skala nyeri 4 menjadi 2, hari kedua skala nyeri 4 menjadi skala nyeri 1, hari ketiga skala nyeri 3 menjadi skala nyeri 1. Hasil rata-rata skala nyeri selama 3 hari yaitu sebelum dilakukan terapi nafas dalam 1,3 dan sesudah dilakukan terapi nafas dalam 1,3. Terapi nafas dalam mampu membantu terapi farmakologi dalam menurunkan skala nyeri pada pasien kanker payudara dan berdasarkan penelitian yang dilakukan (Latifah, 2022) dalam penelitiannya dengan judul “Efektifitas Teknik Relaksasi Slow Deep Breathing dan Relaksasi Benson terhadap Nyeri pada Pasien Post Operasi Modifikasi Radikal Mastektomi (MRM) didapatkan bahwa kedua intervensi tersebut ada pengaruh yang signifikan terhadap penurunan nyeri pada pasien MRM.

Berdasarkan uraian diatas maka peneliti tertarik untuk menyajikan hasil penelitian mengenai “*Slow Deep breathing* Dalam Menurunkan Nyeri pada Pasien Kanker Payudara”.

1.2 Rumusan Masalah

1. Bagaimana intensitas nyeri pasien kanker payudara sebelum diberikan *Slow Deep breathing*?
2. Bagaimana penerapan *Slow Deep breathing* dalam menurunkan nyeri pada pasien kanker payudara?
3. Bagaimana intensitas nyeri pasien kanker payudara setelah diberikan *Slow Deep breathing*?

1.3 Tujuan Penelitian

1.3.1 Tujuan Umum

Mengetahui efektifitas Penerapan Terapi *Slow Deep breathing* untuk menurunkan nyeri pada pasien kanker payudara

1.3.2 Tujuan Khusus

1. Mengidentifikasi intensitas nyeri pasien kanker payudara sebelum diberikan *Slow Deep breathing*
2. Mengidentifikasi penerapan *Slow Deep breathing* dalam menurunkan nyeri pada pasien kanker payudara
3. Mengidentifikasi intensitas nyeri pasien kanker payudara setelah diberikan *Slow Deep breathing*

1.4 Manfaat

1.4.1. Manfaat Toritis

Sebagai informasi dan referensi civitas akademika fakultas ilmu kesehatan universitas muhammadiyah Surabaya tentang penerapan terapi

slow deep breathing untuk menurunkan intensitas nyeri pada pasien kanker payudara

1.4.2. Manfaat Praktis

1 Bagi Institusi Pendidikan

Mengembangkan ilmu keperawatan professional khususnya penatalaksanaan nonfarmakologi untuk mengurangi intensitas nyeri yang disebabkan penyakit kanker payudara.

2 Bagi institusi pelayanan Rumah sakit / Yayasan

Memberikan informasi tentang terapi *slow deep breathing* sebagai terapi nonfarmakologi sebagai penurunan intensitas nyeri yang disebabkan penyakit kanker payudara .

3 Bagi penderita kanker payudara

Menjadi salah satu pilihan alternative perawatan yang mudah untuk penderita sebagai salah satu penanganan untuk menurunkan intensitas nyeri pada pasien kanker payudara.

4 Bagi peneliti selanjutnya

Dapat memberikan informasi dan data dasar untuk melaksanakan penelitian lebih lanjut yang berkaitan dengan penerapan terapi *slow deep breathing* untuk menurunkan intensitas nyeri pada pasien kanker payudara.