

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Berdasarkan laporan *World Health Organization (WHO)* tahun 2022, jumlah kasus baru kanker payudara secara global mencapai sekitar 2,3 juta diagnosis pada perempuan, dengan angka kematian yang cukup tinggi, yaitu sekitar 670.000 kematian di seluruh dunia. Kanker payudara terjadi secara luas dan dapat menyerang wanita di berbagai negara serta kelompok usia setelah masa pubertas, dengan risiko yang cenderung meningkat seiring bertambahnya usia. Data *Global Cancer Observatory (GLOBOCAN)* juga mencatat 626.679 kematian akibat kanker payudara.

Carcinoma mammae (Ca mammae) atau yang dikenal kanker payudara adalah kondisi patologis yang ditandai dengan proliferasi neoplastik seluler. Proses ini menyebabkan terbentuknya neoplasma dari jaringan malignan yang memiliki karakteristik invasif terhadap jaringan adiposa dan berpotensi untuk mengalami metastasis ke lokasi yang jauh. Neoplasma ini dapat beroriginasi dari berbagai komponen payudara, termasuk asini kelenjar mammae, duktus laktiferus, jaringan adiposa, maupun jaringan stroma payudara (Nurhidayati, 2025).

Keganasan yang berasal dari jaringan payudara baik dari epitel duktus maupun lobulusnya. Kanker payudara disebabkan oleh kondisi sel yang telah kehilangan kontrol dan mekanisme normalnya, yang menyebabkan pertumbuhan yang tidak normal, cepat, dan tidak terkendali. Salah satu kanker yang paling sering didiagnosis pada wanita adalah kanker payudara, yang

menyebabkan lebih dari 1 dari 10 diagnosis baru setiap tahun dan merupakan penyebab kematian kedua paling umum di kalangan wanita di dunia. Kanker payudara berkembang secara diam-diam, dan sebagian besar ditemukan melalui pemeriksaan rutin (Rizka et al., 2022).

Di Indonesia, data epidemiologi yang dirilis oleh Kementerian Kesehatan Republik Indonesia (2022) menunjukkan adanya peningkatan jumlah kasus kanker payudara terkonfirmasi, dari 8.287 kasus pada tahun 2021 menjadi 10.530 kasus pada tahun 2022, yang berarti terjadi kenaikan sebesar sekitar 27% dalam satu tahun (Sung et al., 2021). Sedangkan prevalensi Jawa Barat terhitung 1,41% dengan kanker payudara yang menempati angka kejadian tertinggi pada Wanita (Febriyani, 2023).

Menurut (Rosyid et al., 2023) membuktikan bahwa penundaan deteksi kanker dapat meningkatkan angka kematian dan prognosis yang buruk. Pasien kanker sering mengalami keluhan nyeri, terutama pada stadium lanjut, di mana lebih dari 70% penderita melaporkan adanya nyeri yang dapat memengaruhi kondisi fisik maupun kesejahteraan emosional. Pada pasien kanker payudara, nyeri dapat muncul akibat berbagai faktor, baik yang bersifat fisik maupun nonfisik, sehingga menimbulkan rasa tidak nyaman serta keterbatasan dalam melakukan aktivitas sehari-hari. Secara umum, penderita kanker payudara mengalami nyeri dengan intensitas dan durasi yang bervariasi, baik dalam bentuk nyeri akut maupun nyeri kronis.

Manajemen nyeri mempunyai beberapa tindakan atau prosedur baik secara farmakologis maupun non-farmakologis. Pemberian analgesik untuk

mengurangi atau menghilangkan nyeri merupakan prosedur secara farmakologis sedangkan tindakan non-farmakologis dapat dilakukan dengan metode terapi teknik relaksasi nafas dalam dan genggam jari.

Menurut (Muahjir et al., 2023) Teknik relaksasi napas dalam yaitu sebuah teknik pernapasan abdomen dengan frekuensi lambat atau perlahan, berirama dan nyaman yang dilakukan dengan memejamkan mata. Relaksasi napas dalam mempunyai efek distraksi atau pengalihan perhatian yang akan menstimulasi sistem kontrol desenden, yaitu suatu sistem serabut yang berasal dari dalam otak bagian bawah dan bagian tengah dan berakhir pada serabut interneural inhibitor dalam kornu dorsalis dari medula spinalis yang mengakibatkan berkurangnya stimulasi nyeri yang ditransmisikan ke otak.

Sedangkan teknik relaksasi genggam jari merupakan teknik sederhana yang menggabungkan pernafasan dan pegangan pada setiap jari sehingga membantu dalam mengelola emosi dan stres. Pemberian teknik relaksasi genggam jari dapat membantu tubuh serta pikiran dalam kondisi rileks dan secara alamiah mengakibatkan proses keluarnya hormon endorfin, hormon tersebut adalah analgesik alami dari dalam tubuh sehingga nyeri berkurang (Faulina Dayak, 2022).

Sejalan dengan penelitian (Hidayat et al., 2023) diketahui bahwa rata-rata skala nyeri pada pre relaksasi nafas dalam 5.67 sedangkan pada post relaksasi nafas dalam 3.67, skala nyeri terendah pada pre relaksasi nafas dalam 3 sedangkan pada post relaksasi nafas dalam 3, skala nyeri tertinggi pada pre relaksasi nafas dalam 7 sedangkan post relaksasi nafas dalam 5, dengan tingkat

kepercayaan pre relaksasi nafas dalam 4.92 - 6.33 sedangkan pada post relaksasi nafas dalam 3.25 – 4.17. Terdapat ada efektifitas teknik relaksasi genggam jari terhadap penurunan nyeri sebelum dan sesudah dilakukan teknik relaksasi genggam jari.

Berdasarkan studi pendahuluan yang telah dilakukan peneliti di Ruang Nyi Mas Gandasari 3 RSD Gunung Jati Cirebon, peneliti mewawancarai 5 pasien post operasi CA mammae, seluruhnya merasakan nyeri sedang pada bagian payudara yang sudah dilakukan operasi. Untuk mengurangi rasa nyeri, 3 pasien menahan nyerinya dan tidak melakukan apapun selain menunggu diberi obat. 2 pasien melakukan tarik nafas dan diberi obat untuk mengurangi nyeri, dengan hasil terdapat penurunan skala nyeri sebanyak 1 sampai 2. Berdasarkan hasil wawancara pada perawat pelaksana di ruangan, sejauh ini perawat memberikan terapi farmakologis berupa pemberian obat analgetic dan menyarankan terapi non farmakologis dengan relaksasi nafas dalam.

Hingga saat ini, belum ditemukan intervensi yang mengombinasikan teknik relaksasi napas dalam dengan terapi genggam jari dalam upaya menurunkan nyeri pada pasien pascaoperasi kanker payudara (ca mammae). Teknik relaksasi nafas dalam dan terapi genggam jari dipilih karena merupakan intervensi nonfarmakologis yang mudah diterapkan, aman, ekonomis, dapat dilakukan secara mandiri oleh pasien, serta terbukti membantu menurunkan intensitas nyeri melalui mekanisme relaksasi dan distraksi. Aromaterapi tidak dipilih karena efektivitasnya dipengaruhi oleh preferensi dan sensitivitas individu terhadap aroma serta memerlukan media tambahan dalam

pelaksanaannya. Oleh karena itu, peneliti tertarik untuk melakukan penelitian pada pasien post operasi ca mammae yang mengalami nyeri melalui pemberian terapi relaksasi kombinasi, yaitu relaksasi napas dalam dan genggam jari, sebagai alternatif intervensi nonfarmakologis untuk mengurangi intensitas nyeri.

B. Rumusan Masalah

Berdasarkan uraian latar belakang di atas, maka yang menjadi rumusan masalah dalam karya ilmiah ini adalah “Bagaimana hasil pemberian terapi teknik relaksasi napas dalam dan genggam jari untuk menurunkan nyeri pada pasien dengan penyakit CA mammae pasca operasi Di Ruang Nyi Mas Gandasari 3 RSD Gunung Jati Cirebon?”.

C. Tujuan

1. Tujuan Umum

Untuk memberikan gambaran hasil pemberian teknik relaksasi napas dalam dan genggam jari untuk menurunkan nyeri pada pasien dengan penyakit CA mammae pasca operasi Di Ruang Nyi Mas Gandasari 3 RSD Gunung Jati Cirebon

2. Tujuan Khusus

- a. Menggambarkan tahapan proses keperawatan dan skala nyeri pada pasien dengan penyakit CA mammae pasca operasi sebelum dilakukan teknik relaksasi nafas dalam dan genggam jari.

- b. Menggambarkan prosedur sebelum dan sesudah teknik relaksasi nafas dalam dan genggam jari untuk menurunkan nyeri pada pasien dengan penyakit CA mammae pasca operasi
- c. Menganalisis pada kedua pasien dengan penyakit CA mammae pasca operasi yang dilakukan teknik relaksasi nafas dalam dan genggam jari

D. Manfaat

1. Manfaat terhadap Pasien

Hasil penelitian ini dapat memberikan alternatif intervensi nonfarmakologis yang efektif dalam mengurangi rasa nyeri pada pasien pascaoperasi kanker payudara (*ca mammae*), sehingga dapat meningkatkan kenyamanan, mempercepat pemulihan, serta memperbaiki kualitas hidup pasien.

2. Manfaat terhadap Rumah Sakit

Penelitian ini diharapkan dapat menjadi bahan pertimbangan dan referensi dalam pengembangan standar asuhan keperawatan, khususnya terkait manajemen nyeri nonfarmakologis, serta meningkatkan mutu pelayanan kesehatan dan kepuasan pasien di rumah sakit.

3. Manfaat terhadap Pendidikan

Hasil penelitian ini dapat digunakan sebagai referensi dan bahan pembelajaran bagi mahasiswa dan tenaga pendidik dalam mengembangkan praktik keperawatan berbasis bukti (*evidence-based practice*).