

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Leiomioma uteri atau lebih dikenal dengan myoma uteri adalah salah satu penyakit yang umum terjadi pada wanita. Tumor ini, umumnya dikenal sebagai fibroid, mempengaruhi wanita terutama selama tahun-tahun reproduksi mereka dan didiagnosis pada 70% wanita kulit putih dan lebih dari 80% wanita keturunan Afrika selama hidup mereka. Penyakit ini memiliki dampak besar pada pemberian perawatan kesehatan dan biaya di seluruh dunia (Guillani, 2020). Meskipun sebagian besar wanita dengan fibroid tidak menunjukkan gejala, sekitar 30% dari mereka akan menunjukkan gejala parah yang dapat mencakup perdarahan uterus abnormal, anemia, nyeri dan tekanan panggul, nyeri punggung, frekuensi buang air kecil, konstipasi, atau infertilitas, dan akan memerlukan intervensi (Shannon 2019). Selain itu, myoma uteri juga menjadi penyebab subfertilitas wanita dan pada kehamilan dapat menyebabkan abortus dan prematuritas (Lubis, 2020). Gejala-gejala yang semakin memberat menjadi pertimbangan untuk dilakukannya prosedur bedah seperti miomektomi ataupun histerektomi.

Histerektomi adalah salah satu prosedur pembedahan yang paling sering dilakukan pada wanita (Oshodi et al., 2020). Penelitian yang dilakukan di Kamerun oleh ditemukan bahwa sebanyak 3012 pada tahun 2018 atau (14,54%) dari total tata laksana yang dilakukan departemen obstetric dan ginekologi di rumah sakit Kanye, Kamerun (Thomas Obinchemti et al., 2018). Data terkait banyaknya prosedur histerektomy di Indonesia sendiri belum terecatat dengan

pasti karena berhubungan langsung dengan alasan dijalankannya prosedur dan latar belakang penyakit yang di derita pasien, namun myoma uteri berkontribusi sebanyak 11,87% dari semua penyakit ginekology yang berhubungan dengan histerektomi (Irviana et al., 2022). Meskipun histerektomi adalah tindakan yang dilakukan untuk mengatasi kebanyakan penyakit keganasan ginekologi, sebagian besar histerektomi dilakukan untuk penyakit ginekologis jinak (Carugno J, 2021). Pengobatan mioma uteri dengan gejala klinik di Indonesia umumnya adalah tindakan operasi yaitu histerektomi (pengangkatan rahim) atau pada wanita yang ingin mempertahankan kesuburannya miomektomi (pengangkatan mioma) dapat menjadi pilihan, namun histerektomy juga seperti prosedur operasi lainnya yang dapat memberikan dampak secara fisik baik itu nyeri setelah operasi maupun psikis yaitu kecemasan.

Kecemasan didefinisikan sebagai respons alami seseorang terhadap ancaman yang akan dihadapi dan tidak terprediksi yang dapat terlihat pada respon perubahan fisiologis, afektif dan kognitif (Popa 2015). Cemas terjadi karena adanya peran mediator cemas di sistem syaraf pusat yaitu norephinerphine, serotonin, dopamine dan asam gamma-amynoburyic (GABA) dimana secara patofisiologis amygdala berperan sangat penting terhadap kecemasan (Steimer, 2020). Amygdala dan sistem limbik terhubung ke prefrontal korteks dimana dapat terjadi abnormalitas pada aktivasi prefrontal-limbik yang ditemukan pada seseorang yang mengalami kecemasan (Marwaha, et al 2021). Kecemasan juga menjadi masalah bagi pasien yang akan menjalani operasi dan perawat perlu membantu pasien dalam menyelesaikan masalahnya baik dari dimensi fisik, psikis dan spiritual. Teknik relaksasi Benson dapat

menjadi pilihan tindakan non farmakologis yang dapat membantu menurunkan tingkat kecemasan pada pasien yang akan menjalani prosedur operasi.

Teknik relaksasi benson adalah salah satu teknik relaksasi yang dapat digunakan dalam mengatasi nyeri, memperbaiki kualitas tidur dan menurunkan tingkat ansietas pada individu (Marasabessy et al., 2020). Teknik Relaksasi Benson dilakukan dengan cara menggabungkan teknik relaksasi nafas dalam dengan spiritual individu tersebut sesuai dengan kepercayaan yang dianut (Nuri Kurniasari et al., 2016). Pasien yang akan menjalani prosedur histerektomy atau prosedur pembedahan lain yang baru pertama kali bagi mereka biasanya akan merasa cemas sebelum menjalani prosedur operatif tersebut (Bansal & Joon, 2016). Dengan teknik relaksasi benson diharapkan kecemasan pasien dapat berkurang sebelum menjalani prosedur pembedahan histerektomy.

B. Rumusan Masalah

Bagaimanakah pengaruh teknik relaksasi Benson dalam menurunkan tingkat kecemasan pasien dengan myoma uteri yang akan menjalani prosedur histerektomy

C. Tujuan Penelitian

1. Tujuan Umum

Tujuan umum penelitian ini adalah untuk mengetahui seberapa efektif teknik relaksasi Benson untuk menurunkan kecemasan pasien myoma uteri yang akan menjalani prosedur histerektomi

2. Tujuan Khusus

Tujuan khusus penelitian ini adalah untuk mengetahui tingkat penurunan ansietas diukur dengan skala VAS-A setelah dilakukan teknik relaksasi Benson

D. Manfaat Penelitian

1. Bagi Pengembangan Ilmu

Penulisan ini diharapkan dapat bermanfaat untuk memberikan referensi tambahan teknik relaksasi benson untuk mengurangi kecemasan pada pasien pre histerektomy

2. Bagi Rumah Sakit

Penulisan ini diharapkan dapat memberikan tambahan *evidence based* tentang terapi teknik relaksasi Benson terhadap penurunan tingkat kecemasan pasien pre histerektomy

3. Bagi Pembangunan Profesi

Penulisan ini diharapkan dapat bermanfaat bagi profesi keperawatan sebagai informasi terapi teknik relaksasi benson dalam menurunkan tingkat kecemasan pasien yang akan menjalani histerektomy.