



ISSN 1907 - 3046

Volume 6, Nomor 2

September - Desember 2011

*Jurnal Ilmiah* Pharmacist, Analyst, Nurse, Nutrition, Midwifery, Environment, Dentist

# PANNMED

**TERBIT TIGA KALI SETAHUN (PERIODE JANUARI, MEI, SEPTEMBER)**



Perbedaan Perubahan Intensitas Nyeri Selama Perawatan Post Seksio Sesaria Antara Pasien yang Menggunakan Teknik Distraksi dan Relaksasi di RSUD Dr. Pirngadi Medan Tahun 2011  
*Dina Indarsita dan Sepri Elvianur*

Hubungan Pola Makan dengan Karies Gigi dan Pengaruhnya terhadap Status Gizi Anak Sekolah Dasar di SD Azizi Kota Medan  
*Ida Nurhayati, Mahdiah, dan Ety Marthias*

Pengaruh Pemberian Latihan terhadap Keterampilan Pemeriksaan HB Sahli Mahasiswa Semester III Akademi Kebidanan Sehat Medan  
*Yusrawati Hasibuan dan Diah Purnama Sari*

Efektivitas Penyuluhan yang Dilakukan oleh Perawat Gigi dan Guru Olah Raga Kesehatan Dalam Meningkatkan Perilaku Pemeliharaan Kesehatan Gigi dan Mulut pada Murid SD Negeri 060973 di Kecamatan Medan Selayang  
*Yetti Lusiani*

Faktor-Faktor yang Berhubungan dengan Kejadian ISPA pada Balita di Desa Bandar Huta Usang Kecamatan Pegagan Hilir Kabupaten Dairi Tahun 2011  
*Risnawati Tanjung*

Hubungan Pengetahuan dan Pendapatan Keluarga dengan Risiko Pencemaran Fisik Sumur Gali di Desa Gunung Kelawas Kecamatan Namorambe Kabupaten Deli Serdang Tahun 2011  
*Panitian Nainggolan*

Gambaran Karang Gigi pada Siswa Kelas IV dan V Gigi yang Berjejal dan tidak Berjejal di SD Kelurahan Mulyorejo Kecamatan Binjai Timur Tahun 2011 IV dan V Gigi yang Berjejal dan tidak Berjejal di SD Kelurahan Mulyorejo Kecamatan Binjai Timur Tahun 2011  
*Aminah br. Saragih*

Pemeriksaan Monosit Pada Penderita TB Paru yang Belum Diberikan Pengobatan di Puskesmas Teladan Medan Tahun 2011  
*Ice Ratnalela Siregar*

Uji Efek Antibakteri Ekstrak Tempe Kedelai terhadap Pertumbuhan Bakteri *Bacillus subtilis*  
*D. Elysa Putri Mambang*

Teknik Relaksasi Nafas Dalam Bermanfaat Menurunkan Tingkat Nyeri pada Pasien Post Laparotomi  
*Endang Susilawati*

Tindakan Balutan Luka Tertutup Efektif pada Pasien Fraktur Terbuka  
*Masnila*

Hubungan Karakteristik Sosial Orang Tua dengan Kekerasan pada Anak Dalam Keluarga dan Prestasi Belajar di Kota Medan Tahun 2011  
*Samsider Sitorus*

Latihan Range of Motion (ROM) Pasif Berhasil Meningkatkan Kekuatan Otot Ekstremitas Atas pada Pasien Stroke Non Hemoragik  
*Doni Simatupang*

Ketidakpatuhan Perawat Dalam Pelaksanaan Protap Pemasangan Infus Penyebab Terjadinya Phlebitis  
*Sri Utami*

Gambaran Perilaku Hidup Bersih dan Sehat Pada Lansia di UPT Pelayanan Sosial Lanjut Usia dan Anak Balita Wilayah Binjai dan Medan Dinas Kesejahteraan dan Sosial Pemprov Tahun 2011  
*Mardan Ginting*



# JURNAL ILMIAH PANNMED

(Pharmacist, Analyst, Nurse, Nutrition, Midwifery, Environment, Dentist)

VOL. 6, NO. 2, SEPTEMBER – DESEMBER 2011

TERBIT TIGA KALI SETAHUN (PERIODE JANUARI, MEI, SEPTEMBER)

**Penanggung Jawab:**

Ir. Zuraidah Nasution, M.Kes.

**Redaktur:**

Riyanto Suprawihadi, SKM, M.Kes.

**Penyunting Editor:**

Drg. Ngena Ria, M.Kes.

Nelson Tanjung, SKM, M.Kes

**Desain Grafis & Fotografer:**

Yusrawati Hasibuan, SKM, M.Kes.

Dra. Safrida, MS

Hamdan Syah Alam, S.Kom.

**Sekretariat:**

Drg. Herlinawati Daulay, M.Kes.

Sri Utami, SST, S.Pd, M.Kes.

Mardan Ginting, S.Si, M.Kes.

Rina Doriana Pasaribu, SKM

Susi Adrianelly, SKM

**Alamat Redaksi:**

Jl. Let Jend Jamin Ginting KM 13.5  
Kelurahan Laucih Kec. Medan Tuntungan

Telp: 061-8368633

Fax: 061-8368644

**DAFTAR ISI**

Editorial

Perbedaan Perubahan Intensitas Nyeri Selama Perawatan Post Seksio Sesaria Antara Pasien yang Menggunakan Teknik Distraksi dan Relaksasi di RSUD Dr. Pirngadi Medan Tahun 2011 oleh Dina Indarsita dan Sepri Elvianur..... 107-112

Hubungan Pola Makan dengan Karies Gigi dan Pengaruhnya terhadap Status Gizi Anak Sekolah Dasar di SD Azizi Kota Medan oleh Ida Nurhayati, Mahdiah, dan Etty Marthias ... 113-118

Pengaruh Pemberian Latihan terhadap Keterampilan Pemeriksaan HB Sahli Mahasiswa Semester III Akademi Kebidanan Sehat Medan oleh Yusrawati Hasibuan dan Diah Purnama Sari..... 119-122

Efektivitas Penyuluhan yang Dilakukan oleh Perawat Gigi dan Guru Olah Raga Kesehatan Dalam Meningkatkan Perilaku Pemeliharaan Kesehatan Gigi dan Mulut pada Murid SD Negeri 060973 di Kecamatan Medan Selayang oleh Yetti Lusiani..... 123-128

Faktor-Faktor yang Berhubungan dengan Kejadian ISPA pada Balita di Desa Bandar Huta Usang Kecamatan Pegagan Hilir Kabupaten Dairi Tahun 2011 oleh Risnawati Tanjung ..... 129-133

Hubungan Pengetahuan dan Pendapatan Keluarga dengan Risiko Pencemaran Fisik Sumur Gali di Desa Gunung Kelawas Kecamatan Namorambe Kabupaten Deli Serdang Tahun 2011 oleh Panitian Nainggolan..... 134-137

Gambaran Karang Gigi pada Siswa Kelas IV dan V Gigi yang Berjejal dan tidak Berjejal di SD Kelurahan Mulyorejo Kecamatan Binjai Timur Tahun 2011 oleh Aminah br. Saragih ..... 138-141

Pemeriksaan Monosit Pada Penderita TB Paru yang Belum Diberikan Pengobatan di Puskesmas Teladan Medan Tahun 2011 oleh Ice Ratnalela Siregar ..... 142-151

Uji Efek Antibakteri Ekstrak Tempe Kedelai terhadap Pertumbuhan Bakteri *Bacillus subtilis* oleh D. Elysa Putri Mambang ..... 152-155

Teknik Relaksasi Nafas Dalam Bermanfaat Menurunkan Tingkat Nyeri pada Pasien Post Laparatomi oleh Endang Susilawati ..... 156-159

Tindakan Balutan Luka Tertutup Efektif pada Pasien Fraktur Terbuka oleh Masnila ..... 160-163

Hubungan Karakteristik Sosial Orang Tua dengan Kekerasan pada Anak Dalam Keluarga dan Prestasi Belajar di Kota Medan Tahun 2011 oleh Samsider Sitorus ..... 164-169

Latihan *Range of Motion* (ROM) Pasif Berhasil Meningkatkan Kekuatan Otot Ekstremitas Atas pada Pasien Stroke Non Hemoragik oleh Doni Simatupang ..... 170-175

Ketidapatuhan Perawat Dalam Pelaksanaan Protap Pemasangan Infus Penyebab Terjadinya Phlebitis oleh Sri Utami ..... 176-182

Gambaran Perilaku Hidup Bersih dan Sehat Pada Lansia di UPT Pelayanan Sosial Lanjut Usia dan Anak Balita Wilayah Binjai dan Medan Dinas Kesejahteraan dan Sosial Pemprovsu Tahun 2011 oleh Mardan Ginting ..... 183-186

## **PENGANTAR REDAKSI**

Jurnal PANNMED merupakan salah satu wadah untuk menampung hasil penelitian Dosen Politeknik Kesehatan Kemenkes Medan.

Jurnal PANNMED Edisi September – Desember 2011 Vol. 6 No. 2 yang terbit kali ini menerbitkan sebanyak 15 Judul Penelitian.

Redaksi mengucapkan terima kasih kepada:

1. Ibu Direktur atas supportnya sehingga Jurnal ini dapat terbit
2. Dosen-dosen yang telah mengirimkan tulisan hasil penelitiannya dan semoga dengan terbitnya jurnal ini dapat memberi semangat kepada dosen yang lain untuk berkreasi menulis hasil penelitian sehingga bisa diterbitkan ke Jurnal Pannmed ini.

Akhir kata, kami mengharapkan kritik serta saran yang membangun agar jurnal ini dapat menjadi jurnal yang berkualitas seperti harapan kita bersama.

**Redaksi**

# TEKNIK RELAKSASI NAFAS DALAM BERMANFAAT MENURUNKAN TINGKAT NYERI PADA PASIEN POST LAPARATOMI

Endang Susilawati

Staf Pengajar Jurusan Keperawatan Politeknik Kesehatan Kemenkes Medan

## Abstrak

Relaksasi adalah suatu tindakan yang dapat menurunkan nyeri dengan merilekskan ketegangan otot yang menunjang nyeri, apalagi relaksasi pernafasan dapat dilakukan disetiap situasi. Teknik relaksasi nafas dalam merupakan serangkaian latihan untuk meregangkan kelompok otot dengan menempatkan diri pada posisi yang rileks kemudian mempersiapkan diri dengan beberapa nafas yang dalam dan lambat, sehingga dapat meningkatkan toleransi terhadap nyeri. Relaksasi nafas dalam dapat menaikkan kadar oksigen pada waktu inspirasi, dengan mengoptimalkan penghirupan oksigen maka akan memberi rasa aman dan menurunkan nyeri. Tujuan penelitian ini adalah untuk mengetahui pengaruh teknik relaksasi nafas dalam terhadap penurunan tingkat nyeri pada pasien post laparotomi di ruang rindu B2 RSUP H. Adam malik Medan Tahun 2011. Jenis penelitian ini bersifat quasi eksperimen dengan desain "one group pre test-post tes design" Metode pengambilan sampel dengan teknik accidental sampling. Dari hasil penelitian diketahui bahwa sebelum dilakukan relaksasi nafas dalam mayoritas responden mengalami nyeri sedang sebesar 72,7%, responden yang mengalami nyeri berat sebesar 9,1% dan responden yang mengalami nyeri ringan sebesar 18,2% Dan sesudah dilakukan relaksasi nafas dalam diketahui bahwa responden yang mengalami nyeri sedang menurun dari 72,7% menjadi 45,5%, sedangkan yang mengalami nyeri berat dari 9,1% menjadi tidak ada yang mengalami nyeri berat. Selain itu, dapat pula diketahui bahwa yang mengalami nyeri ringan lebih meningkat yaitu 54,5% yang sebelum dilakukan tindakan relaksasi nafas dalam sebesar 18,2%. Berarti ada perubahan dari nyeri sedang ke nyeri ringan. Dengan demikian dapat disimpulkan bahwa teknik relaksasi nafas dalam dapat menurunkan nyeri pada pasien post laparotomi di ruang rindu B2 RSUP H. Adam Malik Medan Tahun 2011.

**Kata kunci:** Relaksasi nafas dalam, nyeri, post laparotomi

## PENDAHULUAN

Pembedahan baik elektif maupun kedaruratan adalah peristiwa kompleks yang menegangkan. kebanyakan prosedur bedah dilakukan di ruang operasi rumah sakit, meskipun beberapa prosedur yang lebih sederhana yang tidak memerlukan hospitalisasi dilakukan di klinik-klinik bedah dan unit bedah *ambulatory*. Individu dengan masalah perawatan kesehatan yang memerlukan intervensi pembedahan biasanya menjalani prosedur pembedahan yang mencakup pemberian anastesi lokal, regional atau umum. Perkembangan preparat anastesi akhir-akhir ini difokuskan pada obat-obat kerja singkat dan pemulihan yang lebih singkat. Kemajuan yang sama juga telah dibuat dalam perkembangan obat farmasi, walaupun kemajuan teknologi ini telah memfokuskan perhatian pada peran penting dari tenaga keperawatan dan peran sentuhan manusia. (Brunner & Suddarth, 2002)

Segala bentuk prosedur pembedahan selalu didahului reaksi emosional tertentu oleh pasien, apakah reaksi tersebut jelas atau tersembunyi, normal atau tidak normal. Keluasan reaksi pasien didasarkan pada banyak faktor, meliputi ketidaknyamanan atau nyeri dan perubahan-perubahan yang diantisipasi baik fisik, finansial,

psikologis atau spiritual atau sosial serta hasil akhir pembedahan yang diharapkan. Rasa nyeri timbul hampir setiap jenis operasi, karena terjadi torehan, tarikan, manipulasi jaringan dan organ dapat juga terjadi akibat stimulasi ujung syaraf oleh bahan kimia yang dilepas pada saat operasi. Setelah operasi faktor lain yang menambah rasa nyeri seperti infeksi, distensi, spasmus otot disepular daerah torehan serta pembalut yang ketat. Nyeri yang tidak diatasi secara adekuat selain membuat ketidaknyamanan juga dapat mempengaruhi sistem *pulmonary, kardiovaskuler, gastrointestinal, endokrin* dan *imunologik*. Nyeri pasca operasi hebat dirasakan pada pembedahan intratoraks, intra abdomen dan pembedahan orthopedic mayor, salah satunya pada kasus post laparotomi. Nyeri pada pasien post operasi ini merupakan nyeri akut yang belum banyak dimengerti dan tidak dapat diatasi dengan baik. Rasa nyeri setelah bedah ini biasanya berlangsung 24 sampai 48 jam namun dapat berlangsung tergantung kepada lamanya operasi, penahan nyeri yang dimiliki pasien serta respon terhadap nyeri (Barbara C.Long)

Salah satu cara untuk mengurangi nyeri pada pasien post operasi secara non farmakologi diantaranya adalah teknik relaksasi nafas dalam. Metode ini biasanya mempunyai resiko yang sangat rendah, relaksasi otot

skeletal dipercaya dapat menurunkan nyeri dengan merilekskan otot-otot yang menunjang nyeri. Terdapat banyak bukti yang menunjukkan bahwa relaksasi efektif dalam meredakan nyeri. Beberapa penelitian, telah menunjukkan bahwa relaksasi efektif dalam menurunkan nyeri pasca operasi (Smeltzer, 2002). Ini mungkin karena relatif kecilnya peran otot-otot skeletal dalam nyeri pasca operasi atau kebutuhan klien untuk melakukan teknik relaksasi tersebut agar efektif. Teknik tersebut tidak mungkin dipraktekkan bila hanya diajarkan sekali, segera sebelum operasi, klien yang sudah mengetahui tentang teknik relaksasi mungkin hanya perlu diingatkan agar menggunakan teknik tersebut untuk menurunkan atau mencegah meningkatnya nyeri. Ada tiga hal utama yang diperlukan dalam relaksasi yaitu posisi yang tepat, pikiran tenang dan lingkungan yang tenang. Metode relaksasi nafas dalam menggunakan olah nafas sebagai modal awalnya. Inti dari olah nafas dalam adalah mengoptimalkan tubuh sehingga dapat memberikan hasil maksimal terhadap penyembuhan berbagai macam penyakit ataupun nyeri yang timbul sebagai suatu gejala atau tanda suatu penyakit (Muttaqin, Arif, 2008)

Berdasarkan penelitian oleh Dewi dkk di RSUD Dr. Slamed Garut tentang pengaruh latihan relaksasi nafas dalam terhadap penurunan tingkat nyeri pada pasien post operasi sedang mengatakan bahwa teknik relaksasi nafas dalam efektif dalam menurunkan intensitas nyeri.

Oleh Tantra (2007), telah dilaporkan bahwa jumlah penderita yang mengalami pembedahan di Amerika sekitar 25 juta orang pertahun. Dari jumlah ini, mayoritas mereka masih mengalami penderitaan nyeri pasca operasi karena pengelolaannya yang belum adekuat dan masih berfokus pada terapi farmakologis.

Pada pertemuan rapat terbatas bidang kesehatan, menurut Menteri kesehatan Dr.dr, Siti Fadilah Soepari, Sp.JP(K) mengatakan bahwa jumlah pasien yang mengalami tindakan pembedahan Laparatomi meningkat dari 162 pada tahun 2005 menjadi 983 kasus pada tahun 2006 dan 1.281 kasus pada tahun 2007. di Jakarta.

Sedangkan menurut data yang diperoleh dari Medikal Record RSUP H. Adam Malik Medan, bahwa pada tahun 2009 jumlah pasien yang telah dilakukan pembedahan abdomen secara umum adalah 387 orang dan pada tahun 2010 menjadi 741 orang dengan kategori yang dirawat di ruang rindu B2 pada tahun 2010 berjumlah 113 orang.

Maka berdasarkan uraian diatas, penulis tertarik untuk melakukan penelitian tentang pengaruh teknik relaksasi nafas dalam terhadap penurunan tingkat nyeri pada pasien post laparatomi di Ruang Rindu B2 RSUP H. Adam Malik Tahun 2011.

## METODOLOGI PENELITIAN

Jenis penelitian ini adalah Quasy eksperimen dengan menggunakan "one group pra test-post test desain" dimana kelompok subjek diukur tingkat nyerinya sebelum melakukan intervensi, kemudian di observasi dan diukur lagi setelah intervensi (Nursalam, 2003). Penelitian

dilakukan di Ruang Rindu B2 RSUP H. Adam Malik Medan, dilakukan bulan Mei s/d Juli 2011.

Populasi dalam penelitian ini adalah seluruh pasien post laparatomi yang dirawat di ruang rindu B2 RSUP H. Adam Malik Medan pada bulan Juni s/d Juli 2011, dan jumlah pasien yang dirawat di Ruang Rindu B2 dengan post Laparatomi sebanyak 113 orang pada tahun 2010. Sampel dalam penelitian ini adalah pasien post laparatomi yang di rawat di ruang rindu B2 RSUP H. Adam Malik medan dari bulan Juni s/d Juli 2011.

Data yang dikumpulkan berupa data primer yang diperoleh dari subjek penelitian dilakukan dengan cara observasi dan wawancara dengan menggunakan skala ukur nyeri selain itu peneliti juga menggunakan data sekunder yang diperoleh dari Medikal Record RSUP H. Adam Malik Medan tentang jumlah pasien yang mengalami post laparatomi tahun 2010.

Data yang diperoleh dalam penelitian ini selanjutnya akan dianalisa dengan menggunakan:

- a. Analisa univariat  
Analisa univariat untuk menghitung nilai proporsi atau persentase dari variabel yang diukur.
- b. Analisa bivariat  
Analisa data dalam penelitian ini bertujuan untuk mengetahui pengaruh teknik relaksasi nafas dalam terhadap penurunan tingkat nyeri pada pasien post laparatomi dengan bantuan komputerisasi menggunakan program SPSS 17.0.

Pengujian dalam penelitian ini adalah dengan menggunakan uji t (uji t berpasangan atau *uji t wilcoxon*) dengan prasyarat normalitas data. Jika data hasil penelitian terdistribusi normal maka uji statistic yang digunakan adalah uji t berpasangan, sedangkan jika data hasil penelitian tidak terdistribusi normal maka uji statistic yang digunakan adalah *uji t wilcoxon*. Tingkat kepercayaan yang digunakan adalah 95% dengan tingkat kemaknaan  $\alpha = 0,05$ .  $H_0$  diterima jika didapatkan P value  $< 0,05$ , sebaliknya  $H_0$  ditolak jika didapatkan P value  $\geq 0,05$ .

## HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN

Rumah Sakit Umum Pusat H. Adam Malik Medan terdiri dari 10 Poliklinik Rawat Jalan dan 2 Instalasi Ruang Rawat Inap adalah Ruangan Rindu B (terdiri dari RB1, RB2, RB3, dan RB4) dan Ruang Rindu A (terdiri dari RA1, RA2, RA3, RA4 dan RA5). Pelayanan kesehatan di Rindu B dan Rindu A ditangani oleh dokter spesialis, dokter umum, dan perawat dengan kualifikasi pendidikan S1 keperawatan, D3 keperawatan, dan SPK.

### Analisa Univariat

#### Tingkat Nyeri Pasien Sebelum Pemberian Teknik Relaksasi Nafas Dalam

Hasil analisis data diketahui bahwa mayoritas responden mengalami tingkat nyeri sedang sebesar (72,7%) sebelum dilakukan relaksasi nafas dalam, satu orang (9,1%) mengalami tingkat nyeri berat, dan dua orang (18,2%) mengalami tingkat nyeri ringan.

### Tingkat Nyeri Pasien Setelah Pemberian Teknik Relaksasi Nafas

Dari hasil analisis diperoleh data bahwa setelah dilakukan relaksasi nafas dalam responden yang mengalami nyeri sedang menurun dari 72,7% menjadi 45,5% sedangkan yang mengalami nyeri berat dari 9,1% menjadi tidak ada yang mengalami nyeri berat. Selain itu, dapat pula diketahui bahwa yang mengalami nyeri ringan lebih meningkat yaitu 54,5% dimana sebelum dilakukan tindakan relaksasi nafas dalam sebesar 18,2%. Berarti ada perubahan dari nyeri sedang ke nyeri ringan.

### Uji Normalitas Data

Uji normalitas data bertujuan untuk menentukan apakah data hasil penelitian terdistribusi normal atau tidak. Uji statistik yang digunakan untuk menguji normalitas data dalam penelitian ini adalah *Kolmogorov Smirnov*.

**Tabel 1. Hasil Uji Normalitas Data (*Kolmogorov Smirnov*)**

Variabel	Mean	SD	P Value
Tingkat Nyeri Sebelum Diberikan Teknik Relaksasi Nafas Dalam	4,82	3,27	0,317
Tingkat Nyeri Setelah Diberikan Teknik Relaksasi Nafas Dalam	1,168	1,009	0,667

Dari Tabel 1 di atas dapat diketahui bahwa nilai *Kolmogorov Smirnov* pada kedua variabel memiliki nilai probabilitas (P) tingkat nyeri sebelum diberikan teknik relaksasi nafas dalam sebesar 0,317 dan nilai tingkat nyeri setelah diberikan teknik relaksasi nafas dalam sebesar 0,667. Nilai probabilitas tersebut tidak pada signifikansi 5% ( $p > 0,05$ ). Hal ini berarti bahwa sebaran data kelompok baik pada kelompok sebelum perlakuan dan sesudah perlakuan adalah berdistribusi normal. Dengan demikian dapat disimpulkan bahwa Uji T yang digunakan pada analisis bivariat adalah Uji T Berpasangan (B, Syarifudin, 2010).

### Analisis Bivariat

Dari tabel 2 didapatkan bahwa rata-rata tingkat nyeri pada responden sebelum diberikan teknik relaksasi nafas dalam adalah 4,82 dengan standar deviasi 1,168 dan rata-rata tingkat nyeri pada responden setelah diberikan teknik relaksasi nafas dalam adalah 3,27 dengan standar deviasi 1,009. Terlihat perbedaan nilai rata-rata antara tingkat nyeri pada responden sebelum dan setelah diberikan teknik relaksasi nafas dalam sebesar 0,545 serta perbedaan standar deviasi antara tingkat nyeri pada responden sebelum dan setelah diberikan teknik relaksasi nafas dalam sebesar 0,820. Dari hasil Uji T Berpasangan didapatkan nilai  $P=0,000 < \alpha=0,05$ , maka dapat disimpulkan bahwa  $H_0$  diterima dan  $H_a$  ditolak yang berarti ada pengaruh pemberian teknik relaksasi nafas dalam terhadap penurunan tingkat nyeri pada pasien post laparatomi yang dirawat di Ruang Rindu B2 RSUP H. Adam Malik Medan Tahun 2011.

**Tabel 2. Pengaruh Pemberian Teknik Relaksasi Nafas Dalam Terhadap Penurunan Tingkat Nyeri Pada Pasien Post Laparatomi di Ruang Rindu B2 RSUP H. Adam Malik Medan Tahun 2011**

Variabel	Mean	SD	P Value
Tingkat Nyeri Sebelum Diberikan Teknik Relaksasi Nafas Dalam	4,82	1,168	0,000
Tingkat Nyeri Setelah Diberikan Teknik Relaksasi Nafas Dalam	3,27	1,009	

### PEMBAHASAN

#### Tingkat Nyeri Sebelum Pemberian Teknik Relaksasi Nafas Dalam Pada Pasien Post Laparatomi

Dari hasil penelitian berdasarkan analisis univariat didapatkan bahwa mayoritas responden mengalami nyeri sedang sebesar 72,7% dan responden yang mengalami nyeri berat sebesar 9,1%. Hal ini disebabkan karena responden adalah pasien hari kedua post laparatomi dan telah mendapatkan terapi analgetik untuk menurunkan nyeri sedangkan tindakan relaksasi nafas dalam belum diberikan.

Sementara responden yang mengalami nyeri berat ini disebabkan karena responden telah dilakukan operasi ulang (*Relaparatomi*) yaitu pada dinding *abdomen* dan *peritoneum*. Kerusakan jaringan dan trauma oleh adanya sayatan atau pembedahan ulang menyebabkan timbulnya nyeri operasi yang lebih besar karena terjadinya kerusakan syaraf, spasme otot serta penurunan suplai darah ke jaringan (*iskemia*), sehingga sensasi nyeri dapat dirasakan hebat oleh individu. Penanganan nyeri dengan tindakan relaksasi nafas dalam pada responden ini belum dilakukan sedangkan penanganan nyeri dengan obat analgetik seperti tramadol injeksi sudah diberikan, pemberian analgetik ini guna mengganggu atau memblokir transmisi stimulus agar terjadi perubahan persepsi dengan cara mengurangi kortikal terhadap nyeri (A.Aziz Azimul.H, 2008). Namun menurut Walsh dalam Harnawati (2008) pada pasien post operasi seringkali mengalami nyeri hebat meskipun tersedia obat-obat analgetik yang efektif.

#### Tingkat Nyeri Setelah Pemberian Teknik Relaksasi Nafas Dalam Pada Pasien Post Laparatomi

Dari hasil penelitian didapatkan bahwa responden yang mengalami nyeri sedang menurun dari 72,7% menjadi 45,5% sedangkan responden yang mengalami nyeri berat dari 9,1% menjadi tidak ada responden yang mengalami nyeri berat. Ini menunjukkan bahwa terjadi penurunan nyeri sesudah mendapatkan teknik relaksasi nafas dalam.

Hal tersebut diatas sesuai dengan pendapat yang dikemukakan oleh Smeltzer (2002) bahwa relaksasi nafas dalam yang teratur dapat membantu untuk melawan kelelahan dan ketegangan otot yang dapat meningkatkan nyeri. Rasa nyeri dapat berkurang disebabkan oleh meningkatnya oksigen yang masuk ke dalam tubuh klien pada saat inspirasi, dengan memaksimalkan pengembangan paru-paru maka didapatkan volume inspirasi maksimal sehingga mencegah terjadinya metabolisme anaerob dalam tubuh memberi rasa rileks dan

mencegah terjadinya ketegangan otot sekaligus mengoptimalkan penghirupan oksigen bagi sel-sel yang mengalami stress atau injury.

### Pengaruh Teknik Relaksasi Nafas Dalam Terhadap Penurunan Tingkat Nyeri Pada Pasien Post Laparatomi

Dari hasil penelitian berdasarkan analisis bivariat dengan menggunakan uji T berpasangan didapatkan nilai P value = 0,000 <  $\alpha=0,05$  yang berarti ada pengaruh signifikan antara pemberian teknik relaksasi nafas dalam terhadap penurunan tingkat nyeri pada pasien post laparatomi yang dirawat di Ruang Rindu B2 RSUP H. Adam Malik Medan Tahun 2011. Hal ini dapat terbukti pada tabel 2 bahwa proporsi responden yang mengalami nyeri ringan lebih banyak setelah dilakukan relaksasi nafas dalam yaitu 54,5% yang sebelumnya 18,2%, berarti responden yang mengalami nyeri sedang berubah menjadi nyeri ringan dan yang mengalami nyeri berat sudah menjadi nyeri sedang.

Hasil penelitian ini sesuai dengan teori yang dikemukakan oleh Smeltzer (2002) dan penelitian yang dilakukan oleh Dewi dkk di RSUD Dr. Slamet Garut tentang pengaruh latihan relaksasi nafas dalam terhadap penurunan tingkat nyeri pada pasien post operasi bahwa teknik relaksasi nafas dalam efektif dalam menurunkan intensitas nyeri, hasil penelitian lain oleh Ni komang Rai Artini di RSUP. Dr. Soeradij Tirtonegoro Klaten tahun 2009 menunjukkan bahwa ada pengaruh bermakna dalam pemberian teknik relaksasi nafas dalam terhadap penurunan tingkat nyeri pada pasien post operasi.

### SIMPULAN DAN SARAN

#### Simpulan

1. Sebelum dilakukan tindakan relaksasi nafas dalam mayoritas responden mengalami nyeri sedang sebesar 72,7%
2. Setelah dilakukan tindakan relaksasi nafas dalam mayoritas responden mengalami nyeri ringan sebesar 54,5%
3. Ada pengaruh pemberian relaksasi nafas dalam pada pasien post laparatomi dengan tingkat kepercayaan 95% (kemaknaan  $\alpha =0,05$ ), dimana  $P=0,000$

#### Saran

1. Disarankan kepada petugas kesehatan dan mahasiswa keperawatan untuk mengajarkan dan

menerapkan teknik relaksasi nafas dalam kepada pasien yang mengalami nyeri post laparatomi, karena terbukti berpengaruh terhadap penurunan tingkat nyeri

2. Disarankan kepada pasien atau individu dengan masalah kesehatan nyeri post laparatomi, untuk melakukan teknik relaksasi nafas dalam secara mandiri dalam upaya menurunkan tingkat nyeri yang dialami.
3. Disarankan kepada pihak Rumah Sakit agar memasukkan tindakan relaksasi nafas dalam di prosedur tetap (protap) penanganan pasien nyeri post laparatomi.

### DAFTAR PUSTAKA

1. Arikunto S, *Prosedur Penelitian Suatu Pendekatan Praktek*, Edisi Revisi V, Rineka Cipta, Jakarta, 2006.
2. Arif Mansjoer, *Kapita Selekta Kedokteran*, Edisi 3, Jakarta, 2000.
3. Arif Muttaqin, *Buku Ajar Asuhan Keperawatan Dengan Sistem Persyarafan*, Salemba Medika, Jakarta, 2008.
4. A. Aziz Alimul H, *Kebutuhan Dasar Manusia*, Salemba Medika, Jakarta, 2008.
5. Barbara C. Long, *Perawatan Medikal Bedah*, Bandung, 1996.
6. Brunner & Suddarth, *Keperawatan Medikal Bedah*, Edisi 8, Volume I, EGC, Jakarta, 2002.
7. B. Syarifudin, *Panduan TA Keperawatan dan Kebidanan dengan SPSS*, Edisi 1, Yogyakarta, 2010.
8. Sutaryo, *Menjaga Kesehatan Jantung*, Edisi I, Yogyakarta, 2011.
9. Lynda J. Carpenito-Moyet, *Buku Saku Diagnosis Keperawatan*, Edisi 10, EGC, Jakarta, 2007.
10. Notoadmodjo, *Metodologi Penelitian Kesehatan*, Rineka Cipta, Jakarta, 2005
11. Nursalam, *Metodologi Penelitian Ilmu Keperawatan*, Salemba Medika, Jakarta, 2003.
12. Priharjo. R, *Perawatan Nyeri*, EGC, Jakarta, 2003.
13. Perry & Potter, *Fundamental Keperawatan*, Edisi 4, Volume 2, EGC, Jakarta, 2005.
14. R. Sjamsu Hidajat, Win de Jong, *Buku Ajar Ilmu Bedah*, Edisi 2, EGC, Jakarta, 2004.
15. Sylvia A. Price, *Patofisiologi : Konsep Klinis Proses-Proses Penyakit*, Edisi 6, EGC, Jakarta, 2005.
16. Stanislaus S. Uyanto, *Pedoman Analisis Data Dengan SPSS, Edisi 3*, Yogyakarta, 2009.