



Article

Laporan Studi Kasus Penerapan Teknik Rileksasi Nafas Dalam Pada Pasien Post Op Sectio Caesarea (Sc) Dengan Masalah Nyeri Akut Di Ruang Bugenville Rumah Sakit Umum Daerah Tugurejo Semarang

Putri Setyan Nur Safitri¹, Witri Hastuti²

¹Mahasiswa Program Studi Profesi Ners, Fakultas Ilmu Keperawatan dan Kesehatan Universitas Karya Husada Semarang

²Dosen Fakultas Ilmu Keperawatan dan Kesehatan Universitas Karya Husada Semarang

SUBMISSION TRACK

Received: June 28, 2023

Final Revision: July 23, 2023

Available Online: August 22, 2023

KEYWORDS

Caesarea Section, Nursing Care, Acute Pain

CORRESPONDENCE

E-mail: 2208053@unkaha.ac.id

A B S T R A C T

Sectio caesarea is one of the methods used in the health sector to assist in childbirth when unexpected problems occur during labour. One of the greatest fears of surgical patients is pain. Response Pain felt by patients is a side effect that arises after undergoing an operation. Pain caused by surgery is usually very painful for the patient. The purpose of this study was to provide an overview of the application of deep breathing relaxation techniques in postoperative Sectio Caesarea patients with acute pain problems. This research is a descriptive study in the form of a case review to explore the problem of nursing care by focusing on nursing care for Post Sectio Caesarea (SC) Patients with Acute Pain Problems in the Bugenville Room, Tugurejo Regional General Hospital, Semarang. The results of the study found that the mother experienced pain scale 6 which was felt when carrying out movement activities, experienced mobility restrictions with vital signs within normal limits. Actions taken by doing deep breathing relaxation technique therapy to overcome post section caesarea pain. After nursing care was carried out for three days, the subjective data of the mother was able to sit up without assistance.

I. INTRODUCTION

Seksio sesarea merupakan suatu cara melahirkan janin dengan membuat sayatan pada dinding perut untuk membuka dinding uterus. Seseorang dengan post operasi Seksio Cesarea menimbulkan nyeri. Nyeri yang timbul berasal dari abdomen akibat insisi yang dilakukan untuk mengeluarkan bayi. Menurut Khazaro, (2020) nyeri merupakan suatu pengalaman sensori dan emosional yang tidak menyenangkan akibat kerusakan jaringan secara aktual maupun potensial. (Amanda, 2020) (Susilawati, Utari

Kartaatmadja and Suherman, 2023) Pada dasarnya, persalinan yang dilakukan dengan pervaginam lebih aman dilakukan jika dibandingkan dengan tindakan seksio sesarea. (Megawahyuni, Hasnah and Azhar, 2018)

Respon nyeri yang dirasakan oleh pasien merupakan efek samping yang timbul setelah menjalani suatu operasi.(Ilham, 2022) Nyeri pada persalinan dengan *sectio caesarea* dapat diminimalisir dengan dua metode yaitu dengan cara farmakologis dan non farmakologis. Salah satu intervensi

yang dapat diberikan adalah dengan teknik relaksasi. (Susilawati, Utari Kartaatmadja and Suherman, 2023)

Teknik relaksasi yang sederhana terdiri atas napas abdomen dengan frekuensi yang lambat dan berirama (Smeltzer & Bare, 2002). Latihan napas dalam yaitu bentuk latihan napas yang terdiri dari pernapasan abdominal (diafragma) dan pursed lip breathing (Lusianah, Indaryani, & Suratun, 2012). (Setiarini, 2018) (Dewi, 2018)

Perawat berperan besar dalam penanggulangan nyeri non farmakologis yakni melatih teknik relaksasi napas dalam yang merupakan suatu bentuk asuhan keperawatan (Smeltzer & Bare, 2010). Tujuan relaksasi nafas dalam yaitu agar individu dapat mengontrol diri ketika terjadi rasa ketegangan dan stress yang membuat individu merasa dalam kondisi yang tidak nyaman menjadi nyaman. Hasil penelitian Widiattie (2015) menyatakan terdapat pengaruh yang signifikan teknik relaksasi nafas dalam terhadap perubahan tingkat nyeri pasien post operasi *sectio caesarea*. (Amita *et al.*, 2018)

Teknik relaksasi napas dalam dipercayai mampu merangsang tubuh untuk melepaskan opoid endogen yaitu endorphin dan enkefalin.(Smeltzer & bare,2002). Relaksasi adalah hilangnya ketegangan otot yang dicapai dengan teknik yang disengaja. Pernafasan dalam adalah pernafasan melalui hidung, pernafasan dada rendah dan pernafasan perut dimana perut mengembang secara perlahan saat menarik dan mengeluarkan nafas.(Wati and Aizah, 2021)

Berdasarkan hasil studi pendahuluan pada 10 orang pasien *sectio caesarea*. Rata-rata intensitas nyeri pasien adalah 4 dari 10 orang pasien menyatakan lebih nyeri atau skala 8. Selain itu, dari 10 orang pasien hanya 3 orang yang melakukan teknik relaksasi nafas dalam untuk mengurangi nyeri yang timbul. Sedangkan 7 orang lainnya tidak melakukan teknik relaksasi nafas dalam. Sehingga penulis tertarik untuk melakukan penelitian dengan pemberian terapi relaksasi nafas dalam.(Susilawati, Utari Kartaatmadja and Suherman, 2023)

Teknik relaksasi napas dalam merupakan bentuk asuhan keperawatan yang dalam hal ini perawat mengajarkan kepada klien bagaimana melakukan

pernapasan dalam, yaitu napas lambat (menahan inspirasi secara maksimal) dan bagaimana menghembuskan napas secara perlahan, selain dapat menurunkan intensitas nyeri, tehnik relaksasi napas dalam juga dapat meningkatkan ventilasi paru dan meningkatkan oksigenisasi darah.(Mukrimaa *et al.*, 2016)

II. METHODS

Metode penelitian ini adalah penelitian deskriptif dalam bentuk review kasus untuk mengeksplorasi masalah asuhan keperawatan dengan memfokuskan pada salah satu masalah penting dalam kasus yang diambil yaitu asuhan keperawatan pada Pasien Post *Sectio Caesarea* (SC) Dengan Masalah Nyeri Akut Di Ruang Bugenville Rumah Sakit Umum Daerah Tugurejo Semarang. Pendekatan yang digunakan yaitu pendekatan asuhan keperawatan meliputi pengkajian, diagnose keperawatan, perencanaan/ intervensi keperawatan, pelaksanaan/ implementasi keperawatan dan evaluasi keperawatan. Subjek penelitian ini adalah ibu post operasi *sectio caesarea* dengan nyeri akut yang bersedia menjadi responden sebanyak 1 orang. Teknik analisa data yang digunakan dengan cara menarasi jawaban- jawaban yang diperoleh dari hasil interprestasi wawancara yang mendalam yang akan dilakukan dengan cara observasi oleh penulis dan laporan dokumentasi yang menghasilkan data. Selanjutnya di interprestasikan dan dibandingkan dengan teori yang ada sebagai bahan untuk memberikan rekomendasi intervensi terapi Relaksasi Nafas Dalam.

III. RESULT

Sebelum melakukan penelitian, peneliti mengambil sampel penelitian dengan menggunakan teknik purposive sampling berdasarkan kriteria yang telah ditentukan, kemudian memberikan informasi tentang tujuan penelitian dan keikutsertaan dalam penelitian ini kepada calon responden, bagi yang setuju berpartisipasi dalam penelitian ini diminta untuk menandatangani lembar persetujuan penelitian (informed consent). Hasil anamnesa didapatkan pasien post operasi *sectio caesarea* dengan keluhan nyeri perut pada bagian abdomen post

operasi sectio caesarea, nyeri terasa saat pasien melakukan aktivitas pergerakan, dengan skala nyeri 6, hilang timbul, pasien tampak kesulitan dan kesakitan saat bergerak, tampak balutan pada perut bagian bawah, pasien dalam beraktivitas terkadang dibantu oleh keluarga. Pasien mengatakan belum tahu tentang berapa jam post op bisa latihan gerak, Tekanan darah 109/65 mmHg, Nadi 94 x/menit, pernafasan 20 x/menit, Suhu 36,2°C. Diagnosa keperawatan yang ditegakkan antara lain (1) Nyeri Akut berhubungan dengan Agen pencidera Fisiologis ditandai dengan Pasien mengatakan nyeri perut bagian bawah Nyeri terasa saat pasien melakukan aktivitas/ pergerakan, P : post SC, Q : seperti disayat, R : perut bagian bawah, S : 6, T : Hilang timbul, Pasien tampak kesulitan dan kesakitan saat bergerak, Hasil pemeriksaan Td : 109/65 mmHg, N : 94 x/menit, RR : 20 x/menit, Spo2 :98%, S : 36,2°C, Panjang luka 10cm, Luka bersih, tidak rembes, balutan bersih. (2) Risiko Infeksi berhubungan dengan Kerusakan Integritas Kulit ditandai dengan Pasien mengatakan ada bekas operasi pada bagian perut bawah, Tampak balutan pada perut bagian bawah. (3) Gangguan Mobilitas Fisik berhubungan dengan Nyeri Pada Abdomen (Post SC) ditandai dengan Pasien mengatakan aktivitas dibantu keluarga, Pasien tampak kesulitan dan kesakitan saat bergerak, Pasien tampak belum tahu tentang berapa jam post op bisa latihan gerak, Pasien dalam beraktivitas terkadang dibantu oleh keluarga (4) Defisit Pengetahuan Tentang Mobilisasi Pasien Post Op berhubungan dengan Kurang terpapar informasi Pasien mengatakan belum latihan miring kanan dan kiri, Pasien mengatakan belum tahu tentang berapa jam post op bisa latihan gerak, Pasien masih takut melakukan latihan gerak, Pasien tampak belum tahu tentang berapa jam post op bisa latihan gerak.

IV. DISCUSSION

Pengkajian digunakan untuk melakukan tahapan awal dan merupakan landasan utama dari proses keperawatan. Pengumpulan data saat melakukan pengkajian dilakukan secara sistematis untuk

mencegah terjadinya hilang data secara signifikan, data yang didapat dalam pengkajian dapat digunakan untuk memberi gambaran perubahan kesehatan pada pasien. Perawat dalam pengumpulan data juga harus melihat riwayat masa lalu dan masalah saat ini. Misalnya, riwayat kesehatan pasien saat ini, seperti alergi terhadap obat dan pemeriksaan diagnostic. Hasil pengkajian pada Ny.C sebelum dilakukan terapi Teknik Relaksasi Napas Dalam TTV Td : 109/65 mmHg, N : 94 x/menit, RR : 20 x/menit, Spo2 :98%, S : 36,2°C.

Diagnosa keperawatan Nyeri Akut berhubungan dengan Agen pencidera Fisiologis ditandai dengan Pasien mengatakan nyeri perut bagian bawah Nyeri terasa saat pasien melakukan aktivitas/pergerakan, P : post SC, Q : seperti disayat, R : perut bagian bawah, S : 3, T : Hilang timbul, Pasien tampak kesulitan dan kesakitan saat bergerak, Panjang luka 10cm, Luka bersih, tidak rembes, balutan bersih.

Intervensi atau perencanaan yang ditetapkan oleh penulis untuk mengatasi masalah keperawatan tersebut yaitu terapi Teknik Relaksasi Napas Dalam kepada pasien. Memberikan lingkungan yang nyaman merupakan hal yang penting dalam pola istirahat pasien. Perawat dan keluarga memiliki pengaruh penuh dalam kesembuhan pasien. Implementasi yang dilakukan penulis kepada pasien yaitu menjelaskan dan memberi gambaran mengenai pasien post operasi Seksio Cesarea, memberikan pengertian cara mengurangi Nyeri dengan cara Relaksasi Napas Dalam.

Masalah keperawatan ini dapat teratasi dibuktikan dengan sebelum pasien latihan terapi Teknik Relaksasi Napas Dalam, penulis melakukan pengkajian ulang dan didapatkan bahwa Ny.C setelah dilakukan terapi Teknik Relaksasi Napas Dalam TTV TD :120/80 mmHg Suhu : 36,3 Nadi : 80 x/menit RR : 20 x/menit, Spo2 : 98 %.

Adapun keterbatasan pada penelitian ini adalah hanya berfokus pada pasien dengan post operasi Seksio Cesarea saja. Kurang optimalnya pemberian terapi Teknik Relaksasi Napas Dalam dihari pertama dikarenakan kondisi pasien sangat sesak

napas membuat pasien mengalami kesulitan konsentrasi.

V. CONCLUSION

Dapat disimpulkan bahwa menerapkan terapi relaksasi nafas dalam untuk mengurangi rasa nyeri akut pada pasien post operasi Secsio Caesarea terbukti efektif mengurangi nyeri yang timbul pada pasien. Adapun saran yang dapat diberikan berupa kesimpulan bahwa teknik relaksasi nafas dalam dapat digunakan sebagai alternative bagi pengembangan ilmu keperawatan yang dapat diterapkan dilapangan untuk menurunkan nyeri pada pasien post operasi seksio caesarea.

REFERENCES

- Amita, d. *Et al.* (2018) 'pengaruh teknik relaksasi nafas dalam terhadap intensitas nyeri pada pasien post operasi sectio caesarea di rumah sakit bengkulu', *the journal of holistic healthcare*, 12(1), pp. 26–28.
- Dewi, p.s.p. (2018) *gambaran asuhan keperawatan pada ibu primipara dengan pemberian teknik relaksasi napas dalam untuk mengatasi ketidaknyamanan pasca partum di ruang margapati rsud mangusada badung tahun 2018*.
- Ilham, m. (2022) 'dalam terhadap nyeri pada pasien pasca operasi dengan spinal anestesi : literature review dalam terhadap nyeri pada pasien pasca operasi dengan spinal anestesi : literature review', *universitas 'aisyiyah yogyakarta* [preprint].
- Megawahyuni, a., hasnah, h. And azhar, m.u. (2018) 'pengaruh relaksasi nafas dalam dengan teknik meniup balon terhadap perubahan skala nyeri pasca operasi seksio sesarea di rsia bahagia makassar', *jurnal kesehatan*, 11(1), pp. 51–60. Available at: <https://doi.org/10.24252/kesehatan.v11i1.5028>.
- Mukrimaa, s.s. *Et al.* (2016) 'hubungan antara teknik pernafasan dalam dengan skala nyeri ibu post sectio caesaria 24 jam pertama di rsud dr. H. Andi abdurahman noor tanah bumbu', *jurnal penelitian pendidikan guru sekolah dasar*, 6(august), p. 128.
- Setiarini, s. (2018) 'pengaruh teknik relaksasi nafas dalam terhadap penurunan tingkat nyeri pada pasien post sectio cesaria di ruang rawat inap kebidanan rsud pariaman', *menara ilmu*, xii(79), pp. 144–149. Available at: <http://jurnal.umsb.ac.id/index.php/menarailmu/article/viewfile/548/487>.
- Susilawati, utari kartaatmadja, f.s. And suherman, r. (2023) 'pengaruh teknik relaksasi nafas dalam terhadap intensitas nyeri pasien post partum sectio caesarea di ruang rawat nifas rsud sekarwangi sukabumi', *media informasi*, 19(1), pp. 13–19. Available at: <https://doi.org/10.37160/bmi.v19i1.53>.
- Wati, s.e. And aizah, s. (2021) 'application of deep relaxation therapy in post sectio caesarea clients with pain nursing problems pendahuluan seksio sesarea merupakan persalinan buatan dimana janin dilahirkan melalui sayatan pada dinding perut dan dinding rahim dengan saraf rahim utuh d', *sinkesjar*, pp. 638–645. Available at: <https://doi.org/10.09876/kep.l1i2.10>.