

ASUHAN KEPERAWATAN PADA PASIEN POST OPERASI KISTA OVARIUM DENGAN PEMBERIAN TERAPI RELAKSASI NAFAS DALAM TERHADAP PENURUNAN INTENSITAS NYERI DI RUANG PERAWATAN BEDAH RS AN-NISA TANGERANG

Agmarisa Mawardi¹, Cicirosnita J. Idu², Samrotul Fuadah³

Program Studi Ners Program Profesi Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas Yatsi Madani
Jalan Aria Santika No. 40A Margasari, Kec. Karawaci, Kota Tangerang, Banten 15114

*E-mail korespondensi : agmarisamawardi02@gmail.com cicirosnita@uym.ac.id
samrotul.fuadah160820@gmail.com

ABSTRAK

Latar Belakang : Kista ovarium merupakan benjolan pada ovarium yang dapat menyebabkan pembesaran pada perut bagian bawah. Pengobatan kista ovarium adalah pembedahan. Pembedahan dapat menyebabkan rasa sakit jika nyeri. **Tujuan :** Tindakan ini bertujuan untuk menyembuhkan penyakit pada post operasi dan menurunkan intensitas nyeri berupa dari segi fisiologis maupun psikologis. **Metode :** Metode yang digunakan adalah pengkajian skala *numerical rating scale* dengan skor 1-10. **Hasil :** Hasil uji yang digunakan adalah *Uji non-Parametrik* dengan taraf signifikan α 0,05. Berdasarkan hasil pengolahan data maka didapatkan nilai sig. sebesar 0,039 sehingga bisa disimpulkan dengan intervensi diberikannya terapi relaksasi nafas dalam dapat mempengaruhi penurunan intensitas nyeri yang dialami pasien kista ovarium post operasi. **Kesimpulan :** Setelah dilakukan intervensi dan implementasi jurnal yang dilakukan intervensi dan terapi relaksasi nafas dalam untuk penurunan intensitas nyeri pada pasien kista ovarium post operasi. **Kata kunci :** Kista Ovarium, Post Operasi, Terapi Relaksasi Nafas Dalam, Intensitas Nyeri

ABSTRACT

Background: Ovarian cysts are lumps on the ovaries that can cause enlargement of the lower abdomen. Treatment for ovarian cysts is surgery. Surgery may cause pain if it is painful. **Purpose:** This action aims to cure post-operative disease and reduce the intensity of pain from a physiological and psychological perspective. **Method:** The method used is a numerical rating scale assessment with a score of 1-10. **Results:** The test results used are the non-parametric test with a significance level of 0.05. Based on the results of data processing, the

Received: Agustus 2024
Reviewed: Agustus 2024
Published: Agustus 2024

Plagiarism Checker No 234
Prefix DOI : Prefix DOI :
10.8734/Nutricia.v1i2.365

Copyright : Author
Publish by : Nutricia



This work is licensed under
a [Creative Commons
Attribution-
NonCommercial 4.0
International License](https://creativecommons.org/licenses/by-nc/4.0/)

*sig value is obtained. amounted to 0.039 so it can be concluded that the intervention of deep breathing relaxation therapy can influence the reduction in pain intensity experienced by post-operative ovarian cyst patients.***Conclusion:** *After the intervention and implementation of the journal, intervention and deep breathing relaxation therapy were carried out to reduce pain intensity in post-operative ovarian cyst patients.*

Keywords: *Ovarian Cyst, Post Surgery, Deep Breathing Relaxation Therapy, Intensitation pain*

PENDAHULUAN

Kista ovarium merupakan benjolan pada ovarium yang dapat menyebabkan pembesaran pada perut bagian bawah. Pembedahan dapat menyebabkan rasa sakit jika nyeri yang dialami pasien tidak segera ditangani, maka akan menimbulkan masalah nyeri kronis dan juga dapat menimbulkan komplikasi (Prawihardjo, 2020).

Data statistik Organisasi Kesehatan Dunia (WHO), kejadian kista ovarium pada wanita di hampir semua negara maju rata-rata 10: per 100.000 penduduk, kecuali Jepang rata-rata 6,5 orang (Sanglah, Periode, and Sampai 2020). Kasus kista ovarium di Indonesia yang terjadi di tahun 2015 di Indonesia 23.400 jiwa dengan kasus yang meninggal dunia 13.900 orang. Kasus meninggal dunia akibat kista ovarium terjadi karena penyakit kista ovarium ini pada awalnya bersifat *asimptomatik* dan baru akan menimbulkan keluhan ketika sudah terjadi metastasis, sehingga 60 – 70 % kelenar datang saat sudah stadium lanjut Menurut (Widyarni., 2020).

Data survey demografi Kesehatan Indonesia, kasus terjadinya kista ovarium di Indonesia meningkat hingga 37,2 % dan biasanya sering terjadi pada wanita subur berusia 20 – 40 tahun, atau pada usia pubertas kurang dari 20 tahun yang sedikit terjadi. Factor pemicu terjadinya kista ovarium seperti *mullipara*, kelahiran anak pertama pada usia lebih dari 35 tahun, perempuan dengan Riwayat keluarga melahirkan berusia kurang dari 25 tahun (Society 2020)

Teknik relaksasi nafas dalam adalah yang hanya melibatkan pernafasan perlahan dan teratur ke dalam perut. dan dapat melakukannya dengan memejamkan mata sambil bernapas perlahan dan merasa nyaman. Kenapa relaksasi nafas dalam karna teknik ini dapat menurunkan intensitas nyeri pada pasien pasca operasi serta maka diambilah relaksasi nafas dalam (Santi et al., 2022)

HASIL DAN PEMBAHASAN

Hasil tabel diagram diatas, dapat disimpulkan bahwa terdapat skala nyeri hari pertama pasca operasi dengan skala 7 kemudian diberikan edukasi tentang menurunkan nyeri serta diberikan obat analgesik untuk meredakan nyeri dan teknik relaksasi nafas dalam. Maka pada hari kedua berkurang dengan skala 6 (nyeri sedang) maka relaksasi nafas dalam dilakukan pada pasien untuk mengontrol nyeri pasca operasi. Hari terakhir pasien sudah bisa menerapkan teknik relaksasi nafas dalam dengan tujuan mengurangi rasa nyeri dan juga mengontrol nyeri setelah operasi pada luka kista ovarium. Maka dengan demikian, intervensi terapi relaksasi nafas dalam telah memberikan penurunan intensitas nyeri dari hasil evaluasi pada setiap intervensi.

Diagnosa prioritas keperawatan adalah gangguan integritas kulit berhubungan dengan nyeri pada pasien pasca operasi. Hal ini disebabkan adanya nyeri pasca operasi dengan abdomen sebelah kanan. Berdasarkan asumsi peneliti bahwa keluhan klien mengenai intensitas nyeri dengan memanifestasikan klinik pada pasien nyeri pasca operasi, maka masalah keperawatan yang diangkat adalah gangguan integritas kulit. Hal ini disebabkan oleh intensitas nyeri pada pasien pasca operasi yang dialaminya.

Gangguan integritas kulit mengakibatkan intensitas nyeri klien merasakan nyeri pasca operasi, oleh karena itu untuk menurunkan intensitas nyeri pada pasien pasca operasi, implementasi dilakukan terapi relaksasi nafas dalam serta memberikan edukasi dan motivasi terkait penurunan intensitas nyeri.

Hal ini dengan penelitian (Fadhilatul Safitri & Mualifah, 2020) yang dilakukan Rancangan penelitian yang digunakan pada karya tulis ilmiah ini merupakan rancangan dengan metode deskriptif. Rancangan ini menggambarkan tentang penerapan teknik relaksasi nafas dalam untuk menurunkan nyeri pada pasien post operasi kista ovarium. Maka dilakukan relaksasi nafas dalam selama 3 hari, yaitu dimulai pada hari ke-0 post operasi, serta kriteria inklusinya adalah pasien dengan post operasi kista ovarium. Sedangkan, kriteria eklusinya adalah pasien post operasi kista ovarium dengan komplikasi. Instrumen pada studi kasus ini adalah standar operasional prosedur (SOP) teknik relaksasi nafas dalam dan NRS (*Numeric Rating Scale*).

Post Operasi - Pre Operasi

Z	-2.060 ^b
Asymp. Sig. (2-tailed)	.039

a. Wilcoxon Signed Ranks Test

b. Based on positive ranks.

Pada uji normalitas menggunakan Uji *Shapiro Wilk* tidak berdistribusi normal dengan signifikan 0,023 dengan nilai $< 0,05$, maka Keputusan uji normal menggunakan uji *Shapiro wilk* dapat disimpulkan tidak normal maka yang digunakan adalah Uji *Non-Parametik Sample wilcoxon* dengan taraf signifikansi $\alpha = 0,05$. Berdasarkan hasil pengolahan data maka di dapatkan nilai sig. (2-tailed) sebesar 0,039 $< 0,05$ sehingga bisa dapat kita simpulkan bahwa sehingga dapat disimpulkan bahwa “ada pengaruh pada relaksasi nafas dalam terhadap penurunan intensitas nyeri”

Pasien yang di Ruang Perawatan Bedah Rumah Sakit An-Nisa bukan hanya membutuhkan terapi farmakologis saja tetapi terapi juga membutuhkan Tindakan terapi nonfarmakologis yang diharapkan mampu menurunkan intensitas nyeri setelah operasi. Pada kasus klinik ini yang akan di bahas adalah pasien dengan Kista Ovarium. Alasan memilih kasus tersebut berdasarkan pada kejadian nyata bahwa Kista Ovarium memiliki kasus yang cukup Sebagian orang menderita Kista Ovarium sebanyak 14 dari 3 bulan terakhir. Kasus klinik ini yang diangkat adalah Ny.R dengan diagnosa medis Kista Ovarium.

Berdasarkan analisa pasien mengalami Kista Ovarium dan akan dilakukan tindakan operasi sehingga klien mengalami permasalahan nyeri akut pada Kista Ovarium. Pasien datang di Ruang Perawatan Bedah Rumah Sakit An-Nisa mulai tanggal 3 Juli 2024 dan dilakukan pengkajian setelah operasi didapatkan diagnosa gangguan integritas kulit dengan nyeri pasca operasi.

Alasan penulisan mengambil intervensi terapi relaksasi nafas dalam Menurut (Tamsuri, 2021) relaksasi adalah kebebasan mental dan fisik dari ketegangan dan stres. Teknik relaksasi dapat memberikan individu kontrol diri ketika terjadi rasa tidak nyaman atau nyeri, stres fisik dan emosi pada nyeri. Teknik ini dapat digunakan pada kondisi sehat dan sakit. Tujuan dari teknik relaksasi nafas dalam yaitu untuk meningkatkan ventilasi alveoli, meningkatkan efisiensi batuk, memelihara pertukaran gas, mencegah atelektasi paru, dan mengurangi tingkat stres baik itu stres fisik maupun emosional sehingga dapat menurunkan intensitas nyeri yang dirasakan oleh individu (Smeltzer & Bare, 2018).

Relaksasi nafas dalam menurunkan nyeri pasca bedah, hal ini dikarenakan relaksasi nafas dalam hal ini dapat menghambat nyeri pada pasien pasca operasi dengan Kista Ovarium yang mengakibatkan penurunan nyeri. Sehingga keuntungan teknik relaksasi nafas dalam mendapatkan manfaat dari relaksasi nafas dalam juga dapat kemanfaatan dari penggunaan keyakinan seperti bisa menurunkan rasa nyeri, mengurangi stres, mengalihkan rasa nyeri ketika nyeri itu datang. Individu yang ataupun kecemasan yang bekerja adalah pada sistem saraf simpatis, sedangkan pada waktu relaksasi nafas dalam dapat menekan rasa nyeri, stres, dan juga insomnia.

KESIMPULAN

Setelah diberikan keperawatan pada Ny.R dengan kista ovarium di terdapat pengkajian melakukan pemeriksaan TTV, pemeriksaan fisik, riwayat kesehatan dan pemeriksaan penunjang. Berdasarkan pemaparan asuhan keperawatan mengenai pelaksanaan pemberian terapi relaksasi nafas dalam pada pasien post operasi Perawatan Bedah Rs An-Nisa Kota Tangerang dapat disimpulkan bahwa :

1. Hasil pengkajian didapatkan penyebab nyeri pada pasien pasca operasi yaitu luka pada abdomen kanan serta melakukan relaksasi nafas dalam terhadap penurunan intensitas nyeri.
2. Diagnosa keperawatan yang ditemukan pada Ny. R yaitu Gangguan integritas jaringan berhubungan dengan nyeri pasca operasi serta Risiko perlambatan pemulihan pasca bedah berhubungan dengan riwayat perlambatan penyembuhan luka, Perfusi perifer tidak efektif berhubungan dengan penurunan konsentrasi hemoglobin.
3. Intervensi keperawatan yang disusun yaitu manajemen nyeri untuk mengidentifikasi nyeri pasca operasi, kemudian dilakukan relaksasi nafas dalam untuk penurunan intensitas nyeri.
4. Implementasi keperawatan yang dilakukan mengidentifikasi adanya nyeri atau keluhan fisik, mengidentifikasi skala nyeri, serta memonitor nyeri selama melakukan relaksasi nafas dalam. Kemudian observasi. Mengevaluasi serta menganalisis secara umum masalah keperawatan sudah teratasi dengan baik dengan waktu untuk melaksanakan implementasi pada terapi relaksasi nafas dalam.

SARAN***Bagi Profesi Ners***

Karya Tulis Ilmiah ini diharapkan dapat dijadikan bahan intervensi asuhan keperawatan. Tidak hanya berfokus kepada terapi farmakologi saja, namun diharapkan dapat melakukan intervensi non-farmakologis untuk membantu proses penyembuhan.

Bagi Rumah Sakit

Karya tulis ilmiah ini diharapkan dapat dijadikan bahan bagi pelayanan kesehatan untuk melaksanakan terapi non farmakologi relaksasi nafas dalam untuk mengurangi rasa nyeri post operasi dirumah sakit, yang pada akhirnya terdapat berbagai macam terapi komplementer dalam membantu meringankan apa yang dirasa oleh pasien dan tidak hanya terpaku terhadap terapi farmakologi. Semoga terapi ini bisa dilakukan terhadap pasien dengan post operasi dan diberikan edukasi serta pemahaman pada terapi relaksasi nafas dalam.

Bagi Peneliti Selanjutnya

Hasil penelitian ini dapat digunakan sebagai bahan perbandingan dan referensi untuk penelitian, dan sebagai bahan pertimbangan untuk lebih memperdalam penelitian selanjutnya. Peneliti selanjutnya diharapkan dapat melakukan pengontrolan lebih luas tentang masalah keperawatan pasien secara keseluruhan.

DAFTAR PUSTAKA

- Putriani Gea, R., & Fitria Ningsih, N. (2024). Asuhan Keperawatan pada Ny. E tentang Penerapan Teknik Relaksasi Napas Dalam dan Terapi Musik untuk Mengurangi Nyeri pada Pasien Post Operasi Kista Endometriosis. *SEHAT : Jurnal Kesehatan Terpadu*, 3(1), 32–33.
- Fadhilatul Safitri, D., & Mualifah. (2020). Penerapan Teknik Relaksasi Nafas Dalam Untuk Menurunkan Nyeri Pada Pasien Kista Ovarium. *Jurnal Kesehatan*, 1(1), 482–490.
- Haryono, R., & Wulandari, B. (2022). Buku Modul Standar Operasional Prosedur (SOP) Keterampilan Keperawatan. Lembaga omega medika
https://www.google.co.id/books/edition/Buku_Modul_Standar_Operasional_Prosedur/HJ1wEAAAQBAJ?hl=id&gbpv=0