

**PENGARUH TEKNIK RELAKSASI NAFAS DALAM
TERHADAP PENURUNAN TINGKAT NYERI PADA PASIEN
PASCA OPERASI FRAKTUR FEMUR DI RUMAH SAKIT
KARIMA UTAMA SURAKARTA**

SKRIPSI

Untuk Memenuhi Persyaratan Memperoleh

Gelar Sarjana S1 Keperawatan



Oleh :

NOVARIZKI GALUH AYUDIANNINGSIH

J210050060

**PROGRAM STUDI KEPERAWATAN
FAKULTAS ILMU KESEHATAN
UNIVERSITAS MUHAMMADIYAH SURAKARTA**

2009

BAB I

PENDAHULUAN

A. LATAR BELAKANG

Pada perkembangan dewasa ini, ilmu pengetahuan dan teknologi telah meningkat pesat. Kemajuan dibidang teknologi membawa manfaat yang besar bagi manusia. Penambahan jalan raya dan penggunaan kendaraan bermotor yang tidak seimbang menyebabkan jumlah korban kecelakaan lalu lintas meningkat, tetapi peningkatan jumlah tertinggi lebih banyak terjadi di negara berkembang. Tingginya angka kecelakaan menyebabkan angka kejadian fraktur semakin tinggi, dan salah satu kondisi fraktur yang paling sering terjadi adalah fraktur femur, yang termasuk dalam kelompok tiga besar kasus fraktur yang disebabkan oleh kecelakaan lalu lintas dan harus menjalani pembedahan dengan konsekuensi didapatkan efek nyeri setelah operasi

Dengan semakin majunya ilmu pengetahuan dan teknologi. Tak luput juga kemajuan ilmu dibidang kesehatan dan semakin canggihnya teknologi banyak pula ditemukan berbagai macam teori baru, penyakit baru dan bagaimana pengobatannya. Manajemen nyeri merupakan salah satu cara yang digunakan dibidang kesehatan untuk mengatasi nyeri yang dialami oleh pasien. Pemberian analgesik biasanya dilakukan untuk mengurangi nyeri. Teknik relaksasi merupakan salah satu metode manajemen nyeri non farmakologi dalam strategi penanggulangan nyeri, disamping metode *TENS (Transcutaneous Electric Nerve Stimulation)*, biofeedack, plasebo dan distraksi. Relaksasi merupakan kebebasan mental dan fisik dari ketegangan dan stress, karena dapat mengubah

persepsi kognitif dan motivasi afektif pasien. Teknik relaksasi membuat pasien dapat mengontrol diri ketika terjadi rasa tidak nyaman atau nyeri, stress fisik dan emosi pada nyeri (Potter & Perry, 2005). Menurut Carpenito (2000) kebutuhan rasa nyaman adalah suatu keadaan yang membuat seseorang merasa nyaman, terlindungi dari ancaman psikologis, bebas dari rasa sakit terutama nyeri. Perubahan rasa nyaman akan menimbulkan perasaan yang tidak enak atau tidak nyaman dalam berespon terhadap stimulus yang berbahaya.

Rasa nyeri merupakan stresor yang dapat menimbulkan stress dan ketegangan dimana individu dapat berespon secara biologis dan perilaku yang menimbulkan respon fisik dan psikis. Respon fisik meliputi perubahan keadaan umum, wajah, denyut nadi, pernafasan, suhu badan, sikap badan, dan apabila nafas makin berat dapat menyebabkan kolaps kardiovaskuler dan syok, sedangkan respon psikis akibat nyeri dapat merangsang respon stress yang dapat mengurangi sistem imun dalam peradangan, serta menghambat penyembuhan respon yang lebih parah akan mengarah pada ancaman merusak diri sendiri (Corwin, 2001).

Pemberian analgesik dan pemberian narkotik untuk menghilangkan nyeri tidak terlalu dianjurkan karena dapat mengaburkan diagnosa (Sjamsuhidajat, 2005). Perawat berperan dalam mengidentifikasi kebutuhan-kebutuhan pasien dan membantu serta menolong pasien dalam memenuhi kebutuhan tersebut termasuk dalam manajemen nyeri (Lawrence, 2002). Secara garis besar ada dua manajemen untuk mengatasi nyeri yaitu manajemen farmakologi dan manajemen non farmakologi. Manajemen nyeri dengan melakukan teknik

relaksasi merupakan tindakan eksternal yang mempengaruhi respon internal individu terhadap nyeri. Manajemen nyeri dengan tindakan relaksasi mencakup latihan pernafasan diafragma, teknik relaksasi progresif, *guided imagery*, dan meditasi, beberapa penelitian telah menunjukkan bahwa relaksasi nafas dalam sangat efektif dalam menurunkan nyeri pasca operasi (Brunner & Suddart, 2001).

Menurut *The International Association For the Study of Pain* (IASP). Nyeri didefinisikan sebagai pengalaman sensoris dan emosional yang tidak menyenangkan yang berhubungan dengan kerusakan jaringan atau potensial sehingga akan menyebabkan kerusakan jaringan. Persepsi yang disebabkan oleh rangsangan yang potensial dapat menimbulkan kerusakan jaringan yang disebut *noisepsion*. *Nosisepsion* merupakan langkah awal proses nyeri. Respon neurologik yang dapat membedakan antara rangsang nyeri dengan rangsang lain disebut *noisceptor*. Nyeri dapat mengakibatkan *impairment* dan *disabilitas*. *Impairment* adalah abnormalitas atau hilangnya struktur atau fungsi anatomik, fisiologik maupun psikologik. Sedangkan *disabilitas* adalah hasil dari *impairment*, yaitu keterbatasan atau gangguan kemampuan untuk melakukan aktivitas yang normal. (Sudoyo, 2006)

Fraktur adalah kerusakan struktural dalam tulang, lapisan epifisis, atau permukaan sendi tulang rawan (Susan, 2001). Sedangkan menurut (Armis, 2002) fraktur adalah bentuk gangguan dalam kontinuitas tulang yang disebabkan karena trauma langsung maupun tidak langsung.

Karena kondisi fraktur femur merupakan salah satu kasus yang menempati urutan terbanyak di RS Karima Utama Surakarta, dan berdasarkan data di RS Karima Utama selama satu tahun ini terdapat 249 kasus, tetapi menurut penggolongan usia 25 sampai 40 tahun terdapat 68 kasus fraktur femur, dan RS Karima Utama merupakan salah satu Rumah Sakit swasta di Karesidenan Surakarta yang walaupun baru berdiri selama kurang lebih satu tahun tetapi sudah banyak menangani berbagai macam pasien yang salah satunya adalah pasien dengan fraktur femur, sehingga penulis tertarik untuk melakukan penelitian disana karena jumlah pasien fraktur femur terbilang banyak dan hal itu memudahkan penulis dalam melakukan penelitian selain itu juga karena belum banyak yang melakukan penelitian disana.

Hampir semua pasien fraktur femur dilakukan tindakan pembedahan atau sering dikenal dengan *Open Reduction Internal Fixation (ORIF)*. Lama waktu pemulihan pasien post operasi normalnya terjadi hanya dalam satu sampai dua jam (Pooter & Perry, 2005). Menurut Mulyono (2008) pemulihan pasien post operasi membutuhkan waktu rata-rata 72,45 menit, sehingga pasien akan merasakan nyeri yang hebat rata-rata pada dua jam pertama sesudah operasi karena pengaruh obat anastesi sudah hilang, dan pasien sudah keluar dari kamar sadar. Menurut Walsh dalam Harnawati (2008) pada pasien post operasi seringkali mengalami nyeri hebat meskipun tersedia obat-obat analgesik yang efektif, namun nyeri pasca bedah tidak dapat diatasi dengan baik, sekitar 50% pasien tetap mengalami nyeri sehingga dapat mengganggu kenyamanan pasien. Maka penulis tertarik untuk memberikan teknik relaksasi

nafas dalam untuk menurunkan tingkat nyeri pada pasien pasca operasi fraktur femur karena teknik relaksasi nafas dalam dapat membantu mengurangi dan mengontrol nyeri pada pasien dan teknik relaksasi nafas dalam dapat dipraktekkan dan tidak menimbulkan efek samping. Mencatat studi yang menunjukkan bahwa 60% sampai 70% pasien dengan ketegangan nyeri dapat mengurangi nyerinya minimal 50% dengan melakukan relaksasi nafas dalam.

B. PERUMUSAN MASALAH

Berdasarkan uraian dalam latar belakang dapat dirumuskan masalah penelitian yaitu "Apakah ada pengaruh dari teknik relaksasi nafas dalam terhadap penurunan tingkat nyeri pada pasien pasca operasi fraktur femur."

C. TUJUAN PENELITIAN

Tujuan penelitian terdiri dari :

1. Tujuan Umum

Mengetahui pengaruh teknik relaksasi nafas dalam terhadap penurunan tingkat nyeri pada pasien pasca operasi fraktur femur.

2. Tujuan Khusus

- a. Mengetahui tingkat nyeri pasien pasca operasi fraktur femur sebelum dilakukan teknik relaksasi nafas dalam pada kelompok eksperimen.
- b. Mengetahui tingkat nyeri pasien pasca operasi fraktur femur sebelum dilakukan teknik relaksasi nafas dalam pada kelompok kontrol.

- c. Mengetahui tingkat nyeri pasien pasca operasi fraktur femur sesudah dilakukan teknik relaksasi nafas dalam pada kelompok eksperimen.
- d. Mengetahui tingkat nyeri pasien pasca operasi fraktur femur sesudah dilakukan teknik relaksasi nafas dalam pada kelompok kontrol.
- e. Mengetahui penurunan tingkat nyeri pasien pasca operasi fraktur femur pada kelompok eksperimen.
- f. Mengetahui penurunan tingkat nyeri pasien pasca operasi fraktur femur pada kelompok kontrol.
- g. Mengetahui perbandingan penurunan tingkat nyeri pasien pasca operasi fraktur femur pada kelompok eksperimen dan kelompok kontrol.

D. MANFAAT PENELITIAN

Hasil penelitian ini diharapkan dapat memberikan masukan bagi :

1. Instalasi Rumah Sakit

Untuk memberikan masukan perencanaan dan pengembangan pelayanan kesehatan pada pasien dalam peningkatan kualitas pelayanan, khususnya dalam pemberian teknik relaksasi nafas dalam untuk penurunan tingkat nyeri pada pasien pasca operasi fraktur femur.

2. Institusi Pendidikan

Penelitian ini diharapkan bisa menjadi penyediaan data dasar yang dapat digunakan untuk penelitian lebih lanjut, khususnya mengenai pengaruh teknik relaksasi nafas dalam terhadap penurunan tingkat nyeri pada pasien pasca operasi fraktur femur.

3. Penulis

Penelitian ini diharapkan dapat menambah dan memperluas pengetahuan penulis mengenai pengaruh teknik relaksasi nafas dalam terhadap penurunan tingkat nyeri pada pasien pasca operasi fraktur femur, sehingga dapat digunakan dalam penelitian yang lebih lanjut

E. KEASLIAN PENELITIAN

Menurut pengetahuan penulis, penelitian tentang manajemen nyeri sudah pernah dilakukan, seperti :

1. Zulaik .M (2008) dengan judul : “Hubungan Penggunaan Mekanisme Koping dengan Intensitas Nyeri pada Pasien Post Operasi Fraktur Femur di Unit Orthopedi RSUI Kustati Surakarta”. Hasil penelitian menyebutkan bahwa semakin sering frekuensi penggunaan mekanisme koping yang baik pada pasien post operasi fraktur femur, maka akan semakin rendah derajat nyeri yang dirasakannya. Angka r_{hitung} yang diperoleh adalah 0,369 dengan $r_{tabel} = 0,361$ dengan nilai $\rho = 0,045$ pada taraf signifikan 0,05 dengan jumlah 30 responden. Adapun persamaan dalam penelitian ini adalah subyek yang digunakan yaitu pasien post operasi fraktur femur dan sama-sama membahas tentang intensitas nyeri. Sedangkan perbedaannya adalah jumlah sampel, tempat penelitian, teknik pengambilan sampel, dimana Zulaik menggunakan *quota sampling* dan dianalisa untuk mengetahui tingkat korelasinya dengan menggunakan uji hipotesis *rank spearman*,

sedangkan dalam penelitian ini teknik pengambilan sampling menggunakan *purposive sampling* selanjutnya dianalisa dengan menggunakan *uji t*.

2. Saekhatun (2008) dengan judul : “Hubungan Sikap Perawat dengan Tindakan Perawat Dalam Manajemen Nyeri (Teknik Distraksi) Pada Pasien Post Operasi di Ruang Bedah Orthopedi RSUI Kustati Surakarta”. Hasil penelitian menyebutkan bahwa ada hubungan yang bermakna (signifikan) antara sikap perawat dalam manajemen nyeri (teknik distraksi) pada pasien post operasi. Hasil X^2 hitung = 3,578 dengan nilai $\rho = 0,018$ dengan taraf signifikan 0,05. Adapun persamaan dalam penelitian ini adalah tentang manajemen nyeri. Sedangkan perbedaannya adalah tempat penelitian, metode penelitian dan manajemen nyeri yang digunakan, dimana Saekhatun menggunakan *cross sectional* yang analisa datanya menggunakan uji korelasi *chi-square*, dan manajemen nyeri menggunakan teknik distraksi, sedangkan dalam penelitian ini metode penelitiannya menggunakan *Quasi Eksperimental Design* yang analisa datanya menggunakan *uji t* dan manajemen nyeri yang digunakan adalah teknik relaksasi nafas dalam.