

Karya Tulis Ilmiah

**PENERAPAN TERAPI RELAKSASI NAFAS DALAM PADA PASIEN Tn. E
DENGAN NYERI AKUT POST OPERASI *URETEROLITHOTOMY DEXTRA* DI
BANGSAL MENOREH LOR RSUD WATES KULON PROGO YOGYAKARTA**

Disusun Guna Memenuhi Sebagian Syarat dalam Mencapai Gelar Profesi Ners di Program
Studi Pendidikan Profesi Ners Fakultas Ilmu-Ilmu Kesehatan Universitas Alma Ata



Disusun Oleh :

Windu Santoso

240301177

**PROGRAM STUDI PENDIDIKAN PROFESI NERS
FAKULTAS ILMU-ILMU KESEHATAN
UNIVERSITAS ALMA ATA
YOGYAKARTA**

2025

**PENERAPAN TERAPI RELAKSASI NAFAS DALAM PADA PASIEN Tn. E
DENGAN NYERI AKUT POST OPERASI URETEROLITHOTOMY DEXTRA DI
BANGSAL MENOREH LOR RSUD WATES KULON PROGO YOGYAKARTA**

Windu Santoso,¹ Winda Rofiyati,² Deny Yuliawan³

ABSTRAK

Latar Belakang :

Prosedur pembedahan Ureterolithotomy dapat menimbulkan ketidaknyamanan, seperti rasa sakit dan reaksi tubuh terhadap trauma akibat operasi. Setelah operasi, pasien sering mengalami keluhan nyeri yang dapat menghambat proses penyembuhan. Salah satu metode nonfarmakologis yang efektif untuk mengurangi rasa nyeri adalah dengan menggunakan teknik relaksasi napas dalam.

Tujuan : Untuk menilai efektivitas teknik relaksasi napas dalam, dalam mengurangi intensitas nyeri pada pasien pasca operasi *ureterolithotomy dextra* di Bangsal Bedah Menoreh Lor RSUD Wates Kulon Progo Yogyakarta.

Metode Penelitian : Penelitian ini merupakan studi kasus dengan pendekatan deskriptif analitik. Subjek penelitian berjumlah 1 (satu orang) dengan pasien post-ureterolithotomy dekstra yang dirawat inap selama 3 (tiga) hari di Ruang Bangsal Manoreh Lor RSUD Wates, Kulon Progo.

Hasil : Setelah diberikan intervensi teknik relaksasi napas dalam selama tiga hari, skala nyeri pasien mengalami penurunan dari angka 5 menjadi 3, berdasarkan pengukuran menggunakan skala nyeri numerik. Pada hari pertama penerapan terapi teknik relaksasi napas dalam tidak ada penurunan intensitas nyeri pada pasien. Akan tetapi pada hari kedua dan ketiga penerapan terapi teknik relaksasi napas dalam terdapat penurunan intensitas nyeri pasien post operasi ureterolithotomy.

Kesimpulan: Teknik relaksasi napas dalam efektif dalam menurunkan tingkat nyeri pada pasien post-ureterolithotomy dekstra. Intervensi ini dapat menjadi salah satu pilihan terapi nonfarmakologi dalam manajemen nyeri pasca operasi.

Keywords: *Ureterolithotomy dextra, Teknik relaksasi napas dalam, manajemen nyeri*

¹*Mahasiswa Program Studi Profesi Ners Universitas Alma Ata*

²*Dosen Program Studi Ilmu Keperawatan Universitas Alma Ata*

³*Dosen Program Studi Ilmu Keperawatan Universitas Alma Ata*

1. PENDAHULUAN

Batu yang menyumbat ureter diangkat melalui tindakan *ureterolitotomi* sehingga terjadinya pemulihan aliran urin dan pencegahan kerusakan ginjal (1). Tindakan ini dilakukan berdasarkan indikasi medis dan dapat dilakukan pada individu dari berbagai kelompok usia, di mana faktor utama yang mempengaruhi perlunya ureterolitotomi meliputi ukuran dan lokasi batu, serta kondisi saluran kemih pasien (2). Ureterolitotomi umumnya dilakukan untuk mengatasi nyeri akibat batu ureter, dengan pemulihan gejala yang dapat berlangsung dalam beberapa hari hingga minggu tergantung kondisi pasien, prosedur ini umumnya dilakukan pada kasus batu ureter yang besar, keras, atau terimpaksi yang tidak dapat diatasi dengan terapi endourologi seperti ureteroskopi atau *ESWL (Extracorporeal Shock Wave Lithotripsy)*, tindakan ini dapat dilakukan melalui pendekatan terbuka atau laparoskopik, tergantung pada lokasi batu dan kondisi pasien(3).

Menurut *WHO (World Health Organization)* tahun 2020 menyatakan bahwa jumlah pasien yang menjalani tindakan pembedahan mengalami peningkatan signifikan dari tahun ke tahun, pada tahun 2020, jumlah pasien yang mendapatkan tindakan pembedahan mencapai 234 juta orang, meningkat lebih dari dua kali lipat dibandingkan dengan tahun 2017 yang hanya mencapai 140 juta orang, sementara itu, di Indonesia, pada tahun 2020, diperkirakan tindakan pembedahan mencapai sekitar 1,2 juta orang (4). Adapun data Kemenkes RI pada tahun 2019 memperlihatkan bahwa tindakan operasi menempati urutan yang ke 11 dari 50 penyakit dirumah sakit Indonesia (5). Menurut Data dari studi pendahuluan yang ditemui penulis selama praktik di Bangsal Menoreh

Lor RSUD Wates selama 3 minggu, pasien yang dirawat inap dengan masalah Ureterolitotomi sebanyak 15 pasien (Buku Register, Januari 2025). Masalah keperawatan yang mungkin muncul pada klien setelah menjalani pembedahan adalah nyeri akut (6).

Nyeri menurut Asosiasi Internasional untuk penelitian nyeri (*international Association for the Study of Pain, IASP*) didefinisikan sebagai suatu sensori subjektif dan pengalaman emosional yang tidak menyenangkan berkaitan dengan kerusakan jaringan yang aktual atau potensial atau yang dirasakan dalam kejadian di mana terjadi kerusakan, nyeri merupakan sensasi yang rumit, unik, universal dan bersifat individual, sehingga nyeri yang dirasakan setiap individu berbeda dengan respon dan perasaan yang dialami, nyeri pasca operasi muncul disebabkan oleh rangsangan mekanik luka yang menyebabkan tubuh menghasilkan mediator kimia nyeri (7).

Secara umum penanganan nyeri terbagi dua yaitu farmakologi dan nonfarmakologi. Pengkombinasian antara teknik non-farmakologi relaksasi dan teknik farmakologi adalah cara yang paling efektif untuk menghilangkan nyeri terutama untuk nyeri yang sangat hebat yang berlangsung selama berjam jam atau bahkan berhari-hari. Terapi non farmakologis pada nyeri post operasi bukan sebagai pengganti utama terapi analgesik yang telah diberikan, namun sebagai terapi pelengkap untuk mengurangi nyeri pasca operasi (8).

Berdasarkan penelitian Wahyu Tahun 2020 mengatakan bahwa terapi relaksasi napas dalam dapat dijadikan sebagai alternatif untuk mengurangi nyeri pasca operasi, hal ini dibuktikan bahwa sebelum penerapan relaksasi napas dalam, pasien merasakan

nyeri seperti sensasi terbakar dan ketidakpastian waktu munculnya nyeri, sedangkan setelah menjalani terapi tersebut, tingkat nyeri yang dirasakan mengalami penurunan (9). Teknik relaksasi merupakan intervensi keperawatan secara mandiri untuk menurunkan intensitas nyeri, meningkatkan ventilasi paru dan meningkatkan oksigenasi darah. Relaksasi otot skeletal dipercaya dapat menurunkan nyeri dengan merilekskan tegangan otot yang menunjang nyeri, ada banyak bukti yang menunjukkan bahwa relaksasi efektif dalam meredakan nyeri, sedangkan latihan nafas dalam adalah bernafas dengan perlahan dan menggunakan diafragma, sehingga memungkinkan abdomen terangkat perlahan dan dada mengembang penuh (3).

Berdasarkan hasil pengkajian didapatkan Tn. E, seorang laki-laki berusia 65 tahun, didiagnosis nyeri akut. Pasien mengeluhkan merasakan nyeri di pinggang sebelah kanan, yang digambarkan seperti ditusuk-tusuk dengan skala nyeri 5, serta nyeri yang dirasakan bersifat hilang timbul. Hasil pemeriksaan tanda vital menunjukkan tekanan darah 150/83 mmHg, nadi 61 kali per menit, suhu tubuh 36,0°C, frekuensi napas 18 kali per menit, dan saturasi oksigen 99%.

2. METODE

Desain studi kasus yang digunakan dalam penyusunan Karya Tulis Ilmiah Akhira ini adalah menggunakan metode deskriptif (10). Dengan menerapkan *Evidence Based Nursing Practice* (EBNP), yaitu dengan penerapan intervensi terapi teknik relaksasi nafas dalam yang dapat membantu pasien dalam menurunkan rasa nyeri, memberikan rasa nyaman dan rileks post operasi *ureterolitotomi*. Subjek yang digunakan

DAFTAR PUSTAKA

1. Mandhani A, Kapoor R. Laparoscopic ureterolithotomy for lower ureteric stones: Steps to make it a simple procedure. *Indian J Urol* [Internet]. 2009;25(1):140. Available from: <https://journals.lww.com/10.4103/0970-1591.45556>
2. Maliki A, Fitriani R, Soebadi MA, Djatisoesanto W. Comparison of efficacy and safety of open and laparoscopic proximal ureterolithotomy for ureteral stone management: A systematic review and meta-analysis. *Narra J* [Internet]. 2024 Mar 19;4(1):e679. Available from: <https://narraj.org/main/article/view/679>
3. Andi Akifa Sudirman, Fadli Syamsuddin, Syahrain S.Kasim. Efektifitas Teknik Relaksasi Napas Dalam Terhadap Penurunan Skala Nyeri Pada Pasien Appendisit Di Ird Rsud Otanaha Kota Gorontalo. *Detect J Inov Ris Ilmu Kesehat* [Internet]. 2023 Mar 10;1(2):137–47. Available from: <https://ejurnal.politeknikpratama.ac.id/index.php/Detector/article/view/1368>
4. Multazam M, Eliawati U, Muharni S, Abulyatama J, Belian K, Kota KB. Pengaruh Teknik Relaksasi Nafas Dalam Terhadap Penurunan Nyeri Pada Pasien Post Operasi Sedang Di Rumah Sakit Umum Daerah Tanjungpinang. *J Ilmu Farm dan Kesehat* [Internet]. 2023;1(4):167–83. Available from: <https://doi.org/10.59841/an-najat.v1i4.531>
5. Alidina S, Kuchukhidze S, Menon G, Citron I, Lama TN, Meara J, et al. Effectiveness of a multicomponent safe surgery intervention on improving surgical quality in Tanzania's Lake Zone: protocol for a quasi-experimental study. *BMJ Open* [Internet]. 2019 Oct 7;9(10):e031800. Available from: <https://bmjopen.bmj.com/lookup/doi/10.1136/bmjopen-2019-031800>
6. Tim Pokja SDKI DPP PPNI. Standar Diagnosis Keperawatan Indonesia. Jakarta Selatan: Dewan Pengurus Pusat Persatuan Perawat Nasional Indonesia.; 2018.
7. Sumberjaya IW, Mertha IM. Mobilisasi Dini dan Penurunan Skala Nyeri pada Pasien Post Operasi TURP Benign Prostate Hyperplasia. *J GEMA KEPERAWATAN* [Internet]. 2020 Jun 25;13(1):43–50. Available from: <https://ejournal.poltekkes-denpasar.ac.id/index.php/JGK/article/view/1220>
8. Kurniawan MR, Faridah VN, Pramestirin RA. Pengaruh Kombinasi Terapi Relaksasi Benson Dan Murrotal Asmaul Edisi Januari Januari tetapi 2025 Edisi. *J Ilm Biosaintropis*. 2025;10(2):18–24.
9. Wahyu Widodo NQ. Penerapan Teknik Relaksasi Nafas Dalam Menurunkan Intensitas Nyeri Pada Pasien Appendicitis Di Rsud Wates. *Nurs Sci J* [Internet]. 2020 Jun 6;1(1):25–8. Available from: <https://journal.akperkabpurworejo.ac.id/index.php/nsj/article/view/17>

10. Nurahma GA, Hendriani W. Tinjauan sistematis studi kasus dalam penelitian kualitatif. *Mediapsi* [Internet]. 2021 Dec 1;7(2):119–29. Available from: <https://mediapsi.ub.ac.id/index.php/mediapsi/article/view/281>
11. PPNI TPSD. Standar Diagnosa Keperawatan indonesia. Edisi I. Jakarta Selatan: Dewan Penghurus Pusat PPNI; 2017.
12. PPNI TPSD. Standar Luaran Keperawatan Indonesia. Dewan pengurus pusat PPNI; 2017.
13. PPNI TPSD. Standar Intervensi Keperawatan Indonesia. Edisi I. Jakarta Selatan: Dewan Pengurus Pusat PPNI; 2017.
14. Kasih NS, Hamdani I. Perbandingan Efektivitas Penilaian Skala Nyeri berdasarkan Visual Analog Scale (VAS), Verbal Rating Scale (VRS), dan Numeric Rating Scale (NRS) pada Pasien Pasca Operasi Sectio Caesarea (SC) di RSUD Muhammadiyah Medan. *J Implementa Husada* [Internet]. 2023;4(4):272–82. Available from: <https://jurnal.umsu.ac.id/index.php/JIH/article/view/16741>
15. Ramadhan M. Upaya Menurunkan Tingkat Nyeri Dengan Terapi Kompres Hangat Pada Anak Post Operasi Soft Tissue Tumor. *Jurnalstikesbethesda* [Internet]. 2022;424–33. Available from: <https://jurnal.stikesbethesda.ac.id/index.php/p/article/download/313/218/2074>
16. Tri Ginanjar Mulyaningsih, Yuliyanti Permane Suci ZNK. Asuhan Keperawatan Nyeri Akut Pada Tn. K Pasien Post Operasi TURP Dengan Benigna Prostat Hyperpalasia Di Rumah Sakit Wijaya Kusuma Purwokerto. *J Pengabdian Mandiri*. 2022;1(6):913–8.
17. Widiyanti S. Teknik Relaksasi Nafas Dalam Terhadap Penurunan Intensitas Nyeri pada pasien Post Operasi Fraktur (Studi Literatur). *J Kesehat dan Pembang* [Internet]. 2022;12(23):93–9. Available from: <https://stikesmitraadiguna.ac.id/e-jurnal/index.php/jkp/article/view/139/117>
18. Jarrah MI, Hweidi IM, Al-Dolat SA, Alhawtmeh HN, Al-Obeisat SM, Hweidi LI, et al. The effect of slow deep breathing relaxation exercise on pain levels during and post chest tube removal after coronary artery bypass graft surgery. *Int J Nurs Sci* [Internet]. 2022;9(2):155–61. Available from: <https://doi.org/10.1016/j.ijnss.2022.03.001>