

ASUHAN KEPERAWATAN PADA PASIEN HERNIA INGUINALIS DENGAN INTERVENSI PEMBERIAN TEKNIK RELAKSASI NAPAS DALAM TERHADAP INTENSITAS NYERI PADA PASIEN POST OPERASI DIRUANG MAWAR RSUD KABUPATEN TANGERANG

Aristi May Krismonika¹, Meynur Rohmah²
^{1,2}Universitas Yatsi Madani

Email Korespondensi: aristicrysm08@gmail.com

ABSTRAK

Hernia inguinalis adalah hernia yang umum terjadi dan muncul tonjolan di selangkangan atau skrotum. Hernia inguinalis yaitu kondisi penonjolan atau kelemahan struktur organ (Nianingsih, 2019). Hernia atau bisa disebut dengan turun berok merupakan kondisi dimana semua usia dapat terserang, baik anak-anak, dewasa maupun lansia. Tanda yang biasanya tampak adanya benjolan yang hilang timbul. Relaksasi napas efektif dalam menurunkan nyeri post hernioraphy. Penggunaan teknik relaksasi dalam periode pasca operasi akan mengurangi penggunaan analgesik pada pasien, mengurangi efek samping yang terkait dengan obat dan memastikan bahwa pasien akan merasa puas terhadap perawatan (Suwahyu et al., 2021). Tujuan penelitian ini adalah untuk memberikan asuhan keperawatan yang komprehensif terhadap klien post operasi hernia inguinalis dengan Intervensi Relaksasi Napas Dalam untuk menurunkan nyeri di ruang mawar RSUD Kabupaten Tangerang. Penelitian ini dilakukan dengan cara melakukan teknik relaksasi napas pada pasien hernia inguinalis di Ruang Mawar RSUD Kabupaten Tangerang selama 3 hari. Hasil penelitian ini bahwa teknik relaksasi napas dalam ini dinilai cukup efektif dalam mengurangi intensitas nyeri yang dirasakan klien post operasi. Penderita akan membawa suasana pikiran lebih relaks dan pengalihan nyeri akan teralihkan dengan diterapkannya teknik relaksasi napas dalam periode pasca operasi, sehingga teknik ini dinilai cukup efektif.

Kata Kunci : Teknik Relaksasi Napas, Nyeri, Hernia Inguinalis

ABSTRACT

An inguinal hernia is a hernia that is common and appears as a bulge in the groin or scrotum. Inguinal hernias are conditions of protrusion or weakness of organ structures (Nianingsih, 2019). Hernia or what can be called a herniated disc is a condition where all ages can be attacked, both children, adults, and the elderly. Signs that usually appear are lumps that come and go. Breathing relaxation is effective in reducing post-herniorrhaphy pain. The use of relaxation techniques in the postoperative period will reduce the use of analgesics in patients, reduce drug-related side effects and ensure that patients will be satisfied with the treatment (Suwahyu et al., 2021). Activity Objectives: To provide comprehensive nursing care for clients

after inguinal hernia surgery with Deep Breathing Relaxation Intervention to reduce pain in the rose room of Tangerang District Hospital. Activity Method: This research was conducted by performing breathing relaxation techniques on inguinal hernia patients in the Rose Room of Tangerang General Hospital for 3 days. Activity Results: This deep breathing relaxation technique is considered quite effective in reducing the intensity of pain felt by postoperative clients. Conclusion: The patient will bring a more relaxed mood and pain relief will be diverted by the application of breathing relaxation techniques in the postoperative period, so this technique is considered quite effective.

Keywords: *Breathing Relaxation Technique, Pain, Inguinal Hernia*

PENDAHULUAN

Hernia merupakan penonjolan yang abnormal dari organ, jaringan, atau bagian pada dinding perut atau rongga perut ke rongga tubuh lainnya (pinggul atau pelvis, dada atau toraks) yang dilapisi selaput dinding perut (peritoneum) menonjol, melalui bagian lemah dinding perut yang bisa berisi usus, penggantung usus, atau organ perut lainnya. Terdapat beberapa jenis hernia berdasarkan letaknya salah satu jenis hernia yang sering terjadi yaitu hernia inguinalis, kasus hernia inguinalis 10 kali lebih banyak dengan presentase 75% dan 50 dari seluruh jenis hernia. Berdasarkan laporan di Amerika Serikat, insidensi kumulatif hernia inguinalis di rumah sakit adalah 3,9% untuk laki-laki dan 2,1% untuk perempuan (Prodromidou et al., 2020). Hernia inguinalis dapat diderita oleh semua umur, tetapi angka kejadian hernia inguinalis meningkat dengan bertambahnya umur dan terdapat distribusi bimodal untuk usia yaitu dengan puncaknya pada usia 1 tahun dan pada usia rata-rata 40 tahun (Sjamsuhidajat & De Jong, 2019).

Hernia inguinalis adalah hernia yang umum terjadi dan muncul tonjolan di selangkangan atau skrotum. Hernia inguinalis yaitu kondisi penonjolan atau kelemahan struktur organ (Nianingsih, 2019). Tanda yang biasanya tampak adanya benjolan yang hilang timbul. Penderita hernia ini lebih banyak terjadi pada laki-laki dibanding perempuan. Berdasarkan data dari Kementerian Kesehatan Republik Indonesia di Indonesia penyakit hernia menempati urutan ke delapan dengan jumlah 291.145 kasus dengan penderita hernia inguinalis berjumlah 1.243 orang. Berdasarkan data dari Departemen Kesehatan Republik Indonesia pada periode Januari 2-10 samai dengan Februari 2018 di Indonesia terdapat 1.243 orang yang mengalami gangguan hernia inguinalis (DepKesRI, 2018).

Jika hernia tidak dilakukan operasi maka akan berdampak semakin membesar dan berhentinya pasokan darah ke usus yang menyebabkan kematian jaringan serta kerusakan permanen. Tindakan operatif dilakukan dengan melakukan insisi pada tubuh sehingga tubuh memerlukan waktu untuk penyembuhan luka, fase awal penyembuhan luka ini biasanya timbul dengan masalah nyeri. Nyeri post operasi sering menjadi masalah bagi klien dan merupakan hal yang sangat mengganggu. Masalah keperawatan nyeri sering kali membuat klien sulit tidur dan membuat klien kurang mengontrol rasa nyeri dengan optimal, sehingga mengakibatkan klien cenderung menggunakan obat analgesic (Sulistiyowati, 2019).

Latihan relaksasi napas dalam meningkatkan inflasi alveolar maksimal dan relaksasi otot memperlambat laju pernafasan dan mengurangi kerja pernafasan. Pernafasan yang lambat, santai, dan ritmis juga membantu mengendalikan analisa kecemasan (Smeltzer, at al. 2010 dalam Fauzan 2020). Didapatkan bahwa relaksasi napas dalam efektif dalam menurunkan nyeri post *hernioraphy*. Penggunaan teknik relaksasi dalam periode pasca operasi akan mengurangi penggunaan analgesik pada pasien, mengurangi efek samping yang terkait

dengan obat dan memastikan bahwa pasien akan merasa puas terhadap perawatan (Suwahyu et al., 2021).

METODE PENELITIAN

Penelitian ini dilakukan dengan dengan cara melakukan teknik relaksasi napas pada pasien hernia inguinalis di Ruang Mawar RSUD Kabupaten Tanggerang selama 4 hari. Kegiatan pengkajian dilakukan pada tanggal 12 Juli 2023.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Berdasarkan hasil pengkajian yang dimulai pada tanggal 12 Juli 2023 penyusun menemukan masalah keperawatan nyeri akut, Hal ini berdasarkan data yang diperoleh yaitu pasien mengeluh nyeri sejak 2 hari sebelum masuk rumah sakit, kemudian dilakukan pemeriksaan fisik didapati hasil tensi darah 120/80 mmHg, Nadi 81x/m, respirasi 20 x/m, suhu 36,5°C, tingkat kesadaran composmetis GCS (E4V5M6), Kemudian terapi yang diberikan terpasang IUD RL 500 ml/8 jam, ketorolac 2x1 gr, ceftazidime 2x1 gr. Berdasarkan hasil data di atas terdapat masalah asuhan keperawatan lain yang ditemukan pada klien yaitu gangguan integritas kulit/jaringan, dan gangguan mobilitas fisik. Untuk mengatasi masalah utama yang ditemukan penyusun melakukan intervensi keperawatan pada klien tersebut.

Intervensi yang dilakukan untuk diagnosa prioritas yaitu nyeri akut penyusun melakukan tindakan terapi non farmakologi berupa terapi napas dalam untuk mengatasi nyeri pada post operasi hernia, terapi napas dalam ini dilakukan dengan menarik napas lewat hidung dengan memejamkan mata klien dan memfokuskan pikiran klien agar tenang dan mengalihkan respon nyerinya, pertama minta meletakkan tangan didada dan perut kemudian minta klien Tarik napas dalam hembuskan secara perlahan, arahkan klien untuk mengatakan relaks nyeri dibagian tubuh akan hilang, rasa sakit ini akan berkurang, kemudian minta klien Tarik napas dan hembuskan secara perlahan. Lakukan hal ini secara berulang.

Terapi relaksasi napas dalam ini cukup efektif dalam mengatasi nyeri yang dirasakan pasien post operasi hernia, terapi ini bisa dilakukan sebanyak 3 kali sehari selama 10 menit atau pada saat nyeri datang. Terapi napas dalam terbukti lebih efektif menjadi terapi kombinasi bersama terapi analgesik jika dibandingkan hanya terapi analgesik sebagai terapi tunggal menurunkan nyeri dan teknik relaksasi napas dalam efektif dalam menurunkan nyeri post operasi serta teknik relaksasi juga membuat pasien dapat mengontrol diri ketika terjadi rasa tidak nyaman atau nyeri, stress fisik dan emosi pada nyeri. (Izzaty et al., 2020).

SIMPULAN

Teknik napas dalam merupakan salah satu intervensi non-farmakologi yang telah digunakan post operasi hernia, Teknik napas dalam ini dinilai cukup efektif dalam mengurangi intensitas nyeri yang dirasakan klien post operasi, hal ini dikarenakan terapi ini memiliki keefektifan yang lengkap dalam mengalihkan rasa nyeri, karena kombinasi antar Gerakan dan teknik relaksasi napas dalam digabungkan dalam satu Tindakan dan fokus pemikiran klien dialihkan dengan cara mengucapkan kalimat relaks saya pasti sembuh rasa sakit ini akan berkurang. Sehingga penderita akan membawa suasana pikiran lebih relaks dan pengalihan nyeri akan teralihkan.

UCAPAN TERIMAKASIH

Terima kepada pihak yang telah memberikan kontribusi pada kegiatan ini sehingga dapat berjalan dengan lancar. Tim penulis mengucapkan terimakasih kepada Lembaga Penelitian dan Pengabdian Masyarakat Universitas Yatsi Madani dan seluruh pihak terkait yang telah membantu kegiatan ini sehingga berjalan dengan baik.

DAFTAR PUSTAKA

- Afdhal, Sitio, R., Rimadeni, Y., Muna N. (2022). *Asuhan Keperawatan Pada Pasien Dengan Post Operatif Hernia Inguinalis*. Jurnal Keperawatan. Volume 1 No. 1 Februari 2022, 29-35.
- Condrosas, L., Nurbadriyah, W.D., Fikriana, R. (2020). *Terapi Non Farmakologi Pada Klien Post Operasi Herniotomi Dengan Nyeri Akut*. Jurnal Kesehatan, Kebidanan, dan Keperawatan. Volume 14 No. 01 September 2020.
- Elyata, T., Oxyandi, M., Cahyani, R.A. (2021). *Penerapan Teknik Relaksasi Nafas Dalam Terhadap Penurunan Intensitas Nyeri Pada Asuhan Keperawatan Pasien Gastritis*. Volume 11 No. 2 Desember 2021, 136.
- Pangestu, T.P., Astuti, D., Puspasari, F.D. (2018). *Asuhan Keperawatan Pada Tn.K Dengan Post Operasi Hernia Inguinalis Lateralis Sinistra Di Ruang Dahlia Rumah Sakit Umum Daerah Banyumas*. Journal Of Nursing & Health. Volume 3 No. 1 2018, 27-35.
- Samantha, R., Almalik, D. (2019). *Implementasi Terapi Murrotal Dan Relaksasi Napas Dalam Untuk Mengatasi Masalah Nyeri Akut*. Tjyybjb.Ac.Cn, 3(2), 58-66.
<https://www.tjyybjb.ac.cn/CN/articel/downloadArticleFile.do?attachType=PDF&iid=9987>
- Widodo, W., Qoniah, N. (2020). *Penerapan Teknik Relaksasi Nafas Dalam Untuk Menurunkan Intensitas Nyeri Pada Pasien Appendicitis Di RSUD Wates*. Nursing Science Journal (NSJ). Volume 1 No. 1 Juni 2020, 25-28.
- Widodo, W., Trisetia, M. (2022). *Terapi Relaksasi Nafas Dalam Dan Genggam Jari Pada Klien Post Hernioraphy Dengan Nyeri Akut*. Jurnal Penelitian Perawat Profesional. Volume 4 No. 4 November 2022.
- Yusrizal. (2012). *Pengaruh Teknik Relaksasi Napas Dalam Dan Masase Terhadap Penurunan Skala Nyeri Pada Pasien Apendektomi Di Ruang Bedah RSUD DR. M. Zein Painan*.