

INTERVENSI RELAKSASI NAPAS DALAM UNTUK MENGURANGI NYERI PADA POST OPERASI *SECTIO CAESAREA*

Anisa Azmi¹, Elis Roslianti¹

¹STIKes Muhammadiyah Ciamis

INTISARI

Sectio caesarea merupakan tindakan pembedahan dengan melahirkan anak lewat insisi pada dinding abdomen dan uterus. Salah satu komplikasi yang biasanya dialami ibu setelah operasi *sectio caesarea* adalah nyeri. Nyeri dapat menimbulkan rasa yang tidak nyaman pada ibu setelah melahirkan operasi *sectio caesarea*. Apabila hal ini tidak segera diatasi maka dapat menimbulkan efek membahayakan yang akan mengganggu proses penyembuhan.

Tujuan studi kasus ini adalah untuk mengetahui pelaksanaan teknik relaksasi napas dalam pada klien dengan *post* operasi *sectio caesarea*.

Metode yang digunakan adalah deskriptif kualitatif dengan pendekatan studi kasus menggunakan asuhan keperawatan yang mengacu pada buku SDKI dan SIKI. Subjek pada studi ini adalah 1 orang klien *sectio caesarea* dengan diagnosa nyeri akut yang dirawat di Ruang Teratai 2 BLUD RSUD Kota Banjar. Dengan teknik pengumpulan data meliputi wawancara, observasi, pemeriksaan fisik dan studi dokumentasi.

Hasil dari asuhan keperawatan pada klien *post* operasi *sectio caesarea*, gejala yang muncul pada saat pengkajian adalah nyeri pada bagian abdomen bawah. Masalah keperawatan yang muncul yaitu nyeri akut berhubungan dengan agen cedera fisik yang mengacu pada buku SDKI. Intervensi yang dilakukan untuk mengurangi nyeri yaitu teknik relaksasi napas dalam. Selama proses intervensi berlangsung, tindakan berjalan dengan lancar sampai evaluasi. Dan evaluasi dalam penelitian ini terdapat penurunan skala nyeri dari 3 menjadi 0.

Kesimpulan setelah dilakukan tindakan intervensi teknik relaksasi napas dalam skala nyeri klien berkurang dari 3 menjadi 0, sedangkan data subjektif hasil anamnesa, klien mengatakan nyeri berkurang.

Kata kunci :nyeri,relaksasi napas dalam,*sectio caesarea*

DEEP BREATH RELAXATION INTERVENTION TO REDUCE PAIN IN POST SECTIO CAESARIAN OPERATION

Anisa Azmi¹, Elis Roslianti¹

¹STIKes Muhammadiyah Ciamis

ABSTRACT

Sectio caesarea is a surgical procedure by giving birth to a child through an incision in the abdominal wall and uterus. One of the complications that mothers usually experience after sectio caesarea is pain. Pain can cause discomfort to the mother after giving birth to a cesarean section. If this is not addressed immediately it can cause harmful effects that will interfere with the healing process.

The purpose of this case study is to determine the implementation of deep breathing relaxation techniques in clients with postoperative sectio caesarea.

The method used is descriptive qualitative with a case study approach using nursing care that refers to the IDHS and SIKI books. The subject in this study was 1 sectio caesarea client with a diagnosis of acute pain who was treated in Teratai Room 2 BLUD RSUD Banjar City. With data collection techniques includes interviews, observations, physical examinations and documentation studies.

The results of nursing care for postoperative sectio caesarea clients, symptoms that appear during the assessment are pain in the lower abdomen. Nursing problems that arise are acute pain related to physical injury agents referring to the IDHS book. Interventions carried out to reduce pain are techniques deep breath relaxation. During the intervention process, the action went smoothly until the evaluation. And in the evaluation in this study there was a decrease in the pain scale from 3 to 0.

The conclusion is that after the intervention of breathing relaxation techniques on the client's pain scale was reduced from 3 to 0, while the subjective data from the anamnesis results, the client said the pain was reduced.

Keywords: pain, deep breathing relaxation, cesarean section