

LATIHAN RELAKSASI NAPAS DALAM UNTUK MENGURANGI NYERI PASCA OPERASI PADA PASIEN BPH

Yuliana Siti Nurazizah¹, Hj. Ade Fitriani¹

STIKes Muhammadiyah Ciamis¹

INTISARI

BPH merupakan penyakit yang paling banyak nomor dua di klinik urologi Indonesia setelah infeksi saluran kemih. Penatalaksanaan terbaik pada penyakit BPH yaitu dengan cara pembedahan. Efek klinis dari prosedur pembedahan yang seringkali terjadi pada pasien *pasca* operasi *prostatektomi* di antaranya adalah nyeri. Perawat berperan penting dalam mengatasi masalah nyeri yang dirasakan pasien pembedahan atau *pasca* operasi. Salah satu tindakan keperawatan yang dilakukan untuk mengurangi nyeri adalah Relaksasi napas dalam. Studi kasus ini dilakukan untuk mempresentasikan pelaksanaan relaksasi napas dalam dalam untuk mengurangi nyeri *pasca* operasi *prostatektomi* pada pasien BPH. Data pada klien diperoleh dari hasil wawancara, observasi, dan studi dokumentasi. Metode penelitian yang digunakan dalam penelitian ini adalah deskriptif kualitatif dengan pendekatan studi kasus. Partisipan pada studi kasus ini dipilih secara incidental (*incidental sampling*) karena penelitian ini tidak tahu siapa yang akan datang dan dengan kasus apa serta keluhan dan masalah utama apa yang datang ke Ruang Anggrek BLUD RSUD Kota Banjar. Hasil penelitian didapatkan pada pengkajian diketahui bahwa pasien mengeluhkan nyeri akut dengan data objektif ekspresi wajah terlihat meringis. Berdasarkan data pengkajian ditemukan masalah keperawatan nyeri akut berhubungan dengan agen cedera fisik, dan diberikan intervensi keperawatan *Deep Breathing Relaxation* selama empat hari berturut-turut. Masalah keperawatan nyeri akut teratasi ditandai dengan skala nyeri pada pasien menurun, dan ekspresi wajah pasien tenang. Latihan *Deep Breathing Relaxation* terbukti dapat mengurangi nyeri *pasca* operasi *prostatektomi* pada pasien BPH di Ruang Anggrek BLUD RSUD Kota Banjar.

Kata kunci : bph, nyeri, relaksasi napas dalam

**DEEP RELAXATION EXERCISE TO REDUCE POST
OPERATION PAIN IN BPH PATIENTS**

Yuliana Siti Nurazizah¹, Hj. Ade Fitriani¹

STIKes Muhammadiyah Ciamis¹

ABSTRACT

BPH is the second most common disease in Indonesian urology clinics after urinary tract infections. The best treatment for BPH is surgery. The clinical effects of surgical procedures that often occur in post prostatectomy patients include: Nurses are important in overcoming the problem of pain felt by patients or after surgery. One of the actions taken to reduce it is Deep Breathing Relaxation. This case study was conducted to present the implementation of deep breathing relaxation to reduce pain after prostatectomy surgery in BPH patients. Data on clients were obtained from interviews, observations, and documentation studies. The research method used in this research is descriptive qualitative with a case study approach. Participants in this case study were selected incidentally (incidental sampling) because this study did not know who would come and what cases and what complaints and main problems came to the Anggrek Room BLUD RSUD Banjar City. The results of the study found in the study that the patient complained of acute pain with visible facial expression objective data. Based on the problem assessment data, helping to overcome acute pain with physical injury agents, and being given a Deep Breathing Relaxation intervention for four consecutive days. The problem of acute pain is resolved marked by the patient's pain scale decreasing, and the patient's facial expression is calm. Deep Breathing Relaxation Exercises have been shown to reduce post-prostatectomy pain in BPH patients in the Orchid Room BLUD RSUD Banjar City.

Keywords: bph, pain, deep breathing relaxation