

ABSTRAK

Rizka Za'in Aulya

ASUHAN KEPERAWATAN NYERI AKUT DENGAN TEKNIK RELAKSASI OTOT PROGRESIF DAN NAPAS DALAM PADA PASIEN KANKER OVARIUM PASCA OPERASI

xv + 195 Halaman + 13 Tabel + 14 Lampiran

Nyeri akut merupakan salah satu masalah utama yang dialami oleh pasien pascaoperasi. Nyeri akut berdampak pada kesejahteraan psikologis dan emosional pasien. Nyeri akut pada pasien pascaoperasi dapat menghambat kemampuan pasien dalam mobilisasi, rehabilitasi, dan hospitalisasi menjadi lama. Tujuan penelitian ini untuk mengetahui dan memahami tentang asuhan keperawatan nyeri akut dengan teknik relaksasi otot progresif dan napas dalam pada pasien kanker ovarium pascaoperasi. Desain penelitian yang digunakan adalah studi kasus dengan pendekatan asuhan keperawatan. Subyek penelitian Adalah dua pasien pascaoperasi dengan kanker ovarium dengan masalah keperawatan nyeri akut di RSPAL dr. Ramelan. Fokus studi dalam penelitian ini yaitu pemberian teknik relaksasi otot progresif dan napas dalam. Instrumen yang digunakan dalam pengumpulan data adalah format asuhan keperawatan, *Numeric Rating Scale* (NRS), *Standard Operating Procedure* (SOP) relaksasi otot progresif dan relaksasi napas dalam. Berdasarkan analisa data diperoleh kesimpulan kedua pasien merasa nyeri pada area luka pascaoperasi. Masalah keperawatan kedua pasien sama yaitu nyeri akut. Intervensi keperawatan yang diberikan yaitu relaksasi otot progresif dan relaksasi napas dalam. Teknik relaksasi otot progresif diberikan sebanyak 2x30 menit dalam sehari dan relaksasi napas dalam diberikan selama 5-15 menit. Evaluasi keperawatan didapatkan bahwa setelah diberikan relaksasi, skala nyeri pada kedua pasien mengalami penurunan. Teknik relaksasi otot progresif dan relaksasi napas dalam merupakan strategi sederhana, mudah dilakukan secara mandiri dan efektif untuk mengurangi rasa nyeri pasca operasi. Intervensi ini dapat diintegrasikan ke dalam praktik asuhan keperawatan sebagai upaya peningkatan kenyamanan serta percepatan proses pemulihan pasien.

Kata Kunci : Nyeri Akut, Pasca Operasi, Relaksasi

Daftar bacaan : 12 buku (2010-2023)

ABSTRACT

Rizka Za'in Aulya

NURSING CARE FOR ACUTE PAIN USING PROGRESSIVE MUSCLE RELAXATION AND DEEP BREATHING TECHNIQUES IN POSTOPERATIVE OVARIAN CANCER PATIENTS

xv + 195 Pages + 13 Tables + 14 Appendices

Acute pain is one of the primary problems experienced by postoperative patients. It significantly affects the psychological and emotional well-being of patients. Acute postoperative pain may hinder patients' ability to mobilize, delay rehabilitation, and prolong hospitalization. The objective of this study is to explore and understand nursing care for acute pain through the application of progressive muscle relaxation and deep breathing techniques in postoperative ovarian cancer patients. The research design employed is a case study with a nursing care approach. The subjects of this study were two postoperative ovarian cancer patients diagnosed with the nursing problem of acute pain, treated at RSPAL dr. Ramelan. The focus of this study is the implementation of progressive muscle relaxation and deep breathing techniques. Data collection instruments included nursing care documentation formats, the Numeric Rating Scale (NRS), and Standard Operating Procedures (SOPs) for progressive muscle relaxation and deep breathing interventions. Based on data analysis, both patients reported pain in the surgical wound area. The nursing diagnosis for both patients was acute pain. The nursing interventions provided were progressive muscle relaxation and deep breathing exercises. Progressive muscle relaxation was administered twice daily for 30 minutes per session, while deep breathing exercises were conducted for 5–15 minutes. Evaluation revealed a reduction in pain scores following the interventions. Progressive muscle relaxation and deep breathing are simple, self-administered, and effective strategies for alleviating postoperative pain. These interventions may be integrated into nursing practice as part of efforts to enhance patient comfort and accelerate recovery.

Keywords : Acute Pain, Postoperative, Relaxation

References : 12 books (2010-2023)