



PENERAPAN TEKNIK RELAKSASI NAFAS DALAM TERHADAP PENURUNAN INTENSITAS NYERI PADA KLIEN POST OPERASI FRAKTUR FEMUR

Nadia Putriyanda¹, Azis Mangara²

(1,2) Akademi Keperawatan Kesdam I/BB Pematangsiantar

✉ Corresponding author:

yandanadiaputri@gmail.com

author Phone Number:

083160176529

Abstrak

Fraktur femur merupakan hilangnya kontinuitas pada tulang paha, kondisi fraktur femur secara klinis dibagi menjadi 2 yaitu fraktur femur terbuka yang disertai adanya kerusakan jaringan lunak seperti otot, kulit, jaringan saraf, dan pembuluh darah dan fraktur femur tertutup yang dapat disebabkan oleh trauma langsung pada paha. Salah satu tindakan medis yang dapat dilakukan untuk mengatasi fraktur femur melalui tindakan pembedahan. Efek dari tindakan pembedahan dapat menimbulkan rasa nyeri. Upaya yang dapat dilakukan untuk mengatasi nyeri melalui tindakan non farmakologi yaitu penerapan teknik relaksasi nafas dalam. Desain penelitian ini menggunakan metode studi kasus. Metode sampling yang digunakan adalah Purposive sampling. Sampel yang diambil sebanyak 2 orang responden yaitu pasien fraktur femur yang di rawat inap di Rumah Sakit Vita Insani Pematangsiantar. Hasil setelah dilakukan asuhan keperawatan selama 3 hari yaitu penerapan teknik relaksasi napas dalam didapatkan hasil terjadi penurunan intensitas nyeri pada Tn. M dan Tn. D yang semula intensitas nyeri berat berubah menjadi sedang. Kesimpulan Implementasi teknik relaksasi nafas sangat efektif dalam menurunkan intensitas nyeri pada kasus fraktur femur. Bagi perawat diharapkan mampu mendampingi pasien untuk menerapkan teknik relaksasi nafas dalam untuk penurunan intensitas nyeri pada klien post operasi fraktur femur.

Kata Kunci: Teknik Relaksasi, Nafas dalam, Intensitas Nyeri

Abstract

A femur fracture is a loss of continuity in the thigh bone, the condition of a femur fracture is clinically divided into 2, namely an open femur fracture which is accompanied by damage to soft tissue such as muscle, skin, nerve tissue, and blood vessels and a closed femur fracture which can be caused by direct trauma to the femur. thigh. One of the media actions that can be taken to treat femur fractures is through surgery. The effects of discontinuation can cause pain. Efforts that can be made to overcome pain through non-pharmacological measures are the application of deep breathing relaxation techniques. Method this research design uses a case study method. The sampling method used is purposive sampling. The samples taken were 2 respondents, namely femur fracture patients who were hospitalized at the Vita Insani Pematangsiantar Hospital. Results after 3 days of nursing care, namely the application of deep breathing relaxation techniques, the result was a decrease in pain intensity in Mr. M and Mr. D whose pain intensity was originally severe changed to moderate. Conclusion Implementation of breathing relaxation techniques is very effective in reducing pain intensity in cases of femur fractures. Suggestion nurses are expected to be able to accompany patients to apply deep breathing relaxation techniques to reduce pain intensity in clients post femur fracture surgery.

Keywords: Deep Breathing Relaxation, Femur Fractures, Pain Intensity

PENDAHULUAN

Fraktur adalah putusnya patahnya kontinuitas tulang dengan menentukan jenis dan luas tulang, yang terjadi apabila tulang tidak kuat menahan tekanan yang diberikan tulang. Secara ringkasan dan umum, fraktur adalah patah tulang yang disebabkan oleh trauma atau tenaga fisik (Estu, 2018). Fraktur dapat terjadi dikarenakan hantaman langsung sehingga sumber tekanan lebih besar dari pada yang bisa diserap, ketika tulang mengalami fraktur maka struktur sekitarnya akan ikut terganggu (Haryanti, 2021).

Fraktur terjadi akibat trauma, beberapa fraktur terjadi secara sekunder akibat proses penyakit seperti osteoporosis yang menyebabkan fraktur-fraktur meliputi fraktur tertutup dan terbuka. Fraktur tertutup adalah fraktur tanpa adanya komplikasi, kulit masih utuh, tulang tidak keluar melalui kulit. Fraktur terbuka adalah fraktur yang merusak jaringan kulit, karena adanya hubungan dengan lingkungan luar, maka fraktur terbuka sangat berpotensi menjadi infeksi (Supardi, S., 2016).

(Hardianto, T, Ayubbana, S, & Inayati, 2022) menyatakan bahwa penatalaksanaan fraktur salah satunya adalah operatif (pembedahan). Operasi adalah tindakan pengobatan yang menggunakan cara invasif dengan membuka dan menampilkan bagian tubuh yang akan ditangani. Prosedur pembedahan yang akan dilakukan pada pasien fraktur meliputi reduksi terbuka dan fiksasi interna (open redaction and internal fixation). Sasaran pembedahan untuk memperbaiki fungsi dengan mengembalikan gerakan, stabilitas, mengurangi nyeri dan disabilitas (Fitriana, & Fitriyani, 2020).

Fraktur femur merupakan hilangnya kontinuitas pada tulang paha, kondisi fraktur femur secara klinis yaitu fraktur femur terbuka yang disertai adanya kerusakan jaringan lunak seperti otot, kulit, jaringan saraf, dan pembuluh darah dan fraktur femur tertutup yang dapat disebabkan oleh trauma langsung pada paha. (Z, 2016) Fraktur femur adalah ancaman potensial atau aktual terhadap integritas seseorang, yang mengakibatkan gangguan fisiologis dan psikologis yang dapat menyebabkan respons dalam bentuk rasa sakit. Nyeri operasi fraktur tulang paha menyulitkan pasien untuk memenuhi aktivitas hidup sehari-hari. Nyeri biasanya terjadi akibat cedera yang disebabkan oleh patah tulang yang melukai jaringan sehat (Hidayat Mohamad, 2022).

Organisasi Kesehatan Dunia (World Health Organization, 2022) menyatakan bahwa insiden patah tulang meningkat, mencatat patah tulang terjadi pada sekitar 15 juta orang dengan tingkat prevalensi 3,2%. Prevalensi fraktur femur pada tahun 2018 sebanyak 20 juta orang dengan angka prevalensi 4,2% dan pada 2018 meningkat sebanyak 21 juta orang dengan angka prevalensi sebanyak 3,8% akibat kecelakaan lalu lintas (Hermanto Rudi, isro'in Laily, 2020). Data di Indonesia adalah kasus patah tulang yang paling sering terjadi adalah patah tulang paha sebesar 42%, diikuti oleh patah tulang humerus sebesar 17%, patah tulang tibia dan fibula sebesar 14%, dimana penyebab terbesar adalah kecelakaan lalu lintas yang biasanya disebabkan oleh kecelakaan mobil, sepeda motor atau kendaraan rekreasi sebesar 65,6% dan turun 37,3% mayoritas adalah laki-laki 73,8% (Fadila, 2022).

Menurut penelitian (Harding, Meara, Greenberg, Hagander, Zurakowski, 2021) memperkirakan kejadian patah tulang femur tahunan di seluruh dunia terjadi akibat tabrakan lalu lintas antara 1 juta dan 2,9 juta. Tingkat kejadian secara signifikan lebih tinggi di negara berpendapatan rendah dan menengah dibandingkan dengan negara berpendapatan tinggi. Secara keseluruhan, negara - negara berkembang berpendapatan rendah dan menengah memiliki rata - rata tingkat kejadian patah tulang paha antara 15,7 dan 45,8 juta jiwa per 100.000 orang pertahun.

Menurut penelitian (Clara, A, & Karoline, 2021), kasus rawat inap akibat patah tulang paha tahun 2016 - 2020 tercatat 446.770 jiwa, paling sering terjadi di wilayah Tenggara dan Selatan, masing-masing dengan 128.543 dan 47.326 kasus. Negara Brazil, lebih dari separuh kasus ini terjadi pada lansia, mewakili total 248.792 kasus. Dalam kasus ini, angka kematian total adalah 5,23 jiwa, yang setara dengan 13 ribu kematian sejak awal periode evaluasi.

Hasil (Riset Kesehatan Dasar, 2018) di Indonesia fraktur banyak disebabkan cidera. Prevalensi kejadian fraktur di Sumatera Utara sebanyak 69,517 orang. Sebagian besar kasus kecelakaan lalu lintas dengan jenis kelamin laki - laki berjumlah 34.675 orang dan pada jenis kelamin perempuan berjumlah 34.842 orang. Berdasarkan kelompok umur dari <1 tahun berjumlah 70 orang, umur 1-4 tahun berjumlah 7.159 orang, umur 5-14 tahun berjumlah 14.653 orang, umur 15 - 24 tahun berjumlah 12.252, umur 25-34 berjumlah 10.422 orang, umur 35-44 tahun berjumlah 9.248, umur 45-54 tahun berjumlah 7.521 orang, umur 55-64 tahun berjumlah 5.116 orang, umur 65-74 tahun berjumlah 2.26 orang, dan pada umur 75 tahun ke atas berjumlah 849 orang. Menurut data Riskesdas tahun 2018, jumlah penderita fraktur di Kota Pematangsiantar tahun 2018 sebanyak 1.223 orang.

Hasil survey awal data penyakit di Rumah Sakit Vita Insani Pematang Siantar tahun 2021-2023 jumlah fraktur femur sebanyak 157 orang, pada tahun 2021 sebanyak 64 orang, tahun 2022 mengalami penurunan menjadi 58 orang, dan pada tahun 2023 mengalami penurunan kembali diperoleh data menjadi 35 orang. Data tidak ada jumlah pasien fraktur femur pada tahun 2023 meningkat menjadi 35 orang. Data tiga bulan terakhir pada bulan oktober terdapat 6 orang, bulan November mengalami penurunan 5 orang, dan bulan desember terdapat 6 orang. Jumlah keseluruhan sebanyak 52 orang (Rekam Medis Rumah Sakit Vita Insani Pematangsiantar, 2024).

Nyeri merupakan peristiwa yang tidak menyenangkan pada seseorang yang dapat menimbulkan rasa sakit (Rahmat Akmal, Hamdani Dadi, 2023). Efek samping yang dirasakan dari nyeri pasca pembedahan yaitu waktu pemulihannya sangat lama dan terhambatnya discharge planning (Pratiwi, 2020). Jika nyeri pada pasien post operasi tidak segera ditangani dapat mengakibatkan pasien gelisah, imobilisasi, stress, dan ketegangan yang menimbulkan respon psikis dan fisik (Prabawa Rachmad, W Massaid, 2022). Pemberian terapi non-farmakologi seperti teknik relaksasi nafas dalam bertujuan untuk mengoptimalkan asuhan keperawatan yang diberikan kepada pasien fraktur untuk mengurangi nyeri dan meningkatkan kenyamanan pasien. Jika nyeri pada pasien tidak ditangani menyebabkan pasien merasa takut bergerak dan peredaran darah ke bagian yang dioperasi tidak lancar (Saputra, Tresna, 2021).

Teknik relaksasi nafas dalam merupakan suatu tindakan keperawatan yang dilakukan untuk menurunkan intensitas nyeri dengan merilekskan ketegangan otot skelet yang mengalami spasme disebabkan oleh peningkatan prostaglandin sehingga terjadi vasodilatasi pembuluh darah dan akan meningkatkan aliran darah yang mengalami spasme dan iskemik, relaksasi nafas dalam melibatkan otot dan respirasi yang tidak membutuhkan alat lain sehingga dapat dilakukan kapan saja sewaktu nyeri itu muncul. Sebelum dilakukan relaksasi nafas dalam, mayoritas responden mengatakan nyeri berat, tetapi setelah dilakukan terapi relaksasi nafas dalam, responden mengatakan intensitas nyeri menjadi ringan (Sridarmayanti Ni, 2023).

Penelitian yang dilakukan (Rahmat Akmal, Hamdani Dadi, 2023) dengan judul terapi relaksasi nafas dalam untuk mengurangi rasa sakit pada klien dengan fraktur femur. Hasil penelitian jurnal menyatakan bahwa terapi relaksasi nafas dalam untuk mengurangi nyeri dibuktikan dengan penurunan skala nyeri sebelum intervensi yaitu skala nyeri 5 banding 1 (0-10) bahwa teknik relaksasi pernapasan dalam salah satu bentuk asuhan keperawatan, dalam hal ini perawat mengajarkan klien cara bernapas dalam-dalam, Bernapas perlahan (tahan inspirasi secara maksimal) dan hembuskan napas secara perlahan, selain mengurangi intensitas nyeri, teknik relaksasi pernapasan dalam juga dapat meningkatkan ventilasi paru-paru dan meningkatkan oksigenasi dalam darah. Teknik Relaksasi pernapasan dalam akan merangsang ekspresi hormon oksida nitrat yang memicu paru-paru dan pusat otak yang akan memberikan efek menenangkan untuk menurunkan tekanan darah (Mongan Natasha, 2023). Langkah pertama yang dilakukan adalah menciptakan lingkungan yang nyaman dan menenangkan, menyesuaikan posisi tubuh pasien duduk atau berbaring untuk menciptakan posisi yang nyaman. Mintalah pasien untuk menutup mata mereka sehingga mereka dapat berkonsentrasi secara optimal. Kemudian minta pasien untuk mengambil napas dalam-dalam melalui hidung sehingga paru-paru terisi dengan udara secara perlahan selama empat detik, tahan napas dan udara di paru-paru selama 2 detik sambil merasakan sensasi rileks dari kepala ke ekstremitas

bawah. Akhiri dengan membimbing pasien untuk menghembuskan napas atau menghembuskan napas, menghembuskan udara melalui mulut secara perlahan selama delapan detik. Motivasi pasien untuk mengulangi tindakan ini hingga 15 menit sampai mereka merasa rileks dan bergantian dengan istirahat setiap 5 napas (Mongan Natasha, 2023). Dari hasil penelitian oleh utomo (2018), setelah dilakukan terapi relaksasi nafas dalam didapatkan hasil nyeri mereda menjadi 3/4. Setelah dilakukan terapi relaksasi nafas dalam nyeri hebat dari 11 orang berkurang, 10 mengatakan nyeri sedang dan 1 nyeri ringan kemudian dibuktikan dari 8 responden nyeri sedang setelah dilakukan terapi relaksasi nafas dalam terjadi penurunan nyeri pada 7 orang mengatakan nyeri menjadi ringan dan 1 orang mengatakan dari nyeri sedang menjadi tidak nyeri. Terapi relaksasi efektif untuk menurunkan nyeri (Jitowiyono Sugeng, 2018).

Fenomena yang ditemui penulis pada saat survey awal dengan melakukan wawancara langsung kepada perawat di Rumah Sakit Vita Insani Pematangsiantar bahwa penerapan teknik relaksasi nafas dalam sudah pernah dilakukan pada pasien fraktur femur dengan hasil yang kurang optimal ditandai dengan pasien yang masih mengeluh nyeri. Berdasarkan uraian latar belakang diatas, maka peneliti tertarik untuk melakukan penerapan teknik relaksasi nafas dalam terhadap penurunan intensitas nyeri pada klien post operasi fraktur femur di Rumah Sakit Vita Insani Pematangsiantar.

METODE PENELITIAN

Penelitian ini menggunakan metode penelitian kuantitatif dalam bentuk studi kasus dengan pendekatan asuhan keperawatan. Deskriptif dengan pendekatan penelitian studi kasus untuk mendapatkan gambaran dalam pelaksanaan Penerapan Teknik Relaksasi Nafas Dalam Pada Klien Post Operasi Untuk Menurunkan Intensitas Nyeri (Darni, 2020). Penelitian ini dilakukan pada bulan April-Juni 2024 selama 3 hari rawatan di Rumah Sakit Vita Insani Pematangsiantar. Pengumpulan data dilakukan dengan lembar observasi, *Informed Consent* dan wawancara langsung dengan klien. Penerapan relaksasi nafas dalam dilakukan sesuai dengan Standar Operasional Prosedur (SOP). Analisis yang digunakan pada penelitian ini adalah studi kasus.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Pembahasan penelitian ini mengenai pemberian teknik relaksasi nafas dalam untuk menurunkan intensitas nyeri pada pasien post operasi fraktur femur. Pemberian ini dilakukan pada 2 orang klien yang dirawat selama 3 hari. Pengkajian klien 1 dengan Tn.M dilakukan pada tanggal 05-08 Juni 2024 dan pengkajian klien 2 dengan Tn.D dilakukan pada tanggal 25-27 Juni 2024 di ruangan Cendrawasih di Rumah Sakit Vita Insani Pematangsiantar. Adapun kegiatan yang dilakukan meliputi pengkajian, diagnosa keperawatan, intervensi keperawatan, implementasi keperawatan, dan evaluasi keperawatan.

1. Pengkajian Keperawatan

Hasil penelitian yang didapatkan saat pengkajian pada klien 1 yaitu Tn.M dengan usia 23 tahun ditemukan klien mengeluh nyeri pada bagian paha sebelah kanan luka bekas operasi, nyeri seperti ditusuk-tusuk, nyeri hilang timbul, durasi nyeri 3 menit, klien tampak meringis kesakitan, klien tampak gelisah, skala nyeri 8, intensitas berat, terpasang balutan perban elastis pada bagian paha sebelah kanan. Pengkajian nyeri pada klien 1 dengan menggunakan skala pengukuran numeric rating scale diperoleh hasil skala nyeri 8. Sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh (Hermanto Rudi, isro'in Laily, 2020) klien mengeluh nyeri, muncul saat kaki kanan di gerakan, seperti di tarik tarik, nyeri pada luka operasi di paha kanan, nyeri memiliki skala 4 muncul selama 10 – 15 menit.

Sedangkan pengkajian pada klien 2 yaitu Tn.D bahwa klien mengeluh nyeri pada bagian paha sebelah kanan luka bekas operasi, nyeri seperti ditusuk-tusuk, skala nyeri 7, intensitas berat, nyeri hilang timbul, durasi nyeri 2 menit. Pengkajian nyeri pada klien 2 dengan menggunakan skala pengukurang numeric rating scale diperoleh hasil skala nyeri 7.

Sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh (Rahmat Akmal, Hamdani Dadi, 2023) klien mengeluh sakit di kaki kanan atas (femur) selama kurang lebih 1 bulan. Rasa sakit dirasakan seperti menusuk, berdenyut, skala rasa sakit dirasakan pada 7 (0-10) menggunakan alat Numeric Rating Scale dan anda tampak meringis. Selama pemeriksaan fisik sistem muskuloskeletal, ditemukan bahwa tidak ada kelainan pada ekstremitas atas, sedangkan pada ekstremitas bawah ada abses pada kaki kanan (paha) yang disebabkan oleh fraktur tulang paha, dan ada nyeri tekan pada ekstremitas bawah.

Berdasarkan hasil anamnesa kedua klien dengan keluhan nyeri, sulit tidur, gelisah, meringis kesakitan, frekuensi nadi meningkat. Hasil penelitian yang dilakukan oleh (Pratiwi, 2020) menunjukkan bahwa setelah diberikan teknik relaksasi nafas dalam dapat menurunkan nyeri.

2. Diagnosa Keperawatan

Diagnosa keperawatan adalah penilaian klinis dari respons klien terhadap masalah kesehatan saat ini atau proses kehidupan yang dialami. Diagnosis keperawatan bertujuan untuk mengidentifikasi respons klien individu, keluarga dan komunitas terhadap situasi yang berhubungan dengan kesehatan (PPNI, 2017). Berdasarkan hasil pengkajian, pemeriksaan fisik, observasi dan analisa data yang telah dilakukan maka ditegakkan masalah keperawatan pada klien 1 dan 2.

Menurut Tim Pokja PPNI SDKI (PPNI, 2017). Terdapat beberapa kemungkinan diagnosa yang muncul yaitu pertama nyeri Akut berhubungan dengan Agen pencedera fisik ditandai dengan tampak meringis, bersikap protektif, gelisah, frekuensi nadi meningkat, sulit tidur. Kedua gangguan Mobilitas Fisik berhubungan dengan kerusakan integritas struktur tulang ditandai dengan sulit menggerakkan ekstermitas, kekuatan otot menurun, nyeri saat bergerak. Terakhir, intoleransi Aktivitas berhubungan dengan Imobilitas ditandai dengan tekanan darah berubah >20% dari kondisi istirahat, merasa tidak nyaman setelah beraktivitas, merasa lemah.

Diagnosa yang ditemukan pada hasil pengkajian yang dilakukan pada Tn.M dan Tn.D masalah keperawatan adalah nyeri akut. Diagnosa yang diangkat didukung oleh data subjektif dan objektif. Sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Mongan dan Solikhah (2023) penulis fokus pada diagnosa yang sesuai dengan intervensi dan masalah yang paling utama pada pasien yaitu nyeri akut berhubungan dengan agen pencedera fisik. Berdasarkan hasil data subjektif yaitu pasien mengeluh nyeri pada post operasi dengan skala nyeri 5 dan berdasarkan hasil data objektif pasien tampak meringis kesakitan merasakan nyeri, pasien tampak gelisah dan nadi tampak meningkat.

3. Intervensi Keperawatan

Intervensi dalam asuhan keperawatan ini diambil dari buku Standart Intervensi Keperawatan Indonesia (PPNI, 2018). Penetapan luaran atau outcome yang mengarahkan perawat tetap fokus terhadap masalah yang dialami pasien dan menetapkan indikator pencapaian yang kemudian akan menjadi evaluasi perkembangan respon pasien terhadap intervensi yang diberikan perawat. Rencana asuhan keperawatan yang akan dilakukan pada kedua pasien yaitu Identifikasi lokasi karakteristik, durasi, frekuensi, kualitas, intensitas nyeri, identifikasi skala nyeri, identifikasi respon nyeri nonverbal, identifikasi faktor memperberat dan memperingan nyeri. Ajarkan teknik nonfarmakologis seperti relaksasi nafas dalam, kontrol lingkungan memperberat rasa nyeri, jelaskan penyebab nyeri, jelaskan strategi meredakan nyeri, dan kolaborasi pemberian analgetik (PPNI, 2018).

Menurut penelitian (Mongan Natasha, 2023)N hasil studi kasus yang dilakukan dalam perencanaan pada klien dengan masalah nyeri akut yaitu monitor skala nyeri, berikan teknik nonfarmakologi dan teknik farmakologi.

4. Implementasi keperawatan

Implementasi merupakan rencana tindakan yang akan dilakukan pada pasien maka selanjutnya penulis melaksanakan tindakan keperawatan untuk memenuhi kebutuhan

pasien serta mengatasi masalah pasien. Tindakan keperawatan yang diberikan pada pasien yang mengalami nyeri akut berhubungan dengan agen pencedera fisik dengan cara mengajarkan teknik relaksasi nafas dalam pada kedua pasien dengan waktu tindakan selama 15 menit. Sesuai dengan penelitian (Rahmat Akmal, Hamdani Dadi, 2023) mengemukakan bahwa implementasi keperawatan penerapan teknik terapi pernapasan dalam non-farmakologis.

Dalam pelaksanaan tindakan keperawatan dilakukan selama 3 hari yang dimulai dari tanggal 05-07 Juni 2024 untuk mengkaji klien 1 dan tanggal 25-27 Juni 2024 untuk mengkaji klien 2 yang mengacu pada teknik relaksasi nafas dalam untuk menurunkan nyeri pada klien 1 dan klien 2. Pada hari pertama pengkajian Tn.M mengeluh nyeri pada bagian paha sebelah kanan luka bekas operasi, nyeri seperti ditusuk-tusuk, nyeri yang dirasakan hilang timbul dengan durasi 3 menit, skala nyeri 8, setelah diberikan teknik relaksasi nafas dalam sebanyak 5 kali skala nyeri berkurang menjadi 7 sedangkan pada Tn.D klien mengatakan nyeri pada bagian paha sebelah kanan dengan durasi 2 menit skala nyeri 7, setelah diberikan teknik relaksasi nafas dalam sebanyak 5 kali skala nyeri berkurang menjadi 6. Pada hari kedua klien 1 mengatakan masih nyeri pada bagian paha sebelah kanan, nyeri seperti ditusuk-tusuk, nyeri yang dirasakan hilang timbul dengan durasi 3 menit, setelah diberikan teknik relaksasi nafas dalam sebanyak 5 kali nyeri yang dirasakan menurun menjadi 6 sedangkan pada klien 2 mengatakan nyeri mulai berkurang pada paha sebelah kanan dan nyeri dirasakan menurun menjadi 5. Pada hari ketiga klien 1 dan klien 2 mengatakan nyeri sudah semakin berkurang setelah diberikan teknik relaksasi nafas dalam sebanyak 5 kali skala nyeri menjadi 4. Pernyataan ini didukung oleh hasil penelitian yang dilakukan oleh (Saputra, Tresna, 2021) yaitu pemberian teknik relaksasi napas dalam dapat menurunkan intensitas nyeri lebih besar dibandingkan responden yang tidak diberikan perlakuan teknik relaksasi napas dalam sehingga dapat dikatakan terdapat perbedaan nyeri pasien fraktur ekstremitas antara sebelum dan sesudah dilakukan teknik relaksasi napas dalam.

5. Evaluasi keperawatan

Evaluasi keperawatan adalah tindakan keperawatan yang paling akhir setelah diberikan beberapa rencana keperawatan yang diberikan kepada klien dan yang telah dilaksanakan. Pada tahap ini juga berguna memonitor tindakan apa saja yang belum dilakukan oleh perawat selama dilakukannya pengkajian, analisa, perencanaan dan implementasi (Hermanto Rudi, isro'in Laily, 2020). Evaluasi dari penelitian ini menunjukkan bahwa pasien pertama mengalami penurunan intensitas nyeri setelah dilakukan teknik relaksasi nafas dalam pada hari pertama dari skala 8 menjadi 7, Pada hari kedua setelah dilakukan teknik relaksasi nafas dalam mengalami penurunan intensitas nyeri dari skala 7 menjadi 6, dan pada hari ketiga setelah dilakukan teknik relaksasi nafas dalam mengalami penurunan intensitas nyeri dari 5 menjadi 4. Sedangkan pasien kedua didapatkan hasil evaluasi yang menunjukkan bahwa pasien kedua mengalami penurunan intensitas nyeri setelah dilakukan tindakan teknik relaksasi nafas dalam pada hari pertama dari skala 7 menjadi 6, Pada hari kedua setelah dilakukan teknik relaksasi nafas dalam mengalami penurunan intensitas nyeri dari skala 6 menjadi 5, dan pada hari ketiga setelah dilakukan teknik relaksasi nafas dalam mengalami penurunan intensitas nyeri dari skala 5 menjadi 4.

Hal ini dapat dilihat dari jurnal terkait yaitu menurut (Prabawa Rachmad, W Massaid, 2022) setelah dilakukan terapi relaksasi nafas dalam didapatkan hasil nyeri mereda menjadi 3,4. Diketahui dari 11 orang mengalami nyeri hebat dan setelah dilakukan terapi relaksasi nafas dalam menjadi berkurang, 10 mengatakan nyeri sedang dan 1 nyeri ringan kemudian dibuktikan dari 8 responden nyeri sedang setelah dilakukan terapi relaksasi nafas dalam mengalami penurunan nyeri pada 7 orang mengatakan nyeri menjadi ringan dan 1 orang mengatakan dari nyeri sedang menjadi tidak nyeri. Dari hasil tersebut dapat disimpulkan bahwa terapi relaksasi efektif untuk menurunkan nyeri. Implementasi dilakukan berdasarkan SOP selama 3 hari dalam waktu 15 menit.

SIMPULAN

Fraktur adalah kondisi patah tulang sehingga posisi atau bentuknya berubah. Asuhan keperawatan pada kasus post operasi fraktur femur dextra dengan penerapan teknik relaksasi nafas dalam untuk menurunkan nyeri terhadap klien 1 dan 2 di Rumah Sakit Vita Insani Pematangsiantar dapat disimpulkan bahwa hasil pengkajian pada klien 1 dan 2 bahwa klien mengatakan takut bergerak akibat nyeri luka post operasi, nyeri saat bergerak dan sulit tidur, klien tampak meringis, klien tampak lemah. Hasil evaluasi menunjukkan bahwa setelah dilakukan intervensi keperawatan terhadap klien selama 3 hari, didapatkan skal nyeri pada kedua klien mengalami penurunan, dimana klien 1 skala nyeri 8 menjadi 4, klien 2 dari skala 7 menjadi 4. Penerapan yang dilakukan peneliti berhasil karena adanya pengaruh yang dialami klien setelah post operasi fraktur femur dextra.

Penerapan relaksasi nafas dalam yang dilakukan oleh klien 1 dan 2 dapat berpengaruh untuk merilekskan ketegangan otot yang menunjang nyeri, mempertahankan tonus otot dan sendi, membantu mempercepat proses penutupan luka jahitan post operasi dan mengembalikan aktivitas tubuh.

Hasil evaluasi keperawatan yang dilakukan pada Tn. M dengan masalah keperawatan nyeri akut teratasi pada hari ke 3 dan pasien pulang dengan sehat. Hasil evaluasi pada Tn. W dengan masalah keperawatan nyeri akut teratasi pada hari ke 3 dan pasien pulang dengan sehat.

UCAPAN TERIMA KASIH

Terimakasih saya ucapkan kepada seluruh pihak rumah sakit Vita Insani Pematangsiantar khususnya klien, dan seluruh pihak yang telah berkontribusi serta mendukung penuh dalam melakukan penelitian ini.

DAFTAR PUSTAKA

- Clara, A, & Karoline, A. (2021). Epidemiological Profile Of Femur Fractures In Brazil Between 2016 And 2020. *Brazil : Acta Scientiae Anatomica*.
- Estu, S. N. A. and H. and S. J. (2018). Penerapan Teknik Relaksasi Nafas Dalam Dengan Gangguan Pemenuhan Kebutuhan Nyaman Nyri Pasien Post Operasi Fraktur Femure Di Rsud Sleman. *Poltekkes Kemenkes Yogyakarta*.
- Fadila, I. (2022). Kesehatan Muskuloskeletal Patah Tulang (Fraktur. *Hello Health Group*.
- Fitriana, & Fitriyani, N. (2020). *No Asuhan Keperawatan Pada Pasien Fraktur Femur Dalam Pemenuhan Kebutuhan Rasa Aman Dan Nyaman*.
- Hardianto, T, Ayubbana, S, & Inayati, A. (2022). Penerapan Kompres Dingin Terhadap Skala Nyeri Pada Pasien Post Operasi Fraktur. *Jurnal Cendekia Muda*, 2(4).
- Harding, Meara, Greenberg, Hagander, Zurakowski, dan G. (2021). Estimating The Global Incidence Of Femur Fracture From Road Traffic Collisions. *The Journal Of Bone And Joint Surgery : Incorporated*, 97(6).
- Haryanti, R. . (2021). Efektivitas Teknik Relaksasi Bensosn dengan Massage Effleurage. *Jawa Tengah: PT. Naya Expanding Management*.
- Hermanto Rudi, isro'in Laily, N. S. (2020). Studi Kasus : Upaya Penurunan Nyeri Pada Pasien Post Operasi Fraktur Femur. *Jurnal Ilmu Kesehatan Universitas Muhammadiyah Ponorogo*.
- Hidayat Mohamad. (2022). Internal Fixation Pada Fraktur Peri dan Intraartikular Ekstermitas Inferior. *Media Nusa Creative*.
- Jitowiyono Sugeng, K. W. (2018). Asuhan keperawatan Keperawatan Post Operasi. *Jl. Ringroad Selatan, Yogyakarta*.
- Mongan Natasha, S. M. (2023). Penerapan Relaksasi Nafas Dalam Terhadap Tingkat Tingkat Nyeri Pada Pasien Post Operasi Fraktur Di Kamar Operasi RSUD Ibu Fatmawati Soekarno

- Kota Surakarta. *Falkutas Ilmu Kesehatan*.
- PPNI, T. P. S. D. (2017). Standar Diagnosis Keperawatan Indonesia (SDKI). Edisi 1. Jakarta : Dewan Pengurus Pusat Persatuan Perawat Nasional Indonesia.
- PPNI, T. P. S. D. (2018). Standar Intervensi Keperawatan Indonesia (SIKI). Edisi 1. Jakarta : Dewan Pengurus Pusat Persatuan Perawat Nasional Indonesia.
- Prabawa Rachmad, W Massaid, P. I. (2022). Implementasi Terapi Relaksasi Nafas Dalam Untuk Penurunan Nyeri Pada Pasien Fraktur Post Operasi. *Prosiding STIKES Betesdha*, 1(1).
- Pratiwi, A. E. (2020). Asuhan Keperawatan Pada Klien Fraktur Femur Dengan Masalah Nyeri. *STIKes Insan Cendekia Medika Jombang*.
- Rahmat Akmal, Hamdani Dadi, G. A. (2023). Terapi Relaksasi Pernafasan Dalam Untuk Mengurangi Rasa Sakit Pada Klien dengan Fraktur Femur. *Indogenius*, 2(3).
- Rekam Medis Rumah Sakit Vita Insani Pematangsiantar. (2024). *Data penyakit di Rumah Sakit Vita Insani Pematang Siantar tahun 2021-2023*.
- Riset Kesehatan Dasar. (2018). Laporan Nasional Riskesdas 2018. Badan Penelitian Dan Pengembangan Kesehatan.
- Saputra, Tresna, D. (2021). Asuhan Keperawatan Nyeri Akut Pada Pasien Dengan Close Fraktur Di IGD RUPHS Sanglah.
- Sridarmayanti Ni, R. N. (2023). Pengaruh Teknik Relaksasi Nafas Dalam Terhadap Penurunan Nyeri Post-Operatif Pada Pasien Fraktur : A LIERATURE REVIEW. *Community of Publishing in Nursing (COPING)*, 11(3).
- Supardi, S., R. (2016). Buku Ajar Metodologi Riset Keperawatan. Jakarta : Timur, Cv Trans Info Media.
- World Health Organization. (2022). *musculoskeletal health*.
- Z, N. (2016). Buku Ajar Gangguan Muskuloskeletal. Jakarta : Salemba Medika.