

**TEKNIK RELAKSASI NAFAS DALAM PADA SKALA NYERI PADA SAAT
PEMASANGAN INFUS DI RUMAH SAKIT TK. II MOH RIDWAN MEURAKSA****Achmad Bintang Dwi Prastiyo¹, Sahrudi^{2*}**¹⁻²Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan Abdi Nusantara Jakarta

Email Korespondensi: achmadbintang66@gmail.com

Disubmit: 20 Juni 2023

Diterima: 06 Agustus 2023

Diterbitkan: 01 Januari 2024

Doi: <https://doi.org/10.33024/mnj.v6i1.10593>**ABSTRAK**

Nyeri adalah masalah kesehatan dunia diperkirakan setiap tahun 20% populasi dunia mengalami nyeri dan setengahnya adalah nyeri kronis. Di Amerika, nyeri merupakan alasan utama yang membuat orang datang mencari pusat pelayanan kesehatan. Berdasarkan penelitian di Amerika tahun 2012, terdapat sebanyak 86,6 juta orang dewasa mengalami nyeri akut setiap hari dan 25,5 juta memiliki nyeri kronis. Di Indonesia belum ada penelitian skala besar yang membahas prevalensi dan kualitas semua jenis nyeri. Indonesia juga belum memiliki parameter praktis untuk menilai nyeri, tingkat kenyamanan pasien dan efek nyeri terhadap kualitas hidup rakyat Indonesia (Kemenkes, 2022). Untuk dapat mengetahui teknik relaksasi nafas dalam pada skala nyeri terhadap pemasangan infus di instalasi gawat darurat di RS TK II Moh Ridwan Meuraksa pada tanggal 29 Mei - 2 Juni 2023. Jenis penelitian ini menggunakan penelitian deskriptif analitik yang bertujuan untuk menggambarkan secara sistematis dan faktual tentang fakta-fakta serta hubungan antar variabel yang diselidiki dengan cara mengumpulkan data, mengolah data, menganalisis data, dan menginterpretasi data dalam pengujian hipotesis statistik. Dari hasil pengolahan data diatas, diketahui bahwa nilai *sig Kolmogrov-Smirnov* nilai *Pre Test* 0,04 dan nilai *Post Test* 0,000 dimana nilai tersebut lebih besar >0,05, maka dapat disimpulkan bahwa data tersebut terdistribusi normal. Berdasarkan dari kesimpulan pada penelitian ini bahwa ada pengaruh yang signifikan antara teknik relaksasi nafas dalam pada skala nyeri terhadap pemasangan infus di RS TK II Moh Ridwan Meuraksa pada tanggal 29 Mei - 2 Juni tahun 2023.

Kata Kunci: Skala Nyeri, Teknik Relaksasi Nafas Dalam, IGD**ABSTRACT**

Pain is a world health proble, it is estimated that every year 20% of the worlds population experiences pain and half of it is chronic pain. In America, pain is the main reason that makes people come to seek health care centers. Based on research in Amerika in 2012, there were 86,6 million adults who experiences acute pain every day and 25,5 milion have chronic pain. In Indonesia, there are no large-scale studies that discuss the prevalence and quality of all types of pain. Indonesia also does not yet have practical parameters for assessing pain, the level of patient comfort and the effect of pain on the quality of life of the Indonesian people (Ministry of Health, 2022). To be able to find out deep breathing relaxation techniques on the pain scale for infusion in the emergency

room at TK II Moh Ridwan Meuraksa Hospital on 29 may - 2 june 2023. This type of reseacrh uses descriptive analytic research which aims to describe systematically and factually about the fact and relationships between variables investigated by collecting data, processing data, analyzing data, and interpreting data in statistical hypothesis testing. From the results of the data processing above, it is known that the Kolmogrov - Smirnov sig value is 0,04 in pre test and 0,000 in post test where the value is $>0,05$, so it can be concluded that the data is normally distributed. Based on the conclusions in this study that there is a significant effect of deep breathing relaxation techniques on the pain scale on infusion at TK II Moh Ridwan Meuraksa on 29 May - 2 June 2023.

Keywords: Pain Scale, Deep Breathing Relaxation Technique, ER.

PENDAHULUAN

Nyeri adalah masalah kesehatan dunia diperkirakan setiap tahun 20% populasi dunia mengalami nyeri dan setengahnya adalah nyeri kronis. Di Amerika, nyeri merupakan alasan utama yang membuat orang datang mencari pusat pelayanan kesehatan. Berdasarkan penelitian di Amerika tahun 2012, terdapat sebanyak 86,6 juta orang dewasa yang mengalami nyeri akut setiap hari dan 25,5 juta memiliki nyeri kronis. (Kemenkes, 2022). Kesehatan sangat penting bagi kehidupan manusia. Oleh karena itu, sebagai petugas kesehatan, khususnya perawat, memiliki tanggung jawab meningkatkan keterampilan dalam memberikan pelayanan dengan baik. Nyeri merupakan pengalaman yang kompleks dan dipengaruhi oleh interaksi emosi, perilaku, kognitif, faktor sensori fisiologi. Nyeri sebagai sautu sensori subjektuf dan pengalaman emosional yang tidak menyenangkan berkaitan dengan kerusakan jaringan aktual atau potensial.

Menurut LeeMone dkk (2016) nyeri adalah pengalaman sensorik dan emosional yang tidak menyenangkan yang di dapat terkait dengan kerusakan jaringan aktual atau potensial atau menggambarkan kondisi terjadinya kerusakan.

Beberapa peneliti telah menunjukkan bahwa relaksasi nafas

dalam sangat efektif untuk menurunkan rasa nyeri. Menurut Perry & Potter (2017), teknik relaksasi merupakan kebebasan mental dan fisik dari ketegangan dan stress. Teknik relaksasi memberikan individu kontrol diri ketika terjadi rasa tidak nyaman atau nyeri, stress fisik dan emosi pada nyeri. Teknik ini dapat digunakan saat individu dalam keadaan sehat atau sakit. Teknik relaksasi tersebut merupakan upaya pencegahan untuk membantu tubuh agar segar kembali dan bergenerasi setiap hari dan merupakan alternatif terhadap alkohol, merokok atau makan berlebihan.

Relaksasi yaitu tindakan mengurangi nyeri dengan merelaksasikan otot, teknik ini berguna untuk memberikan penurunan skala nyeri (Suhartini, 2013). Teknik ini berguna untuk menekan nyeri di thalamus lalu ke korteks serebri sebagai pusat nyeri, saat melakukan teknik nafas dalam harus di suasana yang nyaman, tenang serta rileks agar tujuan dari teknik ini tercapai.

Teknik relaksasi nafas dalam merupakan suatu bentuk asuhan keperawatan, hal ini perawat mengajarkan kepada pasien bagaimana cara melakukan nafas dalam, nafas lambat dan perlahan, selain dapat menurunkan intensitas nyeri, teknik ini dapat meningkatkan

ventilasi paru, meningkatkan oksigenasi darah.

Pemasangan infus adalah tindakan yang sering ditemukan dirumah sakit, tindakan ini akan menimbulkan rasa nyeri. Salah satu tindakan nonfarmakologi yang dapat mengurangi rasa nyeri adalah teknik relaksasi nafas dalam.

TINJAUAN PUSTAKA

Teknik relaksasi nafas dalam merupakan tindakan untuk membebaskan mental dan fisik dari ketegangan dan stress sehingga dapat meningkatkan toleransi terhadap nyeri (Prasetyo, 2010). Relaksasi nafas dalam adalah pernafasan abdomen dengan frekuensi lambat atau perlahan, berirama, dan nyaman dilakukan dengan memejamkan mata. Setelah dilakukan teknik relaksasi nafas dalam terhadap hormon yang dihasilkan yaitu hormon adrenalin dan hormon kortison. Kadar PaCO₂ akan meningkat dan menurunkan PH, sehingga akan meningkatkan kadar oksigen dalam darah (Majid, Judha & Istianah, 2011). Teknik relaksasi nafas dalam merupakan bentuk asuhan keperawatan untuk mengajarkan kepada klien bagaimana cara melakukan nafas dalam, nafas lambat dan bagaimana menghembuskan nafas secara perlahan (Arfa, 2013). Langkah - langkah teknik relaksasi nafas dalam menurut (Suwahyu, Sahputra and Fatmadona, 2021) : ciptakan lingkungan yang tenang, usahakan tetap rileks dan tenang, menarik nafas dalam dari hidung dan mengisi paru-paru dengan hitungan 7,3,7 dan perlahan-lahan udara dihembuskan melalui mulut, anjurkan untuk mengulang prosedur hingga nyeri terasa berkurang.

Pemasangan infus merupakan suatu tindakan memasukkan cairan elektrolit, obat, atau nutrisi ke

dalam pembuluh darah vena dalam jumlah dan waktu tertentu dengan menggunakan set infus (Jeli, 2014). Indikasi pemasangan infus yaitu pasien yang mengalami dehidrasi, transfusi dan pasien yang dilakukan tindakan operasi dan pasca bedah dan untuk pasien yang tidak bisa makan atau minum (Hidayati, Ratna, dkk, 2014).

Nyeri adalah mekanisme protektif untuk menimbulkan kesadaran terhadap kenyataan bahwa sedang atau akan terjadi kerusakan jaringan. Karena nilainya bagi kelangsungan hidup, reseptor nyeri, tidak beradaptasi terhadap stimulasi yang berulang. Penyebab nyeri disebabkan karena trauma, mekanik, elektrik, peradangan, gangguan sirkulasi darah dan kelainan pembuluh darah serta yang terakhir adalah trauma psikologis (Handayani, 2015).

METODOLOGI PENELITIAN

Jenis penelitian ini menggunakan penelitian deskriptif analitik yang bertujuan untuk menggambarkan secara sistematis dan faktual tentang fakta-fakta serta hubungan antar variabel yang diselidiki dengan cara mengumpulkan data, mengolah data, menganalisis data, menginterpretasikan data dalam pengujian hipotesis statistik. desain penelitian menggunakan pra experimental design dengan one shot case study. Pra experimental design dengan one shot case study merupakan desain penelitian dimana peneliti hanya melakukan satu kali penelitian.

Penelitian ini akan dilaksanakan di daerah Bekasi, tempatnya di RS MOH. RIDWAN MEURAKSA tanggal 29 mei - 2 juni 2023. Alasan pemilihan tempat penelitian antara lain : Banyaknya masyarakat yang sakit tetapi enggan

ke rumah sakit atau pelayanan kesehatan karena takut di infus

Variabel dalam penelitian ini ada 2 jenis yaitu variabel independent dan variabel dependent. Variabel independent dari penelitian ini adalah teknik relaksasi nafas dalam, variabel dependen dari penelitian ini adalah skala nyeri.

Pengukuran yang dilakukan dalam penelitian ini menggunakan kuesioner, dengan cara memberikan pertanyaan yang berhubungan dengan apa yang dirasakan oleh responden agar dapat memperoleh data dari hasil penelitian.

Populasi adalah wilayah generalisasi yang terdiri atas objek dan subjek yang mempunyai kualitas

dan karakteristik tertentu yang diterapkan pada peneliti untuk diteliti lalu dibuat kesimpulannya (Sugiyono, 2018). Populasi dalam penelitian ini adalah masyarakat wilayah Jakarta Timur yaitu pasien yang mengalami nyeri saat pemasangan infus.

Sampel adalah bagian dari jumlah dan karakteristik yang dimiliki oleh populasi tersebut (Sugiyono, 2016). Sampel adalah bagian dari populasi yang menjadi sumber data dalam penelitian. Pada penelitian ini menggunakan teknik total sampling, yaitu teknik pengambilan sampel yang meliputi keseluruhan populasi (Notoatmodjo, 2018). Berikut adalah rumus sampel dalam penelitian ini:

$$n = \frac{N}{1 + Ne^2}$$

n : Jumlah sampel

N : Jumlah Populasi = 60 responden

E : Batas kesalahan maksimal yang ditolerir dalam sampel atau tingkat signifikan adalah 0,05 (5%)

Dalam penelitian ini didapatkan jumlah populasi sejumlah 60 responden, batas kesalahan maksimal didapatkan 0,05 %

$$\begin{aligned} n &= \frac{N}{1 + Ne^2} \\ n &= \frac{60 \text{ responden}}{1 + (60 \times 5\%^2)} \\ n &= \frac{60 \text{ responden}}{1 + (60 \times 0,05^2)} \\ n &= \frac{60 \text{ responden}}{1 + (60 \times 0,0025)} \\ n &= \frac{60 \text{ responden}}{1 + (0,15)} \\ n &= \frac{60 \text{ responden}}{1,15} \\ n &= 52,17 = 52 \end{aligned}$$

Sampel dalam penelitian ini didapatkan sejumlah 52 responden. Adapun **kriteria inklusi**: Kesadaran kompos mentis merupakan hal yang

dibutuhkan dalam proses pengumpulan data, responden menjawab pertanyaan dalam kuesioner dengan yang dilakukan

sehari-hari, Bersedia menjadi responden penelitian. Dalam proses penelitian ini penting guna memberikan kebebasan kepada masyarakat dalam menentukan bersedia atau tidak untuk ikut menjadi responden dalam penelitian ini, Masyarakat yang mengalami nyeri ketika dilakukan pemasangan infus

Kriteria Eksklusi : Sudah terpenuhinya sampel, Menggunakan teknik relaksasi nafas dalam ketika sedang merasakan nyeri saat pemasangan infus, Responden yang merasakan nyeri saat pemasangan infus

Data yang digunakan dalam penelitian adalah data primer dan data sekunder. Data primer diperoleh dengan memakai alat ukur kuesioner. Karakteristik responden pada penelitian ini ialah usia, jenis kelamin, pendidikan, sumber informasi, pengalaman, dan lembar observasi terdiri dari skala nyeri. Sedangkan data sekunder ialah data tambahan yang sudah dikumpulkan secara langsung atau tidak langsung oleh peneliti. Dalam pengambilan data primer, peneliti memperkenalkan diri terlebih dahulu, setelah itu menjelaskan maksud dan tujuan dalam penelitian ini, kemudian setelah responden bersedia, peneliti akan meminta persetujuan berupa tanda tangan di *informed consent*, setelah responden menandatangani *informed consent*, peneliti meminta responden untuk mengisi kuesioner yang sesuai dengan apa yang responden rasakan. Jenis data yang akan diambil adalah teknik relaksasi nafas dalam terhadap skala nyeri pada pemasangan infus di RS MOH RIDWAN MEURAKSA tanggal 29 mei - 2 juni tahun 2023.

Teknik analisis dalam penelitian ini terdiri dari 2 macam yaitu :

Analisis univariat bertujuan untuk menjelaskan atau mendeskripsikan karakteristik setiap variabel penelitian. Variabel dalam penelitian ini terdiri dari variabel independen dan dependen. Pada umumnya dalam analisis ini hanya menghasilkan distribusi frekuensi persentase dari setiap variabel (Notoadmodjo, 2018). Analisis univariat dalam penelitian ini terdiri dari usia, jenis kelamin, pendidikan, dan skala nyeri.

Analisis bivariat adalah analisis yang dilakukan pada dua jenis variabel yang diduga berhubungan (Notoadmodjo, 2018). Analisis bivariat dalam penelitian ini adalah "Teknik Relaksasi Nafas Dalam Pada Skala Nyeri Terhadap Pemasangan Infus". Hasil dari penelitian ini menggunakan uji statistik dengan hasil p value 0,000 dapat disimpulkan bahwa ada pengaruh teknik relaksasi nafas dalam pada skala nyeri terhadap pemasangan infus.

HASIL PENELITIAN

Proses analisis univariat dilakukan terhadap setiap variabel dari hasil penelitian dan menghasilkan hubungan dan persentase dari setiap (Notoadmojo, 2018). Pada bagian ini akan membahas terkait karakteristik variabel yang diteliti yaitu usia, jenis kelamin, pendidikan dan pekerjaan. Penelitian dan analisis ini untuk mengetahui frekuensi karakteristik responden yang mengalami nyeri saat pemasangan infus meliputi usia, jenis kelamin, pendidikan dan pekerjaan. Jumlah responden dalam penelitian ini sebanyak 60 responden.

Tabel 1. Distribusi frekuensi berdasarkan jenis kelamin di RS TK II Moh Ridwan Meuraksa

Jenis Kelamin	Frekuensi	Presentase
1. Laki - Laki	31	51,7 %
2. Perempuan	29	48,3 %

Berdasarkan tabel 1 dapat disimpulkan bahwa responden berjenis kelamin laki-laki sebanyak 31 responden dengan presentase 51,7 %, sedangkan responden berjenis kelamin perempuan

sebanyak 29 responden dengan presentase 48,3 % . Hal ini dapat menunjukkan bahwa responden terbanyak dalam penelitian ini adalah responden berjenis kelamin laki-laki.

Tabel 2 Distribusi frekuensi berdasarkan usia di RS TK II Moh Ridwan Meuraksa

Usia	Frekuensi	Presentase
1. 20-30 thn	17	28,3%
2. 30-40 thn	13	21,7%
3. 40-50 thn	9	15,0%
4. 50-60 thn	8	13,3%
5. 60-70 thn	11	18,3%
6. 70-81 thn	2	3,3%
Total	60	100%

Berdasarkan tabel 2 dapat disimpulkan bahwa responden yang berusia 20-30 tahun sebanyak 17 responden dengan presentase 28,3 %. Responden yang berusia 30-40 tahun sebanyak 13 responden dengan presentase 21,7%. Responden yang berusia 40-50 tahun sebanyak 9 responden dengan presentase 15,0. Responden yang berusia 50-60 tahun sebanyak 8

responden dengan presentase 13,3 %. Responden berusia 60-70 tahun sebanyak 11 responden dengan presentase 18,3%. Responden dengan usia 70-81 tahun sebanyak 2 responden dengan presentase 3,3%. Hal ini dapat menunjukkan bahwa responden terbanyak dalam penelitian ini adalah responden yang berusia 20-30 tahun.

Tabel 3 Distribusi frekuensi berdasarkan pendidikan di RS TK II Moh Ridwan Meuraksa

Pendidikan	Frekuensi	Presentase
1. Tidak sekolah	4	6,7 %
2. SD	2	3,3%
3. SMP	12	20,0%
4. SMA	22	36,7%
5. Perguruan Tinggi	20	33,3%
Total	60	100 %

Berdasarkan tabel 3 dapat disimpulkan bahwa responden dengan pendidikan tidak bersekolah sebanyak 4 responden dengan presentase 6,7 %, responden dengan pendidikan sekolah dasar sebanyak 2 responden dengan presentase 3,3 %. Responden dengan pendidikan sekolah menengah pertama sebanyak 12 responden dengan presentase 20,0 %. Responden

dengan pendidikan sekolah menengah atas sebanyak 22 responden dengan presentase 36,7 %. Responden dengan pendidikan perguruan tinggi sebanyak 20 responden dengan presentase 33,3 %. Hal ini dapat disimpulkan bahwa responden terbanyak dalam penelitian ini adalah responden dengan pendidikan sekolah menengah atas.

Tabel 4 Distribusi frekuensi berdasarkan pekerjaan di RS TK II Moh Ridwan Meuraksa

Pekerjaan	Frekuensi	Presentase
1. PNS	19	31,7%
2. Wiraswasta	15	25,0%
3. Buruh	9	15,0%
4. Ibu Rumah Tangga	9	15,0%
5. Lainnya	8	13,3%
Total	60	100%

Berdasarkan tabel 4 dapat disimpulkan bahwa responden dengan pekerjaan PNS sebanyak 19 responden dengan presentase 31,7 %. Responden dengan pekerjaan wiraswasta sebanyak 15 responden dengan presentase 25,0 %. Responden dengan pekerjaan buruh sebanyak 9 responden dengan

presentase 15,0 %. Responden dengan pekerjaan ibu rumah tangga sebanyak 9 responden dengan presentase 15,0 %. Responden dengan pekerjaan lainnya sebanyak 8 responden dengan presentase 13,3 %. Hal ini dapat disimpulkan bahwa responden terbanyak dalam penelitian ini adalah responden

dengan pekerjaan PNS (Pegawai Negeri Sipil).

Uji normalitas bertujuan mengetahui apakah pada variabel dalam model Regresi memiliki distribusi normal atau tidak (Ghozali, 2018). Dalam Penelitian ini dilakukan uji normalitas menggunakan analisis statistik, dengan menggunakan uji *Shapiro-wilk*, dengan dasar pengambilan keputusan, yaitu:

1. Jika nilai Signifikasi (sig.) < 0,05: maka data tidak terdistribusi normal

2. Jika nilai Signifikasi (sig.) > 0,05: maka data terdistribusi normal.

Sebelum melakukan analisis bivariat dilakukan uji normalitas terlebih dahulu dengan pengukuran pre dan post intervensi. Pengujian ini bertujuan untuk menentukan dan mengevaluasi persebaran informasi dalam suatu kumpulan data atau variabel, perlu ditentukan apakah persebaran tersebut mengikuti distribusi normal atau tidak.

Tabel 5 Uji Normalitas

Kelompok	P Value	Hasil
Pre Test	0,004	Berdistribusi tidak normal
Post Test	0,000	Berdistribusi tidak normal

Berdasarkan tabel 5 terlihat bahwa jumlah data pre test dan post test kelompok sebanyak 60 data. Dengan jumlah data sebesar 60, maka untuk menentukan hasil pengujian normalitasnya digunakan nilai Kolmogrov - Smirnov.

Dari hasil pengolahan data diatas, diketahui bahwa nilai sig Kolmogrov- Smirnov nilai pre test 0,04 dan nilai post test sebesar 0,000 dimana nilai tersebut lebih besar >0,05, maka dapat disimpulkan bahwa data tersebut terdistribusi normal.

Uji Paired Sample T test

Hipotesis

H0 : $\mu_1 = \mu_2$, Tidak ada perbedaan yang signifikan antara skor *Pre Test* dengan *Post Test*.

H1 : $\mu_1 \neq \mu_2$, Ada perbedaan yang signifikan antara skor *Pre Test* dan *Post Test*.

Tolak Ho jika :

- Apabila nilai t hitung > t tabel atau nilai -t hitung < -t tabel. Maka tolak Ho
- Apabila nilai signifikan < alpha (0,05), maka tolak Ho

Tabel 6

Kelompok	N	Mean	CI 95%		T Tabel	P Value	
			Lower	Upper			
Pre Test	6	2.88	2.527	-	-	16.197	0,000
	0	3					

Post	6	17.2	-	3.240	2.661	0,000
Test	0	56			7	

Karena nilai signifikan pada hubungan antara Pre Test dengan Post Test sebesar 0,000 lebih kecil dari 0,05 dan nilai t hitung sebesar 16.197 serta nilai t tabel sebesar 2.6617 (dengan df = 59 diperoleh dari t tabel sebesar 16.197). melihat nilai signifikan 0,000 yang lebih kecil dari alpha 0,05 dan nilai t hitung

(16.197) < t tabel (2.667) maka dapat diambil keputusan bahwa hasil pengujian adalah tolak H₀. Berdasarkan hasil pengujian dapat disimpulkan bahwa ada pengaruh yang signifikan atau ada perbedaan yang signifikan antara skor Pre Test dan skor Post Test pada penelitian ini.

PEMBAHASAN

Dari data yang tertera pada tabel 1 dapat disimpulkan bahwa terdapat 31 responden dengan presentase 51,7 % berjenis kelamin laki-laki, sedangkan sebanyak 29 responden dengan presentase 48,3% berjenis kelamin perempuan. Dari informasi tersebut dapat menjelaskan bahwa mayoritas responden dalam penelitian ini adalah responden dengan jenis kelamin laki-laki.

Dari data yang tertera pada tabel 2 dapat disimpulkan bahwa terdapat 17 responden dengan presentase 28,3 % responden yang berusia 20-30 tahun. Sedangkan sebanyak 13 responden dengan presentase 21,7 % merupakan responden yang berusia 30-40 tahun. Responden yang berusia 40-50 tahun sebanyak 9 responden dengan presentase 15,0%. Responden dengan usia 50-60 tahun sebanyak 8 responden dengan presentase 13,3%. Responden yang berusia 60-70 tahun sebanyak 11 responden dengan presentase 18,3%. Responden dengan usia 70-81 tahun sebanyak 2 responden dengan presentase 3,3%. Dapat disimpulkan bahwa mayoritas responden dalam penelitian ini adalah responden yang berusia 20-30 tahun.

Dari data yang tertera pada tabel 3 dapat disimpulkan bahwa terdapat 4 responden dengan

presentase 6,7% adalah responden yang tidak sekolah. 2 responden dengan presentase 3,3% adalah responden dengan pendidikan sekolah dasar. 12 responden dengan presentase 20,0% adalah responden dengan pendidikan sekolah menengah pertama (SMP). 22 responden dengan presentase 36,7% adalah responden dengan pendidikan sekolah menengah atas (SMA). 20 responden dengan presentase 33,3% adalah responden dengan pendidikan perguruan tinggi. Dari informasi tersebut dapat disimpulkan bahwa mayoritas responden dalam penelitian ini adalah responden dengan pendidikan sekolah menengah atas (SMA).

Sekolah menengah atas adalah salah satu bentuk pendidikan formal yang menyelenggarakan pendidikan umum pada jenjang pendidikan menengah sebagai lanjutan dari SMP, MTS atau bentuk lain sederajat.

Dari data yang tertera pada tabel 4 dapat disimpulkan bahwa terdapat 19 responden dengan presentase 31,7 % dengan pekerjaan pegawai negeri sipil (PNS). 15 responden dengan presentase 25,0% adalah responden dengan pekerjaan wiraswasta. 9 responden dengan presentase 15,0% adalah responden dengan pekerjaan sebagai buruh. 9 responden dengan presentase 15,0% adalah responden dengan pekerjaan

ibu rumah tangga. Dan 8 responden dengan presentase 13,3 % adalah responden dengan pekerjaan lainnya. Dari informasi tersebut dapat disimpulkan bahwa mayoritas dalam penelitian ini adalah responden dengan pekerjaan pegawai negeri sipil (PNS).

Pegawai negeri sipil (PNS) adalah warga negara republik indonesia yang telah memenuhi syarat, ditentukan, diangkat dan memiliki nomer induk pegawai secara nasional oleh pejabat pembina kepegawaian serta mendapatkan mandat tugas dalam suatu jabatan negeri atau tugas negara lainnya yang kemudian disebut sebagai aparatur sipil negara (ASN).

Pengaruh Teknik Relaksasi Nafas Dalam Pada Skala Nyeri Terhadap Pemasangan Infus

Berdasarkan hasil uji stastitik pada penelitian ini terungkap bahwa P value adalah (0,000) lebih kecil dari a (0,05). Oleh karena itu dapat disimpulkan bahwa H_a diterima dan H_0 ditolak yang berarti ada pengaruh yang signifikan pada teknik relaksasi nafas dalam pada skala nyeri terhadap pemasangan infus yang dilakukan kepada responden.

Menurut penelitian yang dilakukan oleh Hastomo Muhammad Tri dan Bambang suryadi (2017) yang berjudul teknik telaksasi nafas dalam terhadap skala nyeri pada saat pemasangan infus di instalasi gawat darurat bahwa nyeri merupakan kejadian ketidnyamanan yang dalam perkembangannya akan mempengaruhi berbagai komponen dalam tubuh. Efek nyeri dapat berpengaruh terhadap fisik, perilaku dan pengaruh pada aktivitas sehari-hari. Metode untuk mengurangi nyeri dasarnya dikategorikan menjadi dua yaitu farmakologi dan nonfarmakologi. Farmakologi

termasuk program terapi obat-obatan yang dapat mengurangi nyeri, sedangkan non farmakologi meliputi teknik relaksasi nafas dalam, distraksi, hipnosis diri, biofeedback dapat mengurangi persepsi nyeri, stimulus kutaneus.

Menurut penelitian Rini setya puji dan magdalena (2023) menyatakan bahwa nyeri dapat didefinisikan sebagai suatu pengalaman sensori dan emosional yang tidak menyenangkan yang diakibatkan oleh adanya kerusakan jaringan yang jelas cenderung rusak atau sesuatu yang tergambaran seperti yang dialami. Dari hasil penelitian pada uji statistik menyatakan bahwa nilai P value (0,002) yang dapat disimpulkan bawa ada pengaruh teknik relaksasi nafas dalam terhadap skala nyeri pada pemasangan infus.

Intensitas nyeri yang dirasakan oleh penderita dapat dilakukan dengan berbagai cara yang dipakai untuk mengukur derajat nyeri. Cara yang sederhana dengan menentukan derajat nyeri secara kualitatif yaitu nyeri ringan merupakan nyeri yang hilang timbul, terutama sewaktu melakukan aktivitas sehari-hari dan hilang pada waktu tidur. Nyeri sedang adalah nyeri terus menerus, aktivitas terganggu yang hanya hilang apabila penderita tidur. Nyeri berat merupakan nyeri yang berlangsung terus menerus sepanjang hari, penderita tidak dapat tidur atau sering terjaga oleh gangguan rasa nyeri sewaktu tidur (Mardana, I Kadek Riyandi Pranadiva, 2021).

Bentuk strategi manajemen nyeri yaitu teknik relaksasi nafas dalam yang merupakan kebebasan mental dan fisik dari ketegangan dan stress. Teknik relaksasi memberikan individu kontrol diri ketika terjadi rasa tidak nyaman atau nyeri, stress fisik dan emosi pada nyeri.

Pemasangan infus dapat digunakan untuk berbagai tujuan seperti untuk membantu pemasukan cairan bagi pasien yang mengalami dehidrasi, tidak sadar atau tidak dapat menelan, selain itu infus juga berfungsi sebagai sarana memasukkan nutrisi atau elektrolit untuk memperbaiki gangguan keseimbangan asam basa tubuh sebagai sarana transfusi dan salah satu cara memasukkan obat ke dalam tubuh.

Menurut saya, tehnik relaksasi nafas dalam adalah tindakan yang dapat mengurangi rasa nyeri, membuat pasien menjadi rileks, dan nyaman. Nyeri merupakan rasa sakit yang dialami oleh seseorang yang membuat tidak nyaman. Serta pemasangan infus merupakan tindakan yang sering dilakukan saat di Rumah Sakit, tujuan dari pemasangan infus adalah mencegah dehidrasi, menjaga keseimbangan cairan, dan elektrolit.

KESIMPULAN

Nyeri merupakan manifestasi dari sebuah proses patologis. Gejala ini memiliki berbagai penyebab mulai dari kondisi yang relatif jinak hingga cedera akut, iskemia miokard, perubahan degeneratif atau keganasan.

Teknik relaksasi nafas dalam adalah salah satu metode relaksasi yang dilakukan dengan cara mengatur pola napas guna mengurangi ketegangan otot, rasa jenuh, dan kecemasan sehingga mencegah stimulasi nyeri pada tubuh.

Pemasangan infus salah satu cara atau bagian dari pengobatan untuk memasukkan obat atau vitamin ke dalam tubuh pasien

Jumlah responden dalam penelitian ini sebanyak 60 responden

Hasil penelitian dapat disimpulkan bahwa responden

berjenis kelamin laki-laki sebanyak 31 responden dengan presentase 51,7 %, sedangkan responden berjenis kelamin perempuan sebanyak 29 responden dengan presentase 48,3 % . Hal ini dapat menunjukkan bahwa responden terbanyak dalam penelitian ini adalah responden berjenis kelamin laki-laki.

Hasil penelitian dapat disimpulkan bahwa responden yang berusia 20-30 tahun sebanyak 17 reseponden dengan presentase 28,3 %. Responden yang berusia 30-40 tahun sebanyak 13 responden dengan presentase 21,7%. Responden yang berusia 40-50 tahun sebanyak 9 responden dengan presentase 15,0%. Responden yang berusia 50-60 tahun sebanyak 8 responden dengan presentase 13,3 %. Responden berusia 60-70 tahun sebanyak 11 responden dengan presentase 18,3%. Responden dengan usia 70-81 tahun sebanyak 2 responden dengan presentase 3,3%. Hal ini dapat menunjukkan bahwa responden terbanyak dalam penelitian ini adalah responden yang berusia 20-30 tahun.

Hasil penelitian dapat disimpulkan bahwa responden dengan pendidikan tidak bersekolah sebanyak 4 responden dengan presentase 6,7 %, responden dengan pendidikan sekolah dasar sebanyak 2 responden dengan presentase 3,3 %. Responden dengan pendidikan sekolah menengah pertama sebanyak 12 responden dengan presentase 20,0 %. Responden dengan pendidikan sekolah menengah atas sebanyak 22 responden dengan presentase 36,7 %. Responden dengan pendidikan perguruan tinggi sebanyak 20 responden dengan presentase 33,3 %. Hal ini dapat disimpulkan bahwa responden terbanyak dalam penelitian ini adalah responden dengan pendidikan sekolah

menengah atas. dapat disimpulkan bahwa responden dengan pekerjaan PNS sebanyak 19 responden dengan presentase 31,7 %. Responden dengan pekerjaan wiraswasta sebanyak 15 responden dengan presentase 25,0 %. Responden dengan pekerjaan buruh sebanyak 9 responden dengan presentase 15,0 %. Responden dengan pekerjaan ibu rumah tangga sebanyak 9 responden dengan presentase 15,0 %. Responden dengan pekerjaan lainnya sebanyak 8 responden dengan presentase 13,3 %. Hal ini dapat disimpulkan bahwa responden terbanyak dalam penelitian ini adalah responden dengan pekerjaan PNS (Pegawai Negeri Sipil).

Dari hasil penelitian yang telah dilaksanakan bahwa diketahui adanya pengaruh teknik relaksasi nafas dalam pada skala nyeri terhadap pemasangan infus dengan nilai P value 0,000

Dari hasil nilai sig Kolmogrov-Smirnov nilai pre test 0,04 dan nilai post test sebesar 0,000 dimana nilai tersebut lebih besar > 0,05

Hasil analisis menggunakan uji paired sample T test bahwa nilai signifikan pada hubungan antara Pre Test dengan Post Test sebesar 0,000 lebih kecil dari 0,05 dan nilai t hitung sebesar 16.197 serta nilai t tabel sebesar 2.6617 (dengan df = 59 diperoleh dari t tabel sebesar 16.197). melihat nilai signifikan 0,000 yang lebih kecil dari alpha 0,05 dan nilai t hitung (16.197) < t tabel (2.667) maka dapat diambil keputusan bahwa hasil pengujian adalah tolak H₀. Berdasarkan hasil pengujian dapat disimpulkan bahwa ada pengaruh yang signifikan atau ada perbedaan yang signifikan antara skor Pre Test dan skor Post Test pada penelitian ini.

Berdasarkan dari kesimpulan pada penelitian ini bahwa ada pengaruh yang signifikan antara teknik relaksasi nafas dalam pada

skala nyeri terhadap pemasangan infus di RS TK II Moh Ridwan Meuraksa tanggal 29 mei - 2 juni - 2 juni tahun 2023.

DAFTAR PUSTAKA

- Abna Hidayati, M.Zaim, Kasman Rukun, Darmansyah. (2014). *The Development Of Character Education Curriculum For Elementary Student In West Sumatera*. Padang State University. . *International Journal of Education and Research*. Vol. 2, No. 6, June 2014.
- Agustina, D., Pramudianto, A., Novitasari. (2022). Implementasi Batuk Efektif Pada Pasien Pneumonia Dengan Masalah Gangguan Oksigenasi. *Jurnal Keperawatan Merdeka (JKM)*.
- Aini Lela, Reza Reskita. (2018). Pengaruh Teknik Relaksasi Nafas Dalam Terhadap Penurunan Nyeri Pada Pasien Fraktur. *Jurnal Kesehatan : Volume 9 Nomor 2, Agustus 2018*.
- Arfa, M. (2013). Pengaruh Teknik Relaksasi Nafas Dalam Terhadap Penurunan Nyeri Pada Pasien Post Operasi Appendisit Di Ruang Bedah RSUD Prof Dr. Hi Aloei Saboe Kota Gorontalo, Tesis. Universitas Negeri Gorontalo.
- Eriyani, T., Shalahuddin, I., & Maulana, I. (2018). Hubungan Pengetahuan Prosedur Pemasangan Infus Dengan Kecemasan Orang Tua Terhadap Anak. *Jurnal Asuhan Ibu Dan Anak : Jaia 2018 : 3 (1) : 29-35*.
- Fauzia Neila, Risna. (2020). Tingkat kepatuhan perawat dalam melaksanakan standar operasional prosedur

- pemasangan infus. *Jurnal real riset* : Vol 2 no 2, januari 2020, ISSN : 2685-1024.
- Handayani, S. (2015). Pengaruh Mobilisasi Dini Terhadap Intensitas Nyeri Post Sectio Caesarea Di RSUD dr Moewardi.
- Hastomo Muhammad Tri, Bambang Suryadi. (2017). Teknik relaksasi nafas dalam terhadap skala nyeri pada saat pemasangan infus di instalasi gawat darurat.. *jurnal ilmiah ilmu keperawatan indonesia*.
- Heru Pramono dan Arif Ashari. (2014). *Geomorfologi Dasar*. Fakultas Ilmu Sosial dan Ekonomi: UNY.
- I Kadek Riyandi Pranadiva Mardana & Tjahya Aryasa. (2017). *Penilaian Nyeri*,. F. Ked. Universitas Udayana.
- Jamal Fachrul, Teuku Dede Andika, Eka Adhiany. (2022). *Penilaian dan modalitas tatalaksana nyeri*. *Jurnal kedokteran naggroe medika* : ISSN, 2615-3874.
- Kementerian Kesehatan RI. (2022). *Teknik Relaksasi Nafas Dalam*. Jakarta : Kemenkes RI.
- LeMone, Burke, & Bauldoff. (2016). *Keperawatan Medikal Bedah*, Alih bahasa. Jakarta: EGC.
- Majid A, Judha M & Istianah U. (2011). *Keperawatan Perioperatif*. Yogyakarta: Gosyen Publishing.
- Notoadmojo, Soekidjo. (2018). *Metodologi Penelitian Kesehatan*. Jakarta : Rineka Cipta
- Nursalam. (2015). *Manajemen Keperawatan: Aplikasi dalam Praktik Keperawatan Profesional Edisi 5*. Jakarta; Penerbit Salemba Medika
- Nursalam. (2015). *Metodologi Penelitian Ilmu Keperawatan: Pendekatan Praktis Edisi 4*. Jakarta; Penerbit Salemba Medika.
- Perry & Potter. (2017). *Fundamental of nursing*. Ninth edition. USA. ISBN : 978-0-323-32740-4.
- Prasetyo.(2010). *Konsep Dan Proses Keperawatan Nyeri*. Yogyakarta: Graha Ilmu.
- Puji Setya Rini, Mardalena. (2023). *Pengaruh Teknik Relaksasi Nafas Dalam Terhadap Skala Nyeri Pada Pasien Pemasangan Infus Intravena*. *Jika : Jurnal Inspirasi Kesehatan*: Vol. 1 No. 1 Maret 2023.
- Rasubala, G., F., Kumaat., Lucky, T., & Mulyadi. (2017). *Pengaruh Teknik Relaksasi Benson Terhadap Skala Nyeri Pada Pasien Post Operasi Di RSUP*. Prof. Dr. R.D.Kandou Dan RS TK.III. R.W. Mongisidi Teling Manad. *Journal. PSIK*. Universitas Sam Ratulangi Manado.
- Simanullang, Rostime Hermayerni, Julahir Hodmatua Siregar. (2020). *Teknik Relaksasi Menurunkan Stress Pada Penyakit Kronis*. Yogyakarta : Deepublish Publisher.
- Sugiyono. (2018). *Metode Penelitian Kombinasi (Mixed Methods)*. Bandung : CV Alfabeta.
- Suwahyu, Romy., Sahputra, Eka. Roni & Fatmadona, Rika. (2021). *Systemtic Review: Penurunan Nyeri Pada Pasien Pasca Operasi Fraktur Melalui Penggunaan Teknik Napas Dalam*. *Jurnal Ilmiah Permas: Jurnal Ilmiah STIKES Kendal* Volume 11 No 1, Hal 193-206.
- Wianti & Karimah. (2018). *Perbedaan Efektivitas Teknik Relaksasi Nafas Dalam Dan Kompres Hangat Dalam Penurunan Nyeri Dysmenorrhea*. *Jurnal Keperawatan Silampari (JKS)* , 2 (1), 315-329.