

PENGARUH RELAKSASI NAFAS DALAM DENGAN MENIUP BALON TERHADAP
INTENSITAS NYERI *POST SECTIO CAESAREA* DI RSIA SITI HAWA PADANG



FAKULTAS KEDOKTERAN
UNIVERSITAS ANDALAS
PADANG
2018

EFFECT OF DEEP BREATH RELAXATION WITH BLOWING THE BALLOON IN INTENSITY OF POST CAESAREAN SECTION PAIN IN RSIA SITI HAWA PADANG

**By
Ulfah Latifah**

ABSTRACT

Post caesarean section patient experience pain due to surgical intervention. Pain can be reduced by pain management on pharmacological and non-pharmacological treatments. The Deep Breathing Relaxation is non-pharmacological modalities can reduce the intensity of postoperative pain. Recent studies have indicated deep breathing relaxation with distraction method can reduce of post caesarean section pain. The aims of this study to determine the effect of deep breathing relaxation by blowing the balloon in intensity of post caesarean section pain in RSIA Siti Hawa Padang.

A quasi experiment study with pre-posttest control group design were conducted to compare 32 sampels, consisting of 16 in intervention group and 16 in control group. Sampling techniques using consecutive sampling with Paired Sample T-Test and Independent Sample T-Test for bivariat analysis. Data were collected prospectively in February until March in 2018.

The frequencies of post caesarean section pain were 81,25% in moderate pain. Bivariat analysis result show there are significant difference comparing pain intensity before and after deep breathing relaxation by blowing the balloon in intervention group and control group (P value = 0,000). It can be concluded those deep breathing relaxation by blowing the balloon effective in reducing pain intensity after caesarean section.

Keywords: Deep Breathing Relaxation, Pain, Caesarean Section

PENGARUH RELAKSASI NAFAS DALAM DENGAN MENIUP BALON TERHADAP INTENSITAS NYERI *POST SECTIO CAESAREA* DI RSIA SITI HAWA PADANG

**Oleh
Ulfah Latifah**

ABSTRAK

Pasien yang menjalani prosedur *sectio caesarea* akan mengalami nyeri akibat intervensi pembedahan. Nyeri dapat dikurangi melalui manajemen nyeri secara farmakologis dan non-farmakologis. Relaksasi Nafas Dalam merupakan modalitas non-farmakologis yang dapat mengurangi intensitas nyeri *post* operasi. Penelitian sebelumnya menyatakan relaksasi nafas dalam dengan metode distraksi dapat menurunkan nyeri *post sectio caesarea*. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui pengaruh relaksasi nafas dalam dengan meniup balon terhadap intensitas nyeri *post sectio caesarea* di RSIA Siti Hawa Padang.

Penelitian ini menggunakan desain *quasi experiment* dengan rancangan *pre-posttest with control group*. Sampel berjumlah 32 orang yang terdiri atas 16 pada kelompok intervensi dan 16 pada kelompok kontrol. Pengambilan sampel menggunakan teknik *consecutive sampling*. Analisis data menggunakan analisis univariat dan bivariat dengan uji *Paired Sample T-Test* dan uji *Independent Sample T-Test*. Pengumpulan data dilakukan secara prospektif pada bulan Februari s/d Maret 2018.

Hasil univariat didapatkan distribusi frekuensi intensitas nyeri pada kelompok intervensi dan kelompok kontrol dalam rentang nyeri sedang (81,25%). Hasil bivariat menunjukkan terdapat perbedaan yang signifikan antara intensitas nyeri sebelum dan setelah relaksasi nafas dalam dengan meniup balon pada kelompok intervensi dan kelompok kontrol (P value = 0,000). Kesimpulan penelitian ini menunjukkan relaksasi nafas dalam dengan meniup balon efektif menurunkan intensitas nyeri *post sectio caesarea*.

Kata kunci : Relaksasi Nafas Dalam, Nyeri, *Sectio Caesarea*