

PENGARUH TEKNIK RELAKSASI NAFAS DALAM TERHADAP TINGKAT NYERI PADA PASIEN DYSPEPSIA DI GEDUNG H.M. MURAZ LANTAI 3 UOBK RSUD R. SYAMSUDIN S.H KOTA SUKABUMI

Sugihartati N¹
Politeknik Kesehatan Yapkesbi

ABSTRAK

Latar belakang: Kejadian *Dyspepsia* berdasarkan WHO (*World Health Organization*) pada tahun 2019 mencapai 13-40%, kemudian mengalami kenaikan pada tahun 2020 yaitu 40-50%. Di Indonesia kejadian *dyspepsia* menduduki peringkat ke-10 dengan proporsi 1,5% dari 10 jenis penyakit terbesar di Indonesia. di Gedung H.M Muraz Lantai 3 UOBK RSUD R. Syamsudin S.H. Kota Sukabumi kejadian *dyspepsia* pada bulan Januari, Februari dan Maret tahun 2024 masuk di 5 penyakit terbesar dari 189 penyakit. *Dyspepsia* merupakan penyakit yang menimbulkan rasa nyeri pada bagian regio epigastrium. Terapi non farmakologis salah satunya yaitu teknik relaksasi napas dalam.

Tujuan Penelitian: Mengetahui pengaruh teknik relaksasi napas dalam terhadap tingkat nyeri pada pasien *dyspepsia* di Gedung H.M. Muraz Lantai 3 UOBK RSUD R. Syamsudin S.H. Kota Sukabumi.

Metode penelitian: Jenis rancangan penelitian yang digunakan adalah *quasy eksperimental designs* dengan melibatkan kelompok kontrol. Penelitian ini dilakukan di Gedung H.M Muraz Lantai 3 UOBK RSUD R. Syamsudin S.H. Kota Sukabumi pada bulan Juni 2024. Sampel yang digunakan berjumlah 36 sampel yang diambil dengan teknik *non probability sampling* yang digunakan yaitu *teknik consecutive sampling*. Analisis *univariate* disajikan dalam bentuk tabel distribusi frekuensi, sedangkan analisis *bivariate* menggunakan uji T.

Hasil: Hasil analisis statistik diperoleh nilai p-value=0,00. Artinya p-value <0,05. Sehingga dapat disimpulkan bahwa H_0 diterima. Artinya ada pengaruh teknik relaksasi napas dalam terhadap tingkat nyeri pada pasien *dyspepsia* di Gedung H.M. Muraz Lantai 3 UOBK RSUD R. Syamsudin S.H. Kota Sukabumi.

Kata Kunci: *Dyspepsia*, Nyeri, Relaksasi napas dalam.

PENDAHULUAN

Berdasarkan WHO (*World Health Organization*) pada tahun 2019 kejadian *dyspepsia* mencapai 13 - 40% dari total populasi dunia setiap tahun nya. Prevalensi pada tahun 2020 mencapai kenaikan menjadi 40-50% angka kejadian *dyspepsia*. Pada usia 40 tahun sekitar 10 juta jiwa (6,5%) dari total populasi penduduk pada tahun 2020 juga terjadi peningkatan dari 10 juta jiwa (6,5%) menjadi 28 juta jiwa (11,3%) dari keseluruhan penduduk di Indonesia. Hal ini menunjukkan bahwa prevalensi kejadian *dyspepsia* masih cukup tinggi. (Suprpto&Lala 2020).

Di Indonesia kejadian *dyspepsia* pada tahun 2019 menduduki peringkat ke 10 dengan proporsi 1,5% untuk kategori 10 jenis penyakit terbesar pada pasien rawat jalan maupun yang sedang menjalani rawat inap diseluruh Rumah Sakit di Indonesia. (Suprpto&Lala 2020).

Kejadian *dyspepsia* di Gedung H.M. Muraz Lantai 3 UOBK RSUD R.

Syamsudin S.H. Kota Sukabumi pada tahun 2023 tepatnya pada bulan Januari, Februari dan Maret kasus *dyspepsia* ini juga masuk di 5 penyakit terbesar. Berdasarkan observasi dan wawancara pada tanggal 03 Mei 2024 di ruangan H.M Muraz Lantai 3 *Nurse Station 3* terdapat kejadian *dyspepsia* dengan jumlah 15 (60 %) dari 25 pasien yang sedang menjalani perawatan rawat inap.

HASIL PENELITIAN

A. Analisis Univariat

Tujuan dari analisis ini adalah untuk mendeskripsikan karakteristik masing-masing variabel yang diteliti, untuk menyederhanakan atau meringkas kumpulan data hasil pengukuran sehingga kumpulan data tersebut menjadi informatif. Peringkasan tersebut berupa ukuran-ukuran statistik, tabel dan juga grafik:

1. Tingkat Nyeri Pasien DYSPEPSIA Berdasarkan Karakteristik Usia

Tabel 1 . Distribusi frekuensi responden berdasarkan karakteristik usia pada kelompok intervensi

No	Usia	Frekuensi	Presentase
1.	Remaja	2	11.1
2.	Dewasa	7	38.9
3.	Lansia	9	50.0
Total		18	100.0

Berdasarkan tabel 1 diketahui bahwa mayoritas responden dengan tingkat nyeri pada pasien *dyspepsia* berdasarkan karakteristik usia lansia sebanyak 9 responden (50.0%).

2. Tingkat Nyeri Pasien Dyspepsi Berdasarkan Karakteristik Jenis Kelamin

Tabel 2. Distribusi frekuensi responden karakteristik jenis kelamin pada kelompok intervensi

No	Jenis Kelamin	Frekuensi	Presentase
1.	Laki-laki	6	31.6
2.	Perempuan	12	63.2
Jumlah		18	100.0

Berdasarkan tabel 2 diketahui bahwa mayoritas responden dengan tingkat nyeri karakteristik jenis kelamin perempuan pada pasien *dyspepsia* kelompok intervensi sebanyak 12 responden (63.2%).

2. Tingkat Nyeri Pada Pasien Dyspepsia Sebelum Dilakukan Teknik Relaksasi Nafas Dalam Pada Kelompok Intervensi

Tabel 3. Distribusi frekuensi responden berdasarkan tingkat nyeri sebelum dilakukan teknik relaksasi napas dalam pada kelompok intervensi

No	Tingkat Nyeri	Frekuensi	Presentase %
1.	Tidak Nyeri	0	0
2.	Nyeri Ringan	0	0
3.	Nyeri Sedang	14	77.8
4.	Nyeri Berat	4	22.2
5.	Nyeri Sangat Berat	0	0
Jumlah		18	100.0

Berdasarkan tabel 3 diketahui bahwa mayoritas responden dengan tingkat nyeri sedang pada pasien *dyspepsia* sebelum dilakukan relaksasi napas dalam pada kelompok intervensi sebanyak 14 responden (77.8%).

3. Tingkat Nyeri Pada Pasien Dyspepsia Setelah Dilakukan Teknik Relaksasi Nafas Dalam Pada Kelompok Intervensi

Tabel 4. Distribusi frekuensi responden berdasarkan tingkat nyeri setelah dilakukan teknik relaksasi napas dalam pada kelompok intervensi

No	Tingkat Nyeri	Frekuensi	Presentase %
1.	Tidak Nyeri	0	0
2.	Nyeri Ringan	11	61.1
3.	Nyeri Sedang	4	22.2
4.	Nyeri Berat	3	16.7
5.	Nyeri Sangat Berat	0	0
Jumlah		18	100.0

Berdasarkan tabel 4 diketahui bahwa mayoritas responden dengan tingkat nyeri ringan pada pasien *dyspepsia* setelah dilakukan teknik relaksasi napas dalam pada kelompok intervensi sebanyak 11 responden (61.1%).

4. Tingkat Nyeri Pada Pasien Dyspepsia Berdasarkan Karakteristik Usia

Tabel 5. Distribusi frekuensi responden berdasarkan karakteristik usia pada kelompok kontrol

No	Usia	Frekuensi	Presentase
1.	Remaja	3	15.8
2.	Dewasa	8	42.1
3.	Lansia	8	42.1
Total		18	100.0

Berdasarkan tabel 5 diketahui bahwa mayoritas responden dengan tingkat nyeri pada pasien *dyspepsia* berdasarkan karakteristik usia dewasa dan lansia sebanyak 8 responden (42.1%).

5. Tingkat Nyeri Pada Pasien Dyspepsia Berdasarkan Karakteristik Jenis Kelamin

Tabel 6. Distribusi frekuensi responden berdasarkan karakteristik jenis kelamin pada kelompok kontrol

No	Jenis Kelamin	Frekuensi	Presentase
1.	Laki-laki	4	22.2
2.	Perempuan	14	77.8

Jumlah	18	100.0
---------------	-----------	--------------

Berdasarkan tabel 6 diketahui bahwa mayoritas responden dengan tingkat nyeri berdasarkan karakteristik jenis kelamin perempuan pada pasien *dyspepsia* kelompok intervensi sebanyak 14 responden (77.8%).

6. Tingkat Nyeri Pada Pasien Dyspepsia Dengan Pengukuran 1 Dilakukan Pada Kelompok Kontrol

Tabel 7. Distribusi frekuensi responden berdasarkan tingkat nyeri pada pengukuran I (kelompok kontrol)

No	Tingkat Nyeri	Frekuensi	Presentase %
1.	Tidak Nyeri	0	0
2.	Nyeri Ringan	0	0
3.	Nyeri Sedang	18	100.0
4.	Nyeri Berat	0	0
5.	Nyeri Sangat Berat	0	0
Jumlah		18	100.0

Berdasarkan tabel 7 diketahui bahwa mayoritas responden dengan tingkat nyeri sedang pada pasien *dyspepsia* dengan pengukuran I pada kelompok kontrol sebanyak 18 responden (100.0%).

7. Tingkat Nyeri Pada Pasien Dyspepsia Dengan Pengukuran II Dilakukan Pada Kelompok Kontrol

Tabel 7. Distribusi frekuensi responden berdasarkan tingkat nyeri pada pengukuran II (kelompok kontrol)

No	Tingkat Nyeri	Frekuensi	Presentase %
1.	Tidak Nyeri	2	11.1
2.	Nyeri Ringan	11	61.1
3.	Nyeri Sedang	5	26.3
4.	Nyeri Berat	0	0
5.	Nyeri Sangat Berat	0	100.0
Jumlah		18	100.0

Berdasarkan tabel 8 diketahui bahwa mayoritas responden dengan tingkat nyeri ringan pada pasien *dyspepsia* pada pengukuran II pada kelompok kontrol sebanyak 11 responden (61.1%).

B. Analisis Bivariat

Dalam penelitian ini analisis *bivariate* digunakan untuk mengetahui adanya hubungan antara variabel independent (teknik relaksasi napas dalam) dengan variabel dependen (tingkat nyeri pada pasien *dyspepsia*). Bila hasil Analisis ada hubungan, maka penulis anggap bahwa pengaruh relaksasi napas dalam terhadap tingkat nyeri pada pasien *dyspepsia* Di Gedung H.M Muraz Lantai 3 UOBK RSUD R. Syamsusin S.H. Kota Sukabumi pada bulan Juni tahun 2023

1. Pengaruh Teknik Relaksasi Nafas Dalam Terhadap Tingkat Nyeri Pada Pasien Dyspepsia

Tabel 8. Distribusi frekuensi pengaruh teknik relaksasi napas dalam terhadap tingkat nyeri pada pasien *dyspepsia*

		Mean	Std.Deviation	Sig
Paired Samples T-Test	Tingkat Nyeri Sebelum	0,322	0,428	0,00
	Tingkat Nyeri Setelah	0,56	0,784	
	Tingkat Nyeri Sebelum	0,667	0,485	
	Tingkat Nyeri Setelah			

Berdasarkan tabel 8 hasil penelitian kepada 18 pasien *dyspepsia*, didapatkan pada tabel pertama terlihat statistik deskriptif berupa rata-rata dan standar deviasi tingkat nyeri sebelum dan tingkat nyeri setelah dilakukan teknik relaksasi napas dalam. Rata-rata tingkat nyeri sebelum adalah 0,322% dengan standar deviasi 0,428%. Pada tingkat nyeri setelah adalah 0,256% dengan standar deviasi 0,784%.

PEMBAHASAN

Penelitian tentang “Pengaruh Teknik Relaksasi Napas Dalam Terhadap Tingkat Nyeri Pada Pasien *Dyspepsia* di Gedung H.M Muraz Lantai 3 UOBK RSUD R. Syamsudin S.H. Kota Suakbumi” ini dilaksanakan pada tanggal 26-01 Juli 2023. Penelitian ini menggunakan data primer berupa pengkajian tingkat nyeri dan intervensi penerapan teknik relaksasi napas dalam dengan menggunakan lembar observasi dan menggunakan data laporan bulanan UOBK RSUD R. Syamsudin S.H. Kota Sukabumi pada bulan Januari, Februari dan Maret tahun 2023. Dengan mengambil sampel sebanyak 36 sampel dengan melibatkan 18 sampel kelompok intervensi, 18 sampel kelompok kontrol dari 143 populasi dengan menggunakan teknik *teknik consecutive sampling*

SIMPULAN

Tingkat nyeri pada pasien *dyspepsia* sebelum dilakukan teknik relaksasi napas dalam, pada kelompok intervensi tingkat nyeri sedang 14 orang (77.8%) dan tingkat nyeri berat 4 orang (22.2%). Sedangkan pada kelompok kontrol tingkat nyeri sedang 18 orang (100%).

Tingkat nyeri pada pasien *dyspepsia* setelah dilakukan teknik relaksasi napas dalam, pada kelompok intervensi tingkat nyeri ringan 11 orang (61.1%), tingkat nyeri sedang 4 orang (22.2%) dan tingkat nyeri berat 3 orang (16.7%). Sedangkan pada kelompok kontrol tidak nyeri 2 orang (11.1%), tingkat nyeri ringan 11 orang (61.1%) dan tingkat nyeri sedang 5 orang (26.3%).

Ada pengaruh teknik relaksasi napas dalam terhadap tingkat nyeri pada

pasien *dyspepsia* dengan p-value 0,00.

DAFTAR FUSTAKA

- Anggraini Y. Efektifitas teknik relaksasi napas dalam terhadap tekanan darah pada Pasien hipertensi. Universitas Muhammadiyah Tangerang: Jurnal JKFT; 2022.h.42
- Aydede. Teori nyeri. Filsafat dan psikologi; 2017
- Cholifah Siti. Teori nyeri. Universitas Muhammadiyah Sidoarjo; 2020.h.21
- Cordier. Faktor-faktor yang berhubungan dengan kejadian *dyspepsia*. Jurnal kesehatan komunitas Indonesia; 2019.h.257
- Dita dkk. Pengaruh Teknik relaksasi napas dalam terhadap pasien *dyspepsia*; 2018
- Djoningrat. Patofisiologi hubungan antara stress dan kebiasaan makan terhadap kejadian *dyspepsia*. Fakultas kedokteran universitas hasanuddin makasar; 2018
- D Nurhanifah, T.R. Sari. Manajemen nyeri non farmakologi: Urban Green Central Media; 2022
- Elyta, T., Oxyandi, M., & Cahyani. Penerapan teknik relaksasi napas dalam terhadap Penurunan intensitas nyeri pada asuhan keperawatan pada pasien gastritis: Jurnal Kesehatan Ilmiah Multi Sciences; 2021.h.11
- F. Pondaa Tumiwa, R. Musak. Pengaruh teknik relaksasi napas dalam terhadap tingkat nyeri pada pasien sindroma *dyspepsia*. IGD X; 2023.h.358-363
- Herman & Murniati. Jurnal Kesehatan for *dyspepsia*. Akper sandikarsa; 2020
- Linton & Shaw. Dampak factor psikologis dalam pengalaman nyeri. Oxford university press; 2011
- Lusianah, Indaryani Dwi Ery, Suratun. Prosedur keperawatan. DKI Jakarta: Buku kesehatan; 2018 h.42-45
- Masturoh & T Anggita. Teknik sampling desain penelitian: Metode penelitian kesehatan; 2018
- Notoatmodjo. Rancangan penelitian: Metode penelitian Kesehatan; 2018
- Nursalam. Metode penelitian: Jurnal penelitian ilmu keperawatan; 2013
- Nursalam. Jenis-jenis penelitian; 2016.h.33
- Pamungkas Adi Rian, Usman Mayasari Andi. Metodologi riset keperawatan. Jakarta timur: CV. Trans Info Media; 2017.h.28,92,102-105, 118-120
- Potter & Perry. Konsep nyeri; 2011
- PPNI DPP SIKI POKJA TIM, Fadhillah Hanif, Mustikasari, Aprisunadi, Adam Muhamad, Dinarti, Rukmanah Nani dkk. Standart intervensi Keperawatan Indonesia. Jakarta Selatan: Dewan Pengurus Pusat Persatuan Perawat Nasional Indonesia; 2018.h.201
- PPNI DPP SDKI Pokja Tim, Fadhillah Hanif, Mustikasari, Aprisunadi, Dinarti, Adam Muhamad, Rahman Dally dkk. Standar diagnosis keperawatan Indonesia. Jakarta Selatan: Dewan Pengurus Pusat Persatuan Perawat Nasional Indonesia; 2017 h.172-174
- PPNI DPP SDKI Pokja Tim, Fadhillah Hanif, Mustikasari, Aprisunadi, Dinarti, Adam Muhamad, Rahman Dally dkk. Standar diagnosis keperawatan Indonesia. Jakarta Selatan: Dewan Pengurus Pusat Persatuan Perawat Nasional Indonesia; 2017 h.172-174
- Price, Wilson. Patofisiologi edisi 4. Jakarta: EGC
- Sudirman, Akifa Andi. Efektifitas teknik relaksasi napas dalam terhadap penurunan skala nyeri pada pasien *Dyspepsia*. Gorontalo: Jurnal Inovasi Riset Ilmu Kesehatan; 2023.h.138

- Sugiyono, Kerangka konseptual: Jurnal pancabudi; 2014
- Sugiyono. Instrumen *validitas* dan *reabilitas* penelitian. Jurnal pancabudi; 2011
- Sumantri & Akbar. Asuhan keperawatan nyeri akut pada Ny. S dengan dyspepsia. RS Sentra Medika Cikarang; 2022
- Suprpto & Lala. Faktor risiko kejadian *dyspepsia*: Jurnal Kesehatan farmasi politeknik Kesehatan sandi karsa; 2020. h1094
- Tumiwa, Ponda. Pengaruh pemberian teknik relaksasi napas dalam terhadap tingkat nyeri pada pasien sindroma *dyspepsia*. *Gema Wilarodra*; 2023. h359
- Waluyo, S.J & Suminar, S. Pengaruh teknik relaksasi napas dalam terhadap perubahan skala nyeri pasien gastritis. Klinik Mboga Sukoharjoan: Intan Husada Jurnal Keperawatan; 2018 h.31
- Widiatie. Patofisiologi pengaruh teknik relaksasi napas dalam terhadap penurunan nyeri; 2015