

PENERAPAN TEKNIK RELAKSASI NAFAS DALAM DAN MUROTAL DALAM MENURUNKAN SKALA NYERI PADA PASIEN POST URETHROLITHOTOMI

Sahliyah Musyarofah (2018)

Program Studi Diploma III Keperawatan Universitas Islam Sultan Agung Semarang
Ns. Retno Isrovatiningrum M.Kep

ABSTRAK

Latar belakang : Batu Ureter adalah keadaan dimana adanya batu di saluran ureter, karena terjadi adanya penumpukan oksalat, kalkuli pada ureter. Salah satu penanganan batu ureter yaitu dilakukan uretrolitotomi. Akibat dari pembedahan salah satunya adalah nyeri. Salah satu penatalaksanaan dalam mengatasi nyeri secara non farmakologi yaitu teknik relaksasi nafas dalam dan murotal.

Tujuan : Menggambarkan penerapan teknik relaksasi nafas dalam dan murotal dalam menurunkan tingkat nyeri pasien post uretrolitotomi.

Metode : Metode yang digunakan adalah *descriptive study* dengan desain *case study*. Pengumpulan data dilakukan secara wawancara dan observasi. Analisis dan penyajian data secara tekstual yang disertai dengan cuplikan ungkapan verbal dari responden.

Hasil : Setelah dilakukan penerapan teknik relaksasi nafas dalam dan murotal selama 3 hari, pasien mengatakan nyeri dapat berkurang menjadi skala 3.

Simpulan : Penulis memberikan terapi teknik relaksasi nafas dalam dan murotal untuk mengurangi skala nyeri selama 3 hari, sehingga didapatkan hasil yaitu pasien mengatakan nyeri berkurang ditandai dengan pasien mampu mengontrol nyeri, nyeri berkurang dari skala 6 menjadi skala 3, dan pasien menyatakan rasa nyaman setelah nyeri berkurang.

Saran : Menerapkan prosedur teknik tarik nafas dalam dan murotal untuk mengatasi nyeri dengan mempertahankan lingkungan tenang dan menggunakan earphone untuk mendengarkan murotal demi mendapatkan hasil yang maksimal.

Kata kunci: Post uretrolitotomi, nyeri, teknik relaksasi nafas dalam, terapi murotal

APPLICATION OF DEEP BREATHING TECHNIQUE AND WITH MUROTAL TO REDUCE PAIN SCALE IN POST URETHROLITHOTOMI

Sahliyah Musyarofah (2018)

Diploma III Program of Nursing Islamic University of Sultan Agung Semarang
Ns. Retno Isrovatiningrum, M.Kep

ABSTRACT

Background: Urethrolitiasis are a state where stones are in the ureteral tract, due to oxalate buildup, calculi of the ureter. One of ureteral handling is urethrolitotomy. As a result of surgery one of them is pain. One of the management in overcoming pain non-pharmacology is in the form of deep breath relaxation techniques and murotal.

Objective: Describe the application of deep breathing and murotal relaxation techniques in reducing post-urethrolitotomy patient's pain level.

Method: The method used is descriptive study with case study design. The data were collected by interview and observation. Analysis and presentation of textual data accompanied by a snippet of verbal expression from the respondent.

Results: In nursing care of patients with post urethrolitotomy who experience pain, the authors develop a nursing plan using deep breath relaxation techniques and murotal. Implemented for 3x8 hours. Evaluation of pain was reduced from scale 6 to scale 3.

Conclusion: The technique of breath in effective in reducing the intensity of pain in patients post urethrolitotomi.

Suggestion: Apply a deep breath and murotal breathing technique to overcome pain by maintaining a quiet environment and using earphones to listen murotal in order to get maximum results.

Keywords: *Post uretrolitotomi, pain, deep breathing technique, murotal therapy*