

**APPLICATION OF DEEP BREATHING RELAXATION TECHNIQUES
IN POST OP INCISIONAL HERNIA PATIENTS WITH IMPAIRMENT
OF FULFILLING THE NEED FOR COMFORT: PAIN IN
INDRAPRASTHA ROOM 1 RSUP Dr. SARDJITO YOGYAKARTA**

Leni Hapsari¹, Umi Istianah²

^{1,2} Departement of Nursing Yogyakarta Ministry of Health Polytechnic
Jl. Tatabumi No.3 Banyuraden, Gamping, Sleman

Email: lenihapsari23@gmail.com

ABSTRACT

Background: Incisional Hernia is a type of hernia that is due to a failure wall stomach closed Correct after procedure surgery stomach form protrusion defect, sac. Management of incisional hernia sufferers namely one of them action operative, which is done incision on the body so that gives rise to damage network with thereby arise painful *post-op*. Management to reduce possible pain technique deep breathing relaxation. Excess from therapy This is easy done, cheap, or does not need concentration. **Objective:** Able to apply deep breathing relaxation to reduce pain in patients *post-op* incisional hernia in Indraprastha Room 1 RSUP Dr. Sardjito. **Method:** Involved case studies of two patients' *post-op* incisional hernia with engineered SPO instruments deep breathing relaxation. Measurement of pain intensity with *Numeric Rating Scale* (NRS). Deep breathing relaxation technique did once a day and if painful within 5 to 10 minutes of each intervention. **Results:** The nursing problem in the second patients was acute pain related to a physical injuring agent. After intervention with deep breathing relaxation techniques 3 times a day and if pain occurred within 5 to 10 minutes of each intervention, the nursing problem with the pain scale outcome criteria was resolved. **Conclusion:** The application technique of deep breathing relaxation can lower pain in patients *post-op* incisional hernia.

Keywords: Deep breathing relaxation, pain, *post-op* incisional hernia

¹ Nursing Professional Education Student at the Yogyakarta Ministry of Health Polytechnic

² Lecturers in the Nursing Department of the Yogyakarta Ministry of Health Polytechnic

**PENERAPAN TEKNIK RELAKSASI NAPAS DALAM PADA PASIEN
POST OP HERNIA INSISIONAL DENGAN GANGGUAN PEMENUHAN
KEBUTUHAN RASA AMAN NYAMAN: NYERI DI RUANG
INDRAPRASTHA 1 RSUP Dr. SARDJITO YOGYAKARTA**

Leni Hapsari¹, Umi Istianah²

^{1,2} Jurusan Keperawatan Poltekkes Kemenkes Yogyakarta

Jl. Tatabumi No.3 Banyuraden, Gamping, Sleman

Email : lenihapsari23@gmail.com

ABSTRAK

Latar Belakang : Hernia Insisional merupakan salah satu jenis hernia yang karena kegagalan dinding perut menutup dengan benar setelah prosedur bedah perut berupa penonjolan defek, kantung. Penatalaksanaan pada penderita hernia insisional yaitu salah satunya tindakan operatif, yang mana dilakukan sayatan pada tubuh sehingga menimbulkan kerusakan jaringan dengan demikian timbul nyeri *post op*. Manajemen untuk mengurangi nyeri yang dapat dilakukan adalah teknik relaksasi napas dalam. Kelebihan dari terapi ini mudah dilakukan, murah dan tidak membutuhkan konsentrasi tinggi. **Tujuan :** Mampu menerapkan relaksasi napas dalam untuk mengurangi nyeri pada pasien *post op* hernia insisional di Ruang Indraprastha 1 RSUP Dr. Sardjito. **Metode :** Studi kasus yang melibatkan dua pasien *post op* hernia insisional dengan instrumen SPO teknik relaksasi napas dalam. Pengukuran intensitas nyeri dengan *Numeric Rating Scale* (NRS). Teknik relaksasi napas dalam dilakukan 3 kali sehari dan jika nyeri dalam waktu 5-10 menit sekali intervensi. **Hasil :** Masalah keperawatan pada kedua pasien adalah nyeri akut berhubungan dengan agen pencedera fisik, setelah dilakukan intervensi teknik relaksasi napas dalam 3 kali sehari dan jika nyeri timbul dalam waktu 5-10 menit sekali intervensi, masalah keperawatan dengan kriteria hasil skala nyeri teratasi. **Kesimpulan :** Penerapan teknik relaksasi napas dalam dapat menurunkan nyeri pada pasien *post op* hernia insisional.

Kata Kunci : Relaksasi napas dalam, nyeri, *post op* hernia insisional

¹ Mahasiswa Pendidikan Profesi Ners Poltekkes Kemenkes Yogyakarta

² Dosen Jurusan Keperawatan Poltekkes Kemenkes Yogyakarta