

POLITEKNIK KESEHATAN TANJUNGPUR
JURUSAN KEPERAWATAN
PROGRAM STUDI PROFESI NERS
Karya Ilmiah Akhir Ners, Agustus 2023

Susi Susanti

**PENERAPAN TERAPI RELAKSASI NAFAS DALAM PADA PASIEN
CERVICAL SPONDYLOTIC MYELOPATHY POST LAMINECTOMY
DENGAN MASALAH NYERI AKUT DI RSUD AHMAD YANI KOTA
METRO TAHUN 2023**

(xv + 58 halaman, 7 tabel, 1 grafik, 4 gambar, 11 lampiran)

ABSTRAK

Berdasarkan data NHIRD (National Health Insurance Research Database) tercatat 14.140 pasien dirawat di rumah sakit untuk kasus *cervical spondylotic myelopathy*, dengan total 349.500.000 orang per tahun. Salah satu tindakan medis yang dapat dilakukan untuk penyakit *cervical spondylotic myelopathy* adalah pembedahan *laminectomy* yang dimana tindakan ini dapat menimbulkan luka *post* operasi di bagian tubuh pasien yang dilakukan pembedahan sehingga menyebabkan rasa nyeri. Upaya untuk mengatasi nyeri pada pasien *post* operasi *laminectomy* dapat dilakukan dengan pendekatan farmakologi dan non farmakologi salah satunya adalah terapi relaksasi nafas dalam. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui bagaimanakah efektifitas penerapan terapi relaksasi nafas dalam terhadap penurunan skala nyeri pada pasien *cervical spondylotic myelopathy post laminectomy* dengan masalah nyeri akut di RSUD Ahmad Yani Kota Metro Tahun 2023. Desain penelitian adalah studi kasus tunggal dengan sampel penelitian pasien *cervical spondylotic myelopathy post laminectomy*. Skala nyeri diukur dengan menggunakan *numeric rating scale*. Intervensi terapi relaksasi nafas dalam dilakukan 1 kali sehari dengan pengulangan 5-6 siklus selama 7-10 menit. Dari hasil penelitian ini didapatkan bahwa terapi relaksasi nafas dalam ini efektif terhadap penurunan skala nyeri. Hal ini dibuktikan dengan turunnya skala nyeri setelah diberikan intervensi terapi relaksasi nafas dalam dari skala 5 menjadi skala 3. Peneliti menyarankan kepada perawat RSUD Ahmad Yani Kota Metro agar dapat menggunakan terapi relaksasi nafas dalam teknik 4-7-8 ini sebagai salah satu alternatif pendamping terapi farmakologi untuk masalah nyeri pada pasien *post* operasi *laminectomy*.

Kata Kunci : Terapi relaksasi nafas dalam, Nyeri, *Laminectomy*
Daftar Referensi : 28 (2002-2022)

**TANJUNGPURANG HEALTH POLYTECHNIC
NURSING MAJOR
NERS PROFESSIONAL STUDY PROGRAM
Nurses' Final Scientific Work, August 2023**

Susi Susanti

**APPLICATION OF DEEP BREATH RELAXATION THERAPY IN POST
LAMINECTOMY CERVICAL SPONDYLOTIC MYELOPATHY
PATIENTS WITH ACUTE PAIN PROBLEMS AT AHMAD YANI
HOSPITAL METRO CITY YEAR 2023**

(xv + 58 pages, 7 tables, 1 chart, 4 pictures, 11 attachments)

ABSTRACT

Based on NHIRD (National Health Insurance Research Database) data, 14,140 patients were hospitalized for cases of cervical spondylotic myelopathy, with a total of 349,500,000 people per year. One of the medical procedures that can be performed for cervical spondylotic myelopathy is laminectomy surgery where this action can cause postoperative scars in the body parts of patients who have had surgery, causing pain. Efforts to overcome pain in postoperative laminectomy patients can be carried out with pharmacological and non-pharmacological approaches, one of which is deep breathing relaxation therapy. This study aims to find out how effective the application of deep breathing relaxation therapy is to reduce pain scale in cervical spondylotic myelopathy post laminectomy patients with acute pain problems at Ahmad Yani General Hospital, Metro City in 2023. The research design is a single case study with a sample of post cervical spondylotic myelopathy laminectomy patients. The pain scale is measured using a numeric rating scale. Deep breathing relaxation therapy intervention is carried out once a day with repetition of 5-6 cycles for 7-10 minutes. From the results of this study it was found that deep breathing relaxation therapy was effective in reducing the pain scale. This is evidenced by the decrease in the pain scale after being given a deep breathing relaxation therapy intervention from a scale of 5 to a scale of 3. The researchers suggest that the nurses at the Ahmay Yani Hospital in Metro City use breathing relaxation therapy in the 4-7-8 technique as an alternative companion. pharmacological therapy for pain problems in postoperative laminectomy patients.

**Keywords : Deep breathing relaxation therapy, Pain, Laminectomy
Reference List : 28 (2002-2022)**