

BAB 4

HASIL DAN PEMBAHASAN

4.1 Hasil Penelitian

4.1.1 Gambaran Lokasi Penelitian

Penelitian ini dilakukan di wilayah kerja puskesmas oesapa kota kupang. Puskesmas oesapa terletak di Kelurahan lasiana, Kecamatan kelapa lima. Batas-batas wilayah kerja UPT Puskesmas Oesapa adalah sebelah selatan berbatasan dengan kecamatan oebobo, sebelah timur berbatasan dengan kota lama. Puskesmas oesapa memiliki wilayah kurang lebih 15,31 km atau 8,49% dari luas wilayah kota kupang (180,7 km).

Wilayah kerja UPT Puskesmas oesapa mencakup seluruh wilayah, kecamatan kelapa lima dengan 5 kelurahan yakni kelurahan oesapa, kecamatan kelapa lima, kota kupang, oesapa barat, oesapa selatan, dan lasiana. Jumlah penduduk berdasarkan data badan pusat statistik kota kupang tahun 2019 dan data dari kantor kecamatan kelapa lima tercatat sebanyak 85,951 jiwa terdiri dari laki-laki sebesar 43.722 jiwa dan perempuan 42.229 jiwa adapun batas-batas wilayah kerja UPTDD puskesmas oesapa adalah

1. Sebelah utara berbatasan dengan teluk kupang
2. Sebelah selatan berbatasan dengan kecamatan oebobo
3. Sebelah timur berbatasan dengan kecamatan tarus
4. Sebelah barat berbatasan dengan kecamatan kota Lama

4.1.2 Gambaran umum subyek penelitian

1. Gambaran kasus pada pasien 1 Tn. S Berdasarkan hasil pengkajian di temukan data pasien Tn.D, usia 30 tahun, jenis kelamin laki-laki, agama protestan, Pendidikan SMA, suku bangsa Timor, status belum menikah, pekerjaan tukang print, alamat kel oesapa kec kelapa lima jln bunga jati RT/RW 13/05, pasien merupakan anak ke 1 dari 2 bersaudara. Pada saat dilakukan pengkajian ditemukan keluhan utama pasien mengatakan nyeri ulu hati, nyeri pada perut kanan atas, mual, sakit kepala sejak 3 hari yang lalu. Nyeri secara terus menerus, nyeri yang dirasakan seperti tertusuk-tusuk, pasien mengatakan nyeri di ulu hati dan perut kanan atas, nyeri berada pada skala 5, nyeri terus menerus. Pasien

tampak meringis dan memegang area nyeri. Saat ditanya Riwayat penyakit pasien mengatakan mengidap penyakit gastritis mulai sejak 1 tahun yang lalu dan penyakitnya sudah sering kambuh hal itu terjadi karena gaya hidup pasien yang tidak teratur seperti makanan dan minuman yang seharusnya tidak di anjurkan untuk pasien gastritis, tetapi pasien masih mengkomsumsi makanan dan minuman yang seharusnya tidak di anjurkan seperti pasien masih minum kopi, makan makanan pedas serta pasien yang sering telat makan dan biasa terjadi saat malam hari saat mau tidur. Pengkajian umum pasien tampak meringis, pasien mengeluh nyeri, kesadaran composmentis, TD; 115/70 mmHg, N;90, RR; 20, S; 36,5°C. Diagnosa fokus pada penelitian ini adalah nyeri akut berhubungan dengan agen pencedra fisiologis Tahap intervensi terapi non farmakologis dengan penerapan teknik relaksasi benson di rumah pasien. Tahap pertama yang dilakukan yaitu menyiapkan lingkungan yang nyaman dan memposisikan pasien yang nyaman, selanjutnya peneliti memberi salam, menjelaskan tujuan dan prosedur tindakan yang akan dilakukan serta meminta persetujuan pasien untuk melakukan terapi relaksasi benson. Mulai dengan bernapas yang lambat dan wajar, serta mengucapkan dalam hati kata-kata yang sudah dipilih pada saat menarik napas dan diulang saat mengeluarkan napas. Lemaskan seluruh tubuh disertai dengan sikap pasrah. melakukan terapi relaksasi benson berulang 1-2 kali sampai pasien merasa tenang. Intervensi di lakukan selama 3 hari berturut-turut.

Hari pertama melakukan implementasi pada Tn. S sebelum melakukan relaksasi benson terdapat skala nyeri 5 di ukur menggunakan Numeric Rating Scale (NRS), setelah di lakukan relaksasi benson terdapat skala nyeri 4 (skala nyeri sedang). Hari kedua impelentasi sebelum melakukan relaksasi benson terdapat skala nyeri 4 karena pasien dapat melakukan relaksasi benson secara mandiri, setelah melakukan relaksasi benson terdapat skala nyeri 3 (skala nyeri ringan).

Hari ketiga impelementasi sebelum melakukan relaksasi benson terdapat skala nyeri 3 di ukur menggunakan Numeric Rating Scale (NRS),setelah melakukan relaksasi napas dalam terdapat skala nyeri 2 (skala nyeri ringan). Pada tahap evaluasi peneliti menilai keefektifan diagnosis keperawatan, intervensi keperawatan, dan implementai keperawatan dalam kaitannya dengan tujuan intervensi keperawatan yang telah ditentukan sebelumnya. Pada tahap ini peneliti mengevaluasi bahwa tingkat nyeri pada Tn. S setelah di lakukan impelentasi

selama 3 hari berturut-turut di dapatkan skala nyeri 2.

2. Gambaran kasus pada pasien 2 Ny. M Berdasarkan hasil pengkajian di temukan data pasien Ny M, usia 25 tahun, jenis kelamin perempuan, agama protestan, Pendidikan SMA, suku bangsa timor, status belum menikah, pekerjaan belum bekerja, alamat lasiana, pasien merupakan anak ke 2 dari 3 bersaudara. Pada saat dilakukan pengkajian ditemukan keluhan utama pasien mengatakan nyeri ulu hati, mual tetapi tidak muntah, sakit kepala, perut kembung sejak 2 hari yang lalu. Nyeri secara terus menerus sejak 2 hari yang lalu, nyeri yang dirasakan seperti tertikam, pasien mengatakan nyeri ulu hati dan perut bagian bawah, skala nyeri 6, nyeri terus menerus, pasien tampak meringis. Saat ditanya Riwayat penyakit pasien mengatakan mengidap penyakit gastritis sejak tahun 2023. hal itu terjadi karena gaya hidup pasien yang sering telat makan dan sering stress, dan hal ini terjadi tidak menentu. Pengkajian umum pasien, keadaan umum pasien baik, pasien tampak meringis, pasien mengeluh nyeri, kesadaran composmentis, TTV TD; 110/70, N; 96, RR; 20, S;36°C. Diagnosa fokus pada penelitian ini adalah nyeri akut berhubungan dengan agen pencedra fisiologis. Tahap intervensi terapi non farmakologis dengan penerapan teknik relaksasi benson di rumah pasien. Tahap pertama yang dilakukan yaitu menyiapkan lingkungan yang nyaman dan memposisikan pasien yang nyaman, selanjutnya peneliti memberi salam, menjelaskan tujuan dan prosedur tindakan yang akan dilakukan serta meminta persetujuan pasien untuk melakukan terapi relaksasi napas dalam. Mulai dengan bernapas yang lambat dan wajar, serta mengucapkan dalam hati kata-kata yang sudah dipilih pada saat menarik napas dan diulang saat mengeluarkan napas. Lemaskan seluruh tubuh disertai dengan sikap pasrah. melakukan terapi relaksasi benson berulang 1-2 kali sampai pasien merasa tenang. Intervensi di lakukan selama 3 hari berturut-turut. Hari pertama implemntasi pada Ny M sebelum melakukan relaksasi benson terdapat skala nyeri 6 di ukur menggunakan Numeric Rating Scale (NRS), setelah di lakukan relaksasi benson terdapat skala nyeri 5 (nyeri menurun). Hari kedua impelentasi, sebelum melakukan relaksasi benson terdapat skala nyeri 5, setelah di lakukan relaksasi benson terdapat skala nyeri 4 (menurun). Hari ketiga implementasi, sebelum melakukan relaksasi benson terdapat skala nyeri 4, setelah melakukan relaksasi benson terdapat skala nyeri 3

(menurun).

Pada tahap evaluasi peneliti menilai keefektifan diagnosis keperawatan, intervensi keperawatan, dan implementasi keperawatan dalam kaitannya dengan tujuan intervensi keperawatan yang telah ditentukan sebelumnya. Pada tahap ini peneliti mengevaluasi bahwa tingkat nyeri pada Ny. M setelah dilakukan implementasi selama 3 hari berturut-turut di dapatkan skala nyeri 3.

4.1.3 Tingkat sebelum dan sesudah melakukan Tindakan teknik relaksasi benson

Setelah dilakukan pengkajian menggunakan metode wawancara dan observasi, penulis melakukan manajemen terapi relaksasi nafas dalam selama 3 hari.

Nama : Tn.S

Usia : 30 tahun

Jenis kelamin : laki-laki

No	Pertemuan	Hari/tgl	Sebelum	Sesudah	ket
1	Pertemuan 1	15/07/24	5	4	Menurun
2	Pertemuan 2	16/07/24	4	3	Menurun
3	Pertemuan 3	17/07/24	3	2	Menurun

Table 4.1 pada tabel diatas menunjukkan bahwa pada pertemuan ke 3 tingkat nyeri yang di rasakan Tn.S menurun dengan skala 2.

Nama : Ny.M

Usia : 25 tahun

Jenis kelamin : Perempuan

No	Pertemuan	Hari/tgl	Sebelum	Sesudah	ket
1	Pertemuan 1	15/07/24	6	5	Menurun
2	Pertemuan 2	16/07/24	5	4	Menurun
3	Pertemuan 3	17/07/24	4	3	Menurun

Table 4.2 pada table diatas menunjukkan bahwa pada pertemuan ke 3 tingkat nyeri yang dirasakan Ny. M menurun dengan skala 3.

4.1.4 Pembahasan

Smeltzer (2013) Nyeri akut ialah nyeri yang berlangsung umumnya kurang dari enam bulan dan biasanya kurang dari satu bulan. Nyeri akut merupakan pengalaman sensorik atau emosional yang berkaitan dengan kerusakan jaringan atau fungsional, dengan onset mendadak atau lambat dan berintensitas ringan hingga berat yang berlangsung kurang dari 3 bulan. (PPNI, 2016).

Menurut penelitian Utami & Kartika (2018) salah satu manifestasi klinis yang terjadi pada pasien gastritis adalah nyeri serta nampak pada perilaku pasien, misalnya suara (merintih, menangis, dan menghela nafas berlebihan), ekspresi wajah meringis, serta pergerakan tubuh seperti gelisah, kejang otot, serta berjalan di tempat

Pada Tn S, ditemukan adanya keluhan mual muntah, Nyeri ulu hati dan nyeri di perut bagian atas dengan skala 5 dikategorikan tingkat nyeri sedang yaitu dimana pasien mulai merintih/meringis dan mengeluh nyeri pada bagian perut atas dan menekan bagian nyeri Pada subyek I ini dikarenakan pasien yang sering telat makan dan yang terjadi pada malam hari, sedangkan pada Ny M ditemukan adanya keluhan mual muntah dan nyeri di perut bagian atas dengan

skala 6 Pada subyek II ini dikarenakan sering stres dan terjadi pada saat tidak menentu.

Hal ini serupa dengan penelitian yang dilakukan oleh Anggarini, (2018) bahwa Gastritis yang merupakan suatu peradangan pada mukosa lambung akibat penggunaan OAINS yang terus menerus, mengonsumsi alkohol, serta memakan makanan yang berbumbu pedas yang dapat menimbulkan terjadinya pengikisan sampai peradangan mukosa lambung sehingga menyebabkan kenaikan mediator kimia seperti prostaglandin dan histamine pada lambung yang ikut berperan dalam merangsang reseptor nyeri dan akan timbul sensasi nyeri pada bagian epigastrium atau ulu hati. Dari hasil penelitian ditemukan data bahwa adanya nyeri di perut bagian atas dan mengalami mual muntah dari kedua subyek. Hal ini sesuai dengan pendapat menurut Rukmana (2018), iritasi pada mukosa lambung akibat adanya kontak HCl dengan mukosa gaster sehingga mukosa lambung mengalami pengikisan yang memicu peningkatan rangsangan persarafan dan ditandai dengan rasa nyeri pada ulu hati yang menimbulkan rasa mual dan muntah seperti yang dirasakan pada kedua subyek. Dan sesuai dengan teori menurut Tim Pokja SDKI DPP PPNI, (2016) yaitu nyeri akut berhubungan dengan agen pencedera fisiologis (inflamasi pada mukosa lambung). Berdasarkan asumsi peneliti terdapat kesamaan bahwa responden sebelumnya memiliki kebiasaan makan makanan pedas yang menjadi faktor resiko terjadinya gastritis.

Kesimpulan yang didapat dari implementasi selama tiga hari. Kedua pasien mau dan mampu melakukan teknik relaksasi benson secara mandiri. Dan hasil yang didapat terapi relaksasi benson dapat menurunkan intensitas nyeri, dari skala sedang menjadi skala ringan

4.1.5 Hasil pengukuran Tingkat nyeri sebelum melakukan terapi relaksasi napas dalam pada Tn. S dan Ny. M

Nyeri adalah fenomena kompleks yang melibatkan interaksi antara tubuh, otak, dan emosi. Pengalaman rasa sakit bersifat subjektif dan bervariasi dari orang ke orang. Nyeri bisa akut atau kronis, dan bisa ringan, sedang, atau berat.

Hasil penelitian pada subyek penelitian sebelum melakukan terapi relaksasi benson diukur menggunakan numeric rating scale. Pada Tn. S terdapat skala nyeri 5 (skala nyeri sedang) sedangkan pada Ny. M terdapat skala nyeri 6

(skala nyeri sedang). Penelitian ini sejalan dengan penelitian sebelumnya hasil penelitian (Fadli et al., 2019) bahwa responden yang sebelum diberikan intervensi memiliki keluhan yang ditandai dengan hasil observasi responden mengalami nyeri. Responden mengeluh nyeri bagian abdomen, merasa mual dan muntah, ekspresi wajah responden meringis dan responden masih bisa diajak berkomunikasi dengan baik.

4.1.6 Hasil pengukuran skala nyeri setelah melakukan terapi relaksasi napas dalam pada Tn. S dan Ny. M

Menurut teori Guyton (1997) Secara fisiologis latihan relaksasi akan mengurangi aktivitas saraf simpatis. Berkurangnya aktivitas dari saraf simpatis akan mengembalikan tubuh kembali normal seperti pendengaran, pupil, tekanan darah, denyut pada jantung, pernafasan dan sirkulasi serta otot-otot menjadi lebih rileks. Menurunnya aktivitas saraf simpatis juga membuat motilitas sekretoris menurun dan mendekati batas normal, selanjutnya asam lambung akan tertahan di sel pariental pada pH yang mendekati normal. Hal tersebut dapat membuat pengeluaran asam lambung menurun sehingga nyeri berkurang dan luka yang ada pada lambung dapat sembuh. Selain itu teknik relaksasi nafas dalam juga mampu merangsang tubuh untuk melepaskan opioid endogen yaitu endorphan dan enkafalin. Hormon endorphan itu sendiri merupakan substansi sejenis morfin yang bertujuan sebagai penghambat transmisi implus nyeri ke otak, sehingga mengakibatkan menurunnya atau berkurangnya sensasi nyeri.

Hasil penelitian setelah melakukan terapi relaksasi benson selama 3 hari kepada 2 responden terbukti mendapat tingkat penurunan skala nyeri dari skala nyeri sedang menjadi skala nyeri ringan. Pada Tn. S sebelum melakukan terapi relaksasi benson terdapat skala nyeri 5, setelah melakukan relaksasi napas dalam selama 3 hari berturut-turut terbukti mendapat skala nyeri 3 (skala nyeri ringan). Pada pertemuan hari kedua Tn. S mengatakan setelah melakukan terapi relaksasi benson nyeri menurun, pada hari ke tiga pertemuan setelah melakukan terapi relaksasi benson skala nyeri menurun menjadi skala nyeri ringan. Pada Ny M sebelum melakukan terapi relaksasi napas dalam terdapat skala nyeri 6 (nyeri sedang), setelah dilakukan terapi relaksasi benson selama 3 hari berturut-turut Ny. M mengatakan Tingkat nyeri menurun menjadi nyeri ringan. Penelitian ini selaras dengan penelitian sebelumnya, Menurut Atmojo 2019 Cara kerja teknik

relaksasi benson ini yaitu menarik nafas dalam. Pernafasan yang panjang akan memberikan energi yang cukup, karena pada waktu menghembuskan nafas mengeluarkan karbondioksida (CO₂) dan pada saat menghirup nafas panjang mendapatkan oksigen yang sangat membantu tubuh dalam membersihkan darah dan mencegah kerusakan jaringan otak akibat kekurangan oksigen (hipoksia), sehingga oksigen dalam otak tercukupi dan tubuh akan menjadi rileks dan hasilnya pasien mengatakan nyerinya berkurang dan hasil ini dibuktikan dengan observasi wajah pasien sudah lebih nyaman dan terasa rileks, pasien mengaatkan skala nyeri dari 6 (nyeri sedang) menurun menjadi 3 (nyeri ringan)

4.1.7 Analisis efektifitas Terapi relaksasi benson dengan masalah nyeri pada pasien gastritis di puskesmas oesapa

Penelitian ini dilakukan pada kedua responden dengan melakukan teknik relaksasi benson .peneliti mendatangi responden dan mengajarkan pada klien teknik relaksasi benson agar dapat dilakukan sendiri di rumah. Setiap hari peneliti mendatangi responden untuk melakukan teknik relaksasi besnon menggunakan alat ukur nyeri yaitu numeric rating scale dan kemudian menuliskan hasil pada lembar observasi.

Berdasarkan lembar observasi pengukuran skala nyeri sebelum dan sesudah diberikannya teknik relaksasi benson selama 3 hari menunjukkan adanya penurunan nyeri gastritis. Sebelum diberikan teknik relaksasi benson Tn.S adalah 5 (Nyeri sedang) dan setelah diberikan teknik relaksasi benson selama 3 hari nyeri pada Tn.S mengalami penurunan yaitu 2 (Nyeri ringan) sedangkan pada Ny M sebelum diberikan teknik relaksasi benson, skala nyeri 6 (Nyeri sedang) dan setelah diberikan teknik relaksasi benson selama 3 hari skala nyeri pada Ny M mengalami penurunan menjadi 3 (Nyeri ringan). Menurut peneliti hasil pemberian teknik relaksasi benson pada pasien gastritis selama 3 hari didapatkan bahwa ada pengaruh terhadap penurunan skala nyeri pada penderita sebelum dan sesudah sesudah di diberikan teknik relaksasi benson pada pasien gastritis. Jadi dapat disimpulkan bahwa teknik relaksasi benson, efektif menurunkan skala nyeri pada pasien gastritis.

Dari hasil penelitian yang dilakukan pada Tn. S dan Ny. M setelah pemberian teknik relaksasi benson didapatkan hasil yang menunjukkan bahwa teknik relaksasi benson mampu mengurangi nyeri. Hal ini sesuai dengan hasil penelitian

yang dilakukan oleh Hesti (2018) yang menunjukkan bahwa adanya pengaruh dari teknik relaksasi benson untuk mengurangi nyeri pada pasien gastritis.

Menurut Fithriana, D, dkk (2018) relaksasi Benson adalah salah satu cara untuk mengurangi nyeri dengan mengalihkan perhatian kepada relaksasi sehingga kesadaran klien terhadap nyeri-nya berkurang, relaksasi ini dilakukan dengan cara menggabungkan relaksasi yang diberikan dengan kepercayaan yang dimiliki klien.

Pelatihan relaksasi Benson cukup efektif untuk memunculkan keadaan tenang dan relaks. Selanjutnya otot-otot tubuh yang yang relaks menimbulkan dimana gelombang otak mulai melambat akhirnya membuat seseorang dapat istirahat dengan tenang. Aliran darah akan lancar, neurotransmitter penenang akan dilepaskan dan system syaraf akan bekerja secara baik. Keuntungan dari relaksasi Benson selain mendapatkan manfaat dari relaksasi juga mendapatkan kemanfaatan dari penggunaan keyakinan seperti menambah keimanan, dan kemungkinan akan mendapatkan pengalaman-pengalaman transendensi (Fithriana, D, dkk 2018).