

Jurnal Assyifa' Ilmu Kesehatan, Volume 10. No. 1 (2025) : Januari - Juni 2025

Jurnal Assyifa' Ilmu Kesehatan, Volume 10. No. 1 (2025) : Januari - Juni 2025

ISSN 2528-3391 (Print), ISSN 2776 3153(Online)

DOI: <http://doi.org/10.54460>

Tersedia online di <https://jurnalassyifa.stikeslhokseumawe.ac.id>

## **Hubungan Relaksasi Nafas Dalam Dengan Skala Nyeri Pada Saat Pemasangan Infus**

### ***The Relationship Between Deep Breathing Relaxation and Pain Scale During Infusion Insertion in the Emergency Room of***

Abrar<sup>1\*</sup>, Sofia Zahrina<sup>1</sup>, Agusri<sup>1</sup>, Istnatani Salma<sup>3</sup>, Desna Maulinda<sup>1</sup>, Mirna Fauziati<sup>2</sup>, Evi Maisara<sup>2</sup>

<sup>1</sup> Prodi SI Keperawatan STIKes Muhammadiyah Lhokseumawe

<sup>2</sup> Prodi SI Gizi STIKes Muhammadiyah Lhokseumawe

<sup>3</sup> Prodi D-III Farmasi STIKes Muhammadiyah Lhokseumawe

Correspondence \* : [abrar.stikesmhd@gmail.com](mailto:abrar.stikesmhd@gmail.com)

#### **ABSTRAK**

Relaksasi nafas dalam adalah suatu teknik merilekskan ketegangan otot yang dapat membuat pasien merasa tenang dan bisa menghilangkan dampak psikologis stres pada pasien. Tujuan penelitian ini untuk mengetahui hubungan relaksasi nafas dalam dengan skala nyeri pada saat pemasangan infus. Populasi dalam penelitian ini seluruh pasien yang dilakukan pemasangan infus. Desain penelitian ini kuantitatif dengan pendekatan *cross sectional*, jumlah sampel sebanyak 67 responden. Pengumpulan data menggunakan kuesioner. Hasil penelitian responden yang memiliki skala nyeri ringan dan tingkat kecemasan ringan yaitu sebanyak 8 responden (4,3%), responden yang memiliki skala nyeri ringan dan tingkat kecemasan sedang yaitu sebanyak 4 responden (3,8%), responden yang memiliki skala nyeri ringan dan tingkat kecemasan berat yaitu sebanyak 3 responden (6,9%), responden yang memiliki skala nyeri sedang dan tingkat kecemasan ringan yaitu sebanyak 11 responden (14,8%), responden yang memiliki skala nyeri sedang dan tingkat kecemasan sedang yaitu sebanyak 13 responden (13,2%), responden yang memiliki skala nyeri sedang dan tingkat kecemasan berat yaitu sebanyak 28 responden (24%). Kesimpulan yaitu didapatkan hasil bahwa terdapat hubungan antara relaksasi nafas dalam dengan skala nyeri di UGD UPTD. Puskesmas Jeunieb Kabupaten Bireuen. Diharapkan responden dapat meningkatkan pengetahuan mereka tentang skala nyeri yang dialami selama pemasangan infus, sehingga mereka lebih siap menghadapi prosedur medis di masa depan.

Kata Kunci: Kecemasan, Nyeri, Relaksasi Nafas

#### **ABSTRACT**

Deep breathing relaxation is a technique to relax muscle tension that can make the patient feel calm and can eliminate the psychological impact of stress on the patient. The purpose of this study was to determine the relationship between deep

breath relaxation and pain scale at the time of infusion. The population in this study was all patients who had infusion inserted. The design of this study is quantitative with a *cross sectional* approach, the number of samples is 67 respondents. Data collection using questionnaires. The results of the research of respondents who had a mild pain scale and a mild anxiety level were as many as 8 respondents (4.3%), respondents who had a mild pain scale and moderate anxiety level were 4 respondents (3.8%), respondents who had a mild pain scale and a severe anxiety level were 3 respondents (6.9%), respondents who had a moderate pain scale and a mild anxiety level were 11 respondents (14.8%), Respondents who had a moderate pain scale and moderate anxiety level were 13 respondents (13.2%), respondents who had a moderate pain scale and a severe anxiety level were 28 respondents (24%). The conclusion was that the results were obtained that there was a relationship between deep breathing relaxation and pain scale in the UPTD ER. Jeunieb Health Center, Bireuen Regency. It is hoped that respondents can increase their knowledge of the scale of pain experienced during the insertion of the IV, so that they are better prepared for future medical procedures.

Keywords: Anxiety, Pain, Deep Breathing Relaxation.

## PENDAHULUAN

Pemasangan infus intravena (IV) merupakan prosedur medis yang esensial dalam penanganan berbagai kondisi kesehatan, terutama di unit gawat darurat (UGD). Prosedur ini bertujuan untuk memberikan cairan, elektrolit, dan obat-obatan secara langsung ke dalam tubuh pasien. Meskipun prosedur ini umum dilakukan, banyak pasien yang mengalami ketidaknyamanan dan nyeri saat pemasangan infus, yang dapat mempengaruhi pengalaman mereka di fasilitas kesehatan dan berpotensi menghambat proses penyembuhan. Nyeri adalah pengalaman subjektif yang dipengaruhi oleh berbagai faktor, termasuk kecemasan, pengalaman sebelumnya, dan teknik yang digunakan selama prosedur (Notoatmodjo, 2018)

Dari data *World Health Organization* (WHO) melaporkan bahwa angka kejadian pemasangan infuse Catheter cukup tinggi yaitu 85% per tahun, 120 juta orang dari 190 juta pasien yang di rawat di rumah sakit menggunakan infus. Sebagai suatu tindakan invasif, perawat harus memiliki dasar pengetahuan dan kompetensi mengenai protokol pelaksanaan dan implementasi pemasangan infus merupakan sumber kedua dari nyeri yang paling dirasakan pasien setelah penyakit yang dideritanya. Untuk mengatasi hal tersebut di butuhkan strategi manajemen nyeri (Sari et al., 2023)

Prevalensi jumlah pemasangan infus di rumah sakit di Indonesia sebanyak 17,11%. Dari presentase rawat inap di Indonesia sebesar 2-3% dari seluruh penduduk Indonesia. Meningkatnya kasus nyeri saat pemasangan infus menjadi perhatian penting dalam pelayanan kesehatan, terutama di instalasi gawat darurat. Pemasangan infus adalah prosedur medis yang umum dilakukan, namun dapat menimbulkan rasa nyeri yang signifikan pada pasien. Data menunjukkan bahwa pemasangan infus merupakan sumber kedua dari nyeri yang paling dirasakan pasien setelah penyakit yang dideritanya (Sutoyo dkk., 2021).

Jumlah kasus Kunjungan pasien ke instalasi gawat darurat (UGD) di Provinsi Aceh, khususnya di Kabupaten Bireuen, menunjukkan prevalensi yang signifikan, terutama pada kelompok usia anak-anak. Data menunjukkan bahwa kelompok umur 1-17 tahun memiliki prevalensi kunjungan yang tertinggi, yaitu 50,4%, diikuti oleh kelompok umur 18-35 tahun sebesar 22,2% dan kelompok umur 0-6 hari sebesar 4,3% (Riskasdes, 2020). Hasil Riskesdas menyebutkan bahwa prevalensi kunjungan pasien di Provinsi Aceh terus meningkat, dengan kelompok umur 1-17 tahun menjadi yang tertinggi, yaitu 50,4%. Hal ini menunjukkan bahwa kunjungan ke UGD di Provinsi Aceh lebih banyak terjadi pada anak-anak, yang berpotensi mengalami prosedur medis seperti pemasangan infus (Riskasdes, 2020). Pemasangan infus sebagai suatu tindakan invasif, perawat harus memiliki dasar pengetahuan dan kompetensi mengenai protokol pelaksanaan dan implementasi. Perawat harus mempunyai kemampuan dan keterampilan memadai yang dapat mengurangi ketidaknyamanan yang dirasakan pasien akibat pemasangan infus seperti cemas pada saat pemasangan infus (Yellisni & Kalsum, 2023).

Manajemen nyeri merupakan suatu kumpulan prosedur medis yang bertujuan untuk meredakan atau menghilangkan nyeri pada pasien, nyeri pada dasarnya merupakan suatu sensasi yang tidak menyenangkan atau menyakitkan yang muncul akibat rusaknya jaringan tubuh dan dapat menimbulkan efek secara fisik dan emosi. Bentuk strategi manajemen nyeri yaitu relaksasi kebebasan mental dan fisik dari ketegangan teknik relaksasi memberi individu kontrol diri ketika terjadi rasa nyaman atau nyeri, stres fisik emosi pada nyeri (Wayan, 2006).

Teknik analgesik dasar dibedakan menjadi farmakologi dan non farmakologi. Rencana pengobatan obat meliputi farmakologi yang dapat mengurangi timbulnya nyeri, sedangkan non farmakologi berarti antisipasi, relaksasi dan traksi, bimbingan *self-hypnotic*, serta dapat mengurangi nyeri, iritasi kulit dan sensasi *biofeedback*. Strategi penanggulangan nyeri dapat dilakukan dengan dua cara yaitu dengan teknik farmakologis, dalam hal ini pemberian analgesik dan teknik non farmakologis merupakan tindakan mandiri perawat untuk mengatasi respon nyeri. Berbagai metode dapat digunakan untuk menilai intensitas nyeri, termasuk timbangan digital, timbangan deskriptif, dan timbangan analog (Rosiska, 2021)

Perawat berperan besar dalam manajemen nyeri yaitu mempraktikkan teknik relaksasi pernapasan dalam yang merupakan salah satu bentuk keperawatan. Karena teknik relaksasi nafas dalam merupakan teknik yang dapat menghilangkan rasa nyeri pada saat infus. Salah satu efek non farmakologis yang dapat mengurangi nyeri adalah teknik relaksasi nafas dalam. Hasil penelitian sebelumnya menyimpulkan teknik relaksasi nafas dalam menurunkan intensitas skala nyeri dengan relaksasi nafas dalam dapat merelaksasikan ketegangan otot yang mendukung rasa nyeri, sehingga nyeri yang dirasakan oleh responden dapat berkurang (Prianggono et al., 2023).

Berdasarkan dari hasil survey awal yang telah lakukan dengan wawancara menggunakan kuesioner untuk pemasangan infus pada 10 responden yang mengalami nyeri terdapat 8 dari 10 responden nyeri saat pemasangan infus 3 responden mengalami nyeri “ringan”, 2 orang tidak mengalami nyeri dan 5 orang lainnya “sedang”. Berdasarkan fenomena dan data-data diatas, maka peneliti tertarik untuk melakukan penelitian tentang pengaruh Teknik Relaksasi Nafas Dalam Dengan Nyeri Pada Saat Pemasangan Infus di unit gawat darurat

Puskesmas.

## METODE

Penelitian ini menggunakan jenis penelitian kuantitatif dengan dengan pendekatan *cross sectional*. Populasi dalam penelitian ini adalah semua pasien yang melakukan pemasangan infus di UGD dengan teknik *purposive Total Sampling* didapatkan 67 sampel. Data dikumpulkan dengan penggunaan kuesioner dan dianalisis secara univariat dengan mencari distribusi frekuensi dan bivariat menggunakan uji *Pearson Chi square*.

## HASIL

Tabel 1 Distribusi Frekuensi Berdasarkan Demografi (N = 67)

No	Demografi	Frekuensi	Persentase
1	Usia		
	16-25 Tahun	2	3,0
	26-35 tahun	32	47,8
	36-45 tahun	16	23,9
	46-55 tahun	17	25,4
2	Jenis Kelamin		
	Laki-laki	29	43,3
	Perempuan	38	56,7
3	Pendidikan		
	SD/MI	-	-
	SMP/MTs	5	7,5
	SMA/SMK/MA	47	70,1
	Perguruan Tinggi	15	22,4
4	Pekerjaan		
	IRT	14	20,9
	Buruh	17	25,4
	Petani	25	37,3
	Pegawai Swasta	7	10,4
	PNS	4	6,0
	Total	67	100,0

Tabel 2 Distribusi Frekuensi Berdasarkan Tingkat Kecemasan (N = 67)

No	Tingkat Kecemasan	Frekuensi	Persentase
1	Ringan	19	28,4
2	Sedang	17	25,4
3	Tinggi	31	46,2
	Total	67	100,0

Berdasarkan tabel 2 dapat diketahui bahwa mayoritas responden memiliki tingkat kecemasan tinggi yaitu sebanyak 31 responden (46,2%), dan yang mengalami tingkat kecemasan ringan yaitu 19 responden (28,4%), dan yang

mengalami tingkat kecemasan sedang yaitu 17 responden (25,4%).

Tabel 3 Distribusi Frekuensi Berdasarkan Tingkat Nyeri (N = 67)

No	Tingkat Nyeri	Frekuensi	Persentase
1	Ringan	15	22,4
2	Sedang	52	77,7
3	Tinggi	-	-
	Total	67	100,0

Berdasarkan tabel 3 dapat diketahui bahwa mayoritas responden memiliki tingkat kecemasan sedang yaitu sebanyak 52 responden (77,7), dan yang memiliki tingkat kecemasan ringan yaitu sebanyak 15 responden (22,4%), dan tidak ada yang mengalami tingkat kecemasan berat. Analisa Bivariat

Tabel 4 Hubungan Relaksasi Nafas Dalam Dengan Skala Nyeri Pada Saat Pemasangan Infus (N=67)

No	Skala Nyeri pemasangan infus _____	Relaksasi nafas dalam						Jumlah	P value	
		Rendah		Sedang		Tinggi				
		<i>f</i>	%	<i>f</i>	%	<i>f</i>	%			
1	Ringan	8	4,3	4	3,8	3	6,9	15	100	0,028
2	Sedang	11	14,8	13	13,2	28	24	52	100	
3	Berat	-	-	-	-	-	-	-	-	
	Jumlah	19	19	17	17	31	31	67	100	

Berdasarkan tabel 4 menunjukkan bahwa responden yang memiliki skala nyeri ringan dan tingkat kecemasan ringan yaitu sebanyak 8 responden (4,3%), responden yang memiliki skala nyeri ringan dan tingkat kecemasan sedang yaitu sebanyak 4 responden (3,8%), responden yang memiliki skala nyeri ringan dan tingkat kecemasan berat yaitu sebanyak 3 responden (6,9%), responden yang memiliki skala nyeri sedang dan tingkat kecemasan ringan yaitu sebanyak 11 responden (14,8%), responden yang memiliki skala nyeri sedang dan tingkat kecemasan sedang yaitu sebanyak 13 responden (13,2%), responden yang memiliki skala nyeri sedang dan tingkat kecemasan berat yaitu sebanyak 28 responden (24%), yang berarti terdapat hubungan antara relaksasi nafas dalam dengan skala nyeri pada saat pemasangan infuse.

## PEMBAHASAN

### Analisa Tingkat Kecemasan

Berdasarkan analisis tingkat kecemasan yang dilakukan pada 67 responden, hasil penelitian menunjukkan bahwa mayoritas responden mengalami

tingkat kecemasan yang tinggi. Dari total responden, 31 orang (46,2%) mengalami tingkat kecemasan tinggi, 19 orang (28,4%) mengalami tingkat kecemasan ringan, dan 17 orang (25,4%) mengalami tingkat kecemasan sedang. Temuan ini mengindikasikan bahwa lebih dari setengah responden berada dalam kategori kecemasan yang tinggi, yang dapat berdampak negatif pada pengalaman mereka selama prosedur medis, termasuk pemasangan infus

Hasil penelitian ini sejalan dengan penelitian sebelumnya yang menunjukkan bahwa tingkat kecemasan yang tinggi dapat memperburuk persepsi nyeri dan mempengaruhi kualitas hidup pasien secara keseluruhan. Oleh karena itu, penting untuk menerapkan intervensi yang dapat mengurangi kecemasan, seperti teknik relaksasi atau komunikasi yang lebih baik antara tenaga medis dan pasien, untuk meningkatkan pengalaman pasien selama perawatan (Mustofa et al., 2021)..

### **Analisa Tingkat Nyeri**

Berdasarkan analisis tingkat nyeri yang dilakukan pada 67 responden, hasil penelitian menunjukkan bahwa mayoritas responden mengalami tingkat nyeri sedang. Dari total responden, 52 orang (77,7%) melaporkan mengalami nyeri sedang, sementara 15 orang (22,4%) mengalami nyeri ringan. Tidak ada responden yang melaporkan mengalami nyeri berat. Temuan ini menunjukkan bahwa sebagian besar pasien merasakan nyeri yang cukup signifikan selama prosedur medis, yang dapat mempengaruhi kenyamanan dan pengalaman mereka secara keseluruhan. Penting untuk dicatat bahwa tingkat nyeri yang tinggi dapat berkontribusi pada kecemasan dan ketidaknyamanan pasien, sehingga memerlukan perhatian khusus dalam pengelolaan nyeri. Oleh karena itu, intervensi yang efektif untuk mengurangi nyeri, seperti penggunaan teknik relaksasi atau pengelolaan nyeri farmakologis, perlu diterapkan untuk meningkatkan kualitas perawatan pasien

Hasil penelitian sebelumnya menunjukkan bahwa penggunaan teknik relaksasi, seperti relaksasi nafas dalam, dapat secara signifikan mengurangi intensitas nyeri yang dirasakan oleh pasien selama prosedur medis, termasuk pemasangan infus. mengungkapkan bahwa teknik ini efektif dalam merelaksasikan ketegangan otot yang mendukung rasa nyeri, sehingga membantu menurunkan skala nyeri yang dialami oleh responden (Prianggono et al. 2023)

### **Hubungan Antara Relaksasi Nafas Dalam Dengan Skala Nyeri Pada Saat Pemasangan Infuse.**

Bahwa responden responden yang memiliki skala nyeri ringan dan tingkat kecemasan ringan yaitu sebanyak 8 responden (4,3%), responden yang memiliki skala nyeri ringan dan tingkat kecemasan sedang yaitu sebanyak 4 responden (3,8%), responden yang memiliki skala nyeri ringan dan tingkat kecemasan berat yaitu sebanyak 3 responden (6,9%), responden yang memiliki skala nyeri sedang dan tingkat kecemasan ringan yaitu sebanyak 11 responden (14,8%), responden yang memiliki skala nyeri sedang dan tingkat kecemasan sedang yaitu sebanyak 13 responden (13,2%), responden yang memiliki skala nyeri sedang dan tingkat kecemasan berat yaitu sebanyak 28 responden (24%).

Berdasarkan hasil uji statistik *chi square* didapatkan p-value = 0,028, yang jika dibandingkan dengan nilai  $\alpha = 0,05$ , maka p-value lebih kecil dari  $\alpha$ , maka

dapat disimpulkan bahwa hipotesa kerja ( $H_a$ ) diterima, yang berarti ada hubungan antara relaksasi nafas dalam dengan skala nyeri pada saat pemasangan infus di UGD UPTD Puskesmas Jeunieb Kabupaten Bireuen.

Hasil penelitian ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Rini (2023) yang menunjukkan bahwa dari hasil penelitian pada uji statistik menyatakan bahwa  $p$ -value 0,002 yang berarti ada pengaruh teknik relaksasi nafas dalam terhadap skala nyeri pada pemasangan infus. Penelitian ini juga sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Prastiyo (2014) yang menyatakan bahwa ada pengaruh teknik relaksasi nafas dalam terhadap skala nyeri pada pemasangan infus dengan  $p$ -value=0,00

Hasil penelitian ini tidak sejalan dengan penelitian Hastomo (2018), yang menunjukkan bahwa nilai sig uji  $t$ -test 0.054 dan 1.000 yang artinya tidak ada pengaruh teknik relaksasi nafas dalam terhadap skala nyeri pada saat pemasangan,

Menurut asumsi peneliti, teknik relaksasi nafas dalam merupakan tindakan yang dapat mengurangi rasa nyeri, membuat pasien menjadi rileks, dan nyaman. Hal ini dikarenakan ketika seseorang merasakan sakit atau tidak nyaman maka akan membuat seseorang menjadi stress. Nyeri merupakan rasa sakit yang dialami oleh seseorang yang membuat tidak nyaman. Pemasangan infus merupakan tindakan yang sering dilakukan saat di Rumah Sakit yang bertujuan untuk mencegah dehidrasi, menjaga keseimbangan cairan, dan elektrolit.

Berdasarkan hasil penelitian maka dapat disimpulkan bahwa mayoritas responden yang memiliki tingkat kecemasan berat yaitu 31 responden (46,2%), responden yang memiliki tingkat kecemasan sedang yaitu sebanyak 17 responden (25,4%), dan responden yang mengalami tingkat kecemasan ringan yaitu 19 responden (28,4%).

## **SIMPULAN**

Hasil pengujian didapatkan nilai  $p$  value 0,028, yang berarti terdapat hubungan antara relaksasi nafas dalam dengan skala nyeri pada saat pemasangan infuse

## **SARAN**

Dapat dijadikan sebagai salah satu referensi untuk menambahkan ilmu pengetahuan dan wawasannya terkait dengan hubungan antara relaksasi nafas dalam dengan skala nyeri pada saat pemasangan infus

## **DAFTAR PUSTAKA**

Notoatmodjo, S. (2018). *Metodelogi Penelitian Kesehatan (Cetakan Ketiga)*. Jakarta: PT Rineka Cipta.

Prianggono, S., Rahmawati, I., & Triana, N. (2023). Penerapan teknik relaksasi napas dalam untuk menurunkan nyeri akibat pemasangan infus. *Journal of Health Sciences Leksia*, 1(1), 77–85.

Rosiska, M. (2021). Pengaruh Pemberian Teknik Relaksasi Genggam Jari Terhadap Penurunan Nyeri pada Pasien Post Op. *Ilmu Kesehatan Dharmas Indonesia*, 01(2), 51–56.

<https://ejournal.undhari.ac.id/index.php/jikdi/article/view/561/262>

Sari, R. I., Wiryansyah, O. A., Studi, P., Keperawatan, S., Mitra, S., & Palembang, A. (2023). *Dalam Terhadap Nyeri Pemasangan Iv Catheter Pendahuluan Nyeri dapat didefinisikan sebagai suatu pengalaman sensori dan emosional yang tidak menyenangkan oleh adanya yang kedalam tubuh , infus juga merupakan tindakan pada kondisi gawat darurat yang sangat . 15(1), 86–94.*

Wayan. (2006). *Manajemen keperawatan.* 117.

Yellisni, I., & Kalsum, U. (2023). ( Jurnal Inspirasi Kesehatan ) ( Jurnal Inspirasi Kesehatan ). *JIKA Jurnal Inspirasi Kesehatan, 1(1), 80–94.*