

ABSTRAK

Hikma Nadya (2024). Penerapan Teknik Relaksasi Nafas Dalam untuk Menurunkan Skala Nyeri pada Pasien Ca Ovarium di Ruang Tulip RSUD Arifin Achmad Pekanbaru. Karya Tulis Ilmiah Studi Kasus, Program Studi DIII Keperawatan, Jurusan Keperawatan, Politeknik Kesehatan Kemenkes Riau. Pembimbing (I) Ns. Melly, SST., S.Kep., M.Kes, (II) Ns. Usraleli, S.Kep., M.Kep.

Kanker ovarium adalah tumor ganas yang sering ditemukan pada perempuan yang telah melewati masa menopause, khususnya pada rentang usia 50 sampai 70 tahun. Ca ovarium menduduki kanker terbanyak ketiga dari seluruh tipe kanker ginekologis setelah ca mammae dan ca serviks. Salah satu keluhan yang sering muncul pada penderita ca ovarium adalah nyeri. Penanganan nyeri dapat dilakukan secara non-farmakologis, yaitu dengan pemberian teknik relaksasi nafas dalam. Tujuan Studi kasus ini untuk mendeskripsikan penerapan teknik relaksasi nafas dalam untuk menurunkan skala nyeri pada pasien ca ovarium di Ruang Tulip RSUD Arifin Achmad Pekanbaru. Penelitian ini merupakan deskriptif studi kasus dengan 2 subjek ca ovarium yang dirawat di Ruang Tulip RSUD Arifin Achmad Pekanbaru. Studi kasus ini dilaksanakan pada 25 s/d 28 April 2024. Intervensi dilakukan selama 4 hari dengan frekuensi penerapan 3 kali sehari. Pengumpulan data dilakukan dengan wawancara, pengkajian skala nyeri dan studi dokumentasi. Instrumen yang digunakan yaitu SOP teknik relaksasi nafas dalam dan penilaian skala nyeri *Numeric Rating Scale* (NRS). Data disajikan dalam bentuk naratif. Hasil studi kasus ini menunjukkan adanya penurunan skala nyeri subyek 1 dan 2 dari skala nyeri 6 menjadi skala nyeri 2 (0-10). Kesimpulan pada studi kasus ini adalah adanya penurunan setelah dilakukannya penerapan teknik relaksasi nafas dalam dengan rentang tingkat skala nyeri sedang menjadi tingkat skala nyeri ringan.

Kata kunci : Kanker Ovarium, Nyeri, Teknik Relaksasi Nafas Dalam

ABSTRACT

Hikma Nadya (2024). *Application of Deep Breath Relaxation Techniques to Reduce Pain Scale in Ovarian Ca Patients in the Tulip Room of Arifin Achmad Hospital Pekanbaru. Case Study Scientific Paper, DIII Nursing Study Program, Department of Nursing, Health Polytechnic of the Ministry of Health Riau. Supervisor (I) Ns. Melly, SST, S.Kep, M.Kes, (II) Ns. Usraleli, S.Kep, M.Kep.*

Ovarian cancer is a malignant tumor that is often found in women who have passed menopause, especially in the age range of 50 to 70 years. Ovarian ca is the third largest cancer of all gynecological cancer types after mammary and cervical ca. One complaint that often appears in patients with ovarian ca is pain. Pain management can be done non-pharmacologically, namely by giving deep breath relaxation techniques. The purpose of this case study is to describe the application of deep breath relaxation techniques to reduce pain scale in ovarian patients in the Tulip Room of Arifin Achmad Hospital Pekanbaru. This research is a descriptive case study with 2 ovarian ca subjects treated in the Tulip Room of Arifin Achmad Hospital Pekanbaru. This case study will be conducted from 25 to 28 April 2024. The intervention is carried out for 4 days with a frequency of application 3 times a day. Data collection was conducted by interviews, pain scale assessments and documentation studies. The instruments used are SOP for deep breath relaxation techniques and Numeric Rating Scale (NRS) pain scale assessment. Data is presented in narrative form. The results of this case study showed a decrease in the pain scale of subjects 1 and 2 from pain scale 6 to pain scale 2 (0-10). The conclusion in this case study is that there is a decrease after the application of deep breath relaxation techniques with a range of moderate pain scale levels to mild pain scale levels.

Keywords: *Ovarian Cancer, Pain, Deep Breath Relaxation Technique*