

GAMBARAN PENGETAHUAN DAN SIKAP PASIEN FRAKTUR TENTANG TEHNIK RELAKSASI NAFAS DALAM DI RSUD RADEN MATTATHER JAMBI TAHUN 2014

^{1*}Bejo, ²Wahyudin

^{1,2}Akademi Keperawatan Prima Jambi

*Korespondensi penulis : santosobejo43@yahoo.com

ABSTRAK

Hampir semua orang dengan nyeri kronis mendapatkan manfaat dari metode-metode relaksasi. Periode relaksasi yang teratur dapat membantu untuk melawan kelelahan dan ketegangan otot yang dengan nyeri kronis dan yang meningkatkan nyeri. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui Gambaran Pengetahuan dan Sikap Pasien Fraktur Tentang Tehnik Relaksasi Nafas Dalam Di RSUD Raden Mattather Jambi Tahun 2014.

Penelitian ini merupakan jenis penelitian deskriptif yaitu suatu penelitian yang berfungsi menggambarkan kondisi yang ditemukan di lapangan. Penelitian dilaksanakan pada bulan September 2014. Populasi dalam penelitian ini adalah seluruh pasien fraktur yang dirawat di RSUD Raden Mattather Jambi Tahun 2014 dengan jumlah sampel sebanyak 52 responden dengan teknik *accidental sampling*. Pengumpulan data dilakukan dengan menggunakan instrument berupa kuisioner yang kemudian diolah secara univariat.

Hasil penelitian dari 52 responden, sebagian besar berpengetahuan cukup yaitu 23 (44,2%) responden, dan sebagian kecil berpengetahuan baik yaitu 9 (17,3%) responden. Bersikap positif yaitu 38 (73,1%) responden, dan bersikap negatif yaitu 14 (26,9%) responden.

Berdasarkan hasil penelitian dapat disimpulkan, bahwa pengetahuan pasien yang tinggi berbanding lurus dengan sikap pasien fraktur tentang tehnik relaksasi nafas dalam di RSUD Raden Mattather Jambi Tahun 2014. Diharapkan kepada seluruh perawat yang ada di RSUD Raden Mattather Jambi agar dapat memberikan informasi yang lebih banyak kepada pasien dan keluarga, bahkan menerapkan tehnik ini kepada pasien yang mengalami nyeri terutama pada pasien fraktur, karena diketahui bahwa tehnik ini sangatlah mudah dan murah untuk dilaksanakan.

Kata Kunci : Pengetahuan, Fraktur, Relaksasi Nafas Dalam

PENDAHULUAN

Dikehidupan sehari-hari yang semakin padat dengan aktifitas masing-masing manusia dan untuk mengejar perkembangan zaman, manusia tidak akan lepas dari fungsi normal muskuloskeletal terutama tulang yang menjadi alat gerak utama bagi manusia, tulang membentuk rangka penyangga dan pelindung bagian tubuh dan tempat untuk melekatnya otot – otot yang menggerakkan kerangka tubuh, namun dari ulah manusia itu sendiri, fungsi tulang dapat terganggu karena mengalami fraktur. Fraktur biasanya disebabkan oleh trauma atau tenaga fisik. Kekuatan dan sudut dari tenaga tersebut, keadaan tulang, dan jaringan lunak disekitar tulang akan menentukan apakah fraktur yang terjadi itu lengkap atau tidak lengkap.

Berbagai penyebab fraktur diantaranya cedera atau benturan, faktor patologik, dan yang lainnya karena faktor beban. Badan kesehatan dunia (WHO) mencatat di tahun 2011 terdapat lebih dari 5,6 juta orang meninggal dikarenakan insiden kecelakaan dan sekitar 1.3 juta orang mengalami kecacatan fisik. Salah satu insiden kecelakaan yang memiliki prevalensi cukup tinggi yaitu insiden fraktur ekstremitas bawah sekitar 40% dari insiden kecelakaan yang terjadi. Penyebab terbanyaknya adalah insiden kecelakaan, tetapi faktor lain seperti proses degeneratif dan osteoporosis juga dapat berpengaruh terhadap terjadinya fraktur.

Kecelakaan lalu lintas dan kecelakaan kerja merupakan suatu keadaan yang tidak diinginkan yang terjadi pada semua usia dan secara mendadak. Angka tingkat kecelakaan

lalu lintas di Jambi masih cukup tinggi, terutama kecelakaan lalu lintas kendaraan roda dua, walaupun jumlah kasus kecelakaan lalu lintas (laka lantas) yang terjadi di Provinsi Jambi selama semester I tahun 2013 ini, yakni terhitung Januari hingga Juni, mengalami penurunan jika dibandingkan dengan kasus laka lantas pada semester I tahun 2012 lalu.

Segera setelah cedera, pasien berada dalam keadaan bingung, tidak menyadari adanya fraktur, dan berusaha berjalan dengan tungkai yang patah. Maka bila dicurigai adanya fraktur, penting untuk mengimobilisasi bagian tubuh segera sebelum pasien dipindahkan. Bila pasien yang mengalami cedera harus dipindahkan dari kendaraan sebelum dapat dilakukan pembidaian, ekstremitas harus disangga di atas dan di bawah tempat patah untuk mencegah gerakan rotasi maupun angulasi. Gerakan fragmen patah tulang dapat menyebabkan nyeri, kerusakan jaringan lunak, dan perdarahan lebih lanjut (Smeltzer dan Bare, 2002).

Nyeri adalah alasan utama seseorang untuk mencari bantuan perawatan kesehatan. Rasa sakit yang menjadi masalah umum yang dialami klien dan masyarakat. Juga merupakan sinyal tanda bahaya, jika diabaikan akan berakibat serius. Setiap orang akan bereaksi atau berespon berbeda dengan rangsang dan berat nyeri yang sama. Hal ini sangat bersifat subyektif individual dan bergantung dari banyak faktor individu yang akhirnya seseorang mencari pertolongan pengobatan atau mencoba mencari sendiri untuk mengatasinya.

Strategi penatalaksanaan nyeri mencakup pendekatan farmakologis dan non farmakologis. Farmakologis yaitu dilakukan dengan menggunakan obat-obat analgetik, yaitu untuk mengurangi atau menghilangkan rasa nyeri. Sedangkan metode non farmakologis dilakukan dengan cara stimulasi kutaneus melalui rangsangan permukaan kulit, akupunktur, dan tehnik

relaksasi yang merupakan kombinasi dari distraksi dan terapi kognitif yang terdiri dari relaksasi otot, imajinasi terpimpin dan tehnik relaksasi/ nafas dalam. Pengkombinasian antara tehnik non farmakologi dan tehnik farmakologi adalah cara yang efektif untuk menghilangkan nyeri terutama nyeri yang sangat hebat yang berlangsung selama berjam-jam atau bahkan berhari-hari (Smeltzer dan Bare, 2002).

Dalam melakukan intervensi keperawatan, manajemen nyeri nonfarmakologis merupakan tindakan *independent* seorang perawat dalam mengatasi respons nyeri klien. Teknik relaksasi nafas dalam merupakan suatu bentuk asuhan keperawatan, yang dalam hal ini perawat mengajarkan kepada klien bagaimana cara melakukan nafas dalam, nafas lambat (menahan inspirasi secara maksimal) dan bagaimana menghembuskan nafas secara perlahan. Selain dapat menurunkan intensitas nyeri, tehnik relaksasi nafas dalam juga dapat meningkatkan ventilasi paru dan meningkatkan oksigenisasi darah.

Klien dapat memejamkan matanya dan bernafas dengan perlahan dan nyaman. Periode relaksasi yang teratur dapat membantu untuk melawan kelelahan dan ketegangan otot (Smeltzer dan Bare, 2002). Relaksasi adalah suatu tindakan untuk membebaskan mental dan fisik dari ketegangan dan stres sehingga dapat meningkatkan toleransi terhadap nyeri. Tehnik relaksasi yang sederhana terdiri atas nafas abdomen dengan frekuensi lambat, berirama. Hampir semua orang dengan nyeri kronis mendapatkan manfaat dari metode – metode relaksasi. Periode relaksasi yang teratur dapat membantu untuk melawan kelelahan dan ketegangan otot yang dengan nyeri kronis dan yang meningkatkan nyeri (Andarmoyo, 2013).

Berdasarkan data dari Rekam Medik didapatkan jumlah pasien fraktur yang dirawat di RSUD Raden Mattather Jambi tahun 2011 sebanyak 283 orang,

tahun 2012 sebanyak 215 orang, dan tahun 2013 sebanyak 301 orang. Tahun 2014 dari Bulan Januari sampai Mei pasien fraktur yang dirawat tercatat sebanyak 140 orang.

Saat penulis melakukan survei awal pada tanggal 17 Juli 2014, diketahui pengetahuan pasien fraktur tentang tehnik relaksasi nafas dalam sangat kurang, dari 10 pasien hanya 3 orang pasien yang tahu tentang tehnik relaksasi nafas dalam dan 7 pasien lagi tidak tahu tentang tehnik relaksasi nafas dalam. Dari 10 pasien tadi, hanya 2 pasien mempunyai sikap yang positif dan 8 pasien lainnya memiliki sikap yang negatif tentang tehnik relaksasi nafas dalam, yang mungkin disebabkan karena belum mengetahui tentang tehnik relaksasi nafas dalam tersebut.

Jika pasien mengetahui akan mudah dan murah penanganannya nyeri dengan tehnik relaksasi nafas dalam, maka hal tersebut merupakan modal utama menuju kenyamanan. Dipandang dari segi biaya dan manfaat, penggunaan manajemen non farmakologi lebih ekonomis dan tidak ada efek sampingnya jika dibandingkan dengan penggunaan manajemen farmakologi. Selain juga mengurangi ketergantungan pasien terhadap obat-obatan (Smeltzer dan Bare, 2002).

Tujuan penelitian ini untuk melihat Gambaran Pengetahuan dan Sikap Pasien Fraktur Tentang Tehnik Relaksasi Nafas Dalam di Ruang Bedah Rumah Sakit Umum Raden Mattather Jambi Tahun 2014.

METODE PENELITIAN

Penelitian ini merupakan jenis penelitian *deskriptif* dan dilakukan pada bulan September 2014. Populasi adalah keseluruhan objek penelitian atau objek yang diteliti (Notoatmodjo, 2010). Populasi dalam penelitian ini adalah seluruh pasien fraktur yang dirawat di Ruang Bedah RSUD Raden Mattather Jambi Tahun 2014 sebanyak 140 orang pasien fraktur.

Jumlah sampel 52 responden, cara pengambilan sampel pada penelitian ini dengan cara menggunakan tehnik *accidental sampling*, yaitu pengambilan sampel yang secara kebetulan bertemu pada saat penelitian.

Analisis dalam penelitian ini adalah analisis univariat dilakukan untuk menyederhanakan, untuk memudahkan interpretasi data ke dalam bentuk penyajian baik bentuk *textuler* (narasi) maupun bentuk *tabular* (tabel) dari tampilan distribusi frekuensi responden menurut variabel yang diteliti. Selain itu analisis *univariat* juga bertujuan untuk memperoleh gambaran distribusi frekuensi dari setiap variabel yang diteliti.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Tabel 1. Gambaran Karakteristik Responden Berdasarkan Umur Di Ruang Bedah RSUD Raden Mattather Jambi Tahun 2014.

Umur	Frekuensi (F)	Persentase (%)
12 – 17 tahun	2	3,8
18 – 40 tahun	48	92,4
41 – 65 tahun	2	3,8
	52	100

Berdasarkan tabel 1 menunjukkan bahwa mayoritas responden berumur 18 – 40 tahun yaitu 48 (92,4%) responden

Tabel 2. Gambaran Karakteristik Responden Berdasarkan Pendidikan Di Ruang Bedah RSUD Raden Mattather Jambi Tahun 2014

Pendidikan	Frekuensi (F)	Persentase (%)
SD	6	11,5
SMP	14	26,9
SMU	22	42,3
Perguruan Tinggi	10	19,3
	52	100

Berdasarkan tabel 2 menunjukkan bahwa sebagian besar responden berpendidikan SMU yaitu 22 (42,3%) responden, dan sebagian kecil berpendidikan SD yaitu 6 (11,5%) responden.

Tabel 3. Gambaran Karakteristik Responden Berdasarkan Pekerjaan Di Ruang Bedah RSUD Raden Mattather Jambi Tahun 2014

Pekerjaan	Frekuensi (F)	Persentase (%)
Mahasiswa	8	15,4
Tidak bekerja	12	23,1
Wiraswasta	18	34,6
Pegawai swasta	9	17,3
PNS	5	9,6
	52	100

Berdasarkan tabel 3 menunjukkan bahwa sebagian besar responden bekerja sebagai wiraswasta yaitu 18 (34,6%) responden, dan sebagian kecil bekerja sebagai PNS yaitu 5 (9,6%) responden.

Tabel 4. Gambaran Pengetahuan Responden Tentang Tehnik Relaksasi Nafas Dalam Di Ruang Bedah RSUD Raden Mattather Jambi Tahun 2014

Pengetahuan	Frekuensi (F)	Persentase (%)
Kurang Baik	20	38,5
Cukup	23	44,2
Baik	9	17,3
	52	100

Berdasarkan tabel 4 menunjukkan bahwa sebagian besar responden berpengetahuan cukup yaitu 23 (44,2%) responden, dan sebagian kecil berpengetahuan baik yaitu 9 (17,3%) responden. Dari 52 responden, berpengetahuan cukup yaitu 23 (44,2%) responden, dan sebagian kecil berpengetahuan baik yaitu 9 (17,3%) responden. Menurut asumsi peneliti,

hal ini disebabkan karena responden menunjukkan bahwa sebagian besar responden berpendidikan tinggi yaitu 61,6% responden (SMU 42,3% dan Perguruan tinggi 19,3%) dan sebagian kecil berpendidikan rendah yaitu SD 11,5% responden .

Dari hasil penelitian dapat dilihat bahwa hanya 20 (38,5%) responden yang tidak memiliki pekerjaan, sedangkan 32 (61,5%) responden memiliki pekerjaan. Beberapa pekerjaan memiliki risiko yang tinggi terhadap terjadinya kecelakaan di jalan raya yang akan menyebabkan fraktur. Purwanto (2000), mengemukakan bahwa salah satu faktor yang berpengaruh pada perilaku kesehatan adalah tingkat pendidikan. Hasil pendidikan ikut membentuk pola berpikir, pola persepsi dan sikap pengambilan keputusan seseorang. Pendidikan seseorang yang meningkat mengajarkan individu mengambil keputusan yang terbaik untuk dirinya.

Pengetahuan adalah sejumlah fakta dan teori yang memungkinkan seseorang untuk dapat memecahkan masalah yang dihadapi (Setiadi, 2007).

Hasil penelitian ini sejalan Hendra (2008), yang mengatakan bahwa tingkat pendidikan turut menentukan mudah tidaknya seseorang menyerap dan memahami suatu pengetahuan yang mereka peroleh, pada umumnya semakin tinggi pendidikan seseorang makin baik pengetahuannya dan makin mudah pula untuk menerima informasi. Seseorang dengan pendidikan tinggi umumnya tanggap tentang keadaan sekitarnya, serta mempunyai minat dan peduli tentang kesehatan dan tanggap dalam memecahkan masalah yang ada pada dirinya serta adanya keinginan untuk menggali ilmu pengetahuan dari sumber-sumber lain.

Namun perlu ditekankan bahwa seseorang dengan berpendidikan rendah tidak berarti mutlak memiliki pengetahuan rendah. Peningkatan pengetahuan tidak mutlak diperoleh dari pendidikan formal, akan tetapi juga

dapat diperoleh pada pendidikan non formal.

Notoatmodjo (2012), juga menjelaskan bahwa tingkat pendidikan seseorang berpengaruh terhadap wawasan dan cara pandangnya dalam menghadapi suatu masalah, sehingga tidak dapat dipungkiri bahwa makin tinggi pendidikan seseorang semakin mudah pula mereka menerima informasi, dan pada akhirnya makin banyak pula pengetahuan yang dimilikinya. Sebaliknya jika seseorang dengan tingkat pendidikan rendah, akan menghambat perkembangan sikap seseorang terhadap penerimaan, informasi, dan nilai-nilai yang baru diperkenalkan. Walaupun, sebagian besar responden berpendidikan dasar tetapi sebagian besar pengetahuannya baik. Maka dari itu, sesuai hasil penelitian menyatakan bahwa pendidikan tinggi tidak selalu membuat pengetahuan seseorang menjadi lebih baik.

Dari 52 responden, hanya 20 responden yang tidak memiliki penghasilan (tidak bekerja dan sebagai mahasiswa), sedangkan 32 responden lagi memiliki penghasilan dan bekerja di luar rumah. Hal ini tentunya membuat pengetahuan responden menjadi lebih baik, karena sering terpapar dengan informasi dari luar.

Hal ini sesuai dengan pendapat dari Notoatmodjo (2010), bahwa pendidikan bukan merupakan satu-satunya faktor internal yang mempengaruhi pengetahuan seseorang, faktor internal yang mempengaruhi pengetahuan seseorang selain pendidikan adalah pekerjaan dan umur. Upaya yang dapat dilakukan untuk mengatasi pengetahuan pasien yang rendah tentang tehnik relaksasi nafas dalam adalah dengan cara perawat harus lebih banyak menginformasikan bahkan menerapkan teknik ini kepada pasien yang mengalami nyeri terutama pada pasien fraktur, karena diketahui bahwa teknik ini sangatlah mudah dan murah untuk dilaksanakan.

Tabel 5. Gambaran Sikap Responden Tentang Tehnik Relaksasi Nafas Dalam Di Ruang Bedah RSUD Raden Mattahter Jambi Tahun 2014

Sikap	Frekuensi (F)	Persentase (%)
Negatif	14	26,9
Positif	38	73,1
	52	100

Berdasarkan tabel 5 menunjukkan bahwa mayoritas responden bersikap positif yaitu 38 (73,1%) responden, dan minoritas responden bersikap negatif yaitu 14 (26,9%) responden. Dari 52 responden didapatkan bahwa sebagian besar responden bersikap positif yaitu 38 (73,1%) responden, dan sebagian bersikap negatif yaitu 14 (26,9%) responden.

Menurut asumsi peneliti hal ini disebabkan oleh pengetahuan responden yang mayoritas berpengetahuan cukup yaitu 23 (44,2%) responden, dan. Pendidikan responden yang tinggi juga sangat mempengaruhi sikap responden, dimana hasil penelitian didapatkan berpendidikan tinggi yaitu 61,6% responden (SMU 42,3% dan Perguruan tinggi 19,3%) dan sebagian kecil berpendidikan rendah yaitu SD 11,5% responden.

Responden yang mayoritas berpendidikan SMU (42,3%) dapat berpengaruh bagaimana responden bersikap dan berperilaku termasuk dalam berkendara sepeda motor secara baik dan aman. Kecelakaan yang dialami oleh responden merupakan salah satu bukti bagaimana tingkat pendidikan seseorang dapat mempengaruhi perilakunya. Jika dibandingkan dengan responden lain yang memiliki tingkat pendidikan yang lebih tinggi seperti diploma atau sarjana jumlah responden yang mengalami fraktur lebih sedikit dari pada responden dengan pendidikan SMP ataupun SD (Sehono, 2010).

Azwar (2008) menguraikan kepercayaan seseorang mengenai apa yang berlaku atau apa yang benar bagi objek sikap. Sekali kepercayaan itu terbentuk, maka ia akan dapat menjadi dasar pengetahuan seseorang mengenai apa yang diharapkan dari objek tertentu.

Upaya yang bisa dilakukan untuk lebih meningkatkan sikap responden agar mau mencari tahu tentang tehnik relaksasi atau bahkan mau melaksanakan tehnik tersebut untuk mengatasi nyerinya adalah dengan memberikan informasi kepada keluarga dan pasien khususnya pasien fraktur, bahwasanya tehnik relaksasi ini sangatlah mudah dilakukan, dan tentunya sangat efektif bila dilaksanakan dalam mengatasi ataupun menurunkan nyeri yang dirasakan.

SIMPULAN

Berdasarkan dari 52 responden, sebagian besar responden berpengetahuan cukup yaitu 23 (44,2%) responden, dan sebagian kecil berpengetahuan baik yaitu 9 (17,3%) responden. Dari 52 responden, mayoritas responden bersikap positif yaitu 38 (73,1%) responden, dan minoritas responden bersikap negatif yaitu 14 (26,9%) responden.

Berdasarkan hasil penelitian dapat disimpulkan, bahwa pengetahuan pasien yang tinggi berbanding lurus dengan sikap pasien fraktur tentang tehnik relaksasi nafas dalam di rsud raden mattather jambi tahun 2014. Diharapkan kepada seluruh perawat yang ada di RSUD Raden Mattather Jambi agar dapat memberikan informasi yang lebih banyak kepada pasien dan keluarga, bahkan menerapkan tehnik ini kepada pasien

yang mengalami nyeri terutama pada pasien fraktur, karena diketahui bahwa tehnik ini sangatlah mudah dan murah untuk dilaksanakan.

DAFTAR PUSTAKA

- Andarmoyo, S. (2013). *Konsep & Proses Keperawatan Nyeri*. Jogjakarta : Ar-Ruzz Media
- Azwar. (2008). *Penyusunan Skala Psikologi*. Yogyakarta: Pustaka Pelajar Offset
- Hendra. (2008). *Pengetahuan*. Di unduh dari <http://ajangberkarya.wordpress.com/>. Diakses pada tanggal 14 September 2014
- Notoatmodjo, S, (2010). *Metodologi Penelitian Kesehatan*. Jakarta : Rineka Cipta
- Notoatmodjo, S, (2012). *Promosi Kesehatan Dan Perilaku Kesehatan*. Jakarta : Rineka Cipta
- Purwanto. (2000). *Ilmu Keperawatan Komunitas 2*. Jakarta: CV. Sagung Seto
- Sehono, E. (2010). *Pengaruh Teknik Relaksasi Guided Imagery terhadap Penurunan Nyeri pada Pasien Pasca Operasi fraktur di RSUD DR. Moewardi Surakarta*. Skripsi. Tidak diterbitkan. Fakultas Ilmu Kesehatan universitas Muhammadiyah Surakarta
- Setiadi. (2007). *Konsep & Penulisan Riset Keperawatan*. Yogyakarta : Graha Ilmu
- Smeltzer, SC. (2002). *Buku Ajar Keperawatan Medikal Bedah Edisi 8 Vol 1*. Jakarta : EGC
- Smeltzer, SC. (2002). *Buku Ajar Keperawatan Medikal Bedah Edisi 8 Vol 3*. Jakarta : EGC