

PENGARUH TEKNIK RELAKSASI NAFAS DALAM TERHADAP MUAL MUNTAH PADA PASIEN POST SECTIO CAESAREA DENGAN ANESTESI SPINAL DI INSTALASI BEDAH SENTRAL RSUD AL IHSAN

**Sintike Amelia Lona
211FI03036**

Program Studi Sarjana Terapan Keperawatan Anestesiologi, Fakultas Ilmu Kesehatan
Universitas Bhakti Kencana

ABSTRAK

Mual muntah merupakan efek samping yang umum terjadi pada pasca operasi, terutama pada pasien yang menjalani operasi sectio caesarea (SC) dengan anestesi spinal. Salah satu intervensi non-farmakologis yang potensial dalam mengurangi mual muntah adalah teknik relaksasi nafas dalam. Tujuan umum dari penelitian ini untuk mengetahui pengaruh teknik relaksasi nafas dalam terhadap mual muntah pada pasien post operasi sectio caesarea dengan anestesi spinal di instalasi bedah sentral RSUD Al Ihsan. Metode penelitian ini menggunakan metode kuantitatif dengan desain *Pra-experimental* dengan pendekatan *one group pretest and posttest design*. Teknik pengambilan sampel menggunakan *purposive sampling*, dimana responden penelitian dipilih sesuai dengan kriteria inklusi dan eksklusi yang telah ditentukan. Sampel dalam penelitian ini berjumlah 40 responden. Penelitian ini dilakukan di Recovery Room (RR) dan telah memperoleh persetujuan etik dari komisi etik nomor 066/09.KEPK/UBK/V/2025. Pengumpulan data dilakukan dengan cara observasi menggunakan lembar skala mual muntah sebelum dan sesudah diberikan intervensi teknik relaksasi nafas dalam. Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa terdapat penurunan tingkat mual muntah yang signifikan setelah pemberian teknik relaksasi nafas dalam. Hasil penelitian menunjukkan bahwa sebelum diberikan relaksasi nafa dalam, lebih dari setengahnya (57.5%) merasa mual, kurang dari setengahnya (27.5%) mengalami muntah, dan sebagian kecil (15.0%) mengalami mual >30 menit dan muntah 2 kali. Setelah diberikan relaksasi nafas dalam, lebih dari setengahnya (57.5%) tidak mengalami mual muntah dan sebagian kecil (42.5%) masih merasakan mual. Hasil ini menunjukkan bahwa teknik relaksasi nafas dalam berpengaruh secara signifikan terhadap mual muntah pada pasien post sectio caesarea dengan anestesi spinal ($p < 0,05$).

Kata Kunci: Anestesi spinal, Mual muntah, Sectio Caesarea, Teknik relaksasi nafas dalam.

THE EFFECT OF DEEP BREATHING RELAXATION TECHNIQUE ON NAUSEA AND VOMITING IN POST-SECTION CAESAREAN PATIENTS WITH SPINAL ANESTHESIA IN THE CENTRAL SURGERY INSTALLATION OF AL IHSAN HOSPITAL

Sintike Amelia Lona
211FI03036

*Applied Bachelor of Anesthesia Nursing, Faculty of Health Sciences
Bhakti Kencana University*

ABSTRACT

Nausea and vomiting are common post-operative side effects, especially in patients undergoing caesarean section (CS) with spinal anesthesia. One potential non-pharmacological intervention in reducing nausea and vomiting is deep breathing relaxation techniques. The general objective of this study was to determine the effect of deep breathing relaxation techniques on nausea and vomiting in post-caesarean section patients with spinal anesthesia in the central surgical installation of Al Ihsan Hospital. This research method uses a quantitative method with a Pre-experimental design with a one group pretest and posttest design approach. The sampling technique used purposive sampling, where the research respondents were selected according to the inclusion and exclusion criteria that had been determined. The sample in this study amounted to 40 respondents. This study was conducted in the Recovery Room (RR) and has obtained ethical approval from the ethics commission number 066/09.KEPK/UBK/V/2025. Data collection was carried out by observation using a nausea and vomiting scale sheet before and after deep breathing relaxation technique intervention was given. The results of this study showed that there was a significant decrease in the level of nausea and vomiting after the administration of deep breathing relaxation techniques. The results showed that before deep breathing relaxation, more than half (57.5%) experienced nausea, less than half (27.5%) experienced vomiting, and a small proportion (15.0%) experienced nausea for >30 minutes and vomited 2 times. After deep breathing relaxation, more than half (57.5%) experience no nausea and vomiting and a small proportion (42.5%) still experienced nausea. These results indicate that deep breathing relaxation techniques significant effect nausea and vomiting in post-caesarean section patients undergoing spinal anesthesia ($p < 0.05$).

Keywords: *Deep breathing relaxation techniques, nausea and vomiting, caesarean section, spinal anesthesia.*