

ABSTRAK

Mioma uteri adalah tumor jinak otot rahim, disertai jaringan ikatnya sehingga dapat dalam bentuk padat yang membutuhkan tindakan pembedahan. Pasien dengan pasca operasi mioma uteri sering kali mengeluh nyeri. Salah satu intervensi dapat dilakukan memberikan teknik relaksasi nafas dalam dengan dzikir. Tujuan dari penelitian ini adalah untuk menerapkan teknik relaksasi nafas dalam dengan dzikir pada pasien pasca operasi mioma uteri dengan masalah keperawatan nyeri di ruang Arofah Rumah Sakit Islam Ahmad Yani Surabaya.

Desain penelitian karya ilmiah deskriptif, metode studi kasus. Subjeknya 1 orang pasien pasca operasi mioma uteri dengan masalah keperawatan nyeri. Prosedur pengambilan dan pengumpulan data dengan format pengkajian asuhan keperawatan, wawancara observasi, pemeriksaan fisik, dan dokumentasi.

Hasil intervensi selama 3 hari yang sesuai dengan NIC, dimana didalamnya terdapat tindakan mandiri perawat, memberikan teknik relaksasi nafas dalam dengan dzikir. Masalah nyeri mengalami penurunan dengan penurunan skala nyeri dari 5 ke 2, indikator hasil melaporkan nyeri terkontrol 4 (ringan), tindakan non farmakologis 4 (ringan).

Penerapan teknik relaksasi nafas dalam dengan dzikir berdampak positif mengatasi masalah nyeri dengan mengurangi skala nyeri. Diharapkan, perawat di ruangan Arofah menerapkan teknik relaksasi nafas dalam dengan dzikir untuk mengatasi masalah nyeri pada pasien pasca operasi mioma uteri.

Kata Kunci : Teknik Relaksasi Nafas Dalam dengan Dzikir, Mioma Uteri, Nyeri