

# Pengaruh latihan relaksasi pernapasan deep relax inspiration - pursed lip breathing (DRI-PLB) terhadap kelelahan kerja perawat IGD RSUP Persahabatan Jakarta = The effect of deep relax inspiration pursed lip breathing DRI-PLB to nurses fatigue at emergency department of RSUP Persahabatan Jakarta

Erwin Widyanto, author

Deskripsi Lengkap: <https://lib.ui.ac.id/detail?id=20446487&lokasi=lokal>

---

## Abstrak

Latar Belakang: Kelelahan pada perawat dan keselamatan pasien merupakan masalah Internasional. Upaya untuk mengurangi kelelahan kerja pada perawat sangat penting dalam upaya memberikan kualitas dan pelayanan yang aman. Teknik relaksasi pernafasan Deep Relax Inspiration ndash; Pursed Lip Breathing DRI-PLB yang dipilih dalam penelitian ini berdasarkan teori bahwa metode ini akan meningkatkan oksigenasi dan membawa efek relaksasi yang akan menyebabkan menurunnya kelelahan. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui pengaruh dari latihan relaksasi pernapasan Deep Relax Inspirasi ndash; Pursed Lip Breathing DRI-PLB terhadap kelelahan kerja perawat.

Metode: Sebuah studi pre-post intervensi dilakukan pada 39 perawat IGD. Kelelahan kerja diukur secara Subyektif dengan menggunakan Kuesioner Alat Ukur Perasaan Kelelahan Kerja KAUPK2 dan Visual Analog Fatigue Scale, dan secara Obyektif dengan waktu reaksi. Intervensi berupa latihan relaksasi pernapasan Deep Relax Inspirasi ndash; Pursed Lip Breathing DRI-PLB selama sepuluh menit di tengah shift kerja. Data itu diambil dalam enam hari berturut-turut untuk setiap subyek penelitian.

Hasil: Berdasarkan Kuesioner Alat Ukur Perasaan Kelelahan Kerja KAUPK2, didapatkan peningkatan yang signifikan pada tingkat kelelahan kerja 71,8 kelelahan sedang-berat pada pra-intervensi, dan 46,2 pasca-intervensi, p

.....

Background: Nurse fatigue and patient safety is an international issue. The effort to reduce nurse fatigue is very important to give a quality and safe service. Deep Relax Inspiration ndash Pursed Lip Breathing technique is chosen in this study based on theoretically that this method will improve oxygenation and brings relaxation effect that will reduce the fatigue in return. This study aimed to determine the effect of Deep Relax Inspiration ndash Pursed Lip Breathing DRI PLB technique to nurse's fatigue.

Method: A pre post intervention study was carried out to a total of 39 emergency nurses. The fatigue was measured Subjectively with Work Fatigue Measurement Questionnaire KAUPK2 and Visual Analogue Fatigue Scale, and Objectively with count of reaction time. The intervention was ten minutes Deep Relax Inspiration ndash Pursed Lip Breathing exercise in the middle of the work shift. The data was taken in six consecutive days for each subject.

Result: Based on the Work Fatigue Measurement Questionnaire KAUPK2, there was significant improvement on the level of fatigue 71.8 moderate severe fatigue in pre intervention, to 46.2 in post intervention, p