

**PENERAPAN RELAKSASI NAFAS DALAM UNTUK
MENGURANGI NYERI AKUT PADA PASIEN POST
OPERASI APPENDIKTOMI HARI KE-0 DIRUANG
ANGGREK RSUD PREMBUN KEBUMEN**

KARYA ILMIAH AKHIR NERS



Disusun Oleh :

**MAY AYU SAFITRI, S. Kep
NIM. 41121231036**

**PROGRAM STUDI PENDIDIKAN PROFESI NERS
FAKULTAS ILMU KESEHATAN
UNIVERSITAS AL- IRSYAD CILACAP
TAHUN 2024**

HALAMAN JUDUL

**PENERAPAN RELAKSASI NAFAS DALAM UNTUK
MENGURANGI NYERI AKUT PADA PASIEN POST
OPERASI APPENDIKTOMI HARI KE-0
DIRUANG ANGGREK RSUD
PREMBUN KEBUMEN**

KARYA ILMIAH AKHIR NERS



Diajukan Sebagai Persyaratan Untuk Memperoleh Gelar Ners
Pada Program Studi Profesi Ners Fakultas Ilmu Kesehatan
Universitas Al-Irsyad Cilacap

Disusun Oleh :
MAY AYU SAFITRI, S. Kep
NIM.41121231036

PROGRAM STUDI PENDIDIKAN PROFESI NERS
FAKULTAS ILMU KESEHATAN
UNIVERSITAS AL- IRSYAD CILACAP
TAHUN 2024

HALAMAN PERNYATAAN ORISINALITAS ATAU KEASLIAN PENELITIAN

Karya Ilmiah Akhir Ners ini adalah hasil karya saya sendiri, dan semua sumber baik yang dikutip maupun dirujuk telah saya nyatakan dengan benar.

Nama : May Ayu Safitri,S.Kep

NIM 41121231036

Tanda tangan :

Tanggal :



HALAMAN PERSETUJUAN

PENERAPAN RELAKSASI NAFAS DALAM UNTUK MENGURANGI NYERI AKUT PADA PASIEN POST OPERASI APPENDIKTOMI HARI KE-0 DIRUANG ANGREK RSUD PREMBUN KEBUMEN

Karya Ilmiah Akhir Ners ini telah disetujui untuk diujikan dihadapan penguji
Program Studi Pendidikan Profesi Ners Fakultas Ilmu Kesehatan
Universitas Al Irsyad Cilacap

Disusun Oleh :

May Ayu Safitri, S.Kep
NIM. 41121231036

Cilacap, 12 November 2024

Pembimbing

Bejo Danang, M.Kep.,Ns
NIP. 103 101 2847

Mengetahui,
Ketua Program Studi Profesi Ners

Trimeilia Suprihatiningsih, S.Kp., M.Kes
NIP. 103 10 03 441

**SURAT PERNYATAAN
LAYAK UJI SIDANG KARYA ILMIAH AKHIR NERS**

Nama : May Ayu Safitri, S.Kep
NIM : 41121231036
Judul KIAN : Penerapan Relaksasi Nafas Dalam Untuk Mengurangi Nyeri
Akut Pada Pasien *Post Op* Appendiktomi Hari Ke-0 Di
Ruang Anggrek Di RSUD Prembun Kebumen
No. HP :
Penguji : Suko Pranowo, M.Kep., Ns

Dinyatakan telah layak untuk diujikan dihadapan Dewan Penguji Ujian Karya
Ilmiah Akhir Ners Prodi Pendidikan Profesi Ners Fakultas Ilmu Kesehatan
Universitas Al-Irsyad Cilacap

Cilacap, 12 Juli 2024

Pembimbing

Bejo Danang, M.Kep., Ns
NIP. 103 101 2847

HALAMAN PENGESAHAN

Karya Ilmiah Akhir Ners ini diajukan oleh :

Nama : May Ayu Safitri, S.Kep

NIM : 41121231036

Judul KIAN : Penerapan Relaksasi Nafas Dalam Untuk Mengurangi Nyeri Akut Pada Pasien Post Operasi Appendiktomi Hari Ke-0 Di Ruang Anggrek Di RSUD Prembun Kebumen

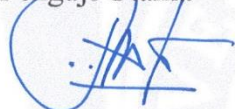
Program Studi : Pendidikan Profesi Ners

Fakultas : Ilmu Kesehatan

Telah berhasil dipertahankan di hadapan Dewan Penguji dan diterima sebagai persyaratan yang diperlukan untuk memperoleh gelar Ners pada Program Studi Profesi Ners Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas Al-Irsyad Cilacap.

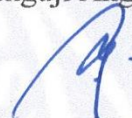
DEWAN PENGUJI

Penguji Utama



Suko Pranowo, M.Kep.,Ns
NIP. 103 100 5518

Penguji Anggota



Bejo Danang, M.Kep., M.Ns
NIP. 103 101 2847

Ditetapkan di :

Tanggal :

Mengetahui

Ketua Program Studi Profesi Ners



Trimeilia Suprihatiningsih, S.Kep., M.Kes
NIP. 103 100 3441

Mengesahkan

Dekan Fakultas Ilmu Kesehatan
Universitas Al-Irsyad Cilacap



Sohimah, M.Keb
NIP. 103 100 3469

HALAMAN PERNYATAAN PERSETUJUAN PUBLIKASI TUGAS AKHIR UNTUK KEPENTINGAN AKADEMIS

Sebagai sivitas akademik Universitas Al-Irsyad Cilacap, saya yang bertanda tangan di bawah ini :

Nama : May Ayu Safitri, S.Kep
NIM : 41121231036
Program Studi : Pendidikan Profesi Ners
Jenis Karya : Laporan Karya Ilmiah Akhir Ners

Demi pengembangan ilmu pengetahuan, menyetujui untuk memberikan kepada Universitas Al-Irsyad Cilacap. **Hak Bebas Royalti Non eksklusif (*Non-exclusive Royalty-Free Right*)** atas karya ilmiah saya yang berjudul : “Penerapan Relaksasi Nafas Dalam Untuk Mengurangi Nyeri Akut Pada Pasien Post Operasi Appendiktomi Hari Ke-0 Di Ruang Anggrek Di RSUD Prembun Kebumen”

Beserta perangkat yang ada (jika diperlukan). Dengan Hak Bebas Royalti Non eksklusif ini Universitas Al-Irsyad Cilacap berhak menyimpan, mengalih media/formatkan, mengelola dalam bentuk pangkalan data (*database*), merawat, dan mempublikasikan tugas akhir saya selama tetap mencantumkan nama saya sebagai penulis/pencipta dan sebagai pemilik Hak Cipta. Demikian pernyataan ini saya buat dengan sebenarnya.

Dibuat di : Cilacap
Pada tanggal :

Yang menyatakan

May Ayu Safitri, S.Kep
NIM. 41121231036

KATA PENGANTAR

Puji syukur peneliti panjatkan kepada Tuhan Yang Maha Esa, karena atas berkat dan rahmat-Nya, peneliti dapat menyelesaikan Laporan KIAN ini. Penulisan Laporan KIAN ini dilakukan dalam rangka memenuhi sebagai persyaratan mencapai derajat Ners pada Program Studi Pendidikan Profesi Ners Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas Al-Irsyad Cilacap. Peneliti menyadari bahwa, selama proses penyusunan laporan KIAN, peneliti mendapat bantuan dari berbagai pihak. Oleh karena itu, peneliti mengucapkan terima kasih kepada :

1. Sarwa, AMK.,S.Pd.,M.Kes selaku Rektor Universitas Al-Irsyad Cilacap.
2. Sohimah, M.Keb selaku Dekan Fakultas Ilmu Kesehatan Al-Irsyad Cilacap.
3. Trimeilia Suprihatiningsih, S.Kp.,M.Kes selaku Ketua Program Studi Pendidikan Profesi Ners Universitas Al-Irsyad Cilacap.
4. Bejo Danang,M.Kep.,Ns selaku dosen pembimbing utama yang telah menyediakan waktu, tenaga, dan pikiran untuk mengarahkan penelitidalam penyusunan laporan KIAN ini.
5. Suko Pranowo, M.Kep.,Ns selaku dosen penguji yang telah menyediakan waktu, tenaga, dan pikiran untuk mengarahkan peneliti dalam penyusunan laporan KIAN ini.
6. Kedua orang tua dan keluarga besar penulis yang selalu memberikan kasih sayang, doa, nasehat, serta kesabarannya yang luar biasa dalam setiap langkah hidup penulis yang merupakan anugrah terbesar dalam hidup
7. Seluruh rekan-rekan mahasiswa Program Studi Pendidikan Profesi Ners angkatan 2023 Universitas Al-Irsyad Cilacap yang selalu kompak berjuang untuk meraih cita-cita.

8. Semua pihak yang membantu penyusunan Karya Ilmiah Akhir Ners ini, baik secara langsung maupun tidak langsung yang tidak bisa peneliti sebut satu persatu.
9. Serta Khusain Cahyono S.Tr.Pas terimakasih atas bantuan serta dukungannya dalam penulisan Karya Ilmiah Ners ini.

Demikian ucapan terima kasih yang penulis sampaikan, peneliti berharap

Cilacap, 2024

May Ayu Safitri, S.Kep



Penerapan Relaksasi Nafas Dalam Untuk Mengurangi Nyeri Akut Pada Pasien Post Operasi Appendiktomi Hari Ke-0 Di Ruang Anggrek Di RSUD Prembun Kebumen

Implementation of Deep Breathing Relaxation to Reduce Acute Pain in Postoperative Appendectomy Patients on Day 0 in the Orchid Room at Prembun Regional Hospital, Kebumen

May Ayu Safitri¹, Bejo Danang², Suko Pranowo³

¹²³ University of AL-Irsyad Cilacap Jl. Cerme No. 24 Sidanegara Cilacap

ABSTRAK

Appendicitis adalah proses peradangan akut yang terjadi pada *Appendicitis* karena adanya obstruksi yang terjadi pada lumen apendiks. Tindakan untuk pasien dengan *appendicitis* yang sudah terjadi komplikasi adalah pembedahan (*appendectomy*). Salah satu gejala yang muncul akibat post operasi *appendiktomi* yaitu mengalami nyeri. Penatalaksanaan nyeri perlu dilakukan dalam manajemen nyeri yaitu salah satunya secara non farmakologi. Penatalaksanaan secara non farmakologis yang dapat digunakan dalam mengatasi nyeri yaitu Teknik relaksasi napas dalam, bertujuan untuk mengetahui pengaruh penerapan teknik relaksasi nafas dalam untuk mengurangi Nyeri Akut. Dengan metode yang digunakan menggunakan pendekatan studi kasus. Desain yang digunakan menggunakan Deskriptif, dengan Hasil Setelah dilakukan tindakan terapi relaksasi nafas dalam selama 3 hari didapatkan hasil adanya penurunan skala nyeri dari skala nyeri 5 menjadi skala nyeri 2. Kesimpulan Relaksasi nafas dalam merupakan salah satu terapi non farmakologi yang dapat menurunkan intensitas skala pada pasien Post Op *appendicitis*. Penerapan terapi Teknik relaksasi nafas dalam pada pasien Post Op *appendicitis* menunjukkan adanya pengaruh penurunan skala nyeri. Saran diharapkan Teknik relaksasi nafas dalam dapat diterapkan sebagai terapi non farmakologi untuk mengurangi nyeri.

Kata kunci: Nyeri, Post Op *appendiktomi*, Relaksasi Nafas Dalam.

ABSTRACT

Appendicitis is an acute inflammatory process that occurs in *appendicitis* due to obstruction that occurs in the lumen of the appendix. The action for patients with *appendicitis* who have complications is surgery (*appendectomy*). One of the symptoms that arise as a result of post-*appendectomy* surgery is experiencing pain. Pain management needs to be done in pain management, one of which is non-pharmacological. Non-pharmacological management that can be used to treat pain is the deep breathing relaxation technique, aims to determine the effect of applying deep breathing relaxation techniques to reduce acute pain. The method used uses a case study approach. The design used is descriptive, with results: After carrying out deep breathing relaxation therapy for 3 days, the results showed a decrease in the pain scale from a pain scale of 5 to a pain scale of 2. Conclusion Deep breathing relaxation is a non-pharmacological therapy that can reduce the intensity of the scale in Post-Op *appendicitis* patients. Therapeutic application of deep breathing relaxation techniques in Post-Op *appendicitis* patients shows the effect of reducing the pain scale. It is hoped that the deep breathing relaxation technique can be applied as a non-pharmacological.

Keywords: Pain, Post Op *appendectomy*, Deep Breath Relaxation.

DAFTAR ISI

HALAMAN JUDUL	i
HALAMAN PERNYATAAN ORISINALITAS	ii
ATAU KEASLIAN PENELITIAN	ii
HALAMAN PERSETUJUAN	iii
SURAT PERNYATAAN	iv
LAYAK UJI SIDANG KARYA ILMIAH AKHIR NERS	iv
HALAMAN PENGESAHAN	v
HALAMAN PERNYATAAN PERSETUJUAN PUBLIKASI	vi
TUGAS AKHIR UNTUK KEPENTINGAN AKADEMIS	vi
KATA PENGANTAR.....	vii
DAFTAR ISI	ix
BAB I.PENDAHULUAN	1
A. Latar Belakang	1
B. Tujuan	6
C. Manfaat Karya Ilmiah Ners.....	7
BAB II.TINJAUAN PUSTAKA	8
A. KONSEP MEDIS.....	8
1. <i>Appendicitis</i>	8
a. Pengertian <i>Appendicitis</i>	8
b. Etiologi	9
c. Manifestasi Klinis.....	9
d. Patofisiologi	10
e. Penatalaksanaan Medis	11
f. Persiapan Operasi	12
g. Penatalaksanaan Post Apendektomi	16
B. ASUHAN KEPERAWATAN.....	16
1. Konsep Nyeri	16
a. Definisi Nyeri	17
b. Etiologi nyeri	17
c. Tanda dan gejala	17

d. Skala nyeri	23
e. Patways	25
f. Penatalaksanaan Keperawatan	26
2. Asuhan Keperawatan	26
a. Pengkajian.....	26
b. Diagnosa Keperawatan	36
c. Intervensi	38
d. Implementasi.....	41
e. Evaluasi	42
C. EVIDENCE BASED PRACTICE (EBP).....	43
1. Konsep Teknik Relaksasi Nafas Dalam	43
2. Definisi	43
a. Tujuan.....	44
b. Indikasi Teknik Relaksasi Nafas Dalam	45
c. Kontra Indikasi Relaksasi Nafas Dalam	45
d. Manfaat Teknik Relaksasi Nafas Dalam.....	45
e. Prosedur Teknik Relaksasi Nafas Dalam	45
3. Jurnal Penerapan Relaksasi Nafas Dalam.....	46
BAB III.METODE PENELITIAN	49
A. Desain penelitian.....	49
B. Subjek studi kasus.....	49
C. Lokasi Dan Waktu Studi Kasus.....	50
D. Definisi operasional	50
E. Instrumen Studi Kasus	50
F. Metode Pengumpulan Data.....	51
G. Langkah-Langkah Pelaksanaan Studi Kasus	51
H. Analisis Data Dan Penyajian Data	52
I. Etika studi kasus.....	52
BAB IV.HASIL DAN PEMBAHASAN	53
A. Asuhan Keperawatan	53
1. Ringkasan hasil Pengkajian.....	53
2. Diagnosa Keperawatan berdasarkan SDKI	57

2. Rencana Asuhan Keperawatan.....	57
3. Implementasi.....	60
4. Evaluasi.....	68
B. Pembahasan.....	72
1. Analisis Karakteristik	72
2. Analisis penerapan tindakan EBP pada kasus kelolaan	75
BAB V PENUTUP	78
A. Kesimpulan	79
B. Saran	79
DAFTAR PUSTAKA	



DAFTAR TABEL

Tabel 2.1	Patways	25
Tabel 2.2	Pola makan	34
Tabel 2.3	Intervensi	39
Tabel 2.4	Jurnal penerapan	46
Tabel 3.1	Definisi operasional	50
Tabel 4.1	Terapi obat	55
Tabel 4.2	Perkembangan skala	77



DAFTAR LAMPIRAN

- Lampiran 1 : SOP Relaksasi Nafas Dalam
Lampiran 2 : Loogbook lembar konsul
Lampiran 3 : Lembar alat ukur numerik scale

