

**PENERAPAN TEKNIK RELAKSASI NAFAS DALAM UNTUK
MENGURANGI NYERI AKUT PADA PASIEN POST OPERASI
SECTIO CAESAREA (SC) DI RUANG MAWAR RUMAH
SAKIT UMUM DAERAH MAJENANG**

KARYA ILMIAH AKHIR NERS



**Oleh : TRI BAROROH RATNANINGSIH
NIM. 41121231022**

**PROGRAM STUDI PROFESI NERS
FAKULTAS ILMU KESEHATAN
UNIVERSITAS AL-IRSYAD CILACAP
TAHUN 2023**

**PENERAPAN TEKNIK RELAKSASI NAFAS DALAM UNTUK
MENGURANGI NYERI AKUT PADA PASIEN POST OPERASI
SECTIO CAESAREA (SC) DI RUANG MAWAR RUMAH
SAKIT UMUM DAERAH MAJENANG**

KARYA ILMIAH AKHIR NERS



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

Oleh : TRI BAROROH RATNANINGSIH
NIM. 41121231022

PROGRAM STUDI PROFESI NERS
FAKULTAS ILMU KESEHATAN
UNIVERSITAS AL-IRSYAD CILACAP
TAHUN 2023

HALAMAN PERNYATAAN ORISINALITAS

LEMBAR KEASLIAN PENELITIAN

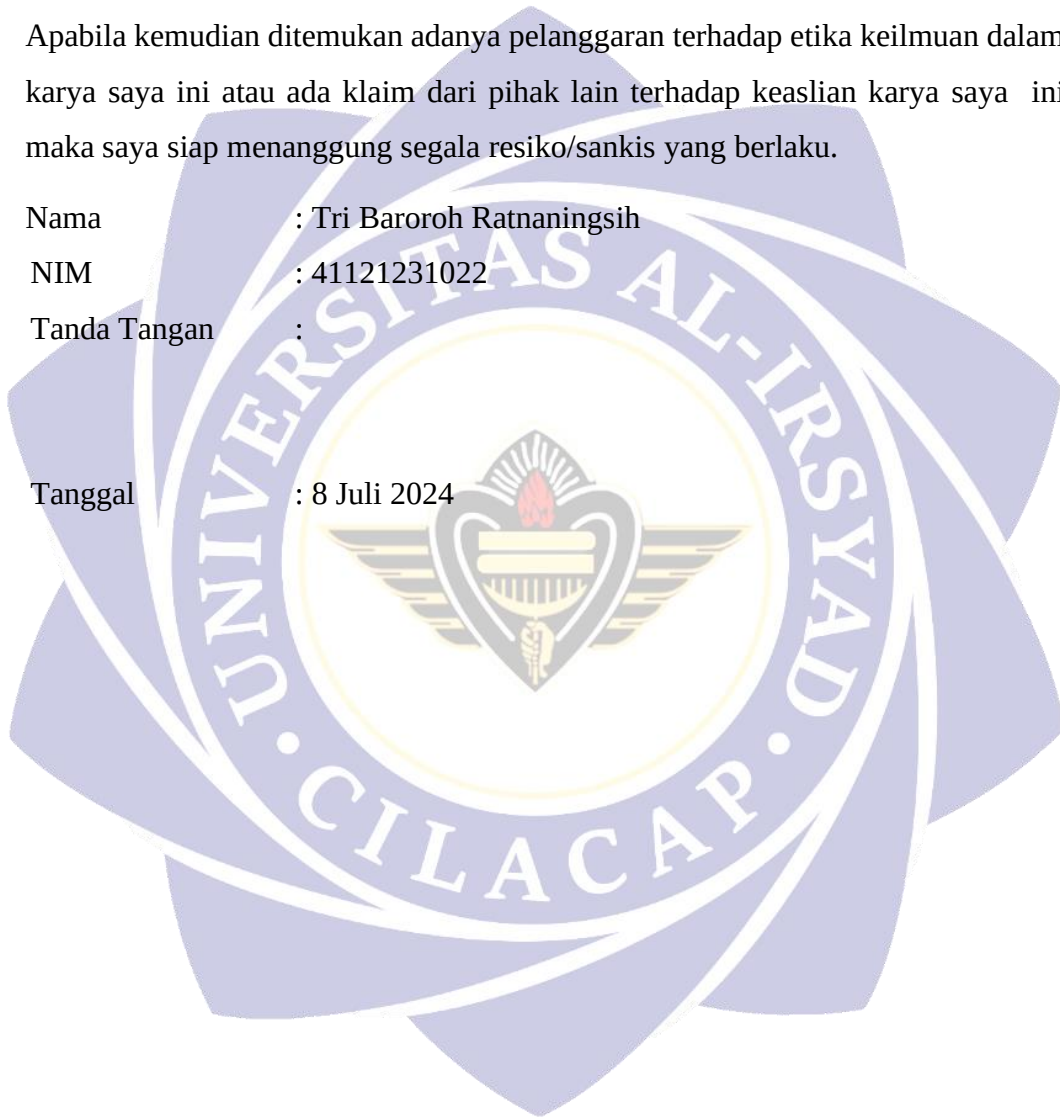
Dengan ini saya menyatakan bahwa Karya Ilmiah Akhir Ners ini adalah karya saya sendiri dan bukan merupakan karya oranglain, baik sebagian maupun seluruhnya, kecuali dalam bentuk kutipan yang telah disebutkan sumbernya. Apabila kemudian ditemukan adanya pelanggaran terhadap etika keilmuan dalam karya saya ini atau ada klaim dari pihak lain terhadap keaslian karya saya ini maka saya siap menanggung segala resiko/sanksi yang berlaku.

Nama : Tri Baroroh Ratnaningsih

NIM : 41121231022

Tanda Tangan :

Tanggal : 8 Juli 2024



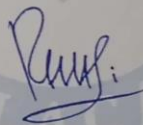
LEMBAR PERSETUJUAN

PENERAPAN TEKNIK RELAKSASI NAFAS DALAM UNTUK MENGURANGI NYERI AKUT PADA PASIEN POST OPERASI *SECTIO* *CAESAREA* (SC) DI RUANG MAWAR RUMAH SAKIT UMUM DAERAH MAJENANG

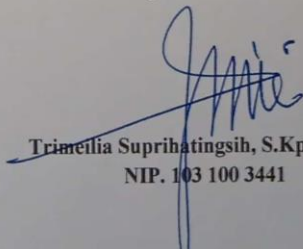
Karya Ilmiah Akhir Ners ini telah disetujui untuk diujikan dihadapan
penguji Program Studi Profesi Ners Fakultas Ilmu Kesehatan
Universitas Al-Irsyad Cilacap

Oleh : TRI BAROROH RATNANINGSIH
NIM. 41121231022

Cilacap, 4 Juni 2024
Pembimbing


Resti Ikhdha Syamsiyah, M.Kep., Ns
NIP. 10310221084

Mengetahui,
Ketua Program Studi Profesi Ners


Trimelilia Suprihatingsih, S.Kp., M.Kes
NIP. 103 100 3441

HALAMAN PENGESAHAN

Karya Ilmiah Akhir Ners diajukan oleh :

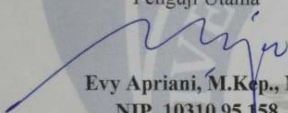
Nama Mahasiswa : Tri Baroroh Ratnaningsih
NIM : 41121231022
Program Studi : Pendidikan Profesi Ners
Judul KIAN : Penerapan Teknik Relaksasi Nafas Dalam Untuk
Mengurangi Nyeri Akut Pada Pasien Post *Seccio*
Caesarea (SC) Di Ruang Mawar Rumah Sakit Umum
Daerah Majenang..

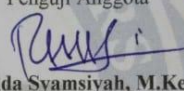
Telah berhasil dipertahankan di hadapan Dewan Penguji dan diterima sebagai bagian persyaratan yang diperlukan untuk memperoleh gelar Ners pada Program Studi Profesi Ners Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas Al-Irsyad Cilacap.

DEWAN PENGUJI

Penguji Utama

Penguji Anggota


Evy Apriani, M.Kep., Ns
NIP. 10310 95 158


Resti Ikhdha Syamsiyah, M.Kep., Ns
NIP. 10310221084

Ditetapkan di : Cilacap
Tanggal : 15 Juli 2023

Mengetahui,

Ketua Program Studi Profesi Ners


Trimelita Suprihatingsih, S.Kp., M.Kes
NIP. 103 100 3441

Mengesahkan,

Dekan Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas Al-Irsyad Cilacap


Soliman, S.ST., M.Keb
NIP. 103 100 3469

KATA PENGANTAR

Assalamu'alaikum Warahmatullahi Wabarakatuh

Alhamdulillahirabbil'amin, Puji syukur penulis panjatkan kepada Allah Subhanahu Wa Ta'ala, karena atas berkat dan rahmat-Nya, penulis dapat menyelesaikan Karya Ilmiah Akhir Ners dengan judul “Penerapan Teknik Relaksasi Nafas Dalam Untuk Mengurangi Nyeri Akut Pada Pasien Post *Section Caesarea* (SC) Di Ruang Mawar Rumah Sakit Umum Daerah Majenang.” Penulisan Karya Ilmiah Akhir Ners ini dilakukan dalam rangka memenuhi salah satu syarat untuk mencapai gelar Ners Keperawatan, pada Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas Al-Irsyad Cilacap. Selama proses penyusunan Karya Ilmiah Akhir Ners ini penulis mendapatkan arahan, bimbingan dan motivasi dari berbagai pihak sehingga dapat tersusun dengan baik. Oleh karena itu, penulis mengucapkan terima kasih kepada:

1. Allah Subhanau Wa Ta'ala yang telah memberikan kemudahan kelancaran dan kesehatan, sehingga Karya Ilmiah Akhir Ners ini dapat terselesaikan dengan baik.
2. Rasulullah Shallahu'alaihi Wassalam yang telah menjadi tauladan yang baik dan penuntun hidup.
3. Sarwa, AMK., S.Pd., M.Kes. selaku Rektor Universitas Al-Irsyad Cilacap.
4. Sohimah, S.ST., M.Keb selaku Dekan Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas Al-Irsyad Cilacap.
5. Trimeilia Suprihatingsih, S.Kp., M.Kes. selaku Ketua Program Studi Profesi Ners Universitas Al-Irsyad Cilacap.

6. Evy Apriani, M.Kep., Ns selaku Penguji Utama yang telah memberikan saran dan masukan untuk Karya Ilmiah Akhir Ners saya.
7. Resti Ikhdha Syamsiyah, M.Kep., Ns selaku Pembimbing Utama dan Penguji Anggota yang telah memberikan arahan, saran, masukan dan kritik kepada penulis dalam pembuatan Karya Ilmiah Akhir Ners ini.
8. Orang tua dan keluarga saya yang telah memberikan bantuan dukungan material, moral, semangat serta doa yang senantiasa dipanjatkan.
9. Diri saya sendiri yang telah berjuang sampai titik ini. *Thank you, I love my self.*
10. *Someone special* yang telah memberikan semangat dan motivasi sehingga saya bisa berada titik ini.
11. Teman-teman saya yang sudah memberikan semangat dan membantu saya dalam pembuatan Karya Ilmiah Akhir Ners ini.

Akhir kata, saya berharap Allah Subhanahu Wa Ta'ala berkenan membalas segala kebaikan semua pihak yang telah membantu. Semoga Karya Ilmiah Akhir Ners ini. membawa manfaat bagi pengembangan ilmu.

Cilacap, 4 Juli 2024

Penulis

PENYATAAN PERSETUJUAN PUBLIKASI UNTUK KEPENTINGAN AKADEMIS

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

Nama Mahasiswa : Tri Baroroh Ratnaningsih
NIM : 4112121022
Program Studi : Profesi Ners
Fakultas : Ilmu Kesehatan
Jenis Karya : Karya Ilmiah Akhir Ners

Demi pengembangan ilmu pengetahuan, menyetujui untuk memberikan kepada Universitas Al-Irsyad Cilacap **Hak Bebas Royalti Noneksklusif (Non-exclusive Royalty-Free Right)** atas karya ilmiah saya yang berjudul :

**PENERAPAN TEKNIK RELAKSASI NAFAS DALAM UNTUK
MENGURANGI NYERI AKUT PADA PASIEN POST OPERASI *SECTIO*
CAESAREA (SC) DI RUANG MAWAR RUMAH SAKIT UMUM DAERAH
MAJENANG**

Beserta perangkat yang ada (jika diperlukan). Dengan Hak Bebas Royalti Noneksklusif 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.

Cilacap, 8 Juli 2024

(Tri Baroroh Ratnaningsih)

**PENERAPAN TEKNIK RELAKSASI NAFAS DALAM UNTUK MENGURANGI
NYERI AKUT PADA PASIEN POST OPERASI *SECTIO CAESAREA* (SC) DI
RUANG MAWAR RUMAH SAKIT UMUM DAERAH MAJENANG**

***APPLICATION OF DEEP BREATH RELAXATION TECHNIQUES TO REDUCE
ACUTE PAIN IN POSTOPERATIVE *SECTIO CAESAREA* (SC) PATIENTS IN THE
ROSE ROOM OF THE MAJENANG REGIONAL GENERAL HOSPITAL***

Tri Baroroh Ratnaningsih¹, Resti Ikhdha Syamsiyah²

^{1,2} Universitas Al-Irsyad Cilacap
Jl. Cerme No. 24 Sidanegara Cilacap

ABSTRAK

Sectio caesarea adalah prosedur pembedahan dimana bayi dikeluarkan dari rahim ibu dengan cara membuat sayatan pada dinding perut dan rahim ibu. Tindakan pembedahan atau operasi dapat menimbulkan berbagai keluhan dan gejala nyeri. Tujuan penulisan karya ilmiah ini untuk menggambarkan penerapan teknik relaksasi nafas dalam untuk mengurangi nyeri akut pada pasien post *Sectio Caesarea* (SC) di ruang Mawar Rumah Sakit Umum Daerah Majenang. Metode karya ilmiah ini adalah deskriptif dengan menggunakan pendekatan studi kasus pada pasien post operasi *Sectio Caesarea* yang mengalami nyeri akut. Pengukuran nyeri dilakukan menggunakan *Numeric Rating Scale* (NRS). Tindakan teknik relaksasi nafas dalam dilakukan sebanyak 1 siklus selama 5-10 menit dengan frekuensi 2x dalam sehari dan dilakukan dalam waktu 3 hari berturut-turut. Hasil studi kasus ini didapatkan penurunan tingkat skala nyeri dari skala nyeri 6 menjadi skala nyeri 3. Kesimpulan dari studi kasus ini, teknik relaksasi nafas dalam dapat digunakan untuk mengatasi nyeri pada pasien post operasi *Sectio Caesarea*.

Kata kunci : *Sectio Caesarea*, Nyeri Akut, Teknik relaksasi nafas dalam

ABSTRACT

Sectio caesarea is a surgical procedure in which the baby is removed from the mother's womb by making an incision in the abdominal wall and uterus of the mother. Surgery or surgery can cause various complaints and pain symptoms. The purpose of writing this scientific work is to describe the application of deep breath relaxation techniques to reduce acute pain in post *Sectio Caesarea* (SC) patients in the Mawar room of the Majenang Regional General Hospital. The method of this scientific work is descriptive using a case study approach in post *Sectio Caesarea* surgery patients who experience acute pain. Pain measurement is done using the *Numeric Rating Scale* (NRS). The action of deep breath relaxation techniques was carried out as much as 1 cycle for 5-10 minutes with a frequency of 2x a day and carried out within 3 consecutive days. The results of this case study obtained a decrease in the level of pain scale from pain scale 6 to pain scale 3. The conclusion of this case study, deep breath relaxation techniques can be used to overcome pain in postoperative *Sectio Caesarea* patients.

Keywords : *Sectio Caesarea*, Acute Pain, Deep Breath Relaxation Technique

DAFTAR ISI

HALAMAN JUDUL.....	Error! Bookmark not defined.
HALAMAN PERNYATAAN ORISINALITAS.....	3
LEMBAR PERSETUJUAN.....	Error! Bookmark not defined.
HALAMAN PENGESAHAN.....	4
KATA PENGANTAR	5
PENYATAAN PERSETUJUAN PUBLIKASI.....	8
ABSTRAK.....	9
DAFTAR ISI.....	10
DAFTAR TABEL.....	12
DAFTAR GAMBAR.....	13
DAFTAR BAGAN	14
BAB I PENDAHULUAN.....	Error! Bookmark not defined.
A. Latar Belakang	Error! Bookmark not defined.
B. Tujuan	Error! Bookmark not defined.
C. Manfaat	Error! Bookmark not defined.
BAB II TINJAUAN PUSTAKA.....	Error! Bookmark not defined.
A. Konsep <i>Sectio Caesarea</i> (SC).....	Error! Bookmark not defined.
B. Asuhan Keperawatan Nyeri Akut Pada Pasien <i>Post Sectio Caesarea</i> Error!	Bookmark not defined.
C. <i>Evidence Base Practice</i> (EBP).....	Error! Bookmark not defined.
BAB III METODE TINJAUAN KASUS	Error! Bookmark not defined.
A. Desain / Jenis Karya Ilmiah	Error! Bookmark not defined.
B. Subjek Studi Kasus	Error! Bookmark not defined.
C. Lokasi dan Waktu Studi Kasus	Error! Bookmark not defined.
D. Definisi Operasional.....	Error! Bookmark not defined.
E. Instrumen Studi Kasus	Error! Bookmark not defined.
F. Metode Pengumpulan Data	Error! Bookmark not defined.

G. Langkah-langkah Pelaksanaan Studi Kasus	Error! Bookmark not defined.
H. Analisis Data dan Penyajian Data	Error! Bookmark not defined.
I. Etika Studi Kasus	Error! Bookmark not defined.
BAB IV HASIL DAN PEMBAHASAN	Error! Bookmark not defined.
A. Asuhan Keperawatan	Error! Bookmark not defined.
B. Pembahasan.....	Error! Bookmark not defined.
1. Analisis karakteristik pasien.....	Error! Bookmark not defined.
2. Analisis penerapan tindakan EBP pada kasus kelolaan	Error! Bookmark not defined.
C. Keterbatasan Studi Kasus.....	Error! Bookmark not defined.
BAB V SIMPULAN DAN SARAN	Error! Bookmark not defined.
A. Simpulan	Error! Bookmark not defined.
B. Saran.....	Error! Bookmark not defined.
DAFTAR PUSTAKA	Error! Bookmark not defined.
LAMPIRAN.....	Error! Bookmark not defined.

DAFTAR TABEL

Tabel 2. 1 *Evidence Base Practice* (EBP)..... 38

Tabel 3. 1 Definisi Operasional**Error! Bookmark not defined.**



DAFTAR GAMBAR

Gambar 3. 1 *Numeric Rating Scale (NRS)***Error! Bookmark not defined.**



DAFTAR BAGAN

Bagan 2. 1 <i>Pathways</i>	18
----------------------------------	----

