

**POLITEKNIK KESEHATAN TANJUNGPURUN
JURUSAN KEPERAWATAN
PROGRAM STUDI PENDIDIKAN PROFESI NERS
Karya Ilmiah Akhir Ners, 07 Juni 2024**

Della Puspita

ANALISIS TINGKAT NYERI PADA PASIEN *POST OPERASI HERNIATOMY* DENGAN INTERVENSI TERAPI RELAKSASI NAFAS DALAM METODE 4-7-8 DAN AROMATERAPI LEMON DI RS BHAYANGKARA POLDA LAMPUNG TAHUN 2024.

xiv+ 61 halaman, 4 tabel, 3 gambar, 5 Lampiran

ABSTRAK

Berdasarkan data Riset Kesehatan Daerah pada tahun 2017 di Indonesia *hernia* merupakan penyakit dengan urutan kedua setelah batu saluran kemih sebanyak 2.245 kasus *hernia*. Proporsi *hernia* di Indonesia didominasi oleh pekerja berat sebesar 7.347 kasus *hernia* (Riskesdas,2018). Pasca bedah *hernia* masalah yang sering dijumpai adalah nyeri yang disebabkan oleh *insisi*, hal ini dapat ditunjukkan dengan adanya nyeri seperti ekspresi perasaan nyeri, perubahan tanda-tanda *vital* dan pembatasan aktivitas. Permasalahan nyeri ini memerlukan kombinasi terapi *nonfarmakologi*. Penatalaksanaan nyeri dapat dilakukan dengan teknik *farmakologi* dan *non farmakologi*. Teknik non farmakologi diantaranya relaksasi nafas dalam metode 4-7-8 dan aromaterapi menggunakan aromaterapi lemon, bertujuan untuk menganalisis perbedaan tingkat nyeri sebelum dan sesudah diberikan intervensi terapi relaksasi nafas dalam metode 4-7-8 dan aromaterapi lemon. Jenis penelitian meliputi asuhan keperawatan *post operasi herniatomy* yang dilakukan pada 1 (satu) orang pasien secara komprehensif. Berdasarkan hasil uraian tentang analisis tingkat nyeri pada pasien post operasi *herniatomy*, maka didapatkan kesimpulan pemberian teknik *nonfarmakologi* relaksasi nafas dalam metode 4-7-8 dan aromaterapi lemon mengalami penurunan intensitas nyeri yang dimana terdapat perbedaan sebelum dan sesudah diberikan teknik nonfarmakologi relaksasi nafas dalam metode 4-7-8 dan aromaterapi lemon selama 4 hari, dibuktikan dengan menggunakan skor *Visual Analog Scale* pada hari pertama dengan skala nyeri 5, kemudian setelah dilakukan teknik nonfarmakologi nafas dalam metode 4-7-8 dan aromaterapi lemon selam 4 kali pertemuan didapatkan perubahan skala nyeri yaitu dengan skala nyeri 3.

Kata Kunci : Nafas Dalam Metode 4-7-8, Aromaterapi Lemon, Post operasi *herniatomy*

Daftar Bacaan : 37 (2014 – 2023)

**TANJUNGPOLDA POLYTECHNIC OF HEALTH
TANJUNGPOLDA SCHOOL OF NURSING
NERS PROFESSIONAL STUDY
Final Professional Nurse report, 07 June 2024**

Della Puspita

**ANALYSIS OF PAIN LEVELS IN POST HERNIATOMY OPERATION
PATIENTS WITH BREATH RELAXATION THERAPY INTERVENTION
IN THE 4-7-8 METHOD AND LEMON AROMATHERAPY AT
BHAYANGKARA HOSPITAL, LAMPUNG POLDA, 2024.**

xiv+ 61 pages, 4 tables, 3 figures, 5 attachments

ABSTRACT

Based on Regional Health Research data in 2017 in Indonesia, hernia was the second disease after urinary tract stones with 2,245 hernia cases. The proportion of hernias in Indonesia is dominated by heavy workers with 7,347 hernia cases (Risksedas, 2018). After hernia surgery, the problem that is often encountered is pain caused by the incision, this can be indicated by the presence of pain such as expressions of pain, changes in vital signs and activity restrictions. This pain problem requires a combination of non-pharmacological therapy. Pain management can be done using pharmacological and non-pharmacological techniques. Non-pharmacological techniques include breath relaxation in the 4-7-8 method and aromatherapy using lemon aromatherapy, aimed at analyzing differences in pain levels before and after being given the breath relaxation therapy intervention in the 4-7-8 method and lemon aromatherapy. This type of research includes post-herniatomy surgery nursing care carried out on 1 (one) patient in a comprehensive manner. Based on the results of the description of the analysis of pain levels in post-herniatomy surgery patients, it was concluded that giving the non-pharmacological breath relaxation technique in the 4-7-8 method and lemon aromatherapy experienced a decrease in pain intensity, where there was a difference before and after being given the non-pharmacological breath relaxation technique in the 4 method. -7-8 and lemon aromatherapy for 4 days, proven by using the Visual Analog Scale score on the first day with a pain scale of 5, then after using non-pharmacological breathing techniques using the 4-7-8 method and lemon aromatherapy for 4 meetings, changes in the pain scale were obtained. namely with a pain scale of 3.

Kata Kunci : Deep Breathing 4-7-8 Method, Lemon Aromatherapy, Post herniatomy surgery

Daftar Bacaan : 37 (2014 – 2023)