

POLITEKNIK KESEHATAN KEMENTERIAN KESEHATAN TANJUNGPUR
JURUSAN KEPERAWATAN
PROGRAM STUDI DIII KEPERAWATAN KOTABUMI

Karya Tulis Ilmiah, Mei 2024
Reni Soraya

PENERAPAN TEKNIK RELAKSASI NAFAS DALAM TERHADAP PENURUNAN SKALA NYERI
PADA PASIEN POST OPERASI *SECTIO CAESAREA* DI RUMAH SAKIT HANDAYANI
KOTABUMI LAMPUNG UTARA

xvii + 47 halaman + 7 tabel + 3 gambar + 6 lampiran

ABSTRAK

Sectio Caesarea (SC) merupakan tindakan mengeluarkan bayi melalui insisi pada dinding abdomen dan uterus untuk menyelamatkan ibu dan bayi atas beberapa indikasi medis. Masalah yang timbul pada pasien post operasi SC adalah nyeri, yaitu suatu keadaan yang disebabkan oleh rangsangan tertentu. Penatalaksanaan nyeri dapat dilakukan secara farmakologi dan nonfarmakologi, salah satu penatalaksanaan nonfarmakologi pada nyeri yaitu teknik relaksasi nafas dalam. Tujuan teknik relaksasi nafas dalam adalah agar individu dapat mengontrol diri ketika terjadi rasa ketegangan dan stress yang membuat individu di kondisi yang tidak nyaman menjadi nyaman dan rileks. Tujuan penelitian ini untuk mengetahui gambaran penerapan teknik relaksasi nafas dalam terhadap penurunan skala nyeri pada pasien post op SC. Penelitian ini merupakan Studi Kasus dengan responden satu ibu post partum dengan SC. Hasil penelitian setelah diterapkan teknik relaksasi nafas dalam dan pemberian analgesik terjadi penurunan skala nyeri dari skala nyeri 6 menjadi 2 (0-10). Kesimpulan dari penelitian ini adalah penerapan teknik relaksasi nafas dalam yang dikolaborasi dengan pemberian analgesik dapat menurunkan skala nyeri yang signifikan. Saran bagi perawat diharapkan agar dapat memfasilitasi penerapan teknik nonfarmakologi relaksasi nafas dalam ke pasien yang mengalami masalah keperawatan nyeri akut dengan tidak mengabaikan teknik farmakologi.

Kata kunci : Teknik Relaksasi Nafas Dalam, Nyeri Akut, *Sectio Caesarea*
Daftar bacaan : 36 (2016 – 2024)

HEALTH POLYTECHNIC MINISTRY OF HEALTH TANJUNGPUR
NURSING DEPARTMENT
DIPLOMA NURSING PROGRAM KOTABUMI

Karya Tulis Ilmiah, Mei 2024
Reni Soraya

APPLICATION OF DEEP BREATHING RELAXATION TECHNIQUES TO REDUCE THE PAIN SCALE IN PATIENT AFTER CAESAREAN SECTION AT HANDAYANI HOSPITAL KOTABUMI NORTH LAMPUNG

xvii + 47 pages + 7 tables + 3 pictures + 6 appendices

ABSTRACT

Section Caesarea (SC) is the act of removing a baby through an incision in the abdominal wall and uterus to save the mother and baby for several medical indications. The problem that arises in post-SC surgery patients is pain, which is a condition caused by certain stimuli. Pain management can be done pharmacologically and non-pharmacologically, one of the non-pharmacological treatments for pain is the deep breathing relaxation technique. The aim of this deep breathing relaxation technique is that individuals can control themselves when there is a feeling of tension and stress which makes individuals who are in an uncomfortable condition become comfortable and relaxed. The aim of this study was to determine the application of deep breathing relaxation techniques to reduce the pain scale in post-op SC patients. This research is a case study with one respondent, a post partum mother with SC. The results of this study, after applying the deep breathing relaxation technique and administering analgesics, resulted in a decrease in the pain scale from a pain scale of 6 to 2 (0-10). The conclusion of this research is that the application of deep breathing relaxation techniques in collaboration with the administration of analgesics can reduce the pain scale significantly. Suggestions for nurses to facilitate the application of non-pharmacological deep breathing relaxation techniques to patients who experience acute pain nursing problems without ignoring pharmacological techniques.

Keywords: Deep Breathing Relaxation Technique, Acute Pain, Caesarea Sectio
Reference: 36 (2016 – 2024)