

POLITEKNIK KESEHATAN TANJUNGPUR  
JURUSAN KEPERAWATAN  
PROGRAM STUDI PENDIDIKAN PROFESI NERS

Karya Ilmiah Akhir Ners, Mei 2025

Aprilia Nurmalita Sari Perdani

**ANALISIS TINGKAT NYERI PADA PASIEN POST OPERASI CA  
MAMMAE DENGAN INTERVENSI TEKNIK RELAKSASI NAPAS  
DALAM DAN SHOULDER ROM DI RS URIP SUMOHARJO PROVINSI  
LAMPUNG TAHUN 2025**

xiv + 66 halaman, 14 tabel

**ABSTRAK**

Pasien post operasi *ca mammae* akan mengalami nyeri pasca operasi, kelelahan, kelemahan otot, serta risiko infeksi. Salah satu manajemen nyeri non-farmakologi yang dapat dilakukan adalah teknik relaksasi napas dalam yang dikombinasikan dengan *shoulder ROM*. Penelitian ini bertujuan menganalisis pengaruh intervensi teknik relaksasi napas dalam dan *Shoulder ROM* terhadap tingkat nyeri pada pasien yang menjalani operasi *ca mammae* di RS Urip Sumoharjo, Kota Bandar Lampung, 17-22 Februari 2025. Metode penelitian ini deskriptif dengan pendekatan studi kasus dengan subyek asuhan adalah satu pasien dengan diagnose medis post operasi *ca mammae*. Hasil penelitian menunjukkan bahwa implementasi teknik napas dalam dan mobilisasi *shoulder ROM* sangat efektif dilakukan pada pasien pasca operasi *ca mammae* dilakukan 2 hari secara berturut-turut, kemudian didapatkan penurunan skala nyeri dari 4 menjadi 2 saat bergerak dan 1 saat istirahat setelah diberikan intervensi teknik relaksasi napas dalam dan *shoulder ROM*. Penulis menyatakan untuk rumah sakit dapat menerapkan intervensi teknik relaksasi napas dalam dan *shoulder ROM*. Sebagai terapi dukungan untuk mengalihkan nyeri pada pasien post *ca mammae* operasi karena terapi ini mudah dan dapat dilakukan kapan saja

Kata Kunci : Tingkat Nyeri, *Ca Mammae*, Teknik Relaksasi Napas Dalam,  
*Shoulder ROM*

Daftar Pustaka : 43 (2018-2025)

TANJUNGKARANG POLYTECHNIC OF HEALTH  
TANJUNGKARANG SCHOOL OF NURSING  
NERS PROFESSIONAL STUDY

Final Professional Nurse Report, May 2025

Aprilia Nurmalita Sari Perdani

**ANALYSIS**

xiv + 66 pages, 14 tables

**ABSTRACT**

*Post-operative ca mammae patients will experience post-operative pain, fatigue, muscle weakness, and risk of infection. One of the non-pharmacological pain management that can be done is deep breathing relaxation techniques combined with shoulder ROM. This study aims to analyze the effect of deep breathing relaxation technique and Shoulder ROM interventions on pain levels in patients undergoing ca mammae surgery at Urip Sumoharjo Hospital, Bandar Lampung City, February 17-22, 2025. This research method is descriptive with a case study approach with the subject of care being one patient with a medical diagnosis of post-ca mammae surgery. The results of the study showed that the implementation of deep breathing techniques and shoulder ROM mobilization was very effective in post-ca mammae surgery patients carried out for 2 consecutive days, then a decrease in the pain scale was obtained from 4 to 2 when moving and 1 when resting after being given deep breathing relaxation technique and shoulder ROM intervention. The author states that hospitals can implement deep breathing relaxation technique and shoulder ROM interventions. As a supportive therapy to divert pain in post-ca mammae surgery patients because this therapy is easy and can be done at any time*

**Keywords :** *Pain Level, Ca Mammae, Deep Breathing Relaxation Technique, Shoulder ROM*

**Bibliography:** 43 (2018-2025)