

POLITEKNIK KESEHATAN TANJUNGPINANG
JURUSAN KEPERAWATAN
PROGRAM STUDI PENDIDIKAN PROFESI NERS
Karya Ilmiah Akhir Ners, Mei 2025

Martha Silva Theodota

**ANALISIS TINGKAT NYERI PASIEN POST SECTIO CAESAREA
DENGAN KOMBINASI *DIAPHRAGMATIC BREATHING* DAN
EMOTIONAL FREEDOM TECHNIQUE (EFT) DI RS BHAYANGKARA
RUWA JURAI LAMPUNG TAHUN 2025**

(xv + 70 halaman, 3 tabel, 6 gambar dan 9 lampiran)

ABSTRAK

Nyeri merupakan komplikasi yang umum terjadi setelah tindakan SC. Prosedur pembedahan ini menyebabkan cedera jaringan yang memicu respon nyeri, terutama saat pasien melakukan aktivitas. Kondisi ini berdampak pada kenyamanan, kualitas tidur, serta menghambat aktivitas harian dan proses penyembuhan. Pendekatan nonfarmakologis seperti *diaphragmatic breathing* dan *Emotional Freedom Technique (EFT)* telah terbukti berperan dalam menurunkan tingkat nyeri. Asuhan keperawatan ini bertujuan menganalisis tingkat nyeri pasien post sectio caesarea dengan kombinasi kedua teknik tersebut. Metode pada asuhan keperawatan ini menggunakan pendekatan terhadap satu pasien dengan keluhan nyeri post sectio caesarea, dengan pengukuran nyeri menggunakan Numeric Rating Scale (NRS). Asuhan keperawatan telah dilaksanakan pada 10-12 Februari 2025 di RS Bhayangkara Ruwa Jurai Lampung. Hasil asuhan keperawatan pada pasien post sectio caesarea menunjukkan bahwa nyeri disebabkan oleh trauma jaringan, kontraksi uterus, efek anestesi, dan mobilisasi dini. Pasien mengalami nyeri sedang dengan skala 6 pada hari pertama pasca operasi. Intervensi berupa kombinasi *diaphragmatic breathing* dan EFT berhasil menurunkan nyeri secara bertahap, menjadi skala 4 pada hari kedua dan skala 1 pada hari ketiga. Terapi ini terbukti efektif jika dilakukan secara rutin dan terstruktur. Penulis menyarankan intervensi ini digunakan sebagai terapi tambahan dalam praktik keperawatan guna meningkatkan kenyamanan dan mempercepat pemulihan pasien pasca SC

Kata Kunci : Nyeri, SC, *Diaphragmatic Breathing*, EFT

Daftar Pustaka : 38 (2016-2024)

TANJUNGKARANG HEALTH POLYTECHNIC
DEPARTMENT OF NURSING
NURSING PROFESSIONAL STUDY PROGRAM
Ners Final Scientific Work, May 2024

Martha Silva Theodota

**ANALYSIS OF PAIN LEVELS IN POST-CAESAREAN PATIENTS USING
A COMBINATION OF DIAPHRAGMATIC BREATHING AND
EMOTIONAL FREEDOM TECHNIQUE (EFT) AT BHAYANGKARA
RUWA JURAI HOSPITAL, LAMPUNG, IN 2025**

xv + 70 pages, 3 tables, 6 images, and 9 attachments

ABSTRACT

Pain is a common complication following a cesarean section. This surgical procedure causes tissue injury that triggers a pain response, especially during patient movement. Such discomfort can affect sleep quality, hinder daily activities, and delay the healing process. Non-pharmacological approaches such as diaphragmatic breathing and Emotional Freedom Technique (EFT) have shown effectiveness in reducing pain intensity. This nursing care aimed to analyze pain levels in a post-cesarean patient using a combination of these two techniques. The method involved a case study of one patient experiencing post-operative pain, with pain levels measured using the Numeric Rating Scale (NRS). The nursing care was conducted from February 10–12, 2025, at Bhayangkara Ruwa Jurai Hospital, Lampung. The results indicated that pain was caused by tissue trauma, uterine contractions, anesthetic effects, and early mobilization. On the first post-operative day, the patient experienced moderate pain (NRS 6). After the intervention, pain levels gradually decreased to NRS 4 on the second day and NRS 1 on the third day. This therapy proved effective when applied regularly and in a structured manner. It is recommended as a complementary intervention in nursing practice to enhance patient comfort and support recovery after cesarean section.

Keywords: Pain, SC, Diaphragmatic Breathing, EFT

References: 38 (2016-2024)