

KARYA ILMIAH AKHIR NERS

PENERAPAN TEKNIK RELAKSASI *SLOW DEEP BREATHING*
DENGAN MASALAH NYERI AKUT PADA PASIEN
POST OPERASI LAPARATOMI DI RUANGAN
THAIF RSU HAJI MEDAN



RISKA ARYANI
P07120624057

KEMENTERIAN KESEHATAN REPUBLIK INDONESIA
POLITEKNIK KESEHATAN MEDAN
JURUSAN KEPERAWATAN
PROGRAM STUDI PROFESI NERS
TAHUN 2025

KARYA ILMIAH AKHIR NERS

PENERAPAN TEKNIK RELAKSASI *SLOW DEEP BREATHING*
DENGAN MASALAH NYERI AKUT PADA PASIEN
POST OPERASI LAPARATOMI DI RUANGAN
THAIF RSU HAJI MEDAN

Sebagai Syarat Menyelesaikan Pendidikan Program Studi Prodi Profesi
Ners



RISKA ARYANI
P07120624057

KEMENTERIAN KESEHATAN REPUBLIK INDONESIA
POLITEKNIK KESEHATAN MEDAN
JURUSAN KEPERAWATAN
PROGRAM STUDI PROFESI NERS
TAHUN 2025

LEMBAR PERNYATAAN ORISINALITAS

Saya yang bertanda tangan dibawah ini :

Nama : Riska Aryani
NIM : P07120624057
Jurusan : Profesi Ners

Dengan ini menyatakan bahwa karya ilmiah akhir ners saya yang berjudul **"Penerapan Teknik Relaksasi *Slow Deep Breathing* Dengan Masalah Nyeri Akut Pada Pasien Post Operasi Laparatomi Di Ruangn Thaif RSU Haji Medan"** ini benar-benar hasil karya saya sendiri, kecuali dalam pengutipan substansi disebutkan sumbernya dan bukan karya jiplakan. Saya bertanggung jawab atas keabsahan dan kebenaran isinya sesuai dengan kaidah ilmiah yang harus dunjungjung tinggi.

Demikian pernyataan ini dibuat dengan sebenarnya tanpa ada tekanan dan paksaan dari pihak manapun serta bersedia mendapatkan sanksi akademik jika ternyata dikemudian hari pernyataan ini tidak benar.

Medan, 13 Juni 2025

Penulis,



RISKA ARYANI
P07120624057

LEMBAR PERSETUJUAN

JUDUL : PENERAPAN TEKNIK RELAKSASI *SLOW DEEP BREATHING* DENGAN MASALAH NYERI AKUT PADA PASIEN POST OPERASI LAPARATOMI DI RUANGAN THAIF RSU HAJI MEDAN.

NAMA : RISKA ARYANI

NIM : P07120624057

Telah Diterima dan Disetujui Untuk Diseminarkan Dihadapan Penguji
Medan, 13 Juni 2025

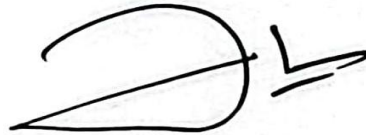
Menyetujui

Pembimbing Utama



Elfina, S.Kep., Ns., M.Kep
NIP.197811242005012003

Pembimbing Pendamping



Solihuddin Harahap, S.Kep., Ns., M.Kep
NIP.197407151998031002

**Ketua Jurusan Keperawatan
Kemenkes RI Politeknik Kesehatan Medan**



Dr. Amira Permata Sari Tarigan, S.Kep., Ns., M.Kes
NIP.197703162002122001

LEMBAR PENGESAHAN

**JUDUL : PENERAPAN TEKNIK RELAKSASI *SLOW DEEP BREATHING*
DENGAN MASALAH NYERI AKUT PADA PASIEN POST OPERASI
LAPARATOMI DI RUANGAN THAIF RSU HAJI MEDAN.**

NAMA : RISKA ARYANI

NIM : P07120624057

Karya Ilmiah Akhir Ners ini Telah di Uji Pada Sidang Akhir Program Studi Ners
Kementerian Kesehatan Republik Indonesia Politeknik Kesehatan Medan
Medan, 13 Juni 2025

Menyetujui

Penguji I



Sulastri GP Tambunan, S.Kep., Ns., M.Kep
NIP.198106172002122001

Penguji II



Elny Lorensi Silalahi, S.Kep., Ns., M.Kes
NIP.196910081993032001

Ketua Penguji



Elfina, S.Kep., Ns., M.Kep
NIP.197811242005012003

Ketua Jurusan Keperawatan
Kemenkes RI Politeknik Kesehatan Medan



Dr. Amira Permata Sari Tarigan, S.Kep., Ns., M.Kes
NIP.197703162002122001

**POLITEKNIK KESEHATAN MEDAN
JURUSAN KEPERAWATAN
MEDAN, 13 JUNI 2025
KARYA ILMIAH AKHIR NERS**

**RISKA ARYANI
P07120624057**

**PENERAPAN TEKNIK RELAKSASI *SLOW DEEP BREATHING* DENGAN MASALAH
NYERI AKUT PADA PASIEN POST OPERASI LAPARATOMI DI RUANGAN THAIF
RSU HAJI MEDAN**

V BAB + 115 Halaman + 4 Tabel + 2 Gambar + 13 Lampiran

ABSTRAK

Pasien pasca operasi laparatomi sering mengalami nyeri akut yang dapat mengganggu proses pemulihan. Penatalaksanaan nyeri secara farmakologis memiliki efek samping tertentu, sehingga diperlukan pendekatan non-farmakologis yang efektif dan aman. Salah satu teknik yang dapat digunakan adalah relaksasi *slow deep breathing* yang bertujuan untuk menurunkan intensitas nyeri melalui stimulasi sistem saraf parasimpatis. Bertujuan Untuk menerapkan teknik relaksasi *slow deep breathing* dalam mengurangi nyeri akut pada pasien post operasi laparatomi di Ruangannya Thaif RSUD Haji Medan.

Pendekatan studi kasus dengan asuhan keperawatan profesional yang mencakup lima tahap: pengkajian, diagnosa keperawatan, intervensi, implementasi, dan evaluasi. Intervensi teknik relaksasi *slow deep breathing* dilakukan selama 3 hari berturut-turut, 1 kali per hari dengan durasi 10–15 menit setiap sesi. Setelah dilakukan intervensi selama tiga hari, terjadi penurunan intensitas nyeri dari skala 6 menjadi skala 3. Pasien tampak lebih tenang, menunjukkan peningkatan kenyamanan, dan mampu melakukan mobilisasi secara bertahap. Pasien serta keluarga juga menunjukkan peningkatan pemahaman mengenai perawatan pasca operasi. Teknik relaksasi *slow deep breathing* efektif dalam mengurangi nyeri akut pada pasien post operasi laparatomi serta mendukung proses pemulihan secara holistik. Edukasi dan keterlibatan keluarga menjadi faktor pendukung penting dalam keberhasilan intervensi ini.

Kata Kunci : Nyeri Akut, Laparatomi, Teknik Relaksasi, *Slow Deep Breathing* Daftar
Bacaan : 2017-2025

**MEDAN HEALTH POLYTECHNIC OF MINISTRY OF HEALTH
NURSING DEPARTMENT
NURSE PROFESSIONAL STUDY PROGRAM
FINAL PROJECT REPORT, JUNE 13th 2025**

**RISKA ARYANI
P07120624057**

**APPLICATION OF THE SLOW DEEP BREATHING RELAXATION TECHNIQUE
FOR ACUTE PAIN IN POST-LAPAROTOMY PATIENTS IN THE THAIF ROOM AT
HAJI GENERAL HOSPITAL, MEDAN**

V Chapters + 115 Pages + 4 Tables + 2 Figures + 13 Appendices

ABSTRACT

Post-laparotomy patients often experience acute pain, which can interfere with the recovery process. Pharmacological pain management has certain side effects, necessitating effective and safe non-pharmacological approaches. One such technique is slow deep breathing relaxation, which aims to decrease pain intensity by stimulating the parasympathetic nervous system. This study aims to apply the slow deep breathing relaxation technique to reduce acute pain in post-laparotomy patients in the Thaif Room at Haji General Hospital, Medan.

A case study approach was used with professional nursing care that included five stages: assessment, nursing diagnosis, intervention, implementation, and evaluation. The slow deep breathing relaxation technique was implemented for 3 consecutive days, once a day, with each session lasting 10–15 minutes. After the three-day intervention, the pain intensity decreased from a scale of 6 to a scale of 3. The patient appeared calmer, showed increased comfort, and was able to gradually mobilize. The patient and family also demonstrated an increased understanding of post-operative care. The slow deep breathing relaxation technique is effective in reducing acute pain in post-laparotomy patients and supports a holistic recovery process. Education and family involvement are important supporting factors for the success of this intervention.

Keywords : Acute Pain, Laparotomy, Relaxation Technique, Slow Deep Breathing.
References : 2017-2025



KATA PENGANTAR

Puji dan syukur penulis ucapkan kepada Allah SWT berkat dan karuniaNya sehingga penulis dapat menyelesaikan KIAN ini dengan judul “Penerapan Teknik Relaksasi *Slow Deep Breathing* Dengan Masalah Nyeri Akut Pada Pasien Post Operasi Laparatomi Di Ruangannya Thaif RSUD Haji Medan”.

Pada kesempatan ini penulis mengucapkan terimakasih kepada seluruh dosen Profesi Ners yang telah memberikan bimbingan, arahan, dukungan, dan masukan kepada penulis sehingga penulis dapat menyelesaikan Karya Ilmiah Akhir Ners ini dengan sebaik-baiknya. Penulis juga mengucapkan terimakasih yang tak terhingga kepada:

1. Ibu Tengku Sri Wahyuni, S.SiT., M.Keb Selaku PLT Direktur Poltekkes Kemenkes Medan.
2. Dr. Amira Permata Sari Tarigan, S.Kep., Ns., M.Kes Selaku Ketua Jurusan Keperawatan Poltekkes Kemenkes Medan.
3. Ibu Lestari, S.Kep., Ners., M.Kep Selaku Ketua Prodi Profesi Ners Keperawatan Poltekkes Kemenkes Medan.
4. Bapak Solihuddin Harahap, S.Kep., Ns., M.Kep Selaku Sekretaris Jurusan Keperawatan Poltekkes Kemenkes Medan sekaligus sebagai Dosen Pendamping.
5. Ibu Sri Suriani Purnamawati, S.Si., Apt., M.Kes Selaku Direktur Rumah Sakit Umum Haji Medan
6. Ibu Elfina, S.Kep., Ns., M.Kep Selaku Dosen Pembimbing Utama
7. Ibu Sulastri GP.Tambunan, S.Kep., Ns., M.Kep Selaku Dosen Penguji I dan Ibu Elny Lorensi Silalahi, S.Kep., Ns., M.Kes Selaku Dosen Penguji II
8. Seluruh Dosen dan Staf Pegawai di Jurusan Keperawatan Poltekkes Kemenkes Medan
9. Teristimewa kepada Keluarga tercinta yaitu Ayah (Alm. Ismail), Umak (Hadijah, S.Pd), serta keluarga besar saya (H. Sulaiman Family) yang telah memberikan motivasi kepada peneliti baik moral, spritual dan material sehingga peneliti dapat menyelesaikan KIAN ini dengan sebaik-baiknya.
10. Peneliti juga mengucapkan banyak terimakasih kepada sahabat-sahabat peneliti di perantawan terkhusus cipa, marom, manop, isil, yangtelah mendukung, membantu dan menghibur peneliti dalam menyelesaikan KIAN dan selama 5 tahun menjalani perkuliahan sehingga peneliti dapat melalui dengan baik dan lulus tepat waktu.

11. Kepada teman seperjuangan angkatan IV Profesi Ners Keperawatan Poltekkes Kemenkes Medan.
12. Semua pihak yang telah membantu dan tidak dapat disebutkan penulis satu persatu.

Penulis menyadari bahwa laporan KIAN ini masih memiliki kekurangan, baik dari segi isi maupun penyajiannya. Oleh karena itu, penulis sangat mengharapkan kritik dan saran yang bersifat membangun demi penyempurnaan laporan KIAN ini di masa mendatang.

Akhir kata, semoga laporan KIAN ini dapat memberikan manfaat dan menjadi kontribusi positif dalam pengembangan ilmu keperawatan, khususnya dalam bidang Keperawatan Medikal Bedah.

Medan, 13 Juni 2025

Penulis,



RISKA ARYANI
P07120624057

DAFTAR ISI

LEMBAR PERNYATAAN ORISINALITAS	i
LEMBAR PERSETUJUAN	ii
LEMBAR PENGESAHAN	iii
ABSTRAK	iv
ABSTRACT	v
KATA PENGANTAR.....	vi
DAFTAR ISI	viii
DAFTAR GAMBAR.....	x
DAFTAR TABEL	xi
DAFTAR LAMPIRAN	xii
BAB I Pendahuluan	1
A. Latar Belakang	1
B. Rumusan Masalah	4
C. Tujuan.....	4
D. Manfaat.....	4
BAB II Tinjauan Literatur	6
A. Konsep Teori Penyakit	6
1. Definisi Laparotomi.....	6
2. Anatomi Fisiologi	6
3. Etiologi	12
4. Manifestasi Klinis.....	13
5. <i>Pathway</i>	14
6. Patofisiologi.....	15
7. Klasifikasi	16
8. Pemeriksaan Diagnostik.....	16
9. Penatalaksanaan.....	17
10. Komplikasi.....	17
B. Konsep Terori Penerapan Teknik Relaksasi <i>Slow Deep Breathing</i>	23
1. Definisi Relaksasi <i>Slow Deep Breathing</i>	23
2. Tujuan Terapi Relaksasi <i>Slow Deep Breathing</i>	24

3. Manfaat Terapi Relaksasi <i>Slow Deep Breathing</i>	25
4. Prinsip Relaksasi <i>Slow Deep Breathing</i>	25
C. Konsep Teori Asuhan Keperawatan	26
1. Pengkajian	27
2. Diagnosa Keperawatan	28
3. Intervensi.....	29
4. Implementasi	31
5. Evaluasi Keperawatan	36
BAB III GAMBARAN KASUS	37
A. Pengkajian	38
B. Prioritas Masalah	38
C. Intervensi Keperawatan	42
D. Implementasi Keperawatan.....	44
E. Catatan Perkembangan	46
BAB IV PEMBAHASAN.....	64
A. Analisis dan Diskusi Hasil	64
C. Keterbatasan Penulis	70
BAB V KESIMPULAN DAN SARAN	71
A. Kesimpulan.....	71
B. Saran.....	72
DAFTAR PUSTAKA	
LAMPIRAN	

DAFTAR GAMBAR

Tabel 2.1 <i>Pathway</i>	14
Tabel 2.2 <i>Skala Numerik Rating Scale</i>	20
Tabel 2.3 <i>Skala Verbal Rating</i>	20
Tabel 2.4 Genogram	31

DAFTAR TABEL

Tabel 2.1 Intervensi	25
Tabel 2.2 Implementasi dan Evaluasi	28
Tabel 2.3 Hasil Laboratorium	36
Tabel 2.4 Analisa Data	39
Tabel 2.5 Perencanaan Keperawatan	42
Tabel 2.6 Tindakan Keperawatan	44

DAFTAR LAMPIRAN

- Lampiran 1 Lembar Observasi
- Lampiran 2 Lembar Persetujuan Responden
- Lampiran 3 SOP
- Lampiran 4 Surat Survei Awal
- Lampiran 5 Surat Balasan Survei Awal
- Lampiran 6 Surat Penelitian
- Lampiran 7 Surat Balasan Penelitian
- Lampiran 8 Izin Survei Awal
- Lampiran 9 Lembar Kegiatan Pembimbing
- Lampiran 10 Surat *Ethical Clearance* (EC)
- Lampiran 11 CV Penelitian
- Lampiran 12 Dokumentasi Penelitian
- Lampiran 13 Turnitin