

**PENERAPAN RELAKSASI NAFAS DALAM PADA PASIEN POST OPERASI  
KOLELITIASIS DENGAN NYERI DI RUANG MELATI 4  
RSUD DR. SOEKARDJO TASIKMALAYA**

**KARYA TULIS ILMIAH**



**SALWA SEKAR AYU  
10121041**

**PROGRAM STUDI DIII KEPERAWATAN  
FAKULTAS ILMU KESEHATAN  
UNIVERSITAS BAKTI TUNAS HUSADA  
TASIKMALAYA  
SEPTEMBER 2024**

**PENERAPAN RELAKSASI NAFAS DALAM PADA PASIEN POST OPERASI  
KOLELITIASIS DENGAN NYERI DI RUANG MELATI 4  
RSUD DR. SOEKARDJO TASIKMALAYA**

**KARYA TULIS ILMIAH**

**Diajukan Sebagai Salah Satu Syarat Untuk Memperoleh Gelar Ahli Madya  
Keperawatan**



**SALWA SEKAR AYU  
10121041**

**PROGRAM STUDI DIII KEPERAWATAN  
FAKULTAS ILMU KESEHATAN  
UNIVERSITAS BAKTI TUNAS HUSADA  
TASIKMALAYA  
SEPTEMBER 2024**

## ABSTRAK

### **Penerapan Relaksasi Nafas Dalam pada Pasien Post Operasi Kolelitiasis dengan Nyeri di Ruang Meati 4 RSUD Dr. Soekardjo Kota Tasikmalaya.**

**Salwa Sekar Ayu**

Program Studi Diploma Tiga Keperawatan Universitas Bakti Tunas Husada

**Pendahuluan:** Kolelitiasis merupakan penyakit pembentukan batu yang berada pada kandung empedu atau disebut dengan system saluran empedu. Salah satu keluhan yang sering dialami pada pasien post operasi kolelitiasis yaitu nyeri. Nyeri adalah sensasi atau pengalaman tidak nyaman yang dialami seseorang sebagai respons terhadap rangsangan yang merugikan atau cedera pada tubuh. Salah satu tindakan untuk mengatasi nyeri yaitu dengan penerapan teknik relaksasi nafas dalam. **Tujuan:** studi Kasus ini bertujuan untuk mengetahui penurunan skala nyeri sebelum dan sesudah dilakukan teknik relaksasi nafas dalam. **Metode:** yang digunakan adalah deskriptif dengan pendekatan studi kasus, subyek sebanyak 2 orang sesuai dengan kriteria inklusi yang mengalami post operasi kolelitiasis. Pengambilan data dilakukan selama 3 hari. Instrumen yang digunakan adalah, SOP teknik relaksasi nafas dalam. Teknik pengumpulan data yang digunakan adalah wawancara dan observasi. Analisis data secara deskriptif naratif. **Hasil :** Setelah dilakukan teknik relaksasi nafas dalam selama 3 hari terdapat perubahan tingkat nyeri. Skala nyeri sebelum penerapan teknik relaksasi nafas dalam responden 1 yaitu berada pada skala 7 dan 6 (Nyeri berat terkontrol-nyeri sedang) kedua responden tampak meringis, sikap protektif terhadap nyeri, adanya ketegangan otot. Sedangkan setelah penerapan teknik relaksasi nafas dalam nyeri responden menurun yang ditunjukkan dengan skala nyeri berkurang menjadi 1-2 (nyeri ringan)..

**Kata kunci :** kolelitiasis, nyeri, dan relaksasi nafas dalam

#### ABSTRACT

*Introduction: Cholelithiasis is a disease of stone formation in the gall bladder or what is called the bile duct system. One of the complaints frequently experienced by post-operative cholelithiasis patients is pain. Pain is an uncomfortable sensation or experience that a person experiences in response to noxious stimuli or injury to the body. One action to overcome pain is by applying deep breathing relaxation techniques. Objective: This case study aims to determine the reduction in pain scale before and after deep breathing relaxation techniques. Method: used was descriptive with a case study approach, 2 subjects according to the inclusion criteria who experienced post-operative cholelithiasis. Data collection was carried out for 3 days. The instrument used is the SOP for deep breathing relaxation techniques. The data collection techniques used were interviews and observation. Data analysis is descriptive narrative. Results: After using the deep breathing relaxation technique for 3 days, there was a change in the level of pain. The pain scale before applying the breathing relaxation technique in respondent 1 was on a scale of 7 and 6 (controlled severe pain-moderate pain). Both respondents appeared to be grimacing, had a protective attitude towards pain, and had muscle tension. Meanwhile, after applying the deep breathing relaxation technique, the respondent's pain decreased as indicated by the pain scale decreasing to 1-2 (mild pain).*

**Keywords:** *cholelithiasis , deep breathing relaxation and pain*