

UNIVERSITAS ESA UNGGUL
FAKULTAS ILMU-ILMU KESEHATAN
PROGRAM STUDI ILMU KEPERAWATAN
Skripsi, Maret 2014

ELITA MURNI
2012-33-152

**“PENGARUH RELAKSASI NAFAS DALAM TERHADAP
PENURUNAN INTENSITAS NYERI POST OP
SECTIO CAESAREA DI RUANG SHOREA
EKA HOSPITAL BSD”**

xiv + 7 Bab + 76 Halaman + 9 Tabel + 3 Skema + 6 Lampiran

ABSTRAK

Latar Belakang : Nyeri merupakan suatu gejala yang tidak menyenangkan yang dialami oleh pasien post operasi *sectio caesarea*. Alternatif untuk menurunkan nyeri yaitu dengan menggunakan teknik relaksasi nafas dalam bagaimana efektifitasnya belum jelas diketahui.

Tujuan : Penelitian ini adalah untuk mengetahui pengaruh relaksasi nafas dalam terhadap penurunan intensitas nyeri post operasi *Sectio Caesarea* hari pertama di Ruang Shorea Eka Hospital BSD.

Metode Penelitian : merupakan penelitian analitik dengan metode penelitian *kuasi eksperimen*. Desain penelitian adalah satu kelompok *pre-post test* tanpa kelompok kontrol. Teknik pengambilan sampel yaitu *Accidental Sampling* dimana didapatkan sampel sebanyak 48 responden. Teknik analisa data menggunakan uji *paired sampel t-test* program SPSS 20 pada tingkat kemaknaan 95% ($\alpha=0,05$).

Hasil Penelitian : Sebagian besar responden adalah usia 31 – 40 tahun (50%), Pendidikan Perguruan Tinggi (41,7%), Paritas multipara (60,4%), karyawan swasta (52,1%), menunjukkan bahwa relaksasi nafas dalam terbukti dapat menurunkan intensitas nyeri pada pasien post operasi *Sectio Caesarea* hari pertama di Ruang Shorea Eka Hospital BSD. Hasil uji statistic *paired t-test* rata-rata skala nyeri sebelum intervensi pada skala 3-5 (64,6%) dan sesudah intervensi pada skala 1-2 (68,8%) dengan nilai $p=0,000$. $\alpha=0,05$ ($p<005$). yang berarti hipotesis diterima.

Kesimpulan : teknik relaksasi nafas dalam dapat menurunkan intensitas nyeri pada pasien post operasi *sectio caesarea* hari pertama di Ruang Shorea Eka Hospital BSD. Penerapan teknik relaksasi nafas dalam untuk menurunkan nyeri pada pasien post operasi *Sectio Caesarea* dapat dilakukan sesuai dengan SPO agar tidak hanya terpaku pada penanganan secara farmakologis saja.

Kata kunci : Teknik Relaksasi Nafas Dalam, Intensitas Nyeri, *Sectio Caesarea*.

Daftar Pustaka : 40 (1998 – 2012)

UNIVERSITAS ESA UNGGUL

UNIVERSITY OF ESA UNGGUL
FACULTY OF HEALTH SCIENCE
NURSING SCIENCE PROGRAM
Thesis, March 2014

ELITA MURNI
2012-33-152

**“THE EFFECTIVITY OF DEEP BREATHING RELAXATION
TECHNIQUES TO REDUCTION PAIN IN POST SURGERY PATIENTS
SECTIO CESAREA IN THE SHOREA DEPARTMENT OF EKA
HOSPITAL”**

xiv + 7 Chapter + 76 Page + 9 Table + 3 Scheme + 5 Appendix

ABSTRACT

Background: Pain is an unpleasant symptom that felt by patients post sectio caesarea. Alternatives to reduce pain with deep breathing relaxation techniques not definitely known how its effectiveness.

The purpose of this research : was to determine the effectivity of deep breathing relaxation techniques to reduction pain in post surgery patients sectio caesarea in the Shorea Department of Eka Hospital BSD.

Research methods : This research is an analytical research with quasi-experimental. The research design was a single group pre-post test without control group. The sampling technique used is accidental sampling where found samples as many as 48 people. The data analysis using paired sample t-test in SPSS 20 programe at 95% significance level ($\alpha=0.05$).

The results : The most responden was 31 – 40 age (50%), College (41,7%), Paritas multipara (60,4%), employee (52,1%) showed that deep breathing relaxation techniques proved to be effective in reducing pain intensity in post surgery patients sectio caesarea in the Shorea Department of Eka Hospital BSD. (p value=0.000; α 0.05) which means that the hypothesis is accepted.

Conclusion : deep breathing relaxation techniques and can reduce pain intensity in post surgery patients sectio caesarea in the Shorea Department of Eka Hospital BSD. Implementation of deep breathing relaxation techniques to reduce pain in post surgery patients sectio caesarea can be be done according to the SOP so not just focus on the pharmacological treatment only.

Keywords : Deep Breathing Relaxation Techniques, Pain Intensity, Sectio Caesarea.

Indeks : 40 (1998 – 2012)