

**SINGLE CASE STUDY: PENATALAKSANAAN RELAKSASI NAPAS DALAM
UNTUK MENGURANGI NYERI PASCA OPERASI**

¹Habibah Dwi Aryanti, ²Dian Anggraini

Koresponding Author : Dian Anggraini

ABSTRAK

Latar belakang: Nyeri yang timbul pasca operasi disebabkan oleh kerusakan jaringan akibat prosedur pembedahan. Relaksasi napas dalam merupakan intervensi non farmakologis yang positif mempengaruhi fungsi jantung, mengurangi kecemasan, mengatasi tekanan darah tinggi, menurunkan nyeri dan penyakit paru-paru. Perawat dan pasien memiliki peran dalam pelaksanaan relaksasi napas dalam, relaksasi napas dalam merupakan intervensi keperawatan mandiri dan dapat juga dilakukan oleh pasien secara mandiri. **Tujuan:** penelitian ini bertujuan untuk mengetahui bagaimana penatalaksanaan relaksasi napas dalam yang dilakukan oleh perawat pada pasien pasca operasi dan juga pasien pasca operasi. **Metode:** Penelitian ini dilakukan menggunakan desain penelitian studi kasus kualitatif dengan *single embedded case study* yang berfokus pada pengkajian mendalam terkait penatalaksanaan relaksasi napas dalam untuk mengurangi nyeri pasca operasi, dengan sampel pasien pasca operasi dan perawat yang merawat pasien pasca operasi. **Hasil:** Pada penelitian ini didapatkan 8 tema mengenai keluhan nyeri pasca operasi, edukasi relaksasi napas dalam, waktu pelaksanaan relaksasi napas dalam, keefektifan relaksasi napas dalam, pengidentifikasian nyeri yang dilakukan perawat, pelaksanaan relaksasi napas dalam, faktor pendukung dan penghambat pelaksanaan relaksasi napas dalam yang dilakukan pasien dan perawat. **Kesimpulan:** Berdasarkan penelitian yang telah dilakukan, maka dapat ditarik kesimpulan penatalaksanaan relaksasi napas dalam dapat dilakukan kapan saja tanpa menggunakan alat dan bahan, juga dapat dilakukan secara mandiri oleh pasien dan dapat dikolaborasikan dengan pemberian terapi farmakologi. Relaksasi napas dalam efektif dalam menurunkan nyeri pasca operasi prostektomi. **Saran:** Diharapkan rumah sakit dapat meningkatkan pelayanan dalam edukasi dan upaya penurunan nyeri pasca operasi.

Kata Kunci: Relaksasi Napas Dalam, Nyeri, Pasca Operasi