



**KARYA ILMIAH AKHIR**

**PEMBERIAN *DEEP BREATHING RELAXATION* UNTUK NYERI POST OP  
HERNIA INGUINAL LATERALIS: CASE REPORT**

Oleh: **ANES SILVIA UTAMI**

**NIM : 2404104**

**PRODI PENDIDIKAN PROFESI NERS**

**STIKES BETHESDA YAKKUM YOGYAKARTA**

**2025**

PEMBERIAN *DEEP BREATHING RELAXATION* UNTUK NYERI *POST OP*  
HERNIA INGUINAL LATERALIS: *CASE REPORT*

Karya Ilmiah Akhir

Diajukan dalam Rangka Memenuhi Persyaratan Memperoleh Gelar Ners

Oleh : Anes Silvia Utami

NIM : 2404104

PRODI PENDIDIKAN PROFESI NERS  
STIKES BETHESDA YAKKUM YOGYAKARTA

2025

KARYA ILMIAH AKHIR

PEMBERIAN *DEEP BREATHING RELAXATION* UNTUK NYERI POST OP  
HERNIA INGUINAL LATERALIS: CASE REPORT

Oleh :

Anes Silvia Utami

NIM : 2404104

Karya Ilmiah Akhir ini disetujui pada tanggal 03 September 2025

Pembimbing :

Ningsi Melati, S Kep.,Ns., MAN



HALAMAN PENGESAHAN

KARYA ILMIAH AKHIR

PEMBERIAN DEEP BREATHING RELAXATION UNTUK NYERI POST OP  
HERNIA INGUINAL LATERALIS: CASE REPORT

Oleh:

Anes Silvia Utami

NIM: 2404104

Karya Ilmiah Akhir ini disetujui pada tanggal 09 September 2025

Dosen Pembimbing

Nimsi Melati, S.Kep., Ns., MAN

Mengesahkan

Mengetahui

Ketua STIKES Bethesda Yakkum

Ketua Program Studi Pendidikan

Yogyakarta

Profesi Ners

Nurfa Ikaniingtyas, S.Kep., Ns., M.Kep.,  
Sp.Kep.MB, Ph.D.NS.

Indah Prawesti, S.Kep., Ns., M.Kep.

## PRAKATA

Penuh rasa syukur, peneliti menghaturkan puji dan terima kasih kepada Tuhan Yang Maha Esa atas limpahan kasih, rahmat, dan karunia-Nya. Segala hormat dan kemuliaan yang setinggi-tingginya peneliti persembahkan kepada-Nya, karena atas pertolongan dan kekuatan yang diberikan, peneliti dapat menyelesaikan laporan karya ilmiah akhir yang berjudul “Pemberian *Deep Breathing Relaxation* untuk Nyeri *Post Op* Hernia Inguinal Lateralis: *Case Report*” Laporan ini disusun sebagai salah satu persyaratan untuk menyelesaikan Program Pendidikan Profesi Ners di STIKES Bethesda Yakkum Yogyakarta. Dalam proses penyusunan laporan ini, peneliti telah menerima berbagai bentuk bantuan, arahan, serta dukungan dari berbagai pihak. Untuk itu, peneliti menyampaikan penghargaan dan ucapan terima kasih yang sebesar-besarnya kepada pihak-pihak yang terhormat:

1. Ibu Nurlia Ikaningtyas, S.Kep., Ns., M.Kep., Sp.Kep.MB., Ph.D.NS., selaku Ketua Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan Bethesda Yakkum Yogyakarta.
2. Bapak dr Paron Bagionoto, Sp. B., selaku Direktur Rumah Mardi Waluyo Metro Lampung
3. Ibu Ethic Palupi, S.Kep., Ns., MNS., selaku Wakil Ketua I Bidang Akademik STIKES Bethesda Yakkum Yogyakarta.
4. Ibu Indah Prawesti, S.Kep., Ns., M.Kep., selaku Ketua Prodi Pendidikan Profesi Ners STIKES Bethesda Yakkum Yogyakarta.
5. Ibu Nimsi Melati, S.Kep., Ns., MAN., selaku Pembimbing Akademik yang telah bersedia membantu dan membimbing dalam pembuatan serta memberikan kritik dan saran untuk perbaikan laporan karya tulis ilmiah.

6. Ibu Agustina Lafindasari, S.Kep, Ns., selaku Pembimbing Klinik di Ruang Anggrek Mardi Waluyo Metro Lampung.
7. Teman-teman mahasiswa Prodi Pendidikan Profesi Ners angkatan XXVI STIKES Bethesda Yakkum Yogyakarta dan semua pihak yang telah membantu dalam penyusunan laporan karya ilmiah akhir ini yang tidak dapat peneliti sebutkan satu persatu.

Peneliti menyadari bahwa dalam penyusunan laporan ini masih terdapat banyak kekurangan. Oleh karena itu, peneliti memohon saran dan kritik yang membangun untuk penyempurnaan selanjutnya. Semoga karya ilmiah ini dapat bermanfaat bagi pembaca.

Metro Lampung, Agustus 2025



Anes Silvia Utami

## PEMBERIAN DEEP BREATHING RELAXATION UNTUK NYERI POST OP HERNIA INGUINAL LATERALIS: CASE REPORT

Anes Silvi Utami<sup>1</sup>, Nimsi Melati<sup>2</sup>, Agustina Lafindasari<sup>3</sup>

### ABSTRAK

**ANES SILVIA UTAMI.** Pemberian *Deep Breathing Relaxation* untuk Nyeri Post Op Hernia Inguinal Lateralis: *Case Report*

**Latar Belakang:** Nyeri pascaoperasi adalah tantangan klinis yang signifikan, khususnya pada pasien pascaoperasi hernia inguinalis lateralis. Pengelolaan nyeri yang tidak optimal dapat menghambat pemulihan dan meningkatkan risiko komplikasi. *Studi Case* ini bertujuan untuk mengevaluasi efektivitas intervensi non-farmakologis, yaitu Teknik *Deep Breathing Relaxation*, dalam menurunkan intensitas nyeri pada pasien pascaoperasi hernia inguinalis lateralis, mengingat masih jarang ditemukan laporan kasus yang spesifik mengenai intervensi ini.

**Gejala utama, intervensi terapeutik dan outcome:** Pasien Tn. B, 67 tahun, mengeluhkan nyeri akut (skala 6) di area insisi setelah operasi hernia inguinalis lateralis. Intervensi terapeutik yang diberikan adalah teknik *Deep Breathing Relaxation*. Setelah dilakukan intervensi ini selama dua hari, skala nyeri pasien secara bertahap menurun dari 6 menjadi 3. Hasil ini menunjukkan bahwa *Deep Breathing Relaxation* efektif sebagai terapi komplementer untuk manajemen nyeri pascaoperasi.

**Kesimpulan:** *Deep Breathing Relaxation* merupakan intervensi keperawatan yang sederhana, aman, dan efektif untuk mengurangi nyeri pascaoperasi. Pembelajaran utama yang didapat adalah pentingnya mengintegrasikan pendekatan non-farmakologis ke dalam rencana perawatan untuk memberikan manajemen nyeri yang holistik, mengurangi ketergantungan pada analgesik, dan mempercepat proses pemulihan pasien.

**Kata Kunci:** Nyeri pascaoperasi, hernia inguinalis, *Deep Breathing Relaxation*, manajemen nyeri  
xii+ 41 halaman+ 3 tabel+ 10 lampiran

**Kepustakaan:** 34, 2020-2025

# **DEEP BREATHING RELAXATION FOR POSTOPERATIVE PAIN FROM LATERAL INGUINAL HERNIA: A CASE REPORT**

*Anes Silvi Utami<sup>1</sup>, Nimsi Melati<sup>2</sup>, Agustina Lafindasari<sup>3</sup>*

## **ABSTRACT**

**ANES SILVIA UTAMI.** Deep Breathing Relaxation for Postoperative Pain from Lateral Inguinal Hernia: A Case Report

**Background:** Postoperative pain is a significant clinical challenge, especially for patients who have undergone lateral inguinal hernia surgery. Suboptimal pain management can hinder recovery and increase the risk of complications. This case study aims to evaluate the effectiveness of Deep Breathing Relaxation, a non-pharmacological intervention, in reducing pain intensity in patients after lateral inguinal hernia surgery. There is a scarcity of specific Case Reports on this intervention.

**Main symptoms, therapeutic intervention, and outcome:** The patient, Mr. B (67 years old), complained of acute pain (scale 6) in the incision area after lateral inguinal hernia surgery. The therapeutic intervention provided was the Deep Breathing Relaxation technique. After two days, the patient's pain scale decreased gradually from a 6 to a 3, indicating that the Deep Breathing Relaxation technique is an effective complementary therapy for postoperative pain management.

**Conclusion:** Deep Breathing Relaxation is a simple, safe, and effective nursing intervention for reducing postoperative pain. The main lesson learned is the importance of integrating non-pharmacological approaches into care plans to provide holistic pain management, reduce dependence on analgesics, and accelerate recovery.

**Keywords:** Postoperative pain, inguinal hernia, Deep Breathing Relaxation, pain management, Case Report.

xii + 41 pages + 3 tables + 10 appendices

**Bibliography:** 34, 2020-2025

## DAFTAR ISI

|                                                 |      |
|-------------------------------------------------|------|
| HALAMAN DEPAN                                   |      |
| HALAMAN JUDUL.....                              | i    |
| HALAMAN PERSETUJUAN .....                       | ii   |
| HALAMAN PENGESAHAN.....                         | iii  |
| PRAKATA .....                                   | iv   |
| ABSTRAK.....                                    | vi   |
| ABSTRACT .....                                  | vii  |
| DAFTAR ISI.....                                 | viii |
| DAFTAR TABEL .....                              | xi   |
| DAFTAR LAMPIRAN .....                           | xii  |
| BAB I: PENDAHULUAN .....                        | 1    |
| A. Latar Belakang Masalah .....                 | 1    |
| B. Rumusan Masalah.....                         | 4    |
| C. Tujuan Penelitian .....                      | 4    |
| D. Manfaat .....                                | 5    |
| BAB II: TINJAUAN LITERATUR.....                 | 7    |
| A. Konsep Nyeri <i>Post Operasi</i> .....       | 7    |
| 1. Definisi .....                               | 7    |
| 2. Dampak Fisiologis dan Psikologis Nyeri ..... | 7    |
| 3. Patofisiologi dan Jalur Nyeri .....          | 7    |
| 4. Penilaian Nyeri .....                        | 8    |
| 5. Dampak Nyeri yang tidak Terkalola .....      | 8    |
| B. Konsep Keperawatan .....                     | 9    |

|                                                                                         |           |
|-----------------------------------------------------------------------------------------|-----------|
| 1. Pengkajian.....                                                                      | 9         |
| 2. Diagnosis Keperawatan.....                                                           | 12        |
| 3. Rencana Keperawatan .....                                                            | 13        |
| C. Konsep Hernia Inguinalis .....                                                       | 14        |
| 1. Definisi .....                                                                       | 14        |
| 2. Epidemiologi dan Faktor Resiko .....                                                 | 14        |
| 3. Nyeri Pasca Operasi Hernia .....                                                     | 15        |
| D. Konsep Terapi Relaksasi <i>Deep Breathing Relaxation</i> .....                       | 15        |
| 1. Definisi .....                                                                       | 15        |
| 2. Mekanisme Kerja dan Fisiologis .....                                                 | 16        |
| 3. Manfaat Klinis dan Relevansi.....                                                    | 16        |
| 4. Standar Operasional Prosedur (SOP): Pemberian <i>Deep Breathing Relaxation</i> ..... | 17        |
| <b>BAB III: GAMBARAN KASUS .....</b>                                                    | <b>21</b> |
| A. Informasi Terkait Pasien .....                                                       | 21        |
| B. Manifestasi/ Temuan Klinis .....                                                     | 23        |
| C. Perjalanan Penyakit.....                                                             | 23        |
| D. Etiologi, Faktor Resiko & Patofisiologi.....                                         | 24        |
| E. Pemeriksaan Diagnostik .....                                                         | 25        |
| 1. Pengujian Diagnostik.....                                                            | 25        |
| 2. Diagnosis .....                                                                      | 26        |
| 3. Pronosis .....                                                                       | 26        |
| 4. Pengkajian Keperawatan (Pengkajian Pola Gordon) .....                                | 26        |
| F. Intervensi Terapeutik .....                                                          | 28        |
| G. Tindak Lanjut/ <i>Outcome</i> .....                                                  | 32        |

|                                    |           |
|------------------------------------|-----------|
| <b>BAB IV: PEMBAHASAN .....</b>    | <b>33</b> |
| A. Pembahasan .....                | 33        |
| B. Pasien <i>Perspective</i> ..... | 36        |
| <b>BAB V: PENUTUP .....</b>        | <b>37</b> |
| A. Kesimpulan.....                 | 37        |
| B. Saran.....                      | 38        |
| <b>DAFTAR PUSTAKA.....</b>         | <b>39</b> |
| <b>LAMPIRAN</b>                    |           |

STIKES BETHESDA YAKKUM

## DAFTAR TABEL

|                                                                                |    |
|--------------------------------------------------------------------------------|----|
| Tabel 1. Rencana Keperawatan.....                                              | 13 |
| Tabel 2. Hasil Pemeriksaan Laboratorium 12 Agustus 2025 .....                  | 25 |
| Tabel 3. Rencana Keperawatan.....                                              | 30 |
| Tabel 4. Laporan observasi implementasi <i>Deep Breathing Relaxation</i> ..... | 32 |

STIKES BETHESDA YAKKUM

## DAFTAR LAMPIRAN

- Lampiran 1. Asuhan Keperawatan
- Lampiran 2. Jurnal Referensi
- Lampiran 3. Lembar Informasi Subyek
- Lampiran 4. Lembar *Informed Consent*
- Lampiran 5. Standar Operasional Prosedur
- Lampiran 6. Lembar Observasi
- Lampiran 7. Satuan Acara Penyuluhan
- Lampiran 8. Brosur
- Lampiran 9. *Similarity*
- Lampiran 10. Lembar Konsultasi

STIKES BETHESDA YAKKUM