

## ABSTRAK

**MUHAMMAD ARFA. 2013.** Pengaruh Teknik Relaksasi Nafas Dalam Terhadap Penurunan Nyeri Pada Pasien Post-Operasi Appendisitis di Ruang Bedah RSUD Prof. Dr. Hi. Aloi Saboe Kota Gorontalo. Dibimbing oleh Dr. Hj. ELLY LILIAN TY SJATTAR, S.Kp, M.Kes dan dr. ZUHRIANA K. YUSUF, M.Kes.

Salah satu dampak dari pembedahan yang dilakukan pada pasien appendisitis (post operasi appendisitis) adalah nyeri. Adapun penanganan atau manajemen nyeri yang didapat dilakukan adalah latihan teknik relaksasi nafas dalam. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui pengaruh teknik relaksasi nafas dalam terhadap penurunan nyeri pada pasien post-operasi appendisitis.

Jenis penelitian ini adalah penelitian eksperimen dengan menggunakan metode *Pre Eksperimental Design* dalam bentuk *One Group Pre Test-Post Test Design* tanpa kelompok kontrol. Sampel pada penelitian ini berjumlah 45 responden pasien appendisitis pasca operasi hari pertama yang diambil dengan teknik *Accidental Sampling*. Pengumpulan data dilakukan melalui lembar observasi menggunakan skala NRS (*Numerical Rating Scale*). Analisis data menggunakan *Uji Wilcoxon Sign Ranks Test*.

Hasil penelitian menunjukkan bahwa, intensitas skala nyeri klien sebelum perlakuan teknik relaksasi nafas dalam rata-rata  $5,82 \pm 0,65$  yang termasuk dalam kategori nyeri sedang. Sedangkan setelah perlakuan diperoleh skala nyeri rata-rata  $1,93 \pm 0,62$  yang termasuk dalam kategori nyeri ringan. Hasil analisis lebih lanjut menggunakan *Uji Wilcoxon* diperoleh bahwa  $p$  value = 0,000 dengan taraf signifikansi  $< 0,05$ , yang berarti terdapat perbedaan yang signifikan antara intensitas nyeri sebelum dan setelah perlakuan teknik relaksasi nafas dalam.

Dapat disimpulkan bahwa teknik relaksasi nafas dalam berpengaruh signifikan terhadap penurunan intensitas nyeri pada pasien post operasi appendisitis dari nyeri sedang menjadi nyeri ringan. Disarankan kepada perawat untuk lebih memaksimalkan penggunaan teknik relaksasi nafas dalam terutama untuk menurunkan nyeri pada pasien post-operasi khususnya pasien appendisitis.

**Kata Kunci :** Teknik relaksasi nafas dalam, Nyeri, Appendisitis

## ABSTRACT

**MUHAMMAD ARFA. 2013.** *The Effect of Deep Breathing Relaxation Technique on Decreasing the Pain on Post-Surgery Appendicitis Patients at Prof. Dr. Hi. Aloei Saboe Hospital, Gorontalo City. Principle Supervisor: Dr. Hj. Elly Lilianty Sjattar, S.Kp, M.Kes; Co-Supervisor: dr. Zuhriana K. Yusuf, M.Kes.*

One the effects of the surgery which is done on appendicitis patients (appendicitis post-surgery) is pain. The treatment or pain management that can be done is deep breathing relaxation technique. Therefore, this study is aimed to determine the effect of deep breathing relaxation technique to decrease pain on post-surgery appendicitis patients.

This research is an experimental research with Pre Experimental Design in the form of One Group Pre Test - Post Test Design without a control group. The samples of this research were 45 participants were post-surgery appendicitis patients. They were chosen by using accidental sampling technique. The data collection was conducted through observation sheet using NRS scale (Numerical Rating Scale). Moreover analysis of the test data used wilcoxon sign ranks test.

The results showed that, patient's pain intensity scale before giving deep breathing relaxation technique is on the average of 5.82 is included to the category of sufficient pain. Meanwhile after the deep breathing relaxation technique is given as the treatment, it is found that the pain scale gained an average 1.93 which is included to the category of mild pain. Further analysis of the results obtained by the p Value = 0.000 with a significance level of <0.05, which means there are significant differences between pain intensity before and after deep breathing relaxation technique is given.

It can be concluded that the technique deep breathing relaxation effect on the reduction of pain intensity on post-surgery appendicitis patients from sufficient to mild pain. It is recommended to nurses to better maximize the use of deep breathing relaxation technique especially to reduce post-surgery pain in patients especially those who are appendectomy.

*Keywords:* Deep Breathing Relaxation Technique, Pain, Appendicitis