Implementasi Teknik Relaksasi Napas Dalam Terhadap
Penurunan Tingkat Nyeri Pada Pasien Post Op
Fraktur Di RSUD Haji Makassar
St.Khadijah
(2025)

Program Studi Diploma III Keperawatan
Fakultas Kedokteran Dan Ilmu Kesehatan
Universitas Muhammadiyah Makassar

Harmawati, S.Kep., Ns., M.Kep
Fitria Hasanuddin, S.Kep., M.Kes

ABSTRAK

Latar belakang: nyeri merupakan salah satu masalah utama yang dialami pasien setelah menjalani operasi fraktur. Penanganan nyeri yang tidak adekuat dapat menghambat proses penyembuhan dan menurunkan kenyamanan pasien. Intervensi non-farmakologi seperti teknik relaksasi napas dalam terbukti dapat membantu mengurangi presepsi nyeri melalui peningkatan reaksasi dan oksigenasi tubuh. **Tujuan:** penelitian ini bertujuan untuk mengetahui pengaruh teknik relaksasi napas dalam terhadap penurunan tingkat nyeri pada pasien post op fraktur. **Metode:** penelitian menggunakan desain quasi experiment dengan pendekatan pretest dan posttest. Sampel yang digunakan berjumlah 2 orang dipilih sesuai dengan kriteria inklusi dan kriteria eksklusi. Intervensi dilakukan dengan teknik relaksasi napas dalam selama 10 menit. Pengukuran tingkat nyeri menggunakan wong baker pain rating scale. **Hasil:** Rata-rata skala nyeri sebelum dilakukan teknik relaksasi naps dalam yaitu 2 (cukup meningkat) dan setelah dilakukan teknik relaksasi napas dalam didapatkan skala nyeri yaitu 3 (sedang) dan 4 (cukup menurun). Dapat disimpulkan bahwa teknik relaksasi napas dalam berpengaruh terhadap penurunan tingkat nyeri pada pasien post op fraktur. **Kesimpulan:** Implementasi teknik relaksasi napas dalam merupakan intervensi keperawatan non-farmakologis yang efektif dan aman untuk menurunkan tingkat nyeri pada pasien post op fraktur.

Kata kunci: teknik relaksasi napas dalam, nyeri, post op, fraktur