



LEMBAR PENGESAHAN
Nomor: 386/LP-LPBK/VIII/2026

Judul : Penerapan Relaksasi Nafas Dalam Untuk Menurunkan Nyeri Pada
Pasien Pasca Operasi Usus Buntu/ Apendisitis Di Ruang Wijaya
Kusuma RSUD Kajen Kabupaten Pekalongan

Nama : Della Tri Mutiara Devi

Menerangkan bahwa abstrak dengan judul di atas telah diterjemahkan ke dalam Bahasa Inggris oleh Lembaga Pengembangan Bahasa dan Kerja Sama (LPBK), Universitas Muhammadiyah Pekajangan Pekalongan.

Pekalongan, 18 Agustus 2026

Disahkan oleh,
Kepala Lembaga Pengembangan Bahasa dan Kerja Sama (LPBK)

Aida Rusmarihana, S.Kep., Ns., MAN *a*

**Program Studi Diploma Tiga Keperawatan
Fakultas Ilmu Kesehatan
Universitas Muhammadiyah Pekajangan Pekalongan**

ABSTRAK

Della Tri Mutiara Devi¹, Firman Faradisi², Nuniek Nizmah Fajriyah³

Penerapan Relaksasi Nafas Dalam Untuk Menurunkan Nyeri Pada Pasien Pasca Operasi Usus Buntu/ Apendisitis Di Ruang Wijaya Kusuma RSUD Kajen Kabupaten Pekalongan

Pendahuluan: Apendisitis merupakan peradangan pada apendiks yang umumnya ditangani dengan tindakan apendektomi. Nyeri pascaoperasi akibat kerusakan jaringan pada area insisi dapat menimbulkan ketidaknyamanan, menghambat aktivitas, dan memperlambat proses pemulihan pasien. Salah satu intervensi nonfarmakologis yang dapat digunakan untuk membantu menurunkan nyeri adalah teknik relaksasi napas dalam. Karya Tulis Ilmiah ini bertujuan untuk menggambarkan penerapan teknik relaksasi napas dalam terhadap penurunan intensitas nyeri pada pasien post operasi apendektomi. Metode yang digunakan adalah studi kasus deskriptif pada dua pasien yang mengalami nyeri akut pasca apendektomi. Teknik relaksasi napas dalam diberikan selama 3×24 jam dan tingkat nyeri diukur menggunakan Numeric Rating Scale (NRS). Hasil menunjukkan adanya penurunan skala nyeri pada kedua pasien. Pada pasien pertama, skala nyeri menurun dari 6 menjadi 2, sedangkan pada pasien kedua menurun dari 7 menjadi 2. Berdasarkan hasil studi kasus tersebut dapat disimpulkan bahwa teknik relaksasi napas dalam dapat membantu menurunkan intensitas nyeri pada pasien post operasi apendektomi. Teknik relaksasi napas dalam dapat dipertimbangkan sebagai salah satu intervensi nonfarmakologis dalam manajemen nyeri pada pasien pasca apendektomi.

Kata Kunci: *apendisitis, relaksasi napas dalam, nyeri, apendektomi.*

**Vocational Program in Nursing
Faculty of Health Sciences
University of Muhammadiyah Pekajangan Pekalongan**

ABSTRACT

Della Tri Mutiara Devi¹, Firman Faradisi², Nuniek Nizmah Fajriyah³

The Use of Deep Breathing Techniques to Alleviate Pain in Post-Appendectomy Patients in the Wijaya Kusuma Ward of Kajen Regional General Hospital, Pekalongan Regency

Appendicitis is an inflammation of the appendix, usually treated with an appendectomy. Postoperative pain at the incision site can cause discomfort, restrict activity, and delay the patient's recovery. One effective non-pharmacological intervention to help alleviate this pain is the deep breathing relaxation technique. This scientific paper discusses the use of deep breathing relaxation techniques to alleviate pain intensity in patients recovering from appendectomy. A descriptive case study method was used, involving two patients who experienced acute pain following their surgery. The deep breathing relaxation technique was applied over a period of three 24-hour sessions, and pain levels were assessed using the Numeric Rating Scale (NRS).

The results indicated a decrease in pain scores for both patients: the first patient's score reduced from 6 to 2, while the second patient's score fell from 7 to 2. Based on these findings, it can be concluded that deep breathing relaxation techniques are effective in reducing pain intensity in post-appendectomy patients. Therefore, these techniques could be considered a valuable non-pharmacological intervention for pain management in patients after an appendectomy.

Keywords: *appendicitis, Deep Breathing Techniques, pain, Appendectomy*