



LEMBAR PENGESAHAN

Nomor: 159/LP-LPBK/VI/2026

Judul : Penerapan Teknik Relaksasi Napas Dalam Untuk Menurunkan Nyeri Pada Pasien Post Operasi Fraktur di RSUD Batang

Nama : Sukma Tia Amanda

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, 29 Juni 2026

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



Aida Rusmariana, S.Kep., Ns., MAN

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

ABSTRAK

Sukma Tia Amanda¹, Firman Faradisi²

Penerapan Teknik Relaksasi Napas Dalam Untuk Menurunkan Nyeri Pada Pasien Post Operasi Fraktur di RSUD Batang

Fraktur merupakan kondisi terputusnya kontinuitas tulang akibat trauma atau kecelakaan. Penatalaksanaan fraktur sering memerlukan tindakan operasi yang dapat menimbulkan nyeri post operasi. Nyeri yang tidak ditangani dengan baik dapat mengganggu aktivitas, mobilisasi, serta memperlambat proses pemulihan pasien. Salah satu intervensi nonfarmakologis untuk mengurangi nyeri adalah teknik relaksasi napas dalam yang memberikan efek relaksasi, meningkatkan oksigenasi jaringan, serta menurunkan persepsi nyeri. Tujuan Karya Tulis Ilmiah ini adalah untuk menggambarkan penerapan teknik relaksasi napas dalam terhadap penurunan nyeri pada pasien post operasi fraktur di RSUD Batang. Metode yang digunakan adalah studi kasus deskriptif pada dua pasien selama 3×24 jam. Pengukuran nyeri dilakukan menggunakan Numeric Rating Scale (NRS) dan intervensi diberikan +15 menit tiga kali sehari. Hasil menunjukkan penurunan nyeri dari skala 6 menjadi 1 pada pasien pertama dan skala 6 menjadi 0 pada pasien kedua. Simpulan, teknik relaksasi napas dalam efektif menurunkan nyeri dan disarankan sebagai intervensi nonfarmakologis pada pasien post operasi fraktur di rumah sakit.

Kata Kunci: *Fraktur, Nyeri, Post Operasi, Relaksasi Napas Dalam*

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

ABSTRACT

Sukma Tia Amanda¹, Firman Faradisi²

Application of Deep Breathing Relaxation Technique to Reduce Pain in Post-Operation Fracture Patients at Batang Regional General Hospital

Fracture is a condition characterized by the disruption of bone continuity resulting from trauma or accidents. The management of fractures frequently necessitates surgical intervention, which may give rise to post-operation pain. Inadequately managed pain can impair daily activities, physical mobilization, and ultimately delay the patient's recovery process. One non-pharmacological intervention for pain reduction is the deep breathing relaxation technique, which elicits a relaxation response, enhances tissue oxygenation, and attenuates pain perception. The purpose of this scientific paper is to describe the application of deep breathing relaxation technique in reducing pain among post-operation fracture patients at Batang Regional General Hospital. The method employed was a descriptive case study conducted on two patients over a period of 3×24 hours. Pain assessment was performed using the Numeric Rating Scale (NRS), and the intervention was administered for approximately 15 minutes three times daily. The results demonstrated a reduction in pain scores from scale 6 to 1 in the first patient, and from scale 6 to 0 in the second patient. In conclusion, the deep breathing relaxation technique is effective in reducing pain and is recommended as a non-pharmacological intervention for post-operation fracture patients in hospital settings.

Keywords: *deep breathing relaxation, fracture, pain, post-operation*