



KARYA TULIS ILMIAH

IMPLEMENTASI TEKNIK RELAKSASI NAPAS DALAM PADA PASIEN *POST SECTIO CAESAREA* DENGAN MASALAH KEPERAWATAN NYERI AKUT DI RUANG NIFAS RSD KALISAT JEMBER

Diajukan untuk memenuhi sebagai persyaratan memperoleh gelar

Ahli madya Keperawatan

Oleh:

ALDI FIRDAUS
NIM: 2301021001

**PROGRAM STUDI DIII KEPERAWATAN
FAKULTAS ILMU KESEHATAN
UNIVERSITAS MUHAMMADIYAH JEMBER
TAHUN 2026**

KARYA TULIS ILMIAH

IMPLEMENTASI TEKNIK RELAKSASI NAFAS DALAM PADA PASIEN POST SECTIO CAESAREA DENGAN MASALAH KEPERAWATAN NYERI AKUT DI RUANG NIFAS RSD KALISAT JEMBER

Diajukan untuk Memenuhi Salah Satu Persyaratan Dalam Menyelesaikan
Program Ahli Madya Keperawatan

Oleh:

ALDI FIRDAUS
NIM: 2301021001

**PROGRAM STUDI DIII KEPERAWATAN
FAKULTAS ILMU KESEHATAN
UNIVERSITAS MUHAMMADIYAH JEMBER
TAHUN 2026**

SURAT PERNYATAAN KEABSAHAN KARYA ILMIAH

Yang bertanda tangan di bawah ini:

Nama : Aldi Firdaus

Nim : 2301021001

Tempat, Tanggal Lahir: Jember, 20 Februari 2006

Jenis Kelamin : Laki-Laki

Alamat : Slateng - Ledokombo - Jember

Jurusan/Program Studi: DIII Keperawatan

Fakultas : Fakultas Ilmu Kesehatan

Universitas : Universitas Muhammadiyah Jember

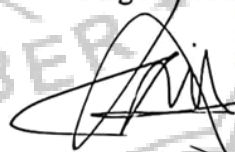
Dengan ini menyatakan bahwa Karya Tulis Ilmiah dengan judul di bawah ini:

1. Penelitian dengan judul tersebut diatas benar-benar telah saya lakukan sebagaimana yang di tulis dalam metode penelitian.
2. Penelitian ini benar-benar **karya saya sendiri atau bukan plagiat hasil karya orang lain** dan saya ajukan sebagian bahan ujian akhir Karya Tulis Ilmiah.
3. Apabila di kemudian hari terbukti bahwa Karya Ilmiah ini **bukan** karya saya sendiri atau plagiat hasil karya orang lain, maka saya bersedia menerima sanksi sesuai ketentuan perundang-undangan yang berlaku.

Demikian surat pernyataan ini saya untuk dipergunakan sebagaimana mestinya.

Jember, 05 Juni 2026

Yang Membuat Pernyataan,



(Aldi Firdaus)

2301021001



PERNYATAAN PERSETUJUAN

IMPLEMENTASI TEKNIK RELAKSASI NAFAS DALAM PADA PASIEN POST SECTIO CAESAREA DENGAN MASALAH KEPERAWATAN NYERI AKUT DI RUANG NIFAS RSD KALISAT JEMBER

Oleh:

ALDI FIRDAUS
NIM: 2301021001

Karya Tulis Ilmiah ini telah diperiksa oleh pembimbing dan telah disetujui
untuk dipertahankan dihadapan Tim Penguji Karya Tulis Ilmiah

Program Studi DIII Keperawatan Fakultas Ilmu Kesehatan
Universitas Muhammadiyah Jember

Jember, 05 Juni 2026
Pembimbing

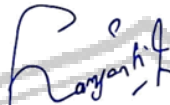

(Ns. Siti Kholifah, S.Kep., M. Kep)
NPK. 1988092511703822

PENGUJI KARYA TULIS ILMIAH

Dewan Penguji Ujian Sidang Karya Tulis Ilmiah Pada Program Studi DIII
Keperawatan Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas Muhammadiyah Jember

Jember, 05 Juni 2026

Penguji I



Ns. Dwi Yunita Haryanti, S. Kep., M. Kes.

NPK. 1982061911203699

Penguji II



Ns. Ayesie Natasa Zulka, S.Kep., M.Kep

NPK. 19940206123091040

Penguji III



(Ns. Siti Kholifah, S.Kep., M. Kep)

NPK. 1988092511703822

PENGESAHAN

IMPLEMENTASI TEKNIK RELAKSASI NAFAS DALAM PADA PASIEN POST SECTIO CAESAREA DENGAN MASALAH KEPERAWATAN NYERI AKUT DI RUANG NIFAS RSD KALISAT JEMBER

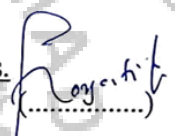
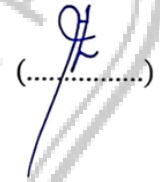
Oleh:

ALDI FIRDAUS
NIM: 2301021001

Dewan Penguji Ujian Karya Tulis Ilmiah pada Program Studi DIII Keperawatan
Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas Muhammadiyah Jember

Jember, 05 Juni 2026

Penguji,

1. Penguji I : Ns. Dwi Yunita Haryanti, S. Kep., M. Kes.
NPK. 1982061911203699 
2. Penguji II : Ns. Ayesie Natasa Zulka, S.Kep., M.Kep.
NPK. 19940206123091040 
3. Penguji III : Ns. Siti Kholifah, S.Kep., M. Kep.
NPK. 1988092511703822 

Mengetahui
Dekan Fakultas Ilmu Kesehatan
Universitas Muhammadiyah Jember

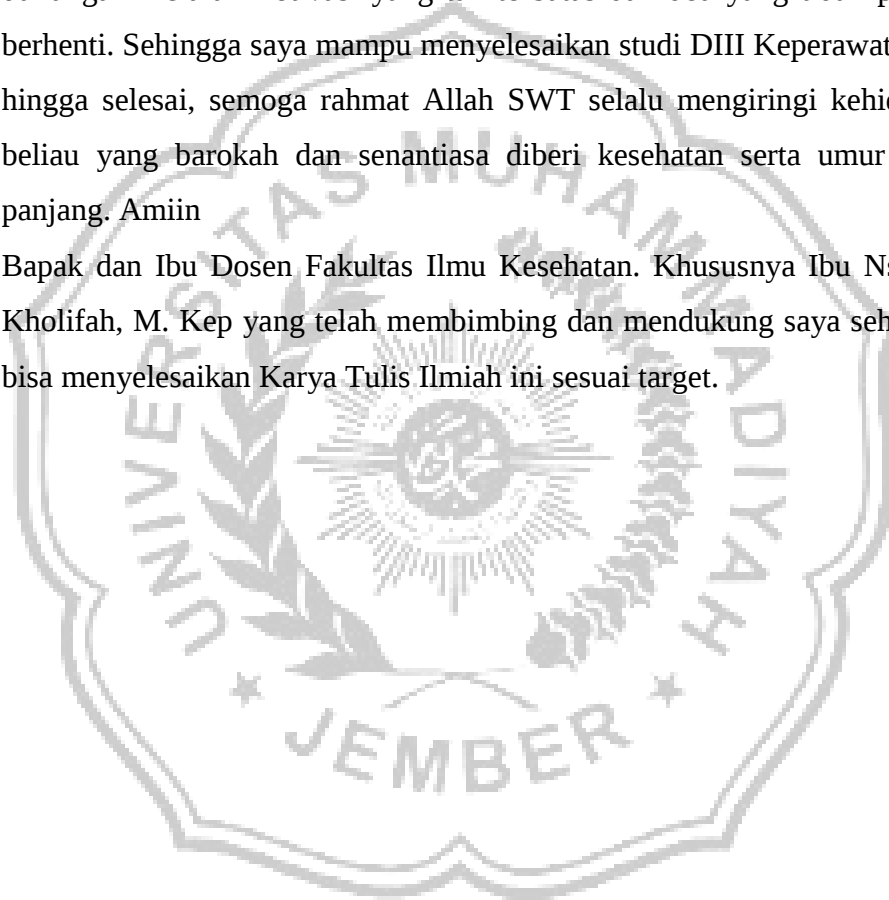

(Ns. Sri Wahyuni Adnyani, M. Kep. M.Kes)
NPK. 1988030311703821

PERSEMBAHAN

Bismillahirrahmanirrahim...

Puji Syukur kehadiran Allah SWT yang telah memberi rahmat dan hidayah untuk menyelesaikan Karya Ilmiah Ini dengan rendah hati dan kesabaran yang luar biasa. Karya Tulis Ilmiah ini dibantu oleh banyak faktor. Karena itu, saya mengucapkan terima kasih kepada:

1. Kedua orang tua saya Bapak Samsuri dan Ibu Azizah, gelar Ahli Madya ini saya persembahkan untuk beliau tercinta, yang selalu memberikan dukungan melalui motivasi yang tak terbatas dan doa yang tidak pernah berhenti. Sehingga saya mampu menyelesaikan studi DIII Keperawatan ini hingga selesai, semoga rahmat Allah SWT selalu mengiringi kehidupan beliau yang barokah dan senantiasa diberi kesehatan serta umur yang panjang. Amiin
2. Bapak dan Ibu Dosen Fakultas Ilmu Kesehatan. Khususnya Ibu Ns. Siti Kholifah, M. Kep yang telah membimbing dan mendukung saya sehingga bisa menyelesaikan Karya Tulis Ilmiah ini sesuai target.



MOTTO

"Berusahalah dengan sungguh-sungguh, berdoalah dengan penuh keyakinan, dan bertawakallah kepada Allah, karena hasil terbaik selalu datang pada waktu yang telah Dia tetapkan."

"Tidak ada kesuksesan tanpa doa, tidak ada keberhasilan tanpa usaha, dan tidak ada kemudahan tanpa izin Allah SWT."



KATA PENGANTAR

Segala puji bagi Allah SWT yang telah memberi penulis rahmat dan hidayah untuk menyelesaikan Karya Tulis Ilmiah berjudul "Implementasi Teknik Relaksasi Nafas Dalam Pada Pasien Post Sectio Caesarea Dengan Masalah Keperawatan Nyeri Akut Di Ruang Nifas RSD Kalisat Jember". Penulisan Karya Tulis Ilmiah ini di lakukan untuk memenuhi salah satu syarat untuk mendapatkan gelar Ahli Madya Keperawatan di Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas Muhammadiyah Jember. Banyak orang telah membantu dan membimbing penulis karya ilmiah ini. Selain itu, penulis menyadari bahwa bantuan dan bimbingan Bapak/Ibu Dosen sangat penting untuk penyusunan Karya Tulis Ilmiah ini. Oleh karena itu, penulis mengucapkan terima kasih kepada:

1. Ns. Sri Wahyuni Adriyani, M. Kep. M.Kes. Selaku Dekan Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas Jember.
2. Ns. Sofia Rhosma Dewi, M.Kep. Selaku Wakil Dekan Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas Muhammadiyah Jember.
3. Ns. Dwi Yunita Haryanti, S.Kep., M.Kes. Selaku Kaprodi DIII Keperawatan Fakultas Kesehatan Universitas Muhammadiyah Jember.
4. Ns. Siti Kholifah, M.Kep. Selaku dosen pembimbing yang telah menyediakan waktu, tenaga, dan pikiran untuk mengarahkan saya dalam penyusunan Karya Tulis Ilmiah ini.
5. RSD Kalisat yang telah memberikan izin dan kesempatan kepada saya melakukan penelitian di RSD Kalisat. Dukungan dan kerja sama ini membantu proses npengumpulan data untuk penulisan Karya tulis Ilmiah ini.

Semoga bantuan serta budi baik yang telah diberikan kepada penulis, mendapat balasan dari Allah SWT Besar harapan penulis agar Karya Tulis Ilmiah ini dapat bermanfaat.

Jember, 05 Juni 2026

Aldi Firdaus

DAFTAR ISI

COVER.....	i
KARYA TULIS ILMIAH.....	ii
SURAT PERNYATAAN KEABSAHAN.....	iii
PERNYATAAN PERSETUJUAN	iv
PENGUJI KARYA TULIS ILMIAH.....	v
PENGESAHAN	vi
PERSEMBAHAN	vii
MOTTO	viii
Abstrak	ix
Abstract.....	x
ABSTRACT	x
KATA PENGANTAR	xi
DAFTAR ISI.....	xii
DAFTAR TABEL.....	xiv
DAFTAR LAMPIRAN	xv
BAB I.....	1
PENDAHULUAN.....	1
1.1 Latar Belakang.....	1
1.2 Rumusan Masalah.....	3
1.3 Tujuan Penelitian	3
1.3.1 Umum.....	3
1.3.2 Khusus.....	3
1.4 Manfaat.....	4
1.4.1 Teoritis	4
1.4.2 Praktis.....	4
BAB II.....	5
TINJAUAN PUSTAKA	5
2.1. Konsep Teori	5
2.1.1. Konsep <i>Sectio Caesarea</i>	5
2.1.2. Masalah Keperawatan Nyeri Akut	7
2.1.3. Konsep Relaksasi Napas Dalam.....	16
2.1.4. Konsep Post Partum.....	19
2.2. Kajian Literatur.....	28
2.3. Peneliti Terdahulu.....	28
BAB III.....	30
METODE PENELITIAN	30
3.1. Desain Penelitian.....	30
3.2. Subyek Penelitian	30
3.3. Fokus Penelitian	30
3.4. Lokasi dan Waktu Penelitian	30
3.5. Definisi Operasional	31
3.6. Instrumen Penelitian	31
3.7. Metode Pengumpulan Data.....	33
3.8. Alur Pelaksanaan Penelitian.....	34
3.9. Analisis Data dan Penyajian Data	34
3.9.1. Analisa Data	34
3.9.2. Penyajian Data.....	35
3.10. Etik Penelitian.....	35

BAB IV.....	37
HASIL DAN PEMBAHASAN.....	37
4.1 Hasil.....	37
4.1.1 Data Umum	37
4.1.1 Data Khusus Pasien	40
4.2 Pembahasan.....	42
4.2.1 Implementasi	42
4.2.2 Evaluasi	44
4.2.3 Pendokumentasian Evaluasi.....	46
4.3 Keterbatasan Penelitian.....	48
BAB V	50
PENUTUP.....	50
5.1 Kesimpulan.....	50
5.2 Saran	50
DAFTAR PUSTAKA	52



DAFTAR TABEL

Tabel 1 Peneliti Terdahulu	28
Tabel 2 Definisi Operasional	31
Tabel 3 Hasil Implementasi Teknik Relaksasi Napas Dalam.....	40
Tabel 4 Hasil Pengukuran Skala Nyeri (Numeric Rating Scale/NRS)	40
Tabel 5 Hasil Pengkajian PQRST.....	41



DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran 1 Pengkajian.....	54
Lampiran 2 Surat Keterangan Lolos Kaji Etik.....	59
Lampiran 3 Surat Pengantar Ijin Penelitian	60
Lampiran 4 Surat Rekomendasi Penelitian	61
Lampiran 5 Surat Keterangan Selesai Penelitian	62
Lampiran 6 Surat Keterangan Bebas Plagiasi	63
Lampiran 7 Lembar Konsultasi	64
Lampiran 8 Lembar Informed Consent.....	65
Lampiran 9 SOP Napas Dalam.....	66

