

ABSTRAK

UNIVERSITAS MUHAMMADIYAH JEMBER
PROGRAM STUDI PROFESI NERS
FAKULTAS ILMU KESEHATAN

Karya Ilmiah Akhir, Juli 2026

Wijdan Cahyo Utomo

Penerapan Teknik Relaksasi Napas Dalam Terhadap Penurunan Tingkat Kecemasan Pada Pasien Pre Operasi di RSUD dr. H. Koesnadi Bondowoso

xiv + 97 hal + 15 tabel + 5 gambar + 6 lampiran

Abstrak

Pasien pada fase pre operasi sering mengalami kecemasan akibat kurangnya informasi, ketakutan terhadap prosedur pembedahan, serta kondisi penyakit yang dialami. Kecemasan pre operasi yang tidak ditangani dapat berdampak pada kondisi fisiologis dan psikologis pasien serta menghambat kesiapan menghadapi tindakan operasi. Salah satu intervensi keperawatan nonfarmakologis yang dapat diberikan adalah teknik relaksasi napas dalam. Karya ilmiah akhir ini bertujuan mengimplementasikan teknik relaksasi napas dalam terhadap penurunan tingkat kecemasan pada pasien pre operasi di RSUD dr. H. Koesnadi Bondowoso. Metode ini menggunakan desain studi kasus dengan pendekatan deskriptif. Subjek penelitian terdiri dari tiga pasien pre operasi yang mengalami kecemasan. Penelitian dilakukan di Ruang Dahlia RSUD dr. H. Koesnadi Bondowoso pada bulan Maret 2026. Pengumpulan data dilakukan melalui wawancara, observasi, studi dokumentasi, serta pengukuran tingkat kecemasan menggunakan kuesioner *Amsterdam Preoperative Anxiety and Information Scale* (APAIS). Intervensi teknik relaksasi napas dalam diberikan selama 3×24 jam dengan evaluasi pre dan post intervensi. Hasil penelitian menunjukkan adanya penurunan tingkat kecemasan pada seluruh pasien setelah diberikan teknik relaksasi napas dalam berdasarkan skor APAIS. Kesimpulan dari penelitian ini adalah Teknik relaksasi napas dalam efektif menurunkan tingkat kecemasan pada pasien pre operasi dan dapat diterapkan dalam asuhan keperawatan.

Kata kunci : Teknik relaksasi napas dalam, kecemasan, pasien pre operasi.

Daftar Pustaka : 23 (2020-2025)

ABSTRACT

UNIVERSITY OF MUHAMMADIYAH JEMBER
PROFESSIONAL NURSING STUDY PROGRAM
FACULTY OF HEALTH SCIENCES

Final Scientific Paper, Juli 2026

Wijdan Cahyo Utomo

The Application of Deep Breathing Relaxation Technique on Reducing Anxiety Levels in Preoperative Patients at RSUD dr. H. Koesnadi Bondowoso

xiv + 97 pages + 15 tables + 5 figure + 6 appendices

Abstrak

Patients in the preoperative phase often experience anxiety due to a lack of information related to surgical procedures, as well as the illness they are experiencing. Untreated preoperative anxiety can have an impact on the patient's physiological and psychological conditions and may hinder cooperation during surgical procedures. One non-pharmacological nursing intervention that can be applied to reduce anxiety is the deep breathing relaxation technique. This final scientific paper aims to implement the deep breathing relaxation technique to reduce anxiety levels in preoperative patients at RSUD dr. H. Koesnadi Bondowoso. This study used a case study design with a descriptive approach. The subjects consisted of three preoperative patients who experienced anxiety. The research was conducted in the Dahlia Ward of RSUD dr. H. Koesnadi Bondowoso in March 2026. Data collection was carried out through interviews, observation, documentation, and measurement of anxiety levels using the Amsterdam Preoperative Anxiety and Information Scale (APAIS). The deep breathing relaxation intervention was administered for 3 × 24 hours with evaluation conducted before and after the intervention. The results showed a decrease in anxiety levels in all patients after the implementation of the deep breathing relaxation technique based on APAIS scores. The conclusion of this study is that the deep breathing relaxation technique is effective in reducing anxiety levels in preoperative patients and can be applied as a nursing intervention.

Keywords : *Deep breathing relaxation technique, anxiety, preoperative patients.*

Bibliography : 23 (2020-2025)