



KARYA TULIS ILMIAH

(STUDI KASUS)

**IMPLEMENTASI TERAPI RELAKSASI PERNAFASAAN
DALAM PADA PASIEN PRA OPERASI YANG MENGALAMI
KECEMASAN DI RDS KALISAT**

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

Oleh

FIRDA

NIM : 2301021034

**PROGRAM STUDI DIPLOMA III KEPERAWATAN
FAKULTAS ILMU KESEHATAN
UNIVERSITAS MUHAMMADIYAH JEMBER
TAHUN 2025-2026**

KARYA TULIS ILMIAH

**IMPLEMENTASI TERAPI RELAKSASI PERNAFASAAN
DALAM PADA PASIEN PRA OPERASI YANG MENGALAMI
KECEMASAN DI RDS KALISAT**



**PROGRAM STUDI DIPLOMA III KEPERAWATAN
FAKULTAS ILMU KESEHATAN
UNIVERSITAS MUHAMMADIYAH JEMBER
TAHUN 2025-2026**

SURAT PENGESAHAN KARYA ILMIAH

Yang bertanda tangan di bawah ini :

Nama : Firda
NIM : 2301021034
Tempat, tanggal, lahir : Lumbaja, 07 Oktober 2003
Agama : islam
Jenis Kelamin : Perempuan
Alamat : Lumbaja Desa Benteng Allah Kec, Baroko provinsi
Sulawesi selatan
Jurusan/Program Studi : D3 Keperawatan
Fakultas : Fakultas Ilmu Kesehatan
Universitas : Universitas Muhammadiyah Jember

Dengan ini menyatakan bahwa Karya Ilmiah, dengan judul dibawah ini :

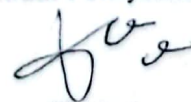
'Implementasi terapi relaksasi pernafasan dalam pada pasien pra operasi yang mengalami kecemasan di RSD Kalisat'

1. Penelitian dengan judul tersebut diatas benar-benar telah saya lakukan sebagaimana yang sudah ditulis dalam metode penelitian.
2. Adalah benar karya saya sendiri atau bukan plagiat hasil karya orang lain dan saya ajukan sebagai bahan ujian akhir .
3. Apalagi 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 buat untuk dipergunakan sebagaimana mestinya

Jember, 10 Juni 2026

Yang Membuat Pernyataan



(Firda)

NIM. 2301021034

SURAT PERNYATAAN KARYA SENDIRI

Yang bertanda tangan dibawah ini:

Nama Lengkap : Firda

NIM : 2301021034

Tempat/Tanggal Lahir : Lumbaja/ 07 Oktober 2003

Fakultas/Universitas : Fakultas Ilmu Kesehatan / Universitas
Muhammadiyah Jember

Alamat Rumah : Lumbaja Desa Benteng Allah kec. Baroko provinsi
Sulawesi selatan

Dengan ini menyatakan bahwa karya dengan judul "Implementasi terapi relaksasi pernafasan dalam pada pasien pra operasi yang mengalami kecemasan di RSD Kalisat" belum pernah dipublikasikan dan belum pernah diikutsertakan dalam perlombaan ditingkat Regional, Nasional, atau Internasional serta tidak mengandung unsur plagiat didalamnya.

Demikianlah pernyataan ini dibuat dalam keadaan sadar dan tanpa ada unsur paksaan dari siapapun. Jika di kemudian hari ditemukan ketidak benaran informasi, maka saya bersedia didiskualifikasi ataupun dibatalkan dari status juarajika nanti menjadi juara dalam perlombaan ini.

Jember, 10 Juni 2026

Yang Menyatakan
Firda



2301021034

PERNYATAAN PERSETUJUAN

**IMPLEMENTASI TERAPI RELAKSASI PERNAFASAAN
DALAM PADA PASIEN PRA OPERASI YANG MENGALAMI
KECEMASAN DI RDS KALISAT**

Oleh:

FIRDA

NIM: 2301021034

Karya Tulis Ilmiah ini telah di periksa oleh pembimbing dan telah di setujui
Untuk dipertahankan dihadapan Tim Penguji Karya Tulis Ilmiah
Program Studi DIII Keperawatan Fakultas Ilmu kesehatan
Universitas Muhammadiyah Jember

Jember, 25 Mei 2026

Pembimbing

Dr . Wahyudi Widada. S.Kp.. Ked

NPK : 196712610704448

LEMBAR PENGESAHAN PENGUJI

IMPLEMENTASI TERAPI RELAKSASI PERNAFASAAN DALAM PADA PASIEN PRA OPERASI YANG MENGALAMI KECEMASAAN DI RSD KALISAT

Oleh :

FIRDA

NIM : 2301021034

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

Jember 10 Juni 2026

Penguji,

1. Dr. Diyan Indriyani, S.Kp., M.Kep., Sp.Mat (.....)
NIP: 197011032005012002
2. Dr. Ns. Awatiful Azza, M.Kep., Sp. Kep., Mat (.....)
NIP: 197012132005012001
3. Dr. Wahyudi Widada, S.Kp., M.Ked (.....)
NPK: 196712160704448

Mengetahui

Dekan Fakultas Ilmu Kesehatan

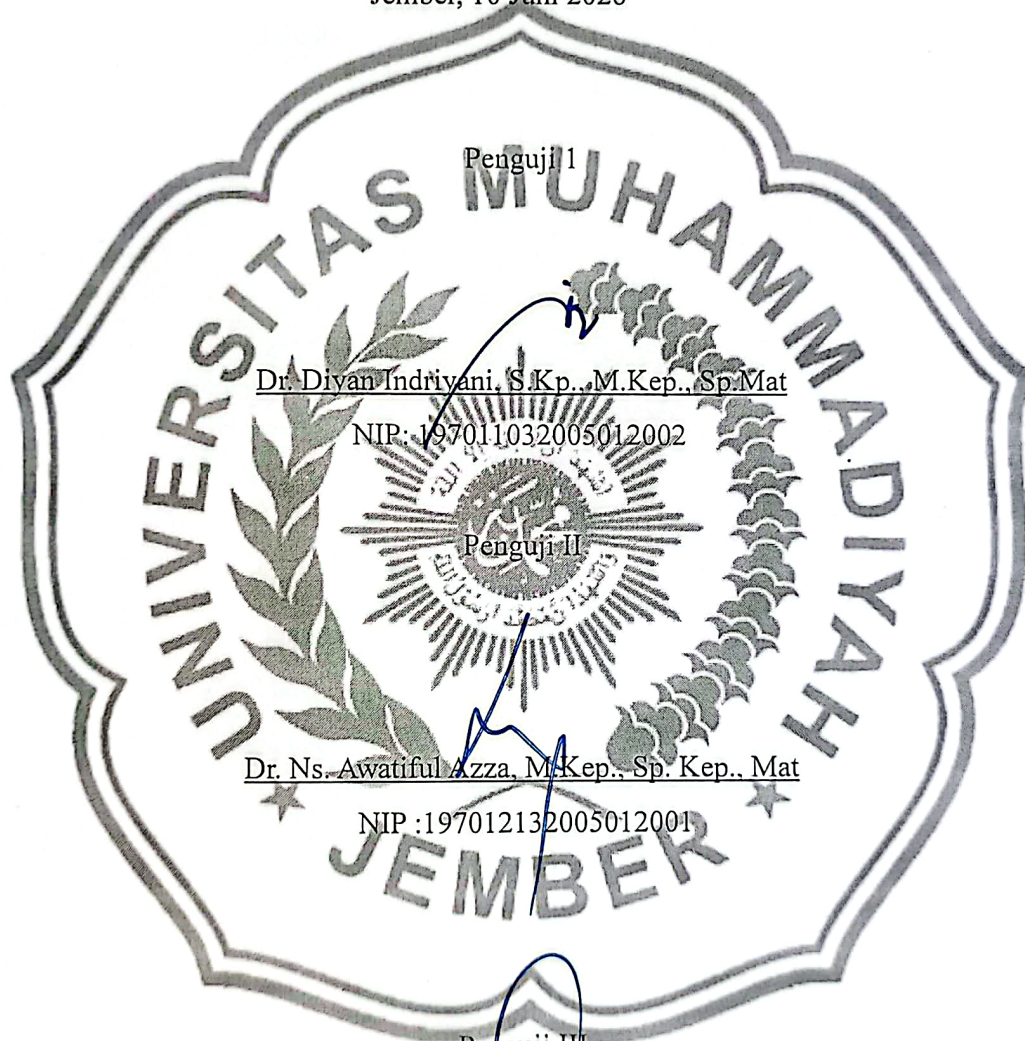
Universitas Muhammadiyah Jember

(NS. Sri Wahyuni Adrian, M.Kep., Sp.Kep. Kom)

NPK: 1988030311703821

PENGUJI KARYA TULIS ILMIAH

Dewan Penguji Sidang Karya Tulis Ilmiah Pada Program Studi DIII Keperawatan
Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas Muhammadiyah Jember
Jember, 10 Juni 2026



Penguji I

Dr. Diyan Indriyani, S.Kp., M.Kep., Sp.Mat

NIP. 197011032005012002

Penguji II

Dr. Ns. Awatiful Azza, M.Kep., Sp. Kep., Mat

NIP : 197012132005012001

Penguji III

Dr . Wahyudi Widada. S.Kp .,M., Ked

NPK : 196712610704448

MOTTO

"Sesungguhnya Allah Bersama orang – orang yang sabar ,"

{QS. AL-Baqarah;153}

Lakukan setiap usaha dengan tulus ,

Karena ketulusan Akan menjadikan setiap langkah

Bernilai ibadah,



KATA PENGANTAR

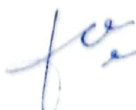
Puji syukur atas kehadiran Tuhan Yang Maha Esa atas limpahan rahmat dan karuniaNya sehingga peneliti mampu menyelesaikan Karya Tulis Ilmiah yang berjudul "Implementasi Terapi Relaksasi Pernafasaan Dalam Pasien Pra Operasi Yang Mengalami Kecemasan Di RSD Kalisat".

Karya Tulis Ilmiah ini disusun sebagai salah satu kegiatan untuk mencapai gelar Ahli Madya Keperawatan pada Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas Muhammadiyah Jember. Saya menyadari bahwa, tanpa bantuan dan bimbingan dari berbagai pihak pada penyusunan Karya Tulis Ilmiah ini, sangatlah sulit bagi saya untuk menyelesaikan laporan ini. Oleh karena itu, saya mengucapkan terima kasih kepada:

1. Ns. Sri Wahyuni A., S.Kep., M.Kep., Sp.Kep.Kom selaku Dekan Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas Muhammadiyah Jember.
2. Ns. Dwi Yunita Haryanti, S.Kep., M.Kes. selaku Kaprodi Program Studi Keperawatan Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas Muhammadiyah Jember.
3. Dr Wahyudi widada, S.KP.M.Ked. selaku dosen pembimbing yang telah menyediakan waktu, tenaga, dan pikiran untuk mengarahkan saya dalam penyusunan Karya Tulis Ilmiah ini.
4. Orang tua saya yang telah memberikan doa dan kasih sayang serta dukungn dan semangat yang luar biasa baik dalam materi maupun spiritual yang tiada ternilai.
5. Teman-teman serta semua pihak yang telah terlibat dalam penelitian peneliti selama mengerjakan Karya Tulis Ilmiah.
6. Diri saya sendiri Firda , atas segala kerja keras dan semangatnya dalam mengerjakan Karya Tulis Ilmiah ini sampai selesai.

Terima kasih atas kesabaran dan kerja keras dalam menyusun KTI ini. Semoga bantuan dan dukungan yang telah diterima penulis menjadi bekal untuk mencapai keberhasilan selanjutnya.

Jember 08 Juni 2025


Firda

DAFTAR ISI

HALAMAN SAMPUL DEPAN	i
HALAMAN SAMPUL DEPAN	i
SURAT KEABSAHAN KARYA ILMIAH	ii
SURAT PERNYATAAN KARYA SENDIRI	iii
LEMBAR PERSETUJUAN PEMBIMBING	iv
LEMBAR PENETAPAN PENGUJI	v
LEMBAR PENGESAHAN PENGUJI	vi
MOTTO	vii
KATA PENGANTAR	ix
DAFTAR ISI	x
DAFTAR TABEL	xi
DAFTAR BAGAN	xii
DAFTAR LAMIRAN	xiii
BAB I PENDAHULUAN	1
1.1 Latar Belakang	1
1.2 Rumusan Masalah	3
1.3 Tujuan	3
1.4 Manfaat Penelitian	4
1.4.1 Manfaat Teoritis	4
1.4.2 Manfaat Praktis	4
BAB II TINJAUAN PUSTAKA	5
2.1 Konsep Anisietas	5
2.1.1 Definisi Anisietas	5
2.1.2 Etiologi Anisietas	5

2.1.3 Tanda dan Gejala Anisietas	8
2.1.4 Komplikasi Anisietas	9
2.1.5 Patofisiologis Anisietas	10
2.1.6 Pathway Anisietas.....	11
2.1.7 Penatalaksanaan Anisietas.....	12
2.1.8 Pemeriksaan Penunjang Anisietas.....	13
2.2 Konsep Relaksasi Pernafasan Dalam.....	17
2.3 Penelitian Terkait.....	17
BAB III METODE PENELITIAN.....	18
3.1 Desain penelitian.....	18
3.2 Subyek Penelitian.....	18
3.3 Fokus Penelitian.....	18
3.4 Lokasi dan Waktu Penelitian.....	18
3.5 Definisi Operasional.....	19
3.6 Instrumen Penelitian.....	19
3.7 Metode Penelitian.....	20
3.8 Alur Pelaksanaan Penelitian.....	20
3.9 Analisis Data dan Penyajian Data	20
3.9.1 Analisis Data	20
3.9.2 Penyajian Data	21
3.10 Etika Penelitian	21
BAB IV HASIL DAN PEMBAHASAN	22
4.1 Identitas pasien	22
4.2 Riwayat kesehatan	23
4.3 pola fungsional kesehatan	24
4.4 Pemeriksaan keperawatan	25

4.5 Implementasi keperawatan.....	26
4.7Pembahasan.....	29
BAB V KESIMPULAN DAN SARAN.....	33
5.1 Keimpulan	33
5.2 Saran	34
DAFTAR PUSTAKA	36



DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran 1 Lembar Kuesioner dan Lembar Observasi	39
Lampiran 2. Satuan Acara Penyuluhan (SAP)	43
Lampiran 3. Leaflet	48
Lampiran 7 Lembar lolos kaji Etik.....	52
Lampiran 8 surat Rekomendasi Bakesbangpol.....	53

