

**PENERAPAN TERAPI RELAKSASI NAFAS DALAM TERHADAP  
PENURUNAN TINGKAT NYERI PADA TN. S DENGAN  
POST OPERASI BPH DI RUANG BEDAH**

**RSUD KOTA BAUBAU**

**KARYA TULIS ILMIAH**



**Oleh:**

**AL MAKRIFATULLAH**

**NIM: P00320021147**

**DIREKTORAT JENDERAL TENAGA KESEHATAN  
POLITEKNIK KESEHATAN KENDARI  
PRODI D-III KEPERAWATAN**

**BUTON**

**2024**

**PENERAPAN TERAPI RELAKSASI NAFAS DALAM TERHADAP  
PENURUNAN TINGKAT NYERI PADA TN. S DENGAN  
POST OPERASI BPH DI RUANG BEDAH**

**RSUD KOTA BAUBAU**

**KARYA TULIS ILMIAH**

*Diajukan Sebagai Salah satu persyaratan menyelesaikan pendidikan program*

*Diploma III Keperawatan*



**AL MAKRIFATULLAH**

**NIM: P00320021147**

**DIREKTORAT JENDERAL TENAGA KESEHATAN  
POLITEKNIK KESEHATAN KENDARI  
PRODI D-III KEPERAWATAN  
BUTON  
2024**

**LEMBAR PERSETUJUAN**

**PENERAPAN TERAPI RELAKSASI NAFAS DALAM TERHADAP  
PENURUNAN TINGKAT NYERI PADA TN. S POST OPERASI BPH DI  
RSUD KOTA BAUBAU**

Yang disusun oleh :

**AL MAKRIFATULLAH**

**NIM. P00320021147**

Karya Tulis Ilmiah ini telah disetujui oleh pembimbing untuk dipertahankan  
didepan Tim Penguji.

Buton, 26 Juni 2024

**Menyetujui:**

**PEMBIMBING I**



**Lena Atov, S.ST.,M.PPH**  
**NIP.196503151989032001**

**PEMBIMBING II**



**Sitti Rachmi Misbah, S.Kp., M.Kes.**  
**NIP. 197111011999032001**

**Mengetahui:**

**Ketua Prodi Keperawatan Buton**



**Nasir Muna, S.Kep., Ns., M.Kes.**

**NIP.197304252000121001**

**LEMBAR PENGESAHAN**

**PENERAPAN TERAPI RELAKSASI NAFAS DALAM TERHADAP  
PENURUNAN TINGKAT NYERI PADA TN. S POST OPERASI BPH DI  
RSUD KOTA BAUBAU**

Yang disusun dan diajukan oleh:

**AL MAKRIFATULLAH**  
**NIM: P00320021147**

Telah dipertahankan pada Seminar KTI di depan Tim Penguji

Pada Hari/Tanggal: Jum'at, 28 Juni 2024

Tim Penguji:

1. Nurjannah, S.Pd., M.Kes.
2. Lena Atoy, SST., MPH.
3. Fitri Wijayati, S.Kep., Ns., M.Kep.
4. Nurfatima, S.Kep., Ns., M.Kes
5. Sitti Rachmi Misbah, S.Kp., M.Kes

(.....)

(.....)

(.....)

(.....)

(.....)

Ketua Prodi Keperawatan Buton



Nasir Muna, S.Kep., Ns., M.Kes.

197304252000121001

## SURAT PERNYATAAN KEASLIAN TULISAN

Saya yang bertanda tangan dibawah ini:

Nama : Al Makrifatullah

NIM : P00320021147

Institusi Pendidikan : Prodi D-III Keperawatan Buton

Judul Proposal : Penerapan Terapi Relaksasi Nafas Dalam Terhadap Penurunan Tingkat Nyeri Pada Tn. S dengan Post Operasi BPH di ruang bedah RSUD Kota Baubau

Menyatakan dengan sebenar-benarnya bahwa Tugas Akhir yang saya tulis ini adalah hasil karya tulis sendiri, bukan merupakan pengambilan tulisan atau pikiran orang lain yang saya akui sebagai tulisan atau pikiran saya sendiri.

Apabila dikemudian hari terbukti bahwa tugas akhir ini adalah hasil jiplakan (plagiat) maka saya bersedia menerima sanksi atas perbuatan tersebut sesuai peraturan yang berlaku di Jurusan Keperawatan Poltekkes Kemenkes Kendari Prodi Buton.

Buton, 6 juni 2024

Yang Membuat Pernyataan



Al Makrifatullah

**HALAMAN PERNYATAAN PERSETUJUAN  
PUBLIKASI KARYA ILMIAH UNTUK KEPENTINGAN AKADEMIK**

Sebagai civitas Poltekkes Kemenkes Kendari, saya yang bertanda tangan di bawah ini :

Nama : Al Makrifatullah  
Nim : P00320021147  
Program Studi / Jurusan : D-III Keperawatan Buton  
Judul : Penerapan Terapi Relaksasi Nafas Dalam Terhadap Penurunan Tingkat Nyeri Pada Tn.S dengan Post Operasi BPH di Ruang Bedah RSUD Kota Baubau

Menyatakan bahwa setuju untuk memberikan kepada Poltekkes Kemenkes Kendari Hak Bebas Royalti Non Eksekutif Atas (Skripsi, Karya Tulis Ilmiah, Laporan Tugas Akhir) saya yang berjudul : “Penerapan Terapi Relaksasi Nafas Dalam Terhadap Penurunan Tingkat Nyeri Pada Tn.S dengan Post Operasi BPH di Ruang Bedah RSUD Kota Baubau” Beserta perangkat yang ada (jika diperlukan). Dengan Hak Bebas Royalti Non Eksekutif ini Poltekkes Kemenkes Kendari berhak menyimpan, mengalihmedia / formatkan, mengelola dalam bentuk pangkalan data (database), merawat, dan mempublikasikan (Skripsi, Karya Tulis Ilmiah, Laporan Tugas Akhir) saya selama tetap mencantumkan nama saya sebagai penulis / pencipta dan sebagai pemilik Hak Cipta.

Demikian pernyataan ini saya buat dengan sebenarnya.

Di buat di Buton

Tanggal 30 Agustus 2024



**Al Makrifatullah**  
**NIM. P00320021147**

## DAFTAR RIWAYAT HIDUP



### A. IDENTITAS

1. Nama Lengkap : Al Makrifatullah
2. Tempat/Tanggal Lahir : Lowu-Lowu, 15 Februari 2003
3. Jenis Kelamin : Laki-Laki
4. Agama : Islam
5. Suku/Kebangsaan : Buton /Indonesia
6. Alamat : Lowu-Lowu
7. No.Tlp/HP : +6282259664826

### B. Pendidikan

1. TK Negeri Pembina 2009
2. SD Negeri 2 Lowu-Lowu tamat tahun 2015
3. SMP Negeri 8 Baubau tamat tahun 2018
4. SMA Negeri 5 Baubau tamat tahun 2021
5. Poltekkes Kemenkes Kendari Jurusan Keperawatan Buton tahun 2021-2024

## **MOTTO**

Semua orang memiliki masanya masing-masing, tak perlu terburu-buru, tunggulah, kesempatan itu akan datang dengan sendirinya, tidak peduli seberapa sulitnya itu, jangan menyerah dan jangan pernah melupakan tujuan mu



## ABSTRAK

**AL MAKRIFATULLAH (P00320021147) ”Penerapan Terapi Relaksasi Nafas Dalam Terhadap Penurunan Tingkat Nyeri Pada Tn. S dengan Post Operasi BPH Di Ruang Bedah RSUD Kota Baubau”. Pembimbing 1 (Lena Atoy, S.ST., M.PH), Pembimbing 2 (Sitti Rachmi Misbah, S.Kp., M.Kes.)**

**Latar belakang:** *Benigna Prostat Hiperplasia* (BPH) adalah penyakit proliferasi kronis yang mungkin di definisikan sebagai pembesaran epitel kelenjar prostat yang disebabkan oleh epitel dan stroma hiperproliferasi, dengan dominasi sel stroma. BPH adalah kondisi yang progresif pria yang lanjut usia dimulai pada usia 40 tahun, prevalensi BPH meningkat seiring dengan bertambahnya usia. Kira-kira 50% pria dapat menunjukkan gejala BPH pada usia 51-60 tahun. Prevalensi BPH adalah 70% pada laki-laki pada usia 70 tahun, dan meningkat menjadi 80% pada usia 85 tahun.

**Tujuan penulisan:** Untuk Mengidentifikasi Tingkat Nyeri sebelum dan sesudah dilakukan Terapi Relaksasi Nafas Dalam pada pasien Post Operasi BPH di RSUD Kota Baubau. **Metode:** penelitian ini menggunakan desain penelitian deskriptif dalam bentuk studi kasus dengan subjek tunggal, yang menderita Post Operasi BPH dan memiliki masalah keperawatan Nyeri Akut dengan intervensi terapi relaksasi nafas dalam. **Hasil:** hasil yang menunjukkan bahwa terapi relaksasi nafas dalam dapat menurunkan tingkat nyeri dari skala nyeri 8 menjadi skala nyeri 2, meringis dari cukup meningkat menjadi menurun, gelisah dari cukup meningkat menjadi menurun, frekuensi nadi dari sdang 46X/Menit menjadi membaik 60X/Menit, pola napas dari sedang menjadi membaik. **Kesimpulan:** dapat di tarik kesimpulan bahwa penerapan terapi relaksasi nafas dalam pada Tn. S mengalami penurunan tingkat nyeri.

**Kata Kunci:** *Benigna Prostat Hiperplasia* (BPH), Terapi Relaksasi Nafas Dalam, Tingkat Nyeri.

## ABSTRACT

**AL MAKRIFATULLAH (P00320021147) "Application of Deep Breath Relaxation Therapy to Reduce Pain Levels in Mr. S with Postoperative BPH in the Surgical Room of Baubau City Hospital". Mr. S Postoperative BPH in the Surgical Room of Baubau City Hospital". Supervisor 1 (Lena Atoy, S.ST., M.PH), Supervisor 2 (Sitti Rachmi Misbah, S.Kp., M.Kes.)**

**Background:** Benign prostatic hyperplasia (BPH) is a chronic proliferative disease that may be defined as epithelial enlargement of the prostate gland caused by epithelial and stromal hyperproliferation, with a predominance of stromal cells. BPH is a progressive condition in older men starting at the age of 40 years, the prevalence of BPH increases with age. Approximately 50% of men may show symptoms of BPH by the age of 51-60 years. The prevalence of BPH is 70% in men by the age of 70 years, and increases to 80% by the age of 85 years. **Purpose of writing:** To Identify Pain Levels before and after Deep Breath Relaxation Therapy in BPH Postoperative patients at Baubau City Hospital. **Method:** This study uses a descriptive research design in the form of a case study with a single subject, who suffers from Postoperative BPH and has acute pain nursing problems with deep breath relaxation therapy interventions. **Results:** the results showed that deep breath relaxation therapy could reduce pain levels from a pain scale of 8 to a pain scale of 2, grimacing from moderately increased to decreased, restlessness from moderately increased to decreased, pulse frequency from 46X / minute to improved 60X / minute, breathing patterns from moderate to improved. **Conclusion:** it can be concluded that the application of deep breath relaxation therapy on Mr S experienced a decrease in pain levels. Mr S experienced a decrease in pain levels.

**Keywords:** Benign Prostate Hyperplasia (BPH), Deep Breath Relaxation Therapy, Pain Level.

## KATA PENGANTAR

Puji dan syukur senantiasa kami panjatkan kepada Tuhan Yang Maha Esa, karena dengan limpahan berkat dan karunianya, sehingga penulis dapat menyelesaikan Karya Tulis Ilmiah dalam bentuk studi kasus dengan judul "Penerapan Terapi Relaksasi Nafas Dalam Terhadap Penurunan Tingkat Nyeri Pada Tn. S dengan Post Operasi BPH Di Ruang Bedah RSUD Kota Baubau".

Karya Tulis Ilmiah ini disusun sebagai salah 1 syarat untuk menyelesaikan pendidikan pada program Diploma III Keperawatan Buton Poltekkes Kemenkes Kendari. Dalam proses pembuatan hingga penyelesaian Karya Tulis Ilmiah ini tentunya tidak lepas dari bantuan dan motivasi yang diberikan dari berbagai pihak, untuk itu dengan segala kerendahan hati dan keikhlasan yang tulus penulis menyampaikan terima kasih yang sebesar-besarnya kepada Ibu Lena Atoy S.ST M.PH selaku pembimbing 1 dan Ibu Sitti Rachmi Misbah S.Kp., M.Kes. selaku pembimbing 2 yang memberikan motivasi, arahan dan masukan terhadap penulisan Karya Tulis Ilmiah.

Tak lupa penulis juga mengucapkan terima kasih yang tak terhingga kepada:

1. Orang Tuaku tercinta (La Jazi dan Jumarlina) dan adik-adiku (Ahaddul Kudus, Miftah, Ahmad said dan Rismah) yang selalu mendo'akan dan memberikan motivasi selama menempuh pendidikan hingga penyelesaian Karya Tulis Ilmiah ini.
2. Bapak Abdul Syukur Bau, S.kep,Ns,MM, selaku ketua jurusan keperawatan poltekkes kemenkes Kendari.

3. Bapak Nasri Muna S.Kep.,Ns.,M.Kes, selaku ketua program studi keperawatan Buton poltekkes kemenkes Kendari.
4. Kepada tim penguji Ibu Nurjannah, S.Pd., M.Kes., Ibu Fitri Wijayati, S.Kep, Ns., M.Kep., Ibu Nurfatima S.Kep., Ns., M.Kes.
5. Teman-teman yang telah mendukung dan memotivasi penulis dalam penyusunan Karya Tulis Ilmiah ini.
6. Chyntia Pratami Muslihi yang selalu mendukung, memotivasi, membantu dan mendorong penulis agar tetap semangat dalam menyelesaikan Karya tulis Ilmiah.

## DAFTAR ISI

<b>HALAMAN SAMPUL DEPAN</b> .....	<b>i</b>
<b>HALAMAN JUDUL</b> .....	<b>ii</b>
<b>LEMBAR PERSETUJUAN</b> .....	<b>iii</b>
<b>LEMBAR PENGESAHAN</b> .....	<b>iv</b>
<b>SURAT PERNYATAAN KEASLIAN TULISAN</b> .....	<b>v</b>
<b>HALAMAN PERNYATAAN PERSETUJUAN</b> .....	<b>vi</b>
<b>DAFTAR RIWAYAT HIDUP</b> .....	<b>vii</b>
<b>MOTTO</b> .....	<b>viii</b>
<b>ABSTRAK</b> .....	<b>ix</b>
<b>KATA PENGANTAR</b> .....	<b>xi</b>
<b>DAFTAR ISI</b> .....	<b>xiii</b>
<b>DAFTAR TABEL</b> .....	<b>xvi</b>
<b>DAFTAR GAMBAR</b> .....	<b>xvii</b>
<b>DAFTAR LAMPIRAN</b> .....	<b>xviii</b>
<b>BAB I PENDAHULUAN</b>	
A. Latar Belakang .....	1
B. Rumusan Masalah .....	4
C. Tujuan Studi Kasus .....	4
1. Tujuan Umum .....	4
2. Tujuan Khusus .....	4
D. Manfaat Studi kasus .....	4
1. Bagi Klien .....	4
2. Bagi Institusi .....	5
3. Bagi Peneliti .....	5
<b>BAB II TINJAUAN PUSTAKA</b>	
A. Konsep <i>Benign Prostatic Hiperplasia</i> (BPH) .....	6
1. Definisi (BPH) .....	6
2. Anatomi (BPH) .....	6

3. Etiologi (BPH).....	8
4. Patofisiologi (BPH) .....	10
5. Pathway .....	13
6. Manifestasi Klinis .....	14
7. Pemeriksaan Penunjang .....	15
8. Penatalaksanaan .....	16
9. Komplikasi .....	16
B. Konsep Asuhan Keperawatan Post Operasi BPH .....	25
1. Pengkajian .....	25
2. Diagnosa .....	29
3. Intervensi .....	29
4. Implementasi .....	31
5. Evaluasi .....	31
C. Manajemen Nyeri .....	32
1. Definisi .....	32
2. Fisiologi Nyeri .....	32
3. Tanda dan Gejala Nyeri .....	33
4. Mekanisme Nyeri .....	33
5. Klasifikasi Nyeri .....	35
6. Faktor yang Mempengaruhi Nyeri .....	36
7. Pemeriksaan Fisik .....	39
D. Terapi Relaksasi Napas Dalam .....	41
1. Definisi .....	41
2. Manfaat .....	42
3. Latihan Relaksasi Nafas Dalam .....	42
4. Prosedur Terapi Relaksasi Nafas Dalam .....	44
 <b>BAB III METODE PENELITIAN</b>	
A. Jenis Penelitian Studi Kasus .....	48
B. Subjek Studi Kasus .....	48
C. Fokus Studi Kasus .....	48
D. Definisi Operasional Studi Kasus .....	49
E. Instrumen Studi Kasus .....	51

F. Metode Pengumpulan Data .....	51
G. Lokasi dan Waktu Studi Kasus .....	52
H. Analisa Data dan Penyajian Data .....	53
I. Etika Studi Kasus .....	53
<b>BAB IV HASIL DAN PEMBAHASAN</b>	
A. Hasil Studi Kasus .....	55
B. Pembahasan Hasil Studi Kasus .....	67
C. Keterbatasan Studi Kasus .....	71
<b>BAB V KESIMPULAN DAN SARAN</b>	
A. Kesimpulan .....	72
B. Saran .....	72
<b>DAFTAR PUSTAKA</b>	
<b>LAMPIRAN</b>	

## DAFTAR TABEL

<i>Tabel 1.1 Data Sekunder Hasil Kasus Post Operasi Benign Prostatic Hiperplasia (BPH) Tahun 2023</i> .....	2
<i>Tabel 2.1 Intervensi Keperawatan</i> .....	30
<i>Tabel 2.2 FLACC (face legs activity cry consolability scale)</i> .....	41
<i>Tabel 2.3 SOP Terapi Relaksasi Nafas Dalam</i> .....	46
<i>Tabel 3.1 Definisi Operasional</i> .....	49
<i>Tabel 4.1 Implementasi Hari Pertama</i> .....	58
<i>Tabel 4.2 Implementasi Hari Ke Dua</i> .....	61
<i>Tabel 4.3 Implementasi Hari Ke Tiga</i> .....	63
<i>Tabel 4.4 Hasil Observasi</i> .....	64



## DAFTAR GAMBAR

<i>Gambar 2.1 Anatomi Benign Prostatic Hiperplasia (BPH)</i> .....	8
<i>Gambar 2.2 Benign Prostatic Hiperplasia (BPH)</i> .....	12
<i>Gambar 2.3 Numeric Rating Scale</i> .....	40
<i>Gambar 2.4 Face Rating Scale (Skala Wajah)</i> .....	40

## DAFTAR LAMPIRAN

*Lampiran 1 Pengambilan Data Awal RSUD Kota Baubau*

*Lampiran 2 Lembar Persetujuan Menjadi Responden*

*Lampiran 3 Informed Consent*

*Lampiran 4 Surat Telah Melakukan Penelitian*

*Lampiran 5 Bebas Pustaka*

*Lampiran 6 Format SOP Trapi Relaksasi Nafas Dalam*

*Lampiran 7 Lembar Observasi Tingkat Nyeri*

*Lampiran 8 Lembar Hasil Observasi Skala Numerik*

*Lampiran 9 Asuhan Keperawatan Post Operasi BPH*

*Lampiran 10 Dokumentasi*

