

**IMPLEMENTASI TERAPI KOMPRES DINGIN DAN RELAKSASI
NAFAS DALAM PADA PASIEN NYERI POST OPERASI LAPARATOMI
DI RUMAH SAKIT UMUM DAERAH KARDINAH KOTA TEGAL**



TUGAS AKHIR

Oleh:

INTAN NUR HANIFAH

22130015

**PROGRAM STUDI DIPLOMA III KEPERAWATAN
POLITEKNIK HARAPAN BERSAMA TEGAL
2025**

**IMPLEMENTASI TERAPI KOMPRES DINGIN DAN RELAKSASI
NAFAS DALAM PADA PASIEN NYERI POST OPERASI LAPARATOMI
DI RUMAH SAKIT UMUM DAERAH KARDINAH KOTA TEGAL**



TUGAS AKHIR

Diajukan Untuk Memenuhi Salah Satu Syarat Dalam Mencapai Gelar Derajat

Ahli Madya

Oleh:

INTAN NUR HANIFAH

22130015

**PROGRAM STUDI DIPLOMA III KEPERAWATAN
POLITEKNIK HARAPAN BERSAMA TEGAL**

2025

HALAMAN PERNYATAAN KEASLIAN

Tugas Akhir ini adalah hasil karya saya sendiri, dan semua sumber baik yang dikutip maupun yang dirujuk telah saya nyatakan benar.

NAMA : Intan Nur Hanifah

NIM : 22130015

Tanda Tangan :



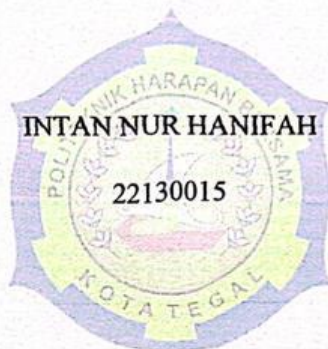
Tanggal : 06 Mei 2025

HALAMAN PERSETUJUAN

**IMPLEMENTASI TERAPI KOMPRES DINGIN DAN RELAKSASI
NAFAS DALAM PADA PASIEN NYERI POST OPERASI LAPARATOMI
DI RSUD KARDINAH KOTA TEGAL**

LAPORAN TUGAS AKHIR

Oleh:



DIPERIKSA DAN DISETUJUI OLEH:

PEMBIMBING I

PEMBIMBING II

Ns. Ardhi Henda Karmandika, M.Kep

NIDN. 0615029303

Bdn. Seventina Nurul Hidayah S. Si.T., M.Kes

NIDN. 1117088601

HALAMAN PENGESAHAN

Tugas akhir ini diajukan oleh:

NAMA : Intan Nur Hanifah

NIM : 22130015

Skin TA : KTI/~~Tim Riset Dosen~~/Publikasi

Program Studi : Diploma III Keperawatan

Judul Tugas Akhir : Implementasi Terapi Kompres Dingin Dan Relaksasi Nafas Dalam Pada Pasien Nyeri Post Operasi Laparotomi Di RSUD Kardinah Tegal.

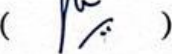
Telah berhasil dipertahankan dihadapan Tim Penguji dan diterima sebagai bagian persyaratan yang diperlukan untuk memperoleh gelar Ahli Madya Keperawatan pada Program Studi Diploma III Keperawatan, Politeknik Harapan Bersama.

TIM PENGUJI

Ketua Penguji : Ns. M. Ibnu Hasan, M. Kep

()

Anggota Penguji 1 : Ulfatul Latifah, SKM.M.Kes

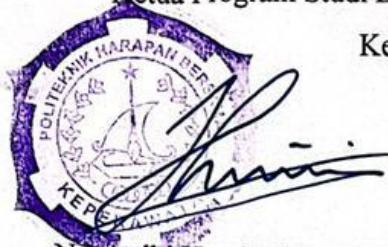
()

Anggota Penguji 2 : Ns. Ardhi Henda Karmandika, M. Kep

()

Tegal, 25 Juni 2025

Ketua Program Studi Diploma III
Keperawatan



Ns. Ardhi Henda Karmandika, M. Kep ✓

NIPY. 09.020.452

KATA PENGANTAR

Alhamdulillah, puji dan Syukur kita panjatkan kepada Allah SWT atas segala nikmat berupa Kesehatan, kekuatan, dan inspirasi yang sangat banyak dalam proses penyelesaian Karya Tulis Ilmiah ini, sehingga penulis dapat menyelesaikan Tugas Akhir yang berjudul **"Implementasi Terapi Kompres Dingin Dan Relaksasi Nafas Dalam Pada Pasien Nyeri Post Operasi Laparatomi Di RSUD Kardinah Kota Tegal"** Penulis menyadari banyak pihak yang memberikan dukungan serta bantuan selama penyelesaian Tugas Akhir.

Penulis menyadari bahwa Karya Tulis Ilmiah ini masih jauh dari kata sempurna. Untuk itu, penulis menerima saran dan kritik yang bersifat membangun. Akhir kata, semoga Karya Tulis Ilmiah ini berguna, baik bagi penulis maupun bagi pembaca.

Tegal, 06 Mei 2025

Intan Nur Hanifah

MOTTO DAN PERSEMBAHAN

“ Allah memang tidak menjanjikan hidupmu akan selalu mudah, tapi dua kali Allah berjanji bahwa: fa-inna ma'a al-'usri yusrā, inna ma'a al-'usri yusrā “
(QS. Al-Insyirah 94: 5-6)

“Semua jatuh bangunmu hal yang biasa, angan dan pertanyaan waktu yang menjawabnya, berikan tenggat waktu bersedihlah secukupnya, rayakan perasaanmu sebagai manusia”
(Baskara Putra-Hindia)

Ku Persembahkan Untuk:

1. Bapak apt. Heru Nurcahyo, S.Farm., M.Sc. selaku Direktur Politeknik Harapan Bersama Tegal.
2. Bapak Ns. Ardhi Henda Karmandika, M,Kep selaku ketua prodi Diploma III Keperawatan serta pembimbing I yang telah memberikan bimbingan dan ilmu bagi penulis. Terimakasih atas waktu dan bimbingannya.
3. Ibu Bdn. Seventina Nurul Hidayah S. Si.T., M.Kes selaku pembimbing II yang telah memberikan bimbingan dan ilmu bagi penulis. Terimakasih atas waktu dan bimbingannya.
4. Bapak dan Ibu dosen khususnya program studi Diploma III Keperawatan Politeknik Harapan Bersama Tegal yang telah memberikan bekal ilmu pengetahuan dengan senantiasa tulus membimbing penulis dari semester awal dan semester akhir hingga penyusunan Karya Tulis Ilmiah ini.
5. Kedua orang tua paling berjasa dalam hidup penulis, Ayah Arif Hermawan dan Mamah Mufidah Fitri. Terima kasih penulis ucapkan atas segala pengorbanan dan ketulusan yang diberikan, Terima kasih banyak atas biaya Pendidikan, pakaian yang nyaman, dan uang saku yang sangat cukup. Meskipun ayah dan mamah tidak sempat merasakan Pendidikan dibangku perkuliahan, namun selalu senantiasa memberikan yang terbaik, tak kenal lelah mendoakan, mengusahakan, memberikan dukungan baik secara moral maupun finansial Besar harapan penulis semoga ayah dan mamah selalu sehat, panjang umur. Aminn

6. Kedua saudara kandung penulis, kakanda Arfi Rozaan dan Adinda Nisa May Nurlada serta keluarga besar penulis. Terimakasih atas do'a, usaha dan support yang telah diberikan kepada penulis dalam pembuatan Karya Tulis Ilmiah ini.
7. Terakhir, terimakasih untuk diri sendiri, karena telah mampu berusaha keras dan berjuang sejauh ini. Mampu mengendalikan diri dari berbagai tekanan diluar keadaan dan tak pernah memutuskan menyerah sesulit apapun proses penyusunan tugas akhir ini dengan menyelesaikan sebaik dan semaksimal mungkin, ini merupakan pencapaian yang patut dibanggakan untuk diri sendiri.

ABSTRAK

IMPLEMENTASI TERAPI KOMPRES DINGIN DAN RELAKSASI NAFAS DALAM PADA PASIEN NYERI POST OPERASI LAPARATOMI DI RUMAH SAKIT UMUM DAERAH KARDINAH KOTA TEGAL Hanifah, Intan Nur; Karmandika, Ardhi Henda; Hidayah, Seventina Nurul

Latar Belakang: Nyeri akut pascaoperasi laparatomi merupakan masalah umum yang sering dihadapi oleh pasien, yang dapat menghambat proses pemulihan dan mobilitas fisik. Penanganan nyeri yang efektif sangat penting untuk meningkatkan kenyamanan pasien dan mempercepat penyembuhan. Terapi non-farmakologis seperti kompres dingin dan relaksasi napas dalam telah dikenal sebagai intervensi yang efektif untuk mengurangi nyeri. **Tujuan:** Studi kasus ini bertujuan untuk menganalisis efektivitas pemberian terapi kompres dingin dan relaksasi napas dalam terhadap penurunan tingkat nyeri akut pada pasien pascaoperasi laparatomi. **Metode:** Penelitian ini menggunakan metode studi kasus pada seorang pasien pascaoperasi laparatomi yang mengalami nyeri akut. Intervensi keperawatan berupa terapi kompres dingin dan relaksasi napas dalam diberikan selama tiga hari. Data dikumpulkan melalui pengkajian nyeri dengan skala numerik, observasi kondisi pasien, dan wawancara. **Hasil:** Setelah pemberian intervensi selama tiga hari, ditemukan penurunan signifikan pada skala nyeri pasien dari 6 menjadi 3. Kompres dingin bekerja melalui mekanisme vasokonstriksi yang menghambat impuls nyeri, sementara relaksasi napas dalam membantu mengurangi ketegangan otot dan aspek psikologis nyeri. kedua terapi ini juga membantu mengatasi gangguan mobilitas fisik pasien yang disebabkan oleh nyeri, serta meningkatkan dukungan keluarga dalam proses pemulihan. **Kesimpulan:** Terapi kompres dingin dan relaksasi napas dalam efektif dalam menurunkan tingkat nyeri akut dan mengatasi masalah gangguan mobilitas fisik pada pasien pascaoperasi laparatomi. Intervensi ini merupakan pendekatan keperawatan yang dapat diterapkan untuk meningkatkan kenyamanan dan mempercepat proses pemulihan pasien.

ABSTRACT

IMPLEMENTATION OF COLD COMPRESS THERAPY AND DEEP BREATHING RELAXATION IN PATIENTS WITH POST-LAPARATOMY PAIN AT KARDINAH HOSPITAL, TEGAL CITY

Hanifah, Intan Nur; Karmandika, Ardhi Henda; Hidayah, Seventina Nurul

Background: Acute pain after laparotomy surgery is a common problem faced by patients, which can hinder the recovery process and physical mobility. Effective pain management is crucial to improve patient comfort and accelerate healing. Non-pharmacological therapies such as cold compresses and deep breathing relaxation have been recognized as effective interventions to reduce pain. **Objective:** This case study aims to analyze the effectiveness of cold compress therapy and deep breathing relaxation on reducing acute pain levels in post-laparotomy patients. **Method:** This study used a case study method on a post-laparotomy patient experiencing acute pain. Nursing interventions in the form of cold compress therapy and deep breathing relaxation were given for three days. Data were collected through pain assessment using a numerical scale, observation of the patient's condition, and interviews. **Results:** After three days of intervention, a significant decrease was found in the patient's pain scale from 6 to 3. Cold compresses work through a vasoconstriction mechanism that inhibits pain impulses, while deep breathing relaxation helps reduce muscle tension and the psychological aspects of pain. These two therapies also help overcome the patient's physical mobility disorders caused by pain, as well as increase family support in the recovery process. **Conclusion:** Cold compress therapy and deep breathing relaxation are effective in reducing acute pain and addressing physical mobility issues in post-laparotomy patients. This intervention represents a nursing approach that can be implemented to improve patient comfort and accelerate recovery.

DAFTAR ISI

	Halaman
HALAMAN SAMPUL	i
HALAMAN JUDUL.....	ii
HALAMAN PERNYATAAN KEASLIAN	iii
HALAMAN PERSETUJUAN.....	iv
HALAMAN PENGESAHAN.....	iv
KATA PENGANTAR	v
MOTTO DAN PERSEMBAHAN	vii
ABSTRAK.....	ix
ABSTRACT.....	x
DAFTAR ISI.....	xi
DAFTAR TABEL.....	xiv
DAFTAR GAMBAR	xv
DAFTAR LAMPIRAN.....	xvi
BAB I PENDAHULUAN	1
1.1 Latar Belakang.....	1
1.2 Rumusan Masalah.....	3
1.3 Tujuan Penulisan	4
1.3.1 Tujuan Umum.....	4
1.3.2 Tujuan Khusus	4
1.4 Manfaat Penelitian.....	4
1.4.1 Manfaat Teoritis.....	4
1.4.2 Peneliti	4
BAB II TINJAUAN PUSTAKA.....	5
2.1 Konsep Dasar Laparatomi	5
2.1.1 Definisi Laparatomi.....	5
2.1.2 Etiologi Laparatomi.....	5
2.1.3 Patofisiologi.....	6
2.1.4 Jenis Insisi Laparatomi	7
2.1.5 Tanda dan Gejala	7

2.1.6	Komplikasi Laparatomi	8
2.1.7	Pemeriksaan Diagnostik	8
2.1.8	Penatalaksanaan Medis	9
2.1.9	Tujuan Perawatan Laparatomi	9
2.2	Konsep Nyeri	10
2.2.1	Definisi Nyeri	10
2.2.2	Fisiologi Patofisiologi Nyeri	11
2.2.3	Klasifikasi Nyeri	13
2.2.4	Penilaian Nyeri	15
2.2.5	Respon Tubuh Terhadap Nyeri	16
2.3	Konsep Kompres Dingin	17
2.3.1	Definisi Kompres Dingin	17
2.3.2	Mekanisme Kerja Kompres Dingin Terhadap Nyeri	18
2.3.3	Pengaruh Kompres Dingin Terhadap Nyeri	18
2.3.4	Kontraindikasi Terapi Kompres Dingin terhadap nyeri	19
2.3.5	Efek Samping dan Risiko Terapi Kompres Dingin	19
2.4	Konsep Relaksasi Nafas Dalam	20
2.4.1	Pengertian relaksasi nafas dalam	20
2.4.2	Manfaat relaksasi nafas dalam	20
2.4.3	Pengaruh terapi relaksasi nafas dalam terhadap nyeri	20
2.4.4	Tujuan relaksasi nafas dalam	21
2.4.5	Prosedur relaksasi nafas dalam	22
2.4.6	Posisi teknik relaksasi nafas dalam	22
2.4.7	Langkah – langkah teknik relaksasi nafas dalam	23
2.5	Konsep Asuhan Keperawatan	24
BAB III METODE PENELITIAN		30
3.1	Desain Penelitian	30
3.2	Subjek Studi Kasus	30
3.2.1	Kriteria Inklusi	30
3.2.2	Kriteria Eksklusi	30
3.3	Fokus Studi Kasus	31
3.4	Definisi Operasional	31
3.5	Instrumen Studi Kasus	33

3.5.1	Alat dan bahan studi kasus	33
3.5.2	Data yang dikumpulkan.....	33
3.6	Metode Pengumpulan Data	33
3.7	Langkah Studi Kasus	33
3.7.1	Persiapan.....	33
3.7.2	Pelaksanaan	33
3.8	Pengelolaan Data dan Analisa Data.....	34
3.9	Penyajian Data.....	34
3.10	Etika Studi Kasus	34
3.10.1	Prinsip Manfaat	35
3.10.2	Prinsip menghargai hak asasi manusia	35
3.10.3	Prinsip keadilan (Right to justice)	35
BAB IV HASIL STUDI KASUS DAN PEMBAHASAN		37
4.1	Hasil Studi Kasus.....	37
4.1.1	Pengkajian	37
4.1.2	Analisa Data	47
4.1.3	Diagnosa Keperawatan.....	47
4.1.4	Intervensi Keperawatan	48
4.1.5	Implementasi Keperawatan	50
4.1.6	Evaluasi Keperawatan	58
4.2	Pembahasan	63
4.2.1	Pengkajian	63
4.2.2	Diagnosa Keperawatan.....	66
4.2.3	Perencanaan / intervensi keperawatan.....	67
4.2.4	Implementasi keperawatan	68
4.2.5	Evaluasi keperawatan	70
4.3	Keterbatasan	72
BAB V KESIMPULAN DAN SARAN.....		74
5.1	Kesimpulan.....	74
5.2	Saran	75
DAFTAR PUSTAKA		76
LAMPIRAN.....		82

DAFTAR TABEL

Tabel 2.1 Rencana asuhan keperawatan	27
Tabel 3.1 Definisi Operasional	31
Tabel 4.1 Indeks Bathel	40
Table 4.2 pemeriksaan laboratorium.....	45
Tabel 4.3 Analisa Data.....	47
Tabel 4.4 perencanaan/intervensi keperawatan	48
Tabel 4.5 implementasi keperawatan.....	50
Tabel 4.6 evaluasi keperawatan	58

DAFTAR GAMBAR

Gambar 2.1 <i>Numeric Rating Scale</i> (NRS).....	15
---	----

DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran 1 Standar Operasional Prosedur Kompres Dingin.....	82
Lampiran 2 Standar Operasional Prosedur Relaksasi Napas Dalam.....	84
Lampiran 3 Dokumentasi Saat Pengkajian	86
Lampiran 4 Dokumentasi Pada Saat Terapi Relaksasi Nafas Dalam.....	87
Lampiran 5 Dokumentasi Saat Pemberian Terapi Kompres Dingin.....	88
Lampiran 6 Lembar Persetujuan (Informed Consent)	90
Lampiran 7 Surat Ijin Pengambilan Data.....	91
Lampiran 8 Surat Balasan.....	92
Lampiran 9 Form Bimbingan.....	93
Lampiran 10 Form Revisi Naskah Tugas Akhir.....	97
Lampiran 11 Biodata Mahasiswa.....	100