

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Operasi merupakan prosedur medis yang dilakukan dengan membuat sayatan pada bagian tubuh yang perlu ditangani, kemudian ditutup kembali dengan jahitan setelah selesai. Bagi pasien, menjalani operasi dapat menjadi pengalaman yang berat. Terdapat beberapa risiko selama atau setelah operasi yang dapat menimbulkan rasa takut. Anestesi digunakan untuk memastikan pasien tidak merasakan sakit saat operasi berlangsung. Namun, setelah operasi selesai dan efek anestesi hilang, pasien biasanya akan merasakan nyeri di area sayatan serta mengalami ketidaknyamanan (Mulyadin, 2022).

Berdasarkan data yang diperoleh dari WHO jumlah pasien dengan tindakan operasi mencapai peningkatan yang signifikan dari tahun ke tahun. Tercatat di tahun 2017 terdapat 140 juta pasien seluruh rumah sakit dunia, sedangkan pada tahun 2019 data mengalami peningkatan besar 148 juta jiwa. Tahun 2020 tercatat 234 juta jiwa klien di semua rumah sakit. Diperkirakan setiap tahunnya ada 165 juta tindakan di seluruh dunia. Di Indonesia diperkirakan pada tahun 2020 tindakan operasi mencapai 1,2 juta jiwa (*World Health Organization*, 2020).

Menurut data Kementerian Kesehatan pada tahun 2021 tindakan operasi atau pembedahan berada di peringkat ke 11 dari 50 jenis penanganan penyakit di Indonesia dengan 32% diantaranya merupakan tindakan pembedahan yang elektif (Kemenkes 2021). Berdasarkan data yang diambil dari rekam medik di RSUD Sultan Imanuddin Pangkalan bun pada Januari sampai Desember 2023 jumlah pasien yang melakukan operasi anestesi umum (operasi besar) 449 orang, anestesi spiral (operasi sedang) 774 orang, dan operasi kecil 310 orang, untuk keseluruhan jumlah pasien yang menjalani operasi di RSUD Sultan Imanuddin Pangkalan bun sebanyak 1533 orang (*Badan Pusat Statistik*, 2024).

Nyeri merupakan pengalaman sensorik dan emosional yang tidak menyenangkan dimana seseorang merasakan perasaan yang tidak nyaman yang disebabkan oleh kerusakan jaringan aktual atau fungsional (SDKI, 2019). Sedangkan post operasi adalah periode setelah pembedahan selesai yang dimulai

ketika pasien dipindahkan ke ruang pemulihan dan berakhir pada pemeriksaan berikutnya (Agustin et al., 2020). Nyeri post operasi merupakan respon tubuh terhadap kerusakan jaringan akibat sayatan kulit, kerusakan yang terjadi selama proses operasi, tarikan atau regangan pada organ dalam maupun kondisi penyakit seperti kanker atau gangguan tulang belakang (Andika et al., 2019).

Akibat dari prosedur operasi pasien akan merasakan ketidaknyamanan. Nyeri adalah sensasi subjektif serta pengalaman emosional yang tidak menyenangkan yang berhubungan dengan kerusakan jaringan baik yang aktual maupun potensial atau yang dianggap terjadi dalam situasi yang melibatkan kerusakan. Gerakan tubuh dan ekspresi wajah dapat menunjukkan adanya nyeri, seperti menggertakkan gigi, menutup mata rapat, meringis, merengek, berteriak, dan ketidakmampuan bergerak pasien akan mengalami gangguan rasa nyaman (Tiara & Sunarno, 2022).

Nyeri yang terjadi ketika tindakan operasi tersebut disebabkan pemberian luka secara sengaja, pergeseran fragmen tulang. Nyeri dapat terjadi akibat stimulus ujung serabut saraf pada saat pembedahan sehingga terganggunya suplai darah. Serabut kulit yang diberi insisi secara sengaja akan menimbulkan nyeri yang tajam seperti ditusuk-tusuk. Sebagian besar nyeri pasca operasi adalah nyeri sedang hingga berat sehingga pasien akan sering mengeluhkan nyeri, nafsu makan menurun, dan lain-lain (Bahrudin, 2018).

Nyeri pasca pembedahan biasanya berbanding lurus dengan jenis dan luasnya luka sayatan yang berlangsung relative singkat dan terlokalisir. Nyeri post operasi yang tidak diatasi dengan baik akan memperburuk keadaan pasien, berdampak pada proses penyembuhan, memperpanjang rawat inap, meningkatnya biaya perawatan, penurunan kualitas hidup, gangguan pernapasan, gangguan tidur serta meningkatnya morbiditas dan mortalitas (Amalia Yunia Rahmawati, 2020).

Nyeri pasca operasi masih menjadi permasalahan dalam layanan kesehatan di seluruh dunia. Hampir 50% pasien yang menjalani operasi elektif mengalami nyeri yang dapat mengarah pada peningkatan kasus nyeri kronis dan penurunan kepuasan pasien terhadap pelayanan kesehatan (Prabandari et al., 2018). Prosedur tindakan operasi dengan membuat sayatan yang disengaja

sehingga menimbulkan rasa nyeri. Hampir seluruhnya pasien yang menjalani operasi akan mengalami nyeri dan 20% pasien mengeluh nyeri angka tersebut tidak kunjung menurun selama 30 tahun terakhir (Small & Laycock, 2020).

Menurut *World Health Organization* (WHO) pengukuran tingkat keparahan nyeri dibagi menjadi tiga, yaitu mild pain (nyeri ringan), moderate pain (nyeri sedang), dan severe pain (nyeri kronis). Dengan pengukuran skala nyeri bisa ditentukan diagnosa penyakit serta dilakukan intervensi yang tepat. Skala nyeri sebagai pengukuran, durasi dan jenis nyeri pasien (Rahayu, Notesya, 2023). Pasien berhak mendapatkan pengkajian dan pengelolaan nyeri yang tepat. Rumah sakit harus memiliki proses untuk melakukan skrining, pengkajian, dan tatalaksana untuk mengatasi rasa nyeri, yang terdiri dari identifikasi pasien dengan rasa nyeri pada pengkajian awal dan pengkajian ulang, memberi informasi kepada pasien bahwa rasa nyeri dapat merupakan akibat dari terapi, prosedur, atau pemeriksaan, memberikan tatalaksana untuk mengatasi rasa nyeri, terlepas dari mana nyeri berasal, sesuai dengan regulasi rumah sakit, melakukan komunikasi dan edukasi kepada pasien dan keluarga mengenai pengelolaan nyeri sesuai dengan latar belakang agama, budaya, nilai-nilai yang dianut (Bahrudin, 2018).

Penatalaksanaan nyeri post operasi untuk mengurangi nyeri dilakukan dengan dua cara yaitu manajemen farmakologi dan manajemen nonfarmakologi. Manajemen farmakologi yaitu kolaborasi dengan tenaga medis dalam pemberian analgetik untuk meredakan nyeri (Mayenti & Sari, 2020). Secara garis besar strategi farmakologi dalam pemberian terapi mengikuti WHO *pain relief ladder* (jenjang analgetik), adapun contoh obatnya ketorolac ibuprofen, aspirin dan lain-lain. Manajemen nonfarmakologi dapat diberikan oleh perawat untuk pasien dapat mengurangi rasa nyeri secara mandiri hal ini dapat dilakukan dengan cara teknik relaksasi, stimulasi musik, kompres hangat, dan teknik terapi dzikir. Salah satu teknik relaksasi yang digunakan adalah *slow deep breathing* (Cynthia Puspariny, Diny Fellyana, 2019).

Slow deep breathing merupakan salah satu bentuk intervensi keperawatan dimana perawat mengajarkan pasien cara melakukan napas dalam, napas lambat (menahan inspirasi secara maksimal) serta cara menghembuskan

napas secara perlahan, selain membantu menurunkan intensitas nyeri teknik napas dalam dapat meningkatkan ventilasi paru dan meningkatkan oksigenasi darah (Obar & Sopyan, 2022). Napas dalam dan lambat dapat menstimulasi respons sistem saraf otonom dengan cara mengurangi aktivitas saraf simpatis dan meningkatkan aktivitas saraf parasimpatis (Pertiwi & Prihati, 2020). Stimulasi saraf simpatis meningkatkan aktivitas tubuh, sementara respons parasimpatis cenderung mengurangi aktivitas tubuh sehingga dapat menurunkan aktivitas metabolisme (Cahyo et al., 2023). Secara fisiologis, teknik relaksasi pernapasan dalam dan lambat menstimulasi sistem saraf parasimpatis yang dapat meningkatkan produksi endorfin, menurunkan denyut jantung, meningkatkan ekspansi paru sehingga dapat berkembang secara optimal serta otot-otot menjadi rileks. Teknik ini juga memastikan tubuh mendapatkan input oksigen adekuat yang memegang peran penting untuk sistem respirasi dan sirkulasi (Nurjanah & Yuniartika, 2020).

Berdasarkan penelitian terdahulu (Wulansari et al., 2023) tentang *slow deep breathing* untuk mengurangi nyeri selama pelepasan *water seal drainage* pada pasien pneumothorax dengan jumlah 20 responden yang terbagi menjadi dua kelompok yaitu kelompok intervensi dan kelompok kontrol menunjukkan adanya perbedaan rata-rata tingkat nyeri dengan nilai kelompok intervensi 2.366 sedangkan pada kelompok kontrol 3.100, sehingga nilai beda mean kedua kelompok 0.734 yang artinya terdapat selisih yang jauh antara kedua kelompok dengan demikian *slow deep breathing* mempunyai pengaruh yang signifikan terhadap penurunan nyeri.

Penelitian tersebut sejalan dengan penelitian yang dilakukan Mahmudi & Dinaryanti (2022) tentang pengaruh kombinasi relaksasi benson dan *slow deep breathing* terhadap nyeri post operasi *sectio caesarea* yang terdiri dari 18 responden menggunakan desain penelitian *One Group Pre-Post Test Design Without Control* menunjukkan hasil adanya penurunan intensitas nyeri yang signifikan dengan nilai rata-rata nyeri pada responden sebelum diberi perlakuan 4.72 dan nilai mean setelah diberi perlakuan 3.00 (Mahmudi & Dinaryanti, 2022). Penelitian lain yang mendukung penelitian tersebut adalah penelitian yang dilakukan oleh Tamrin, dkk (2019) tentang pengaruh *slow deep breathing*

terhadap nyeri pada pasien post operasi apendisitis dengan hasil penelitian menunjukkan bahwa dari 30 responden mengalami rata-rata nyeri 8.30 pada *pre* intervensi 7 sampai 10 yang tergolong nyeri sedang sampai berat dan nilai rata-rata nyeri pada *post* intervensi yaitu 2 sampai 3 yang tergolong nyeri ringan sehingga dapat bahwa adanya pengaruh signifikan antara sebelum dan sesudah dilakukan *slow deep breathing* terhadap penurunan skala nyeri post operasi apendisitis di RSUD Sleman Yogyakarta (Tamrin et al., 2019).

Berdasarkan hasil studi pendahuluan di Ruang Meranti RSUD Sultan Imanuddin pada 10 pasien yang telah menjalani operasi melalui wawancara didapatkan hasil bahwa 7 pasien yang mengalami nyeri ringan sampai sedang. Pasien tidak mengetahui tentang *slow deep breathing* dan mengatasi nyeri dengan terapi obat yang diberikan. Oleh karena itu peneliti tertarik untuk melakukan penelitian “pengaruh *slow deep breathing* terhadap penurunan nyeri pada pasien post operasi di RSUD Sultan Imanuddin Pangkalan Bun”.

B. Rumusan Masalah

Berdasarkan uraian latar belakang diatas maka peneliti ingin mengetahui apakah ada pengaruh *slow deep breathing* terhadap penurunan nyeri pada pasien post operasi di RSUD Sultan Imanuddin Pangkalan Bun?

C. Tujuan Penelitian

1. Tujuan Umum

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui apakah ada pengaruh *slow deep breathing* terhadap penurunan skala nyeri pada pasien post operasi di RSUD Sultan Imanuddin Pangkalan Bun.

2. Tujuan Khusus

- a) Mengidentifikasi tingkat skala nyeri sebelum dilakukan *slow deep breathing* pada pasien post operasi.
- b) Mengidentifikasi tingkat skala nyeri setelah dilakukan *slow deep breathing* pada pasien post operasi.
- c) Menganalisis pengaruh *slow deep breathing* terhadap penurunan skala nyeri pada pasien post operasi.

D. Manfaat Penelitian

1. Manfaat Teoritis

Hasil penelitian ini diharapkan dapat menambah referensi atau wawasan dalam dunia keperawatan, dimana terapi relaksasi *slow deep breathing* dapat dijadikan eksperimen nonfarmakologi untuk menurunkan tingkat nyeri.

2. Manfaat Praktis

a. Bagi Institusi

Hasil penelitian ini diharapkan dapat dijadikan sebagai referensi atau bahan pengembangan ilmu pengetahuan terkait *slow deep breathing* terhadap penurunan skala nyeri pada pasien post operasi.

b. Bagi Tempat Penelitian

Penelitian ini diharapkan dapat memberikan ilmu baru serta informasi tentang penanganan non-farmakologis pasien nyeri post operasi.

c. Bagi Peneliti

Penelitian ini diharapkan dapat meningkatkan pengetahuan kemampuan dan pengetahuan penulis tentang pengaruh terapi relaksasi *slow deep breathing* terhadap penurunan skala nyeri pada pasien post operasi.

d. Bagi Peneliti Selanjutnya

Hasil penelitian ini diharapkan dapat dijadikan sebagai sumber referensi dan bahan untuk penelitian selanjutnya dapat mengaplikasikan variabel independen dan mengganti variabel dependen.

E. Keaslian Penelitian

Tabel 1. 1 Keaslian Penelitian

No.	Nama, Tahun	Judul	Desain Penelitian	Hasil	Perbedaan
1.	(Igianny, 2018)	Perbedaan nyeri pada pasien pasca bedah fraktur ekstremitas sebelum dan sesudah dilakukan teknik relaksasi napas dalam	Desain penelitian ini menggunakan kuasi eksperimen dengan total 30 sampel yang dibagi menjadi kelompok kontrol dan kelompok eksperimen.	Hasil penelitian ini menunjukkan penurunan nyeri pada kelompok eksperimen dari Hasil uji <i>T independent</i> dan uji <i>T dependent</i> didapatkan nilai $p < 0.05$. Disimpulkan terdapat pengaruh signifikan terapi relaksasi <i>slow deep breathing</i> terhadap penurunan nyeri pada pasien post operasi.	Perbedaan terletak pada variabel dependent dimana penelitian terdahulu pada pasien post operasi yang di spesifikkan yaitu bedah fraktur ekstremitas dan penelitian saat ini pada pasien post operasi umum. Perbedaan lain pada peneliti sebelumnya melibatkan dua kelompok yaitu kelompok kontrol dan kelompok intervensi.
2.	(Tamrin et al., 2019)	Pengaruh <i>slow deep breathing</i> terhadap nyeri pada pasien post op apendisitis	Penelitian ini menggunakan <i>quasy-experiment</i> dengan <i>pre-post test without control group design</i> . Teknik sampling yang digunakan adalah <i>acidental sampling</i> dengan total 30 responden.	Hasil dari penelitian menunjukkan ada pengaruh <i>Slow Deep Breathing</i> terhadap penurunan nyeri $p < 0,001 @ 0,05$ dimana $p < 0,05$. Sehingga dapat disimpulkan bahwa latihan <i>slow deep breathing</i> secara signifikan mengurangi tingkat nyeri pada pasien pasca apendisitis di RSUD Sleman.	Perbedaan terletak pada variabel dependent dimana penelitian terdahulu pada pasien post operasi yang di spesifikkan yaitu operasi apendisitis dan penelitian saat ini pada pasien post operasi umum. Perbedaan lain terdapat pada teknik sampling yang digunakan peneliti sebelumnya adalah <i>acidental sampling</i> sedangkan peneliti saat ini menggunakan <i>consecutive sampling</i>
3.	(Setianingsih, 2018)	Penerapan <i>slow deep breathing</i> terhadap nyeri CKR di IGD Rumah Sakit PKU Muhammadiyah Gombong	Metode penelitian yang digunakan adalah <i>quasi exsperiment</i> dengan <i>pretest-posttest control grup design</i> . Populasi pada penelitian ini berjumlah 40 responden, dengan pengambilan	Terdapat pengaruh <i>slow deep breathing</i> terhadap skala nyeri akut pada kelompok intervensi cedera kepala ringan dengan nilai P value = 0.000.	Perbedaan terletak pada variabel dependent dimana penelitian terdahulu ditujukan pada pasien CKR dan penelitian saat ini pada pasien post operasi umum.

			sampel <i>consecutive sampling.</i>		
4.	(Mahmudi & Dinaryanti, 2022)	Pengaruh Kombinasi Relaksasi Benson dan <i>Slow Deep Breath</i> Terhadap Intensitas Nyeri Post Operasi <i>Sectio Caesarea</i> Di Rsab Harapan Kita Jakarta	Desain penelitian menggunakan " <i>Quasy Eksperiment</i> ", yaitu <i>one group pre post test design without control</i> dengan metode <i>purposive sampling</i> . Jumlah sampel sebanyak 18 pasien.	Hasil penelitian menunjukkan nilai mean sebelum dilakukan kombinasi terapi relaksasi benson dan <i>slow deep breath</i> sebesar 4,72 dan nilai mean sesudah sebesar 3,00, sehingga dapat dikatakan ada pengaruh pemberian kombinasi terapi relaksasi benson dan <i>slow deep breath</i> terhadap intensitas nyeri pada pasien post operasi <i>sectio caesaria</i> dengan p value 0,0000.	Perbedaan terletak pada variabel dependen dimana penelitian terdahulu dilakukan pada pasien post operasi <i>sectio caesarea</i> dan penelitian saat ini pada pasien post operasi umum.
5.	(Wulansari et al., 2023)	Slow deep breathing exercise untuk mengurangi nyeri selama pelepasan water seal-drainage (WSD) pada pasien pneumothorax	Penelitian kuantitatif menggunakan <i>quasi-experimental</i> dengan desain <i>repeated-measures</i> . dengan jumlah sampel 20 partisipan.	Hasil penelitian ini menunjukkan kelompok intervensi dan kontrol terdapat selisih nilai rerata tingkat nyeri. Nilai p-value sebesar $0.001 < 0.005$. Sehingga dapat disimpulkan bahwa latihan mandiri <i>slow deep breathing</i> pada pasien gangguan respirasi yang terpasang water sealed drainage (WSD) di Rumah Sakit Umum Persahabatan mempunyai pengaruh yang signifikan dalam menurunkan nyeri.	Perbedaan terletak pada variabel dependen dimana penelitian terdahulu diberikan untuk menurunkan nyeri pada pasien terpasang WSD sedangkan penelitian saat ini pada pasien post operasi umum.

BAB VI

KESIMPULAN

A. Kesimpulan

Berdasarkan hasil penelitian pengaruh *slow deep breathing* terhadap penurunan skala nyeri pada pasien post operasi di RSUD Sultan Imanuddin Pangkalan Bun didapatkan bahwa:

1. Tingkat skala nyeri sebelum dilakukan *slow deep breathing* pada pasien post operasi hampir seluruhnya berada di tingkat nyeri sedang.
2. Tingkat skala nyeri setelah dilakukan *slow deep breathing* pada pasien post operasi sebagian besar menjadi kategori nyeri ringan.
3. Ada pengaruh *slow deep breathing* terhadap penurunan skala nyeri pada pasien post operasi.

B. Saran

1. Bagi responden hasil penelitian ini dapat menjadi informasi awal bahwa kondisi yang akan dialami pada pasien post operasi akan terjadi nyeri pada skala nyeri ringan sampai nyeri sedang. Harapannya terapi *slow deep breathing* dapat digunakan pada kondisi tersebut sebagai terapi non farmakologi.
2. Bagi RSUD Sultan Imanuddin Pangkalan Bun hasil penelitian diharapkan dapat mengetahui gambaran bahwa pasien post operasi hampir seluruhnya akan mengalami masalah nyeri post operasi, sehingga dari hasil penelitian ini tenaga kesehatan di ruangan meranti dapat mengimplementasikan terapi non farmakologi salah satunya yaitu *slow deep breathing*.
3. Bagi instansi pendidikan informasi hasil penelitian pasien post operasi hampir seluruhnya mengalami permasalahan nyeri sehingga nanti bisa menjadi referensi terbaru terkait pasien post operasi dan memberikan saran bahwa terapi *slow deep breathing* bisa diaplikasikan dalam pembelajaran laboratorium keperawatan medikal bedah.

4. Bagi peneliti selanjutnya diharapkan dapat mengembangkan penelitian ini terutama pada kajian skala nyeri apakah ada hubungan skala nyeri pada pasien post operasi dengan jenis operasi, diagnosis, ansietas dan gaya coping. Peneliti selanjutnya juga dapat memberikan pembaharuan mengembangkan implementasi *slow deep breathing* dikombinasikan dengan terapi komplementer lain seperti aromaterapi, hipnoterapi, dan kompres.

DAFTAR PUSTAKA

- Agustin, R., Koeryaman, M. T., & DA, I. A. (2020). Gambaran Tingkat Cemas, Mobilisasi, dan Nyeri pada Ibu Post Operasi Sectio caesarea di RSUD dr. Slamet Garut. *Jurnal Kesehatan Bakti Tunas Husada: Jurnal Ilmu-Ilmu Keperawatan, Analisis Kesehatan Dan Farmasi*, 20(2), 223. <https://doi.org/10.36465/jkbth.v20i2.613>
- Amalia Yunia Rahmawati. (2020). *Analisis Post Bedah Pada Ibu Dengan Pre Eklamsia Post Sectio Caesarea Di Rumah Sakit Bhayangkara Provinsi Jambi*. <https://repository.unja.ac.id/id/eprint/69159>
- Andika, M., Nurleny, Desnita, R., Alis, F., & Lola, D. (2019). Penyuluhan Pemberian Foot Massage Terhadap Perubahan Intensitas Nyeri Pada Pasien Post Operasi Di Ruangan Bedahwanita Rsup. Dr. M. Djamil Padang. *Jurnal Abdimas Sainatika*, 2(2), 73–77. <https://jurnal.syedzasainatika.ac.id>
- Arikunto. (2010). *Prosedur Penelitian Suatu Pendekatan Praktik*. Jakarta: Rineka Cipta.
- Arikunto. (2019). Metode Penelitian Para Ahli. *Metode Penelitian*, 1–23.
- Azizah, A. N. (2023). Pemberian Teknik Relaksasi Napas Dalam Dan Aroma Terapi Lavender Terhadap Nyeri Pasien Post Operasi Dengan Anestesi Umum. *Indonesian Journal for Health Sciences*, 7(1), 29–33. <https://doi.org/10.24269/ijhs.v7i1.5908>
- Badan Pusat Statistik. (2016). <https://kobarkab.bps.go.id/indicator/30/302/1/pasien-yang-mengalami-operasi-.html>
- Bahrudin, M. (2018). Patofisiologi Nyeri (Pain). *Saintika Medika*, 13(1), 7. <https://doi.org/10.22219/sm.v13i1.5449>
- Cahyo, D., Putro, P., & Wulandari, I. (2023). Penerapan Slow Deep Breathing Untuk Menurunkan Skala Nyeri Pada Pasien Cedera Kepala Ringan (CKR) Di RSUD Dr . Moewardi Surakarta. *Jurnal Ilmu Keseharan Dan Gizi (JIG)*, 1(4), 73–83. <https://doi.org/https://doi.org/10.55606/jikg.v1i4.1708>
- Cynthia Puspariny, Diny Fellyana, D. M. (2019). Pengaruh kompres hangat Dalam Terhadap Intensitas Nyeri Pasien Gastritis. *Nursing Journal*, 2, 62–66.
- Hasanah, U & Livana, P. (n.d.). *Slow Deep Breathing Berpengaruh Terhadap Fatigue Pada Pasien Dengan Gagal Ginjal Kronik Yang Menjalani Hemodialisa*. 2021. <https://jurnal.akperdharmawacana.ac.id/index.php/JWC/article/view/627>
- Hidayati, H. B., Amelia, E. G. F., Turchan, A., Rehatta, N. M., Atika, & Hamdan, M. (2022). Pengaruh Usia dan Jenis Kelamin pada Skala Nyeri Pasien

Trigeminal Neuralgia. *Aksona*, 1(2), 53–56.
<https://doi.org/10.20473/aksona.v1i2.149>

Hidayatulloh, A. I., Limbong, E. O., & Ibrahim, K. I. (2020). PENGALAMAN DAN MANAJEMEN NYERI PASIEN PASCA OPERASI DI RUANG KEMUNING V RSUP Dr. HASAN SADIKIN BANDUNG : STUDI KASUS. *Jurnal Ilmu Keperawatan Dan Kebidanan*, 11(2), 187.
<https://doi.org/10.26751/jikk.v11i2.795>

Igiyany, P. D. (2018). Perbedaan Nyeri Pada Pasien Pasca Bedah Fraktur Ekstremitas Sebelum Dan Sesudah Dilakukan Teknik Relaksasi Napas Dalam. *Jurnal Manajemen Informasi Dan Administrasi Kesehatan (JMIAK)*, 1(1), 16–21.
<https://doi.org/10.32585/jmiak.v1i1.123>

Karim, B. A., Aini, I., & Azzahra, F. (2022). Penerapan Relaksasi Benson Dan Pursed Lip Breathing Pada Lansia Yang Mengalami Hipertensi. *Jurnal Keperawatan Sriwijaya*, 9(2), 18–24. <https://doi.org/10.32539/jks.v9i2.151>

Kemendes RI. (2021). *Pedoman Dan Standar Etik Penelitian Dan Pengembangan Kesehatan Nasional. Badan Penelitian Dan Pengembangan Kesehatan.*

Keogh, J. (2018). *Medical-Surgical Nursing Demystified*.
<https://www.amazon.com/Medical-Surgical-Nursing-Demystified-Third-Keogh/dp/1259861813>

Mahmudi, M., & Dinaryanti, R. S. (2022). Pengaruh Kombinasi Relaksasi Benson dan Slow Deep Breath Terhadap Intensitas Nyeri Post Operasi Sectio Caesarea di RSAB Harapan Kita Jakarta. *Jurnal Sehat Mandiri*, 17(2), 142–152.
<https://doi.org/10.33761/jsm.v17i2.744>

Mayenti, F., & Sari, Y. (2020). Efektifitas Teknik Distraksi Musik Klasik Mozart Untuk Mengurangi Nyeri Pada Pasien Post Operasi Fraktur. *Jurnal Akademika Baiturrahim Jambi*, 9(1), 98. <https://doi.org/10.36565/jab.v9i1.193>

Merdekawati, D. (2019). *Perbandingan Validitas Skala Ukur Nyeri VAS dan NRS Terhadap Penilaian Nyeri di IGD RSUD Raden Mattaher Jambi.*

Mulyadin, I. (2022). Literature Review Penerapan Slow Deep Breathing Terhadap Nyeri Pada Pasien Pasca Operasi Dengan Spinal Anestesi. *Universitas 'Aisyiyah Yogyakarta*.
http://digilib.unisayogya.ac.id/6710/1/1811604011_NaskahPublikasi_D4Anestesi - Ilham Mulyadin.pdf

Natoatmodjo. (2018). *[PDF] Metodologi Penelitian Kesehatan_Notoatmodjo - Free Download PDF.*

Natoatmodjo. (2018). *Metodologi Penelitian Kesehatan. Jakarta : Rineka Cipta.*

Notoatmodjo. (2019). *Metodologi Penelitian.*

- Ns. Nurfalah Setyawati, Hartyowidi Yuliawuri, S. R. (2023). Metodologi Riset Kesehatan. In *Eureka Media Aksara*. <http://www.nber.org/papers/w16019>
- Nurachmah, S. &. (2019). *Penerapan Slow Deep Breathing Sebagai Terapi Nonfarmakologi*.
- Nurjanah, D. A., & Yuniartika. (2020). *Teknik Relaksasi Nafas Dalam Pada Pasien Gagal Ginjal : Kajian Literatur*. <https://publikasiilmiah.ums.ac.id/xmlui/bitstream/handle/11617/12351/62-71.pdf?sequence=1&isAllowed=y>
- Nursalam. (2017). *Metodologi Penelitian Ilmu Keperawatan : Pendekatan Praktis. Edisi 4. Jakarta: Salemba Medika*.
- Nursalam. (2020). *Metodologi Penelitian Ilmu Keperawatan*. Penerbit Salemba Medika. <http://www.penerbitsalemba.com>
- Obar, & Sopyan, H. Y. (2022). Slow Breathing Sebagai Metode Yang Efektif Untuk Menurunkan Kekambuhan Nyeri Pada Pasien Pasca Operasi Laparatomi. *Science Signaling*, 13(3), 667–671. <https://doi.org/10.33846/sf13318>
- Pertiwi, R. A., & Prihati, D. R. (2020). Penerapan Slow Deep Breathing Untuk Menurunkan Kelelahan Pada Pasien Gagal Ginjal Kronik. *Jurnal Manajemen Asuhan Keperawatan*, 4(1), 14–19. <https://doi.org/10.33655/mak.v4i1.77>
- Prabandari, D. A., Indriasari, I., & Maskoen, T. T. (2018). Efektivitas Analgesik 24 Jam Pascaoperasi Elektif di RSUP Dr. Hasan Sadikin Bandung Tahun 2017. *Jurnal Anestesi Perioperatif*, 6(2), 98–104. <https://doi.org/10.15851/jap.v6n2.1221>
- Prawito, & Shomad, M. (2019). Hubungan Tingkat Pengetahuan dengan Tingkat Kecemasan Pasien dalam Melaksanakan Mobilisasi Dini Post Operasi Appendiktomi. *Jurnal Keperawatan Dan Kebidanan*, 83–88.
- Rahayu, Notesya, P. (2023). *Bunga Rampai Manejemen Nyeri*.
- SDKI, T. P. P. (2019). *Standar Diagnosis Keperawatan Indonesia* (1st ed.). Dewan Pengurus Pusat Persatuan Perawat Nasional Indonesia. <http://www.innapni.or.id>
- Setianingsih, E. A. P. R. N. (2018). Penerapan Slow Deep Breathing Terhadap Nyeri CKR Di IGD Rumah Sakit PKU Muhammadiyah Gombong Endah Setianingsih 1) , Putra Agina WS 2) , Reza Nuurdoni 3). *Jurnal Vokasi Keperawatan (JVK)*, 021. <https://ejournal.unib.ac.id/JurnalVokasiKeperawatan/article/view/12484>
- Small, C., & Laycock, H. (2020). Acute Postoperative Pain Management. *British Journal of Surgery*, 107(2), e70–e80. <https://doi.org/10.1002/bjs.11477>

- Sugiyono. (2019). . *Metode Penelitian Kuantitatif, Kualitatif Dan R&D*. Penerbit: Alfabeta. Bandung.
- Supratman & Dewanti, G. S. (2020). *Relaksasi Otot Progresif Terhadap Tingkat Kecemasan Pada Pasien Hemodialisa*. *Seminar Nasional Keperawatan Universitas Muhammadiyah Surakarta (SEMNASKEP) 2020*.
- Suseno, E. (2017). Pencegahan nyeri kronis pasca operasi. *Majalah Kedokteran Andalas*, 40(1), 40. <https://doi.org/10.22338/mka.v40.i1.p40-51.2017>
- Tamrin, I. N., Rosa, E. M., & Subagyo, D. (2019). *Effect slow deep breathing of pain in post op apendisitis*. 3(1), 37–43. <https://doi.org/10.31101/jhes.491>
- Tiara, N., & Sunarno, R. D. (2022). Efektifitas Senam Tai Chi Terhadap Keseimbangan Tubuh Dan Penurunan Risiko Jatuh Pada Lansia. *Jurnal Ilmu Keperawatan Dan Kebidanan*, 13(1), 198. <https://doi.org/10.26751/jikk.v13i1.1310>
- Vitri, V. R. (2022). Hubungan Intensitas Nyeri dengan Strategi Manajemen Nyeri pada Pasien Fraktur Post Operasi ORIF di RSUD Setia Budi. *Journal of Vocational Health Science*, 1(1), 24–33. <https://doi.org/10.31884/jovas.v1i1.19>
- Workman, Donna D. Ignatavicius, M. L. (2015). *Medical-surgical Nursing: Patient-centered Collaborative Care*. https://books.google.co.id/books/about/Medical_surgical_Nursing.html?id=UgBLnQAACAAJ&redir_esc=y
- World Health Organization*. (2020). https://www.google.com/search?q=angka+kejadian+operasi+WHO+2020&sc_esv=585652102&sxsrf=AM9HkKndFQ5X0UtjCQgEqwLpfEC6cJICUA%3A1701103255103&ei=l8ZkZe3QBdD04-EPqO2vgAk&ved=0ahUKEwit-Pu5z-SCAxVQ-jgGHaj2C5AQ4dUDCBA&uact=5&oq=angka+kejadian+operasi+WHO+2020&gs
- Wulandari, M. (2019). *Metode Penelitian. Variabel Terikat*, 1–17.
- Wulansari, N., Rayasari, F., & Anggraini, D. (2023). *Slow Deep Breathing Exercise Untuk Mengurangi Nyeri Selama Pelepasan Water Seal-Drainage (WSD) Pada Pasien Pneumothorax*. 17(6), 487–496. <http://ejournalmalahayati.ac.id/index.php/holistik>