

**ASUHAN KEPERAWATAN TERAPI *DEEP BREATHING EXERCISE*
UNTUK MENURUNKAN NYERI PADA PASIEN *POST OPERASI*
FRAKTUR DI RUANG BROMO RSUD dr. ABDOER RAHEM
SITUBONDO**

KARYA ILMIAH AKHIR



Oleh :

Amalia Mawaddah, S.Kep

NIM. 24101079

**PROGRAM STUDI PROFESI NERS
FAKULTAS ILMU KESEHATAN
UNIVERSITAS dr. SOEBANDI
JEMBER**

2025

LEMBAR PENGESAHAN

ASUHAN KEPERAWATAN *DEEP BREATHING EXERCISE* UNTUK MENURUNKAN NYERI PADA PASIEN POST OPERASI FRAKTUR DI RUANG BROMO RSUD dr ABDOER RAHEM SITUBONDO

KARYA ILMIAH AKHIR NERS

Disusun Oleh:

Amalia Mawaddah, S.Kep

NIM. 24101079

Telah berhasil dipertahankan di hadapan Dewan Penguji dalam ujian sidang karya ilmiah akhir ners pada tanggal 22 Bulan Juli Tahun 2025 dan telah diterima sebagai bagian persyaratan yang diperlukan untuk meraih gelar Ners pada Program Studi Profesi Ners Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas dr. Soebandi

Jember.

DEWAN PENGUJI

Penguji 1 Anita Fatarona, S.Kep., Ns., M.Kep
NIDN. 0716088702



Penguji 2 Fitriyah Dewi, S.Kep., Ns
NIP. 197610092006042022



Penguji 3 Dr. Yugi Hari Chandra, S.Kep., Ns., M.Si
NIDN. 0708079002

Ketua Program Studi Profesi Ners,

Emi Pliya Astuti, S. Kep., Ns., M. Kep
NIDN. 0720028703

ABSTRAK

ASUHAN KEPERAWATAN TERAPI DEEP BREATHING EXERCISE UNTUK MENURUNKAN NYERI PADA PASIEN POST OPERASI FRAKTUR DI RUANG BROMO RSUD dr ABDOER RAHEM SITUBONDO

Amalia Mawaddah*, Yugi Hari Chandra**

Program Studi Profesi Ners, Fakultas Ilmu Kesehatan, Universitas dr. Soebandi Jember, email
info@uds.ac.id

*Korespondensi Penulis : amaliamwd@gmail.com

Received:

Accepted:

Published:

Abstrak

Pendahuluan : Tindakan post op fraktur dapat menyebabkan nyeri serta mengubah kontinuitas jaringan akibat pembedahan. Terapi non farmakologis untuk menurunkan nyeri pada pasien post op fraktur salah satunya adalah terapi *deep breathing exercise*. Tujuan: Penelitian ini bertujuan untuk mengeksplorasi pengaruh terapi *deep breathing exercise* terhadap pengurangan intensitas nyeri akut pada pasien post op fraktur. Metode: Karya ilmiah akhir ini menggunakan *case study* dengan pendekatan proses asuhan keperawatan, yang melibatkan dua responden pasien *post fraktur* yang memiliki diagnosis keperawatan nyeri akut. Instrumen penelitian terdiri dari lembar observasi skala penilaian numeric, serta standar operasional prosedur (SOP) untuk terapi *deep breathing exercise*. Hasil : Pemberian intervensi ini dilaksanakan *post* 6-8 jam dari pemberian analgesic dan didapatkan bahwa terjadi penurunan skala nyeri kedua pasien, dengan rata-rata penurunan skala nyeri Tn.H sebelum diberikan intervensi adalah 3,67 (nyeri sedang) dan setelah diberikan intervensi 2,3 (nyeri sedang). Sdr.A sebelum diberikan intervensi adalah 4,67 (nyeri sedang) dan setelah diberikan intervensi 2,6 (nyeri ringan). Diskusi : Terapi *deep breathing exercise* memiliki dampak yang signifikan dalam mengurangi rasa nyeri, karena teknik *deep breathing exercise* mampu merangsang tubuh untuk melepaskan opioid endogen yaitu endorphin dan enkafalin. Hormon endorphin merupakan substansi sejenis morfin yang berfungsi sebagai penghambat transmisi impuls nyeri ke otak. Sehingga pada saat neuron nyeri mengirimkan sinyal ke otak, terjadi sinapsis antara neuron perifer dan neuron yang menuju otak tempat seharusnya substansi p akan menghasilkan impuls. Pada saat tersebut endorphin akan memblokir lepasnya substansi p dari neuron sensorik, sehingga sensasi nyeri menjadi berkurang. Oleh karena itu, intervensi *deep breathing exercise* ini memiliki peluang besar sebagai salah satu metode non farmakologis untuk mengurangi nyeri pada pasien post op fraktur.

Kata Kunci : *Deep breathing exercise, Nyeri Akut, Post op fraktur.*

*Peneliti

**Pembimbing