

KARYA ILMIAH AKHIR NERS

**PENERAPAN TEKNIK RELAKSASI NAPAS DALAM DAN
AROMATERAPI LEMON UNTUK PEMENUHAN
KEBUTUHAN RASA NYAMAN NYERI *POST SECTIO*
CAESAREA DI RSUD PANEMBAHAN SENOPATI BANTUL**



EVI SURYANDARI

P71203124010

**PROGRAM STUDI PENDIDIKAN PROFESI NERS PROGRAM PROFESI
JURUSAN KEPERAWATAN
POLITEKNIK KEMENTERIAN KESEHATAN YOGYAKARTA
TAHUN 2025**

PERSETUJUAN PEMBIMBING

KARYA ILMIAH AKHIR NERS (KIAN)

“Penerapan Teknik Relaksasi Napas Dalam dan Aromaterapi Lemon Untuk Pemenuhan Kebutuhan Rasa Nyaman Nyeri *Post Sectio Caesarea* di RSUD Panembahan Senopati Bantul”

Disusun Oleh :

EVI SURYANDARI

P71203124010

Telah disetujui oleh pembimbing pada tanggal:

11 Juni 2025

Menyetujui,

Pembing Utama

Pembimbing Pendamping



Ns. Yusniarita, S.Kep.,M.Kes
NIP. 197102081993022001



Dr. Atik Badi'ah, S.Pd.,SKp.,M.Kes
NIP. 196512301988032001

Yogyakarta, 24 Juni 2025

Ketua Jurusan Keperawatan



Bondan Palestin, SKM., M.Kep., Sp.Kom

NIP. 197207161994031005

HALAMAN PENGESAHAN

KARYA ILMIAH AKHIR NERS (NERS)

“Penerapan Teknik Relaksasi Napas Dalam dan Aromaterapi Lemon Untuk Pemenuhan Kebutuhan Rasa Nyaman Nyeri *Post Sectio Caesarea* di RSUD Panembahan Senopati Bantul”

Disusun Oleh :

EVI SURYANDARI
P71203124010

Telah dipertahankan dalam seminar didepan Dewan Penguji

Pada tanggal 11 Juni 2025

SUSUNAN DEWAN PENGUJI

Ketua,

Ida Mardalena S.Kep.Ners. M.Si
NIP. 197107181994032003

(.....)

Anggota,

Ns. Yusniarita, S.Kep., M.Kes
NIP. 197102081993022001

(.....)

Anggota

Dr. Atik Badi'ah, S.Pd., SKp., M.Kes
NIP. 196512301988032001

(.....)

Yogyakarta 24 Juni 2025

Ketua Jurusan Keperawatan



Bondan Palestin, SKM., M.Kep., Sp.Kom

NIP. 197207161994031005

HALAMAN PERNYATAAN ORISINALITAS

Karya ilmiah akhir Ners ini adalah hasil karya saya sendiri, dan semua sumber baik yang dikutip maupun dirujuktelah saya nyatakan dengan benar.

Nama : Evi Suryandari

NIM : P71203124010

Tanda tangan :



Tanggal: 10 Juni 2025

**HALAMAN PERNYATAAN PERSETUJUAN PUBLIKASI KIAN
UNTUK KEPENTINGAN AKADEMIS**

Sebagai sivitas akademik Poltekkes Kemenkes Yogyakarta, saya yang bertanda tangan di bawah ini:

Nama : Evi Suryandari
NIM : P71203124010
Program Studi : Pendidikan Profesi Ners
Jurusan : Keperawatan

demikian pengembangan ilmu pengetahuan, menyetujui untuk memberikan kepada Poltekkes Kemenkes Yogyakarta **Hak Bebas Royalti Noneksklusif (*Non-exclusive Royalty- Free Right*)** atas Tugas Akhir Profesi Ners (KIAN) saya yang berjudul: “Penerapan Teknik Relaksasi Napas Dalam dan Aromaterapi Lemon untuk Pemenuhan Kebutuhan Rasa Nyaman Nyeri *Post Sectio Caesarea* di RSUD Panembahan Senopati Bantul”

Beserta perangkat yang ada (jika diperlukan). Dengan Hak Bebas Royalti Noneksklusif ini Poltekkes Kemenkes Yogyakarta berhak menyimpan, mengalihmedia/formatkan, mengelola dalam bentuk pangkalan data (*database*), merawat, dan mempublikasikan tugas akhir saya selama tetap mencantumkan nama saya sebagai penulis/pencipta dan sebagai pemilik Hak Cipta.

Demikian pernyataan ini saya buat dengan sebenarnya.

Dibuat di : Yogyakarta

Pada tanggal: 10 Juni 2025

Yang menyatakan



Evi Suryandari

KATA PENGANTAR

Puji syukur saya panjatkan kepada Tuhan Yang Maha Esa, karena atas berkat dan rahmat-Nya, saya dapat menyelesaikan Karya Ilmiah Akhir Ners (KIAN) ini. Penulisan KIAN ini dilakukan dalam rangka memenuhi salah satu syarat untuk mencapai gelar Ners pada Program Studi Pendidikan Profesi Ners Jurusan Keperawatan Poltekkes Kemenkes Yogyakarta. KIAN ini terwujud atas bimbingan, pengarahan dan bantuan dari berbagai pihak yang tidak bisa penulis sebutkan satu persatu dan pada kesempatan ini penulis menyampaikan ucapan terima kasih kepada:

1. Dr. Iswanto, S.Pd., M.Kes., selaku Direktur Poltekkes Kemenkes Yogyakarta
2. Bondan Palestin, SKM., M.Kep., Sp.Kom., selaku Ketua Jurusan Keperawatan Poltekkes Kemenkes Yogyakarta
3. Ns. Harmilah, S.Pd., S.Kep., M.Kep., Sp.MB., selaku Ketua Prodi Pendidikan Profesi Ners Poltekkes Kemenkes Yogyakarta sekaligus dosen pembimbing utama yang selalu memberikan bimbingan, saran, dan motivasi dalam penyusunan KIAN ini.
4. Ns. Yusniarita, S.Kep., M.Kes., selaku pembimbing pendamping yang selalu memberikan bimbingan, saran, dan motivasi dalam penyusunan KIAN ini.
5. Dr. Atik Badi'ah, S.Pd., SKp., M.Kes., selaku pembimbing pendamping yang selalu memberikan bimbingan, saran, dan motivasi dalam penyusunan KIAN ini
6. Bapak dan Ibu Dosen beserta seluruh pengelola Jurusan Keperawatan Poltekkes Kemenkes Yogyakarta
7. Orang tua dan adik-adik yang telah memberikan doa, motivasi, serta dukungan dalam memersamai proses yang dijalani penulis.
8. Teman-teman anggota kelas Pendidikan Profesi Ners VII.
9. Seluruh pihak yang tidak dapat penulis sebutkan satu per satu atas dukungan dalam penyusunan KIAN ini.

Akhir kata, saya berharap Tuhan Yang Maha Esa berkenan membalas segala kebaikan semua pihak yang telah membantu. Saya juga berharap semoga KIAN ini membawa manfaat bagi perkembangan ilmu pengetahuan di bidang keperawatan.

Yogyakarta,

Penulis



Evi suryandari

P71203124010

DAFTAR ISI

KARYA ILMIAH AKHIR NERS	i
PERSETUJUAN PEMBIMBING	ii
HALAMAN PENGESAHAN	iii
HALAMAN PERNYATAAN ORISINALITAS	iv
HALAMAN PERNYATAAN PERSETUJUAN PUBLIKASI KIAN	v
KATA PENGANTAR	vi
DAFTAR ISI	viii
DAFTAR GAMBAR	xii
DAFTAR TABEL	xiii
DAFTAR LAMPIRAN	xiv
ABSTRACT	xv
ABSTRAK	xvi
BAB I	1
A. Latar Belakang	1
B. Tujuan Penulisan	3
1. Tujuan Umum	3
2. Tujuan Khusus	3
C. Manfaat	3
1. Manfaat Teoritis	3
2. Manfaat Praktik	4
D. Ruang Lingkup	4
BAB II	5
A. Konsep Relaksasi Napas Dalam dan Aromaterapi Lemon pada <i>Post Sectio Caesarea</i>	5
1. Konsep <i>Sectio Caesarea</i>	5
a. Pengertian <i>Sectio Caesarea</i>	5
b. Indikasi <i>Sectio Caesarea</i>	5
c. Kontra Indikasi <i>Sectio Caesarea</i>	6
d. Komplikasi <i>Sectio Caesarea</i>	7
2. Konsep Nyeri	9
a. Pengertian Nyeri	9

b. Klasifikasi Nyeri	10
1) Nyeri Akut	10
2) Nyeri Kronis	10
c. Faktor Penyebab Nyeri	10
d. Pengukuran Intensitas Nyeri.....	10
e. Penatalaksanaan nyeri	11
3. Konsep Relaksasi Napas Dalam	13
a. Pengertian Terapi Relaksasi Napas Dalam	13
b. Tujuan Terapi Relaksasi Napas Dalam.....	13
c. Manfaat Terapi Relaksasi Napas Dalam	13
d. Indikasi Terapi Relaksasi Napas Dalam.....	14
e. Kontraindikasi Treapi Relaksasi Napas Dalam	14
f. Prosedur Tindakan Terapi Relaksasi Napas Dalam.....	14
4. Kensep Aromaterapi	16
a. Konsep Dasar Aromaterapi	16
1) Definisi Aromaterapi	16
Aromaterapi merupakan salah satu bentuk terapi komplementer yang digunakan dalam praktik kebidanan dengan memanfaatkan minyak atsiri atau minyak esensial yang berasal dari tumbuh-tumbuhan beraroma harum. Terapi ini bertujuan untuk mengurangi keluhan kesehatan serta meningkatkan kualitas hidup pasien (Vitrianingsih & Khadijah, 2019). Aroma dari minyak esensial memberikan pengaruh langsung terhadap sistem otak, mirip dengan efek yang dihasilkan oleh analgesik atau obat pereda nyeri (Alimah, 2023).	
b. Konsep Dasar Aromaterapi Lemon	17
1) Pengertian aromaterapi lemon.....	17
2) Mekanisme aromaterapi lemon.....	17
3) Manfaat aromaterapi lemon.....	18
4) Prosedur Tindakan pemberian aromaterapi lemon	19
5. Asuhan Keperawatan Pada Ibu <i>Post Sectio Caesarea</i>	20
a. Pengkajian Keperawatan	20
b. Diagnosa Keperawatan	24
c. Rencana Keperawatan.....	28
B. Hasil Review Literatur	37
1. Metode Penelusuran Evidence	37
2. Pertanyaan Klinis (PICOT).....	38
3. Review Literatur.....	39

Tabel 5 Review Literatur.....	39
C. Web of Causation (WOC).....	47
Gambar 2 WOC <i>Post Sectio Caesarea</i>	47
Sumber : (Alimah, 2023; Putra et al., 2021; Tim Pokja SDKI DPP PPNI, 2017)	47
47	
BAB III.....	48
A. Laporan Studi Kasus.....	48
1. Jenis Rancangan Studi Kasus	48
2. Subjek Studi Kasus	48
a. Kriteria Inklusi.....	48
b. Kriteria Eksklusi	48
3. Fokus Studi Kasus.....	49
4. Definisi Operasional.....	49
5. Instrumen Studi Kasus	49
6. Metode Pengumpulan Data	50
7. Tempat dan Waktu Studi Kasus	50
8. Analisis Data dan Penyajian Data	50
9. Etika Penelitian Studi Kasus.....	50
BAB IV.....	52
A. Pengkajian Keperawatan.....	52
B. Diagnosis Keperawatan.....	57
C. Perencanaan Keperawatan.....	59
Kasus 1 Ny. G	59
Diagnosa Keperawatan.....	59
Kriteria Hasil.....	59
(L.08066).....	59
Intervensi	60
Diagnosa Keperawatan.....	61
Menyusui tidak efektif berhubungan dengan ketidakadekuatan suplai ASI, tidak rawat gabung ditandai dengan ASI tidak memancar (D.0029)	61
Kriteria Hasil.....	61
Intervensi	61
Jelaskan manfaat tindakan.....	62
Diagnosa.....	62
Keperawatan.....	62

Kriteria Hasil.....	62
Intervensi	62
Kasus 2 Ny. H	62
Diagnosa Keperawatan.....	62
Kriteria Hasil.....	62
(L.08066).....	62
Intervensi	63
Diagnosa.....	64
Keperawatan.....	64
Kriteria Hasil.....	64
Intervensi	64
D. Implementasi Keperawatan.....	65
BAB V	74
A. Pengkajian Keperawatan.....	74
B. Diagnosis Keperawatan.....	75
C. Perencanaan Keperawatan.....	76
D. Implementasi Keperawatan.....	76
E. Evaluasi Keperawatan	80
BAB VI.....	82
A. Kesimpulan	82
B. Saran.....	83
DAFTAR PUSTAKA	84
LAMPIRAN.....	88

DAFTAR GAMBAR

Gambar 1	<i>Numeric Rating Scale (NRS)</i>	11
Gambar 2	<i>WOC Post Sectio Caesarea</i>	47
Gambar 3	Grafik Skala Nyeri Pre dan Post Intervensi Ny. G	72
Gambar 4	Grafik Skala Nyeri Pre dan Post Intervensi Ny. H	73

DAFTAR TABEL

Tabel 1	SOP Latihan Napas Dalam	14
Tabel 2	SOP Aromaterapi Lemon	19
Tabel 3	Diagnosa Keperawatan Post <i>Sectio Caesarea</i>	25
Tabel 4	Intervensi Keperawatan.....	29
Tabel 5	Review Literatur.....	39
Tabel 6	Definisi Operasional.....	49
Tabel 7	Pengkajian Keperawatan.....	52
Tabel 8	Diagnosa Keperawatan.....	59
Tabel 9	Implementasi keperawatan.....	65

DAFTAR LAMPIRAN

- Lampiran 1. Lembar Observasi Nyeri
- Lampiran 2. SOP Relaksasi Napas Dalam
- Lampiran 3. SOP Aromaterapi Lemon
- Lampiran 4. Form Permohonan Menjadi Responden
- Lampiran 5. *Inform Consent*
- Lampiran 6. Jurnal *Evidence Based Practice*
- Lampiran 7. Dokumentasi Asuhan Keperawatan Kasus Kelolaan
- Lampiran 8. Lembar Bimbingan KIAN