

**PENGARUH TEKNIK RELAKSASI NAFAS DALAM  
TERHADAP SKALA NYERI PADA PASIEN POST  
OPERASI BENIGNA PROSTAT HYPERPLASI  
RS BHAYANGKARA DENPASAR**



**SKRIPSI**

Oleh :

**NI PUTU WINI ANDRIANI**

**PROGRAM STUDI S1 KEPERAWATAN  
SEKOLAH TINGGI ILMU KESEHATAN  
BINA USADA BALI**

**2021**

**PENGARUH TEKNIK RELAKSASI NAFAS DALAM  
TERHADAP SKALA NYERI PADA PASIEN POST  
OPERASI BENIGNA PROSTAT HYPERPLASI  
RS BHAYANGKARA DENPASAR**

Skripsi

**OLEH :**

**NI PUTU WINI ANDRIANI  
NIM. C2119155**

**PROGRAM STUDI S1 KEPERAWATAN  
SEKOLAH TINGGI ILMU KESEHATAN  
BINA USADA BALI  
2021**

**HALAMAN PERSETUJUAN**

**PENGARUH TEKNIK RELAKSASI NAFAS DALAM TERHADAP SKALA  
NYERI PADA PASIEN POST OPERASI BENIGNA PROSTAT  
HYPERPLASI RS BHAYANGKARA DENPASAR**

Diajukan Oleh :

**NI PUTU WINI ANDRIANI**  
NIM : C2119155

Mangupura, 04 Februari 2021

Telah disetujui oleh Dosen Pembimbing

Pembimbing I



Ns. Ni Made Ari Sukmanandari, S.Kep., M.Kes

NIDN. 0812108702

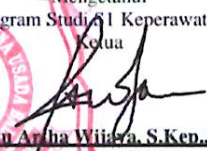
Pembimbing II



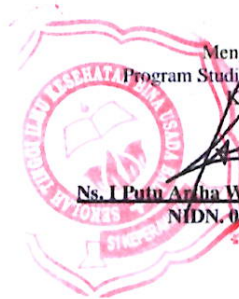
Ns. Made Ririn Sri Wulandari, S.Kep., M.Kep.

NIDN. 0809119002

Mengetahui  
Program Studi S1 Keperawatan  
Ketua



Ns. I Putu Artha Wijaya, S.Kep., M.Kep.  
NIDN. 0821058603



HALAMAN PENGESAHAN

**PROPOSAL INI TELAH DIPERTAHANKAN DAN DISAHKAN DI  
DEPAN DEWAN PENGUJI PROGRAM STUDI S1 KEPERAWATAN  
SEKOLAH TINGGI ILMU KESEHATAN  
BINA USADA BALI  
Tanggal : 28 Agustus 2020**

Diajukan oleh


**NI PUTU WINI ANDRIANI  
NIM. C2119155**

Disahkan oleh Tim Penguji Terdiri Dari

Penguji I

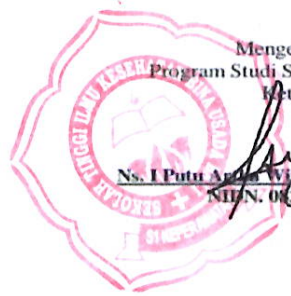
  
Ns. Ni Made Arel Sukmanjaf, S.Kep.M.Kes  
NIDN. 0812108702

Penguji II

  
Ns. Made Rifni Sri Wulandari, S.Kep.M.Kep  
NIDN. 0809119002

Mengetahui  
Program Studi S1 Keperawatan  
Ketua

  
Ns. I Putu Ardi Wijaya, S.Kep., M.Kep  
NIDN. 0821058603



### SURAT PERNYATAAN KEASLIAN PENELITIAN

Saya yang bertanda tangan dibawah ini :

Nama Ni Putu Wini Andriani  
NIM C2119155  
Jurusan S1 Keperawatan  
Judul Skripsi Pengaruh Teknik Relaksasi Nafas Dalam Terhadap Skala Nyeri Pada Pasien Post Operasi Benigna Prostat Hyperplasi RS Bhayangkara Denpasar.

Menyatakan dengan sebenarnya bahwa Tugas Akhir yang saya tulis benar benar hasil karya saya sendiri, bukan merupakan pengambil alihan tulisan atau pikiran orang lain yang saya akui sebagai tulisan atau pikiran saya sendiri. Apabila di kemudian hari dapat dibuktikan bahwa tugas ini adalah hasil jiplakan , maka saya bersedia menerima sanksi atas perbuatan tersebut.

Mangupura, 04 Februari 2021  
  
Ni Putu Wini Andriani

SEKOLAH TINGGI ILMU KEPERAWATAN  
BINA USADA BALI PROGRAM STUDI SARJANA KEPERAWATAN

Skripsi, 04 Februari 2021

Ni Putu Wini Andriani

Pengaruh Teknik Relaksasi Nafas Dalam Terhadap Skala Nyeri  
Pada Pasien Post Operasi BPH Di RS Bhayangkara Denpasar

lxxviii + 78 + 7 tabel + 3 gambar +5 lampiran

ABSTRAK

Benign Prostate Hyperplasi penyakit degeneratif yang persentasenya meningkat seiring dengan peningkatan usia yaitu Kelenjar prostat organ tubuh pria yang paling sering mengalami pembesaran, baik jinak maupun ganas. akan menimbulkan jika nyeri post operasi *Benigna Prostat Hyperplasia* tidak segera diatasi secara adekuat yaitu: nyeri berdampak pada aktivitas sehari-hari dan istirahat tidur, ketidaknyamanan akibat rasa nyeri sistem pulmonary, kardiovaskular, gastrointestinal, endokrin, imunologik dan stress serta dapat menyebabkan depresi. Adapun tujuan dari penelitian ini adalah untuk mengetahui pengaruh teknik relaksasi nafas dalam terhadap skala nyeri pada pasien post operasi Benign Prostate Hyperplasi.

Penelitian ini berjenis kuantitatif dengan desain *Pre Experimental One-Group Pretest-Postest*. Penelitian ini menggunakan *uji parametric t-test* yaitu, Dengan jumlah sampel sebanyak 37 laki-laki yang mengalami nyeri operasi BPH. Alat ukur yang digunakan yaitu Skala NRS (Numeric Rating Scale). Teknik sampling yang digunakan dalam penelitian ini adalah *non probability sampling* yaitu *purposive sampling*.

Ada perbedaan nyeri post operasi Benigna prostat hiperplasi pada kelompok eksperimen sebelum mean 6,41 SD 0,725 dan setelah di berikan teknik relaksasi nafas dalam sebesar mean 5,00 SD 0,816. Didapatkan  $p \text{ vaule} = 0,000 \alpha < 0,05$  Jadi dapat disimpulkan bahwa ada pengaruh pemberian teknik relaksasi nafas dalam terhadap skala nyeri pada pasien post operasi Benign Prostate Hyperplasi. Disarankan untuk pemberian terapi non farmakologi teknik relaksasi nafas dalam upaya menurunkan skala nyeri post operasi pada pasien *Benigna Prostat Hyperplasia*.

Kata Kunci : benigna prostat hyperplasi, skala nyeri, teknik relaksasi nafas dalam

Daftar Pustaka : 45 (2010-2019)

HIGH SCHOOL OF NURSING SCIENCE  
BINA USADA BALI BACHELORN NURSING STUDY PROGRAM

Undergraduate Thesis, 04 February 2021  
Ni Putu Wini Andriani

Effect of Deep Breath Relaxation Techniques on Pain Scale  
In BPH Post Operation Patients at Bhayangkara Hospital Denpasar

lxxviii + 78 + 7 tables + 3 pictures +5 attachments

**ABSTRACT**

Benign Prostate Hyperplasia, a degenerative disease whose percentage increases with increasing age, namely the prostate gland, the male organ that is the most frequently enlarged, both benign and malignant, will cause postoperative pain if Benign prostate hyperplasia is not treated adequately, namely: pain impacts on daily activities -Day and sleep rest, discomfort due to pain in the pulmonary, cardiovascular, gastrointestinal, endocrine, immunological and stress systems and can cause depression. The purpose of this study was to determine the effect of deep breath relaxation techniques on pain scales in postoperative patients with Benign Prostate Hyperplasia.

This research is a quantitative type with a Pre Experimental One-Group Pretest-Posttest design. This study used a parametric t-test, namely, with a total sample of 37 men who experienced pain from BPH surgery. The measuring instrument used is the NRS scale (Numeric Rating Scale). The sampling technique used in this study is non-probability sampling, namely purposive sampling.

There was a difference in postoperative pain with Benign prostate hyperplasia in the experimental group before the mean was 6.41 SD 0.725 and after giving deep breath relaxation techniques a mean of 5.00 SD 0.816. It was found that  $p \text{ value} = 0.000 \alpha < 0.05$  So it can be concluded that there is an effect of giving deep breath relaxation techniques on the pain scale in postoperative patients with Benign Prostate Hyperplasia. It is recommended to provide non-pharmacological therapy with breath relaxation techniques in an effort to reduce the scale of postoperative pain in patients with benign prostate hyperplasia.

Keywords: benign prostate hyperplasia, pain scale, deep breath relaxation techniques

Bibliography: 45 (2010-2019)

## KATA PENGANTAR

Puji Syukur peneliti panjatkan kehadirat Tuhan Yang Maha Esa, Ida Sang Hyang Widhi Wasa atas petunjuk dan karunia-Nya peneliti dapat menyelesaikan penyusunan skripsi penelitian dengan judul “Pengaruh Teknik Relaksasi Nafas Dalam Terhadap Skala Nyeri Pada Pasien Post Operasi Benigna Prostat Hyperplasi RS Bhayangkara Denpasar” ini tepat pada waktunya.

Selama proses penyusunan skripsi penelitian ini, peneliti mendapat banyak dukungan, bantuan dan bimbingan dari berbagai pihak. Untuk itu pada kesempatan ini peneliti ingin menyampaikan terimakasih kepada:

1. Dr. Ir. Putu Santika, MM selaku Ketua STIKES Bina Usada Bali yang memfasilitasi peneliti selama menempuh Pendidikan di Stikes Bina Usada Bali
2. Bapak Ns. I Putu Artha Wijaya, S.Kep.,M.Kep selaku Ketua Program Studi S1 Keperawatan Stikes Bina Usada Bali yang telah memberikan kesempatan menempuh program pendidikan S1 Keperawatan di Stikes Bina Usada Bali.
3. Ns. Ni Made Ari Sukmandari,S.Kep.M.Kes selaku dosen pembimbing I yang telah membimbing dengan penuh kesabaran dalam penyusunan proposal ini.
4. Ns.Made Ririn Sri Wulandari,S.Kep.M.Kep selaku dosen pembimbing II yang telah banyak memberikan masukan dan saran kepada peneliti.
5. Semua pihak yang telah mendukung dan membantu penyusunan proposal ini yang tidak dapat disebutkan satu persatu.

Peneliti telah berusaha dengan segenap kemampuan dalam menuangkan pemikiran ke dalam skripsi penelitian ini, namun segala kekurangan tentunya akan masih banyak ditemukan sehingga harus segera diperbaiki. Oleh karena itu kritik dan saran yang membangun sangat peneliti harapkan dan semoga skripsi penelitian ini bermanfaat bagi pembaca dan penelitian selanjutnya

Mangupura, 04 Februari 2021

Peneliti

## DAFTAR ISI

HALAMAN PENGESAHAN.....	ii
SURAT PERNYATAAN KEASLIAN PENELITIAN .....	iii
KATA PENGANTAR .....	vii
DAFTAR ISI.....	ix
DAFTAR TABEL.....	xi
DAFTAR GAMBAR.....	xii
DAFTAR LAMPIRAN.....	xiii
BAB I PENDAHULUAN.....	1
A. Latar Belakang.....	1
B. Rumusan Masala.....	4
C. Tujuan Penelitian.....	4
D. Manfaat Penelitian.....	5
E. Keaslian Penelitian.....	6
BAB II TINJAUAN PUSTAKA.....	10
A. Konsep Penyakit Benigna Prostat Hyperplasi (BPH).....	10
B. KONSEP NYERI POST OPERASI BPH.....	11
C. KONSEP TEKNIK RELAKSASI NAFAS DALAM.....	16
D. PENGARUH TEKNIK RELAKSASI NAFAS DALAM TERHADAP NYERI POST OPERASI BPH.....	17
E. Kerangka Teori.....	20
BAB III KERANGKA KONSEP.....	21
A. Kerangka Konsep.....	21
B. Variabel Penelitian dan Definisi Operasional.....	22
BAB IV METODOLOGI PENELITIAN.....	24
A. Rancangan Penelitian.....	24
B. Populasi dan Sampel.....	24
1. Populasi penelitian.....	24
C. Teknik Sampling.....	27
D. Tempat Penelitian.....	27
E. Waktu Penelitian.....	28
F. Etika Penelitian.....	28
G. Alat Pengumpulan Data.....	30

H. Prosedur Pengumpulan Data.....	31
I. Pengolahan Data.....	33
J. Analisis Data.....	34
<b>BAB V HASIL PENELITIAN.....</b>	<b>36</b>
A. Tempat Penelitian.....	36
B. Analisa Univariat.....	37
C. Analisis Bivariat.....	40
<b>BAB VI PEMBAHASAN.....</b>	<b>41</b>
A. Skala Nyeri Pada Pasien Post Operasi Benigna Prostat Hyperplasi Sebelum Diberikan Teknik Relaksasi Nafas Dalam.....	41
B. Skala Nyeri Pada Pasien Post Operasi Benigna Prostat Hyperplasi Sesudah Diberikan Teknik Relaksasi Nafas Dalam.....	42
C. Pengaruh Teknik Relaksasi Nafas Dalam Terhadap Skala Nyeri Pada Pasien Post Operasi Benigna Prostat Hyperplasi.....	44
<b>BAB VII PENUTUP.....</b>	<b>48</b>
A. Simpulan.....	48
B. Saran.....	49
<b>DAFTAR PUSTAKA.....</b>	<b>50</b>

## DAFTAR TABEL

Tabel 3 1 Definisi Operasional Variable.....	23
Tabel 5 1 Karakteristik responden berdasarkan usia, jenis kelamin,dan pendidikan Pasien Post Operasi Benigna Prostat Hyperplasi Berdasarkan di RS BhayangkaraDenpasar.....	38
Tabel 5 2 Distribusi Frekuensi Skala Nyeri Pasien Post Operasi Benigna Prostat Hyperplasi Sebelum (pre) dan sesudah (post) Diberikan Teknik Relaksasi Nafas Dalam di RS Bhayangkara Denpasar.....	39
Tabel 5 3 Analisis Bivariat Pengaruh Teknik Relaksasi Nafas Dalam Terhadap Skala Nyeri Pada post Operasi Benigna Hyperplasi di RSBhayangkara.....	40

## DAFTAR GAMBAR

- Gambar 2 1 Instrument Alat Ukur Nyeri Pengaruh Teknik Relaksasi Nafas Dalam Terhadap Penurunan Skala Nyeri Pada Pasien Post Operasi Benigna Prostat Hyperplasia Menurut Caffery (2001)..... 15
- Gambar 2 2 Kerangka Teori Pengaruh Teknik Relaksasi Nafas Dalam Terhadap Penurunan Skala Nyeri Pada Pasien Post Operasi Benigna Prostat Hyperplasia Menurut Widiatie, (2015) ..... 20
- Gambar 2 3 Kerangka Konsep Penelitian Pengaruh Teknik Relaksasi Nafas Dalam Terhadap Penurunan Skala Nyeri Pada Pasien Post Operasi Benigna Prostat HyperplasiaHipotesis Penelitian ..... 21

## **DAFTAR LAMPIRAN**

- Lampiran 1 Rencana Jadwal Penelitian
- Lampiran 2 Pemohonan Menjadi Responden
- Lampiran 3 Persetujuan Responden
- Lampiran 4 Format Pengumpulan Data
- Lampiran 5 Teknik Relaksasi Nafas Dalam
- Lampiran 6 Lembar Bimbingan
- Lampiran 7 Lembar Ijin Penelitian RS
- Lampiran 8 Lembar Ijin Penelitian Kampus
- Lampiran 9 SPSS

## DAFTAR PUSTAKA

- (Agency for Health Care Policy and Research, 1992 dalam Potter & Perry, 2011).  
(Agency for Health Care Policy and Research, 1992 dalam Potter & Perry, 2011).
- Alwi I, Setiyohadi B, S. A. . (2010). *Buku Ajar Ilmu Penyakit Dalam*. Ed V Jilid IV. Jakarta: Interna Publishing. 1709-1713.
- Andarmoyo, S. (2013). *Konsep dan Proses Keperawatan Nyeri*. Yogyakarta.
- Apriana. (2012). *relaksasi nafas dalam*.
- Ardiansyah, M. (2012). *Medical Bedah Untuk Mahasiswa*. Jogjakarta: DIVA Ekspres.
- Arikunto. (2013). *Prosedur Penelitian Suatu Pendekatan Praktik*. Jakarta: Rineka Cipta.
- Bare & Smeltzer. (2012). *Buku Ajar Keperawatan Medikal Bedah Brunner & Suddart (Alih bahasa Agung Waluyo)* (8th ed.). Jakarta: EGC.
- Bidang Keperawatan RS Bhayangkara Denpasar. (2019).
- Birowo P, R. D. (2012). *Pembesaran Prostat Jinak*. In *No 7 tahun ke XXVIII*. Jurnal Kedokteran & Farmasi Medika.
- Budhi, P. (2013). *Herbal dan Keperawatan Komplementer*. Yogyakarta: Nuha Medika.
- Darmoyuwono, W. (2012). *Gaya Hidup Sehat dengan Virgin Cocont Oil*. Jakarta: gramedia.
- De Nunzio, C. (2011). *The Controversial Relationship Between Benign Prostatic Hyperplasia and Prostate Cancer. The Role of Inflammation.*, 106–117.
- Dinas Kesehatan Bali. (2019). *Profil Kesehatan Bali*.
- Fitria & Ambarwati. (2014). *Efektivitas Teknik Relaksasi Nafas Dalam Terhadap Intensitas Nyeri Pasca Operasi BPH*. *Akper Stikes PKU Muhammadiyah Surakarta*.
- Haryono. (2013). *Keperawatan Medikal Bedah: Sistem Perkemihan*. Yogyakarta: Andi Offset.

- Kapoor, A. (2012). Benign Prostatic Hyperplasia (BPH) Management In The Primary Care Setting. *The Canadian Journal of Urology*, 10–15.
- L Maryana. (2018). No Title.
- Lusianah, I. (2012). *Prosedur Keperawatan* (p. 287). Jakarta: Trans Info Media.
- Notoatmodjo. (2010). *Metodelogi Penelitian Kesehatan*. Jakarta: Rineka Cipta.
- Notoatmodjo. (2012). *Promosi Kesehatan dan Perilaku Kesehatan*. Jakarta: PT Rineka Cipta.
- Notoatmodjo, S. (2018). *Metodologi Penelitian Kesehatan*. Jakarta: Rineka Cipta.
- Nurarif, A. H., & Kusuma, H. (2015). *Aplikasi Asuhan Keperawatan Berdasarkan Diagnosa dan Nanda NIC NOC Jilid 1*. Jogjakarta: Mediaction.
- Nursalam. (2016). *Metodelogi Penelitian Ilmu Keperawatan : Pendekatan Praktis* (4th ed.). Jakarta: Salemba Medika.
- Nursalam. (2017). *Metodelogi Penelitian Ilmu Keperawatan*. In *Pendekatan Praktis* (4th ed.). Jakarta: Salemba Medika.
- Nursalam. (2017). *Metodologi Penelitian Ilmu Keperawatan Pendekatan Praktis* (4th ed). Jakarta: Salemba Medika.
- Parnham A, H. (2013). Benign prostatic hyperplasia. *Clinical Urology*.
- Potter & Perry. (2010). *Fundamental Keperawatan*. Jakarta: Salemba Medika.
- Prihanjo, R. (2013). *Perawatan nyeri*. Jakarta: EGC.
- Purnomo, B. B. (2015). *Dasar-dasar Urologi* (ketiga). Malang: CV. Sagung Seto.
- Purnomo, W., & Brahmantoro, T. (2018). *Pengantar Metodologi Penelitian Bidang Kesehatan*. Jawa Timur: Airlangga University Press.
- Rahmayanti, N. (2010). *Manajemen Pelayanan Prima*. Yogyakarta: Graha Ilmu.
- Royce Peter. (2006). Prostate Enlargement. *Australian Government Departement of Health*.
- Sehono, E. (2010). Pengaruh Teknik Relaksasi Nafas Dalam Terhadap Penurunan Nyeri Pada Pasien Pasca Operasi.

- Setiadi. (2013). *Konsep dan Praktik Penulisan Riset Keperawatan*. Yogyakarta: Graha Ilmu.
- Smeltzer dan Bare. (2010). *Buku Ajar Keperawatan Medikal Bedah Brunner dan Suddarth (8th ed.)*. Jakarta: EGC.
- Smeltzer, Suzanne C. dan Bare, B. G. (2012). *Buku Ajar Keperawatan Medikal Bedah Brunner dan Suddarth*. Jakarta: EGC.
- Sugiyono. (2016). *Metode Penelitian Kuantitatif, Kualitatif dan R&D*. Bandung: PT Alfabet.
- Sugiyono. (2017). *Metode Penelitian Kuantitatif, Kualitatif, dan R&D*. Bandung: Alfabeta.
- Sugiyono. (2017). *Metode Penelitian Pendidikan: Pendekatan Kuantitatif, Kualitatif, dan R&D*. Bandung: Alfabeta.
- Sukawana, I. W. (2013). *Pengantar Statistik untuk Perawat*. Denpasar: Jurusan Keperawatan Poltekkes Denpasar.
- Swarihadiyanti. (2014). *Pengaruh Teknik Relaksasi Nafas Dalam Penurunan Skala Neri Post Operasi BPH RSUD DR. Soediran Magun Sumarso Wonogiri*.
- Syahriyani ST. (2010). *Pengaruh Teknik Relaksasi Nafas Dalam Terhadap Perubahan Intensitas Nyeri Pada Pasien Post Operasi BPH di Ruang Perawatan Bedah RSUD Pelamonia Makassar*.
- Tortora Gerard & Bryan Derrickson. (2012). *Principle of anatomy and physiology*. USA: Jhon Wiley and Sons Inc.
- Uliyah., A. A. A. H. & M. (2012). *Pengantar kebutuhan dasar manusia (2nd ed.)*. Jakarta: Salemba Medika.
- Widiatie, W. (2015). *Pengaruh Teknik Relaksasi Nafas dalam Terhadap Penurunan Intensitas Nyeri Jurnal Keperawatan. Keperawatan, 1 No 2*.
- Widya. (2010). *Asuhan Keperawatan dengan Gangguan Sistem Pernapasa*.
- Wijaya Safei A & Putri MasiZa Y. (2013). *Keperawatan Medikal Bedah (Keperawatan Dewasa )*. Yogyakarta: Nuha Medika.