KARYA ILMIAH AKHIR

ASUHAN KEPERAWATAN TERAPI RELAKSASI PADA PASIEN POST OP CA MAMAE DENGAN GANGGUAN POLA TIDUR DIRUANG SERUNI RSUD DR. M YUNUS KOTA BENGKULU TAHUN 2025

Disusun Oleh :

NADIA INDAH PERTIWI
NIM : P01720424027

KEMENTERIAN KESEHATAN REPUBLIK INDONESIA
POLITEKNIK KESEHATAN KEMENKES BENGKULU
JURUSAN KEPERAWATAN PROGRAM
STUDI PENDIDIKAN PROFESI NERS
TAHUN AJARAN 2025

KARYA ILMIAH AKHIR

ASUHAN KEPERAWATAN TERAPI RELAKSASI PADA PASIEN POST OP CA MAMAE DENGAN GANGGUAN POLA TIDUR DI RUANG SERUNI RSUD DR. M YUNUS KOTA BENGKULU TAHUN 2025

Diajukan Sebagai Salah Satu Syarat Untuk Memperoleh Gelar Ners (Ns) Pada Program Studi Pendidikan Profesi Ners Jurusan Keperawatan Poltekkes Kemenkes Bengkulu

Oleh :

NADIA INDAH PERTIWI

NIM. P01720424027

KEMENTERIAN KESEHATAN REPUBLIK INDONESIA
POLITEKNIK KESEHATAN KEMENKES BENGKULU
JURUSAN KEPERAWATAN PROGRAM STUDI
PENDIDIKAN PROFESI NERS
TAHUN AJARAN 2025

HALAMAN PERNYATAAN

Yang bertanda tangan dibawah ini :

Nama	: Nadia Indah Pertiwi
Nim	: P01720424027
Judul Karya Ilmiah Akhir	:Asuhan Keperawatan Terapi Relaksasi Pada Pasien Post Op Ca Mamae Dengan Gangguan Pola Tidur Di Ruang Seruni RSUD Dr. M. Yunus Kota Bengkulu tahun 2025

Menyatakan dengan sebenar-benarnya bahwa Karya Ilmiah Akhir ini adalah hasil karya saya dan bukan hasil penjiplakan dari hasil karya orang lain.

Demikian pernyataan ini saya buat, apabila di kemudian hari terbukti dalam karya ini ada unsur plagiat, maka saya bersedia mempertanggungjawabkan dan menerima semua sanksi sesuai dengan ketentuan yang berlaku.

Kemenkes
Poltekkes Bengkulu

Bengkulu, 10 Juli 2025

Yang menyatakan

Nadia Indah pertiwi

Nim. P01720424027

HALAMAN PERSETUJUAN

KARYA ILMIAH AKHIR

ASUHAN KEPERAWATAN TERAPI RELAKSASI PADA PASIEN POST OP CA MAMAE DENGAN GANGGUAN POLA TIDUR DI RUANG SERUNI RSUD DR.M YUNUS KOTA BENGKULU TAHUN 2025

Dipersiapkan oleh :

NADIA INDAH PERTIWI

NIM : P01720424027

Telah diperiksa dan disetujui untuk dipublikasikan pada tanggal 10 Juli 2025.

PEMBIMBING

Ns. Agung Riyadi, S.Kep.,M.Kes

NIP. 196810071988031005

HALAMAN PENGESAHAN

KARYA ILMIAH AKHIR

ASUHAN KEPERAWATAN TERAPI RELAKSASI PADA PASIEN POST OP CA MAMAE DENGAN GANGGUAN POLA TIDUR DI RUANG SERUNI RSUD DR.M YUNUS KOTA BENGKULU TAHUN 2025

Dipersiapkan oleh :
NADIA INDAH PERTIWI
NIM : P01720424027

Telah dinilai pada tanggal 10 Juli 2025 dan dinyatakan

LULUS

PEMBIMBING

Ns. Agung Riyadi, S.Kep.,M.Kes
NIP. 196810071988031005

Mengetahui,
Ketua Program Studi Pendidikan Profesi Ners Program Profesi
Jurusan Keperawatan Politeknik Kesehatan Bengkulu

Ns. Hermansyah, S.Kep., M.Kep
NIP. 197507161997031002

BIODATA PENULIS



Nama	: Nadia Indah Pertiwi
Tempat, Tanggal Lahir	: Lubuk Gung, 17 Maret 2003
Agama	: Islam
Jenis Kelamin	: Perempuan
Anak Ke	: 2 (Dua)
Riwayat Pendidikan	: 1. TK PGRI Semidang Gumay (2008) 2. SD Negeri 01 Semidang Gumay (2014) 3. SMP Negeri 4 Kaur (2017) 4. SMA Negeri 3 Kaur (2020) 5. Perguruan Tinggi Sarjana Terapan Keperawatan Poltekkes Kemenkes Bengkulu (2024) 6. Profesi Ners Poltekkes Kemenkes Bengkulu (2025)
Alamat	: Desa Lubuk Gung, Kec.Semidang Gumay, Kaur
Email	: Nadiaindahp17@gmail.com
Jumlah Saudara	: 2 (Dua)

Kemenkes
Poltekkes Bengkulu

KATA PENGANTAR

Puji syukur kehadirat tuhan yang maha esa yang telah memberikan rahmat dan karunia-Nya, sehingga penulis dapat menyelesaikan Karya Ilmiah Akhir ini dengan judul "Asuhan Keperawatan Terapi Relaksasi Pada Pasien Post Op Ca Mamae Dengan Gangguan Pola Tidur Di Ruang Seruni RSUD Dr. M.Yunus Kota Bengkulu tahun 2025"

Dalam menyelesaikan Karya Ilmiah Akhir ini penulis banyak mendapatkan bantuan baik materil maupun moril dari berbagai pihak, untuk itu penulis mengucapkan terima kasih kepada:

1. Kedua orang tua penulis yang terkasih, tersayang bapak Mustapa dan Ibu Nina Warni, yang tanpa henti mendoakan, memberikan support dan semangat untuk setiap perjalanan penulis.
2. Ibu Linda Sitompul, SST, M.Kes, selaku Direktur Politeknik Kesehatan Kemenkes Bengkulu.
3. Ibu Ns. Erni Buston, SST., M.Kes, selaku Ketua Jurusan Keperawatan Politeknik Kesehatan Kemenkes Bengkulu.
4. Bapak Ns. Hermansyah, S.Kep.,M.Kep selaku Ketua Prodi Pendidikan Profesi Ners Politeknik Kesehatan Kemenkes Bengkulu.
5. Bapak Ns.Agung Riyadi, S.Kep.,M.Kes selaku pembimbing yang telah meluangkan waktu, tenaga dan pikiran untuk memberikan bimbingan dan pengarahan dengan penuh kesabaran kepada penulis dalam menyusun Karya Ilmiah Akhir ini.
6. Seluruh Staf Dosen Jurusan Keperawatan yang telah memberikan ilmunya.

Penulis mengharapkan kritik dan saran dari pembaca untuk menyempurnakan Karya Ilmiah Akhir ini.

Bengkulu, 10 Juli 2025

Nadia Indah pertiwi
NIM. P01720424027

Kemenkes
Poltekkes Bengkulu

DAFTAR ISI

HALAMAN SAMPUL

KARYA ILMIAH AKHIR ..... **ii**

HALAMAN PERNYATAAN ..... **iii**

HALAMAN PERSETUJUAN ..... **iv**

HALAMAN PENGESAHAN ..... **v**

BIODATA PENULIS ..... **vi**

KATA PENGANTAR ..... **vii**

DAFTAR ISI ..... **viii**

DAFTAR TABEL ..... **x**

DAFTAR BAGAN ..... **xi**

DAFTAR GAMBAR ..... **xii**

DAFTAR LAMPIRAN ..... **xiii**

BAB I PENDAHULUAN **1**

A. Latar Belakang 1

B. Rumusan Masalah 4

C. Tujuan Studi Kasus 5

D. Manfaat Studi Kasus 5

E. Target Luaran 6

BAB II TINJAUAN PUSTAKA **7**

A. Anatomi Fisiologi Mamae 7

B. Konsep Dasar Teori Mamae 9

C. Konsep Kebutuhan Tidur 18

D. Konsep Terapi Relaksasi 23

E. Penelitian Terkait Terapi Relaksasi 25

F. Konsep Asuhan Keperawatan Pada Pasien Post Op Ca Mamae 32

BAB III METODOLOGI PENELITIAN **41**

A. Rancangan Studi Kasus 41

B. Subyek Studi Kasus 41

Kemenkes Poltekkes Bengkulu

C. Definisi Operasional 42
D. Tempat dan Waktu 42
E. Pengumpulan Data 42
F. Penyajian Data 43
G. Etika Studi Kasus 43
BAB IV HASIL STUDI KASUS 45
A. Gambaran Pengkajian Keperawatan 45
B. Gambaran Diagnosa Keperawatan 54
C. Perencanaan Keperawatan 57
D. Gambaran Implementasi dan Evaluasi Keperawatan 61
BAB V PEMBAHASAN 73
A. Pengkajian 73
B. Diagnosa Keperawatan 75
C. Perencanaan Keperawatan 76
D. Implementasi Keperawatan 78
E. Evaluasi Keperawatan 80
F. Keterbatasan Studi Kasus 81
BAB VI PENUTUP 82
A. Kesimpulan 82
B. Saran 84
DAFTAR PUSTAKA 85
LAMPIRAN 88

Kemenkes Poltekkes Bengkulu

DAFTAR TABEL

Tabel 2.1 Kuesioner PSQI..... 22
Tabel 2.2 Jurnal Penelitian Terkait Terapi Relaksasi..... 30
Tabel 4.1 Data Demografi..... 45
Tabel 4.2 Riwayat Kesehatan..... 46
Tabel 4.3 Pengkajian Pola Kebiasaan 47
Tabel 4.4 Pemeriksaan Fisik 49
Tabel 4.5 Pemeriksaan Laboratorium 52
Tabel 4.6 Pemeriksaan Patologi Anatomi..... 52
Tabel 4.7 Penatalaksanaan Medis 53
Tabel 4.8 Analisa Data..... 54
Tabel 4.9 Diagnosa keperawatan 56
Tabel 4.10 Perencanaan Keperawatan 57
Tabel 4.11 Implementasi dan Evaluasi Keperawatan Hari Pertama Ny.M..... 61
Tabel 4.12 Implementasi dan Evaluasi Keperawatan Hari Kedua Ny.M 63
Tabel 4.13 Implementasi dan Evaluasi Keperawatan Hari Ketiga Ny.M 65
Tabel 4.14 Implementasi dan Evaluasi Keperawatan Hari Pertama Ny.S 67
Tabel 4.15 Implementasi dan Evaluasi Keperawatan Hari Kedua Ny.S..... 69
Tabel 4.16 Implementasi dan Evaluasi Keperawatan Hari Ketiga Ny.S 71

Kemenkes Poltekkes Bengkulu

DAFTAR BAGAN

Bagan 2.1 WOC Gangguan Pola Tidur..... 15

DAFTAR GAMBAR

Gambar 2.1 Anatomi Mamae 8

DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran 1 Lembar Informed Consent
Lampiran 2 Lembar Kesediaan Menjadi Responden
Lampiran 3 Standar Operasional Prosedur (SOP) Teknik Relaksasi Benson
Lampiran 4 Standar Operasional Prosedur (SOP) Aromaterapi Lavender
Lampiran 5 Standar Operasional Prosedur (SOP) Hand Massage
Lampiran 6 Kuesioner Pittsburgh Sleep Quality Index (PSQI)
Lampiran 7 Kisi-Kisi Jawaban Kuesioner PSQI
Lampiran 8 Rekapitulasi Pre-Post Kuesioner PSQI
Lampiran 9 Surat Izin Penelitian
Lampiran 10 Surat Izin Selesai Penelitian
Lampiran 11 Dokumentasi Ny. M
Lampiran 12 Dokumentasi Ny.S
Lampiran 13 Discharge Planning Ny.M
Lampiran 14 Discharge Planning Ny.S
Lampiran 15 Lembar Konsul

Kemenkes
Poltekkes Bengkulu