

KARYA TULIS ILMIAH

**PENGGUNAAN TERAPI RELAKSASI AUTOGENIK UNTUK MEREDAKAN
NYERI PADA PASIEN POST OP *ORIF* (*OPEN REDUCTION INTERNAL
FIXATION*) FRAKTUR FEMUR TERTUTUP DI RUMAH SAKIT GAMBIRAN
KOTA KEDIRI
(STUDI KASUS)**



OLEH :

ERIKA VIOLIN OKTAVIA

NPM : 19.2.05.01.0010

**FAKULTAS ILMU KESEHATAN DAN SAINS (FIKS)
UNIVERSITAS NUSANTARA PERSATUAN GURU REPUBLIK INDONESIA
UN PGRI KEDIRI**

2022

KARYA TULIS ILMIAH

**PENGGUNAAN TERAPI RELAKSASI AUTOGENIK UNTUK MEREDAKAN
NYERI PADA PASIEN POST OP *ORIF* (*OPEN REDUCTION INTERNAL
FIXATION*) FRAKTUR FEMUR TERTUTUP DI RUMAH SAKIT GAMBIRAN
KOTA KEDIRI
(STUDI KASUS)**

Diajukan Untuk Penulisan Tugas Akhir Guna Memenuhi Salah Satu
Syarat Memperoleh Gelar Ahli Madya Keperawatan (A.Md. Kep.) Pada
Jurusan Program Studi D-III Keperawatan FIKS UN PGRI Kediri



OLEH :

**ERIKA VIOLIN OKTAVIA
NPM : 19.2.05.01.0010**

**FAKULTAS ILMU KESEHATAN DAN SAINS (FIKS)
UNIVERSITASNUSANTARA PERSATUAN GURU REPUBLIK INDONESIA
UN PGRI KEDIRI
2022**

HALAMAN PERSETUJUAN

Tugas Akhir Oleh:

ERIKA VIOLIN OKTAVIA
NPM:19.2.05.01.0010

Judul :

**PENGGUNAAN TERAPI RELAKSASI AUTOGENIK UNTUK MEREDAKAN
NYERI PADA PASIEN POST OP *ORIF* (*OPEN REDUCTION INTERNAL
FIXATION*) FRAKTUR FEMUR TERTUTUP DI RUMAH SAKIT GAMBIRAN
KOTA KEDIRI
(STUDI KASUS)**

Telah disetujui untuk diajukan kepada Panitia Ujian Tugas Akhir Jurusan Program
Studi D-III Keperawatan FIKS UN PGRI Kediri

Tanggal : 07 Juli 2022

Pembimbing I



Muhammad Mudzakkir, M. Kep
NIDN. 0704037207

Pembimbing II



Endah Tri Wijayanti, M. Kep. Ns
NIDN. 0715088404

HALAMAN PENGESAHAN

Tugas Akhir Oleh:

ERIKA VIOLIN OKTAVIA

NPM:19.2.05.01.0010

Judul :

**PENGGUNAAN TERAPI RELAKSASI AUTOGENIK UNTUK MEREDAKAN
NYERI PADA PASIEN POST OP *ORIF* (*OPEN REDUCTION INTERNAL
FIXATION*) FRAKTUR FEMUR TERTUTUP DI RUMAH SAKIT GAMBIRAN
KOTA KEDIRI
(STUDI KASUS)**

Telah dipertahankan di depan Panitia Ujian/Sidang Tugas akhir
Program Studi Diploma III Keperawatan FIKS UN PGRI Kediri
Pada tanggal : 07 Juli 2022

Dan Dinyatakan telah memenuhi Persyaratan

Panitia Penguji:

1. Ketua Penguji : Muhammad Mudzakkir, M.Kep.,Ns
2. Penguji I : Norma Risnasari, S.Kep.,Ns.,M.Kes
3. Penguji II : Endah Tri Wijayanti, M.Kep.,Ns



Mengetahui
Dekan FIKS,



PGRI Dr. Sulistiono, M.Si.
NIDN. 007076801

SURAT PERNYATAAN

Yang bertanda tangan di bawah ini:

Nama : Erika Violin Oktavia
Jenis kelamin : Perempuan
Tempat, tanggal lahir : Tulungagung, 29 September 1999
NPM : 19.2.05.01.0010
Fak/Prodi : Fakultas Ilmu Kesehatan dan Sains/DIII Keperawatan

Menyatakan dengan sebenarnya, bahwa tugas akhir ini tidak terdapat karya yang pernah di ajukan untuk memperoleh gelar diploma di institusi lain, dan sepanjang pengetahuan saya tidak terdapat karya tulis atau pendapat yang pernah diterbitkan oleh orang lain, kecuali yang sengaja dan tertulis mengacu dalam naskah ini dan disebutkan dalam daftar pustaka.

Kediri, 05 Juli 2022

Yang Menyatakan,



SEPUULUH RIBU RUPIAH
10000
METERAI
TEMPEL
6230CAJX885859467

Erika Violin Oktavia

NPM: 19.2.05.01.0010

KATA PENGANTAR

Puji syukur saya panjatkan atas kehadiran Tuhan Yang Maha Esa, yang telah senantiasa melimpahkan rahmat dan anugerah-Nya sehingga penulis dapat menyelesaikan tugas akhir ini.

Penyusunan tugas akhir ini tidak lepas dari standart ilmu pengetahuan dan logika serta prinsip-prinsip ilmiah yang tidak lepas dari bantuan yang telah diberikan dari berbagai pihak, maka penulis mengucapkan terima kasih yang sebesar-besarnya, kepada :

1. Dr. Zainal Afandi, M. Pd selaku Rektor UN PGRI Kediri yang selalu memberikan motivasi kepada mahasiswa.
2. dr. Aditya Bagus Djatmiko, M.Kes selaku Direktur RSUD Gambiran Kota Kediri yang telah memberikan kesempatan kepada peneliti untuk melaksanakan penelitian di RSUD Gambiran Kota Kediri.
3. Dr. Sulistiono, M.Si selaku Dekan FIKS UN PGRI Kediri.
4. Muhammad Mudzakkir, M.Kep selaku Ketua Program Studi D3 Keperawatan dan pembimbing satu yang telah memberikan bimbingan dan saran dala penyusunan karya tulis ilmiah ini .
5. Endah Tri Wiyanti, M.Kep.,Ns selaku pembimbing dua yang telah memberikan bimbingan dan saran dala penyusunan karya tulis ilmiah ini.
6. Seluruh Dosen dan staff Prodi D3 Keperawatan UN PGRI Kediri yang telah banyak memberikan bimbingan dan pengarahan pada

penulis.

7. Ucapan terima kasih juga disampaikan kepada responden dan pihak yang bersangkutan lainnya yang tidak dapat disebutkan satu per satu yang telah banyak membantu menyelesaikan karya tulis ilmiah ini.

Selama penelitian dan penulisan karya tulis ilmiah ini banyak sekali hambatan yang penulis alami, namun berkat bantuan, dorongan serta bimbingan dari berbagai pihak, akhirnya karya tulis ilmiah ini dapat terselesaikan dengan baik.

Penulis sepenuhnya menyadari bahwa tugas akhir ini ini masih jauh dari sempurna, oleh karena itu penulis mengharap saran dan kritik yang sifatnya membangun sebagai masukan dalam perbaikan tugas akhir ini. Akhirnya penulis berharap semoga tugas akhir ini dapat bermanfaat bagi para pembaca semua. Aamiin

Kediri, 05 Juli 2022

Yang Menyatakan,

Erika Violin Oktavia

NPM: 19.2.05.01.0010

MOTTO

Jangan patah hanya karena seseorang, ingat orang tuamu yang susah payah mengajarkanmu berdiri hingga di titik ini

HALAMAN PERSEMBAHAN

Alhamdulillah, Puji syukurku panjatkan pada-Mu ya Allah atas segala karunia-Mu sehingga saya dapat menyelesaikan sebuah karya kecil penentu awal perjuanganku, sebuah karya yang membutuhkan proses panjang yang penuh dengan makna, karya ilmiah ini kupersembahkan kepada orang - orang yang teramat kusayangi dan berarti dalam kehidupanku yaitu,

Kedua orang tua

Terima kasih yang tiada henti saya ucapkan untuk kedua orang tua saya yang memberi motivasi, dukungan dan semangat kepada saya dalam melaksanakan kewajiban sebagai mahasiswa. Semoga saya menjadi kebanggaan untuk mereka.

Teman-temanku

Terima kasih untuk teman-teman yang tidak bosan membantu saya dalam mengerjakan karya ini, semoga berkah mengalir didunia maupun diakhirat nanti.

ABSTRAK

Erika Violin Oktavia Penggunaan Terapi Relaksasi Autogenik Untuk Meredakan Nyeri Pada Pasien Post Op *Orif (Open Reduction Internal Fixation)* Fraktur Femur Tertutup Di Rumah Sakit Gambiran Kota Kediri, Tugas Akhir, D-III Keperawatan, FIKS, UN PGRI Kediri, 2022.

Nyeri pada pasien Post op *ORIF (Open Reduction Internal Fixation)* Fraktur Femur tertutup terjadi karena agen pencedera fisik oleh prosedur operasi. Masalah nyeri tersebut muncul karena terjadi pembengkakan dan luka pada area bekas operasi. Tindakan keperawatan untuk mengatasi masalah nyeri diantaranya dengan menggunakan Terapi Relaksasi Autogenik, yaitu teknik relaksasi yang bersumber dari diri sendiri berupa kalimat pendek ataupun bayangan yang bisa membuat pikiran tenang yang dilakukan dengan cara membayangkan diri sendiri berada dalam keadaan damai dan tenang, berfokus pada pengaturan nafas dan detakan jantung. Tujuan dari penelitian ini untuk mengetahui penurunan skala nyeri pada pasien post op orif fraktur femur tertutup sesudah dilakukan terapi relaksasi autogenik. Metode yang digunakan dalam penelitian ini adalah deskriptif dengan pendekatan studi kasus pada pasien post op *ORIF* fraktur femur tertutup dengan menggunakan alat ukur skala nyeri Numerical Rating scale (NRS). Penelitian ini di dapatkan hasil terjadi penurunan skala nyeri sesudah dilakukan Terapi Relaksasi Autogenik, pada subyek 1 skala nyeri 6 menjadi 1 dan subyek 2 skala nyeri 4 menjadi 1. Dalam penelitian ini di harapkan pada pasien post op *ORIF* fraktur femur tertutup dapat secara mandiri melakukan terapi relaksasi autogenik terutama ketika mengalami nyeri dan di harapkan perawat dapat memberikan edukasi kepada pasien serta keluarga pasien tentang Terapi Relaksasi Autogenik

Kata kunci: Fraktur Femur, terapi relaksasi autogenik, meredakan nyeri

ABSTRACT

Erika Violin Oktavia Using Therapy Relaxation Autogenic to Relieve Pain on Patient Post Op Orif (Open Reduction Internal Fixation) Closed Femoral Fracture in Gambiran Hospital, Kediri City, Last Duty, D-III of Nursing, FIKS, UN PGRI Kediri, 2022.

Pain on patient of Post Op ORIF (Open Reduction Internal Fixation) closed femoral fracture occurs because agent physical injury by operation procedure. Pain appeared because wounds and swelling on scars area. The actions on nursing to treat the pain is using autogenic relaxation therapy. The technique that sourced by themselves in the form of short sentence or shadow that can make the mind peaceful that doing with imagining themselves calm and peace. Focus on breath and heart rate. The purpose of this study is to determine the decrease in pain scale in patients Post Op ORIF closed femoral fracture after have done doing autogenic therapy. This research used descriptive method and a case study approach in patient of Post Op Orif closed femoral fracture by using a pain gauge Numerical Rating Scales (NRS). This study found that there was a decrease in pain scale after doing therapy relaxation autogenic, in subject 1 pain scale 6 to 1 and subject 2 pain scale 4 to 1. In this research was expected that patient of Post Op ORIF closed femoral fracture can independently doing therapy relaxation autogenic, especially when experiencing and nurses are expected can provide education to patients and their families about therapy relaxation autogenic .

Key words: Femur fracture, autogenic relaxation therapy, pain relief

DAFTAR ISI

HALAMAN JUDUL	i
HALAMAN PERSETUJUAN PEMBIMBING	ii
HALAMAN PENGESAHAN	iii
SURAT PERNYATAAN	iv
KATA PENGANTAR	v
MOTTO	vii
HALAMAN PERSEMBAHAN	viii
ABSTRAK	ix
DAFTAR ISI	x
DAFTAR TABEL	xii
DAFTAR GAMBAR	xiii
DAFTAR LAMPIRAN	xiv
BAB 1 PENDAHULUAN	1
1.1 Latar Belakang	1
1.2 Rumusan Masalah.....	4
1.3 Tujuan Penelitian.....	5
1.4 Manfaat Penelitian.....	5
BAB II TINJAUAN PUSTAKA	7
2.1 Konsep Fraktur.....	7
2.2 Konsep Asuhan Keperawatan Fraktur	24
2.3 Konsep Nyeri.....	41
2.4 Konsep Terapi Relaksasi Autogenik.....	49
BAB III METODE PENELITIAN	57
3.1 Jenis Penelitian.....	57
3.2 Subyek Penelitian.....	57
3.3 Fokus Studi.....	58
3.4 Definisi Operasional.....	58

3.5 Lokasi Dan Waktu Penelitian	58
3.6 Instrumen Penelitian.....	59
3.7 Pengumpulan Data.....	59
3.8 Analisis Data.....	60
3.9 Penyajian Data.....	61
3.10 Etika Penelitian.....	61
BAB IV HASIL DAN PEMBAHASAN	63
4.1 Hasil Penelitian.....	63
4.2 Pembahasan.....	74
4.3 Keterbatasan Penelitian.....	77
BAB V KESIMPULAN DAN SARAN.....	78
5.1 Kesimpulan.....	78
5.2 Saran.....	78
DAFTAR PUSTAKA.....	80
LAMPIRAN	

DAFTAR TABEL

2.1	Tabel Prosedur Intervensi Skala Nyeri	48
2.2	Tabel SOP Teknik Relaksasi autogenik.....	52
4.1	Tabel Analisa data dengan masalah nyeri akut sebelum pemberian terapi relaksasi autogenik pada pasien post op orif fraktur femur tertutup.....	67
4.2	Tabel Hasil evaluasi masalah nyeri subyek setelah di lakukan tindakan relaksasi autogenik pada pasien post op orif fraktur femur tertutup.....	70

DAFTAR GAMBAR

2.1	Gambar Bagan Pathway.....	16
2.2	Gambar Skala Nyeri Angka.....	44

DAFTAR LAMPIRAN

- Lampiran 1 : Surat Keterangan Permohonan Ijin Studi Kasus di RSUD Gambiran Kota Kediri
- Lampiran 2 : Surat Balasan RSUD Gambiran Kota Kediri
- Lampiran 3 : Lembar Persetujuan Partisipasi Dalam Penelitian (Informed Consent)
- Lampiran 4 : Asuhan Keperawatan Subyek 1
- Lampiran 5 : Asuhan Keperawatan Subyek 2
- Lampiran 6 : Skala Pengukuran Nyeri Numeric Rating Scale (NRS)
- Lampiran 7 : Data Pasien Penunjang
- Lampiran 8 : Lembar Bimbingan Karya Tulis Ilmiah

BAB 1

PENDAHULUAN

1.1 Latar Belakang

Fraktur merupakan hilangnya kontinuitas tulang tanpa atau disertai adanya kerusakan jaringan lunak seperti otot, kulit, jaringan saraf dan pembuluh darah yang dapat mengakibatkan syok hipovolemik atau traumatik, sindrom emboli lemak, sindrom kompartemen, nekrosis vaskuler tulang yang mengakibatkan nyeri (Suriya & Zurianti, 2019). Fraktur femur merupakan diskontinuitas dari femoral shaft yang bisa terjadi akibat trauma secara langsung (kecelakaan lalu lintas atau jatuh dari ketinggian) yang memunculkan rasa nyeri secara langsung ketika terjadi fraktur (Hinestroza, 2018). Fraktur tertutup merupakan patah tulang yang tidak disertai dengan luka pada bagian luar permukaan kulit sehingga bagian tulang yang patah tidak berhubungan dengan bagian luar (Castro Morales, L. G., 2021).

Menurut *World Health Organization* (WHO) mencatat pada tahun 2017-2018 terdapat 5,6 juta orang meninggal dunia dan 1,3 juta orang menderita patah tulang akibat kecelakaan lalu lintas (WHO 2018). Berdasarkan hasil riset kesehatan dasar (riskesdas) tahun 2013 didapatkan bahwa angka kejadian cedera mengalami peningkatan dibandingkan dari hasil pada tahun 2007, Kecendrungan prevalensi cedera menunjukkan kenaikan dari 7,5% pada tahun 2007 menjadi 8,2% pada tahun 2013 (kemenkes RI, 2013). Selain itu data berdasarkan Riset Kesehatan Dasar (Riskesdas 2018) yang

dilakukan oleh Departemen Kesehatan Republik Indonesia pada tahun 2018, di dapatkan bahwa jumlah kecelakaan terdapat (72,2%) korban cedera dengan jenis cedera paling banyak pada bagian ekstermitas bawah sebesar (68%). Patah tulang yang terjadi di Indonesia sebanyak (5,5%) dan di Jawa Timur angka terjadinya patah tulang sebanyak (5,8%), untuk penderita fraktur terjadi pada laki-laki sebanyak (6,2%) dan untuk perempuan sebanyak (4,5%), kehilangan anggota ekstremitas bawah sebanyak (0,5%) (RISKESDAS 2018). Di Kota Kediri angka kejadian fraktur sebanyak 2,21% pada tahun 2018 (Kesehatan Badan Penelitian dan Pengembangan Kesehatan Puslitbang Humaniora dan Manajemen Kesehatan, 2018)

Fraktur di sebabkan akibat terjatuh, kecelakaan lalu lintas, atau perkelahian. Selain itu ada juga penyakit yang menyebabkan fraktur yaitu penyakit yang dapat melemahkan tulang, seperti osteoporosis, osteogenesis imperfekta (kelainan genetik yang menyebabkan tulang rapuh), infeksi tulang, dan kanker tulang. Pada keadaan patah tulang atau fraktur jaringan yang ada disekitar tulang yang patah akan mengalami edema jaringan lunak, perdarahan ke otot dan sendi, dislokasi sendi, ruptur tendon, kerusakan saraf dan kerusakan pembuluh darah. Kerusakan pembuluh darah akan mengakibatkan adanya perdarahan, maka volume darah menurun. Hematoma akan mengeksudasi plasma dan poliferasi menjadi edema lokal, bila terjadi hematoma maka pembuluh darah vena akan mengalami pelebaran sehingga terjadi penumpukan cairan dan kehilangan leukosit yang berakibat terjadinya

perpindahan, menimbulkan inflamasi atau peradangan yang menyebabkan bengkak dan akhirnya terjadi nyeri(Jusaf, 2019).

Selain nyeri tanda dan gejala fraktur yaitu deformitas, anggota badan terlihat tidak pada tempatnya, pembengkakan, memar, mati rasa dan kesemutan, masalah pergerakan anggota tubuh. Pada umumnya nyeri yang dirasakan oleh pasien fraktur adalah nyeri akut. Nyeri merupakan perasaan yang tidak menyenangkan yang terkadang dialami individu. Kebutuhan terbebas dari rasa nyeri itu merupakan salah satu kebutuhan dasar yang merupakan tujuan diberikannya asuhan keperawatan pada seorang pasien di rumah sakit (Syah, 2019)

Tindakan yang di lakukan untuk mengatasi nyeri pada pasien fraktur yaitu dengan melakukan tindakan manajemen nyeri kolaboratif dan tindakan mandiri perawat. Tindakan kolaboratif yaitu dapat di lakukan dengan pemberian analgesik seperti obat non narkotik dan obat antiinflamasi non steroid (NSAID), analgesik narkotik atau opiat, obat tambahan (adjuvan). Untuk tindakan mandiri perawat bisa dilakukan dengan cara menggunakan terapi relaksasi, distraksi, massage, guided imaginary dan lain sebagainya(Museum, 2019).

Salah satu teknik relaksasi dalam mengatasi nyeri adalah relaksasi autogenik. Relaksasi autogenik merupakan teknik relaksasi yang bersumber dari diri sendiri berupa kalimat pendek ataupun bayanganyang bisa membuat pikiran tentram yang dilakukan dengan caramembayangkan diri sendiri berada dalam keadaan damai dan tenang, berfokus pada pengaturan nafas dan

detakan jantung (Museum, 2019).

Dari hasil penelitian Wahyu Ardian (2019) diungkapkan relaksasi autogenik lebih efektif dalam menurunkan nyeri post fraktur dibandingkan dengan terapi relaksasi nafas dalam. Intensitas nyeri sebelum terapi relaksasi autogenik dengan sebagian besar (81,8%) dalam kategori nyeri sedang. Setelah dilakukan terapi relaksasi autogenik rata-rata nyeri menjadi 1,82 sebagian besar (90,9%) mengalami nyeri dengan intensitas ringan. Sedangkan Intensitas nyeri sebelum terapi relaksasi nafas dalam sebagian besar (72,7%) dalam kategori nyeri sedang (Museum, 2019). Peran perawat pada kasus ini selain memberikan tindakan kolaborasi farmakologis juga dapat memberikan tindakan non farmakologis seperti teknik relaksasi autogenik. Berdasarkan latar belakang penelitian tersebut maka penulis merasa tertarik untuk menyusun Karya Tulis Ilmiah dengan judul “ Penggunaan Teknik Relaksasi Autogenik Untuk Meredakan Nyeri Pada Pasien Post Op Orif Fraktur Femur Tertutup”

1.2 Rumusan Masalah

Berdasarkan latar belakang diatas, maka rumusan masalah dalam penelitian ini adalah :

Apakah Penggunaan Teknik Relaksasi Autogenik Untuk Meredakan Nyeri Pada Pasien Post Op Orif Fraktur Femur Tertutup?

1.3 Tujuan Penulisan

1. Tujuan Umum

Tujuan penelitian ini adalah untuk mengetahui penggunaan sebelum dan sesudah dilakukan teknik relaksasi autogenik untuk meredakan nyeri pada pasien post op orif fraktur femur tertutup.

2. Tujuan Khusus

- 1). Mengetahui sebelum di lakukan terapi relaksasi autogenik
- 2). Mengetahui sesudah di lakukan terapi relaksasi autogenik

1.4 Manfaat

Hasil penelitian ini dapat di manfaatkan oleh institusi maupun profesi keperawatan dalam upaya penyempurnaan asuhan keperawatan pada pasien post operasi fraktur femur tertutup dengan masalah keperawatan nyeri akut dengan tindakan teknik relaksasi autogenik.

1. Bagi Institusi Pendidikan

Dapat digunakan sebagai referensi bagi institusi pendidikan untuk mengembangkan ilmu mengenai asuhan keperawatan dengan gangguan sistem muskuloskeletal fraktur.

2. Bagi Perawat

Perawat dapat melakukan terapi relaksasi autogenik yang tepat pada pasien dengan gangguan sistem muskuloskeletal fraktur dengan masalah keperawatan nyeri akut.

3. Bagi Institusi Rumah Sakit

Dapat digunakan sebagai acuan dalam melakukan tindakan nonfarmakologi teknik relaksasi autogenik bagi pasien khususnya dengan gangguan sistem muskuloskeletal fraktur dengan masalah keperawatan nyeri akut

4. Bagi Pasien dan Keluarga

Agar pasien dan keluarga dapat mengetahui terapi relaksasi autogenik dapat di gunakan sebagai alternatif tindakan pasien post op orif fraktur femur tertutup.

5. Bagi Pembaca

Menjadi sumber referensi dan informasi bagi orang yang membaca, memahami bagaimana cara manajemen nyeri bagi pasien post op orif fraktur femur tertutup.

