



**PENGARUH TEKNIK DISTRAKSI RELAKSASI TERHADAP
PENURUNAN TINGKAT NYERI PADA PASIEN ABDOMINAL PAIN DI
RS PKU MUHAMMADIYAH SRUWENG**

KARYA ILMIAH AKHIR NERS

Diajukan sebagai salah satu syarat untuk memperoleh gelar Ners

Disusun Oleh :

ERNI KUSWANDARI, S.Kep

A31801128

PEMINATAN KEPERAWATAN MEDIKAL BEDAH

**PROGRAM STUDI NERS KEPERAWATAN
SEKOLAH TINGGI ILMU KESEHATAN MUHAMMADIYAH
GOMBONG**

2019

HALAMAN PERNYATAAN ORISINALITAS

Karya Ilmiah Akhir Akhir Ners adalah hasil karya saya sendiri dan semua sumber baik yang dikutip maupun dirujuk telah saya nyatakan dengan benar

Nama : Erni Kuswandari, S.Kep

NIM : A31801128

Tanda Tangan

Tanggal



HALAMAN PERSETUJUAN

PENGARUH TEKNIK DISTRAKSI RELAKSASI TERHADAP PENURUNAN TINGKAT NYERI PADA PASIEN ABDOMINAL PAIN DI RS PKU MUHAMMADIYAH SRUWENG

Telah disetujui dan dinyatakan telah memenuhi syarat
Untuk diujikan pada tanggal Maret 2019

Pembimbing



(Hendri Tamara Yuda., M.Kep)

Mengetahui,

Ketua Prodi Studi S1 Keperawatan



Isma Yumar. M. Kep

LEMBAR PENGESAHAN PEMBIMBING

Karya Ilmiah Akhir Ners ini diajukan oleh :

Nama : Erni Kuswandari, S.Kep

NIM : A31801128

Program Studi : Profesi Ners

Judul KIA-N : Pengaruh Teknik Distraksi Relaksasi Terhadap
Penurunan Tingkat Nyeri Pada Pasien Abdominal
Pain di RS PKU Muhammadiyah Sruweng

Telah berhasil dipertahankan dihadapkan Dewan Penguji dan diterima sebagai bagian persyaratan yang diperlukan untuk memperoleh gelar Ners pada program Ners Keperawatan STIKES Muhammadiyah Gombong

Susunan Dewan Penguji

1. Irmawan Andri, M. Kep

(Penguji I) ... 

2. Hendri Tamara Yuda., M.Kep

(Penguji II) ... 

Mengetahui,

Ketua Prodi Studi S1 Keperawatan




Isma Yuniar, M. Kep

Ditetapkan di : Gombong, Kebumen

Tanggal : Maret 2019

KATA PENGANTAR

Assalamu'alaikum Warahmatullahi Wabarakatuh

Alhamdulillah, penulis panjatkan puji syukur kehadirat Allah SWT yang telah melimpahkan rahmat, taufik, hidayah dan inayah-Nya sehingga penulis dapat menyelesaikan Karya Tulis Ilmiah Akhir Ners yang berjudul “Pengaruh Teknik Distraksi Relaksasi Terhadap Penurunan Tingkat Nyeri Pada Pasien Abdominal Pain di RS PKU Muhammadiyah Sruweng” dengan lancar.

Tidak lupa penulis ucapkan terima kasih kepada pihak-pihak yang telah membantu penulis selama ini :

1. Ibu Hj. Herniyatun M.Kep, Ns selaku Ketua Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan Muhammadiyah Gombong, yang telah memberikan izin dalam tugas Karya Tulis Ilmiah ini.
2. Isma Yuniar, M, Kep selaku Ketua Program studi S1 Keperawatan, yang telah mengizinkan pembuatan Tugas Karya Tulis Ilmiah Akhir Ners ini.
3. Hendri Tamara Yuda., M.Kep selaku dosen pembimbing dalam Karya Tulis Ilmiah Akhir Ners ini.
4. Direktur dan staff PKU Muhammadiyah Sruweng yang telah mengizinkan penulis untuk melakukan praktik keperawatan.
5. Orang tuaku tercinta dan, suami dan anak-anakku serta seluruh keluarga besarku yang selalu memberikan doa, motivasi, dukungan moral dan material untuk dapat menyelesaikan karya tulis ini.
6. Segenap Keluarga Besar Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan Muhammadiyah Gombong yang telah membantu penulis dalam menyelesaikan Karya Tulis Ilmiah ini.
7. Ketiga klien beserta Keluarga yang telah bekerjasama dengan penulis.
8. Teman-teman di kelas Ners Reguler B13 khususnya angkatan 2017 yang telah sama-sama berjuang dalam menyelesaikan laporan ini.

9. Semua pihak yang tidak dapat penulis sebutkan satu per satu yang telah membantu dalam penyusunan laporan ini.

Penulis berharap Karya Tulis Ilmiah Akhir Ners ini dapat bermanfaat bagi pembaca untuk menambah wawasan. Penulis mengharap saran dan kritik untuk meningkatkan pengetahuan dan pengalaman.

Wassalamu'alaikum Warahmatullahi Wabarakatuh

Gombong, Maret 2018



(Erni Kuswandari)



**HALAMAN PERNYATAAN PERSETUJUAN PUBLIKASI TUGAS
AKHIR UNTUK KEPENTINGAN AKADEMIS**

Sebagai civitas akademik STIKes Muhammadiyah Gombong, saya yang bertanda tangan di bawah ini :

Nama : Erni Kuswandari, S.Kep
NIM : A31801128
Program Studi : Profesi Ners Keperawatan
Jenis Karya : Karya Ilmiah Akhir

Demi pengembangan ilmu pengetahuan, menyetujui untuk memberikan kepada STIKes Muhammadiyah Gombong Hak Bebas Royalti Noneksklusif (*Non-exclusive Royalty-Free Right*) atas karya ilmiah saya yang berjudul :

PENGARUH TEKNIK DISTRAKSI RELAKSASI TERHADAP PENURUNAN
TINGKAT NYERI PADA PASIEN ABDOMINAL PAIN DI RS PKU
MUHAMMADIYAH SRUWENG

Beserta perangkat yang ada (jika diperlukan). Dengan hak bebas Royalti Noneksklusif ini STIKes Muhammadiyah Gombong berhak menyimpan, mengalih media / formatkan, mengelola dalam bentuk pangkalan data, 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 : Gombong, Kebumen
Pada tanggal :

Yang menyatakan



(Erni Kuswandari, S.Kep)

STIKES MUHAMMADIYAH GOMBONG
KIAN, Maret 2019

Erni Kuswandari¹ Hendri Tamara Yuda²

ABSTRAK

PENGARUH TEKNIK DISTRAKSI RELAKSASI TERHADAP PENURUNAN TINGKAT NYERI PADA PASIEN ABDOMINAL PAIN DI RS PKU MUHAMMADIYAH SRUWENG

Latar Belakang: Insiden nyeri abdomen akut dilaporkan menjadi sebuah kasus kegawatan berupa kegawatan bedah atau kegawatan non bedah. Masalah keperawatan utama yang muncul adalah Nyeri. Manajemen nyeri non farmakologikal salah satunya dengan relaksasi dan distraksi. Akan tetapi belum ada prosedur tertulis mengenai teknik relaksasi untuk mengurangi rasa nyeri pada pasien Abdominal Pain

Tujuan : Menjelaskan pengaruh teknik distraksi relaksasi terhadap penurunan tingkat nyeri pada pasien abdominal pain di RS PKU Muhammadiyah Sruweng.

Metode: Karya tulis ilmiah ini menggunakan desain studi kasus deskriptif. Subjek studi kasus adalah 3 orang pasien dengan abdominal pain, yang mengalami masalah nyeri. Pengumpulan data dengan teknik observasi, wawancara dan studi dokumentasi.

Hasil: Dari ketiga pasien mengalami masalah keperawatan utama; Gangguan rasa nyaman : Nyeri berhubungan dengan agen cedera biologis

Kesimpulan: Hasil evaluasi pada pasien Abdominal Pain setelah dilakukan teknik distraksi relaksasi adalah nyeri berkurang.

Kata Kunci : Distraksi Relaksasi, Tingkat Nyeri, Abdominal Pain

.....
¹⁾*Mahasiswa Stikes Muhammadiyah Gombong*

²⁾*Dosen Stikes Muhammadiyah Gombong*

³⁾*Dosen Stikes Muhammadiyah Gombong*

S1 NURSING STUDY PROGRAM
HEALTH SCIENCE INSTITUTE OF MUHAMMADIYAH GOMBONG
KIAN, March 2019

Erni Kuswandari ¹ Hendri Tamara Yuda²

ABSTRACT
THE EFFECT OF RELAXATION DISTRACTION TECHNIQUES ON
PAIN LEVEL DECREASE IN ABDOMINAL PAIN PATIENTS IN PKU
MUHAMMADIYAH SRUWENG HOSPITAL

Background: The accident of acute abdominal pain is reported to be a severe case of surgical emergency or non-surgical emergency. The main nursing problem that arises is pain. Non-pharmacological pain management is one of them with relaxation and distraction. However, there is no written procedure regarding relaxation techniques to reduce pain in patients with Abdominal Pain

Objective: The effect of the relaxation distraction techniques on reducing pain levels in abdominal pain patients at PKU Muhammadiyah Sruweng Hospital.

Method: This scientific paper used a descriptive case study design. The case study subjects were three patients with abdominal pain, who experienced pain problems. The collecting data used observation, interview and documentation study techniques.

Results: Based on three patients experiences of nursing problems; Pain associated with biological injury agents

Conclusion: The results of the evaluation in Abdominal Pain patients after did relaxation distraction technique was reduced pain performances.

Keywords: Relaxation Distraction, Pain Level, Abdominal Pain

-
- 1) Students of Stikes Muhammadiyah Gombong
 - 2) The First Supervisor of Stikes Muhammadiyah Gombong
 - 3) The Second Supervisor of Stikes Muhammadiyah Gombong

DAFTAR ISI

HALAMAN JUDUL.....	i
LEMBAR PERNYATAAN ORISINILITAS	ii
LEMBAR PERSETUJUAN.....	iii
LEMBAR PENGESAHAN PEMBIMBING	iv
KATA PENGANTAR	v
LEMBAR PERNYATAAN PUBLIKASI TUGAS AKHIR	vii
ABSTRAK	viii
ABSTRAK (English)	ix
DAFTAR ISI	x
BAB I PENDAHULUAN	
A. Latar Belakang	1
B. Tujuan	4
C. Manfaat Penelitian	5
BAB II TINJAUAN PUSTAKA	
A. Konsep Dasar <i>Abdominal Pain</i>	6
B. Konsep Dasar Masalah Keperawatan Nyeri.....	17
C. Konsep Dasar Teknik Distraksi Relaksasi	18
D. Asuhan Keperawatan Nyeri	21
E. Kerangka Konsep	24
BAB III METODE STUDI KASUS	
A. Jenis/Desain Karya Tulis Ilmiah	25
B. Subjek Studi Kasus.....	25
C. Fokus Studi Kasus.....	25
D. Definisi Operasional.....	26
E. Instrumen Studi Kasus	26
F. Metode Pengumpulan Data	27
G. Lokasi dan Waktu Studi Kasus	28
H. Analisis Data dan Penyajian Data	29
I. Etika Studi Kasus	30

BAB IV ANALISA DAN PEMBAHASAN

A. Gambaran Lokasi Studi Kasus	32
B. Ringkasan Proses Asuhan Keperawatan	34
C. Hasil Penerapan Tindakan Keperawatan.....	45
D. Pembahasan.....	45

BAB V PENUTUP

A. Kesimpulan.....	54
B. Saran	55

DAFTAR PUSTAKA

LAMPIRAN



DAFTAR TABEL

Tabel 3.1 Definisi Operasional.....	26
Tabel 4.1 Hasil Penerapan Tindakan Keperawatan	45

DAFTAR SKEMA

Gambar 2.1 Kerangka konsep	24
----------------------------------	----



BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Abdominal pain (nyeri abdomen) merupakan sensasi subjektif tidak menyenangkan yang terasa di setiap regio abdomen (Pierce A. Grace & Neil R. Borley, 2007). Abdominal Pain akan direspon oleh tubuh dengan meningkatkan pelepasan substansi kimia yang dapat menstimulus reseptor-reseptor nyeri seperti histamin, prostaglandin, dan bradikinin yang akan menimbulkan persepsi nyeri.

Insiden nyeri abdomen akut dilaporkan menjadi sebuah kasus kegawatan di rumah sakit yang dapat berupa kegawatan bedah atau kegawatan non bedah. Penyebab tersering dari akut abdomen antara lain appendisitis, kolik bilier, kolisistitis, divertikulitis, obstruksi usus, perforasi viskus, pankreatitis, peritonitis, salpingitis, apendisitis mesenterika dan kolik renal (Syamsiah, 2015).

Apendisitis akut merupakan salah satu penyebab dari keluhan nyeri akut abdomen yang memerlukan tindakan operasi segera. Kejadian apendisitis di Indonesia menurut data yang dirilis oleh Kementerian Kesehatan RI pada tahun 2009 sebesar 596.132 orang dengan persentase 3.36% dan meningkat pada tahun 2010 menjadi 621.435 orang dengan persentase 3.53%. Apendisitis merupakan penyakit tidak menular tertinggi kedua di Indonesia pada rawat inap di rumah sakit pada tahun 2009 dan 2010.

Masalah keperawatan utama yang muncul pada pasien abdominal pain adalah Gangguan rasa nyaman : Nyeri berhubungan dengan agen cedera biologis. Nyeri didefinisikan sebagai suatu sensori subjektif dan emosional yang tidak menyenangkan terkait kerusakan jaringan aktual atau potensial, atau gambaran dari kondisi kerusakan jaringan yang keberadaannya diketahui apabila seseorang itu sudah pernah mengalaminya (Zakiah, 2015; Saputra, 2013).

Ada dua bentuk nyeri yang secara umum, yaitu nyeri akut dan nyeri kronik. Nyeri akut adalah rasa nyeri yang timbul secara dan cepat hilang, nyeri ini biasanya tidak lebih dari enam bulan. Penyebab dan lokasinya nyeri sudah diketahui ditandai dengan ketegangan otot dan kecemasan. Nyeri kronik adalah nyeri yang dirasakan lebih dari enam bulan secara berulang maupun menetap, rasa nyeri ini biasanya tidak dapat disembuhkan dan faktor dari nyeri tidak diketahui, penyembuhan dari nyeri ini tidak dapat total bisa disembuhkan harus bertahap (Saputra, 2013).

Setiap pasien yang merasakan nyeri dalam asuhan keperawatan akan ada pengkajian nyeri yang paling umum ada lima yaitu pemicu nyeri, kualitas nyeri, lokasi nyeri, intensitas nyeri dan waktu serangan bisa hafalkan atau di sebut dengan mudah yaitu pemicu rasa nyeri/faktor yang menyebabkan nyeri, kualitas nyeri yang dirasakan seperti apa ? apakah tajam atau tumpul, lokasi dimana rasa nyeri itu berasal atau daerah nyeri, keparahan nyeri atau skala nyeri dimana klien merasakan nyeri sampai tingkat berapa skala 1-10, waktu saat nyeri terjadi (Saputra, 2013).

Selain dilakukan pengkajian nyeri maka tindakan yang tidak kalah pentingnya adalah manajemen nyeri. Manajemen nyeri berkaitan dengan upaya-upaya menghilangkan nyeri atau *pain relief* yang meliputi pemberian terapi analgesik dan terapi nonfarmakologi berupa intervensi perilaku kognitif seperti teknik relaksasi, terapi musik, imaginary dan biofeedback (Smeltzer et al, 2008). Intervensi perilaku kognitif dalam mengontrol nyeri dimaksudkan untuk melengkapi atau mendukung pemberian terapi analgesik agar pengendalian nyeri menjadi efektif (Smeltzer et al., 2008). Manajemen nyeri ini menggunakan pendekatan multidisiplin yang di dalamnya termasuk pendekatan farmakologikal (termasuk pain modifiers), non farmakologikal dan psikologikal. Sedangkan manajemen nyeri non farmakologikal merupakan cara untuk mengatasi atau menghilangkan nyeri dengan menggunakan pendekatan non farmakologi. Cara-cara tersebut antara lain relaksasi, distraksi, massage, guided imaginary dan lain sebagainya.

Teknik relaksasi merupakan intervensi keperawatan secara mandiri untuk menurunkan intensitas nyeri, Teknik relaksasi memberikan individu kontrol diri ketika terjadi rasa nyeri serta dapat digunakan pada saat seseorang sehat ataupun sakit. (Perry & Potter, 2005). Teknik relaksasi nafas dalam dapat menurunkan ketegangan fisiologis dan teknik ini dapat dilakukan dengan berbaring, teknik ini dapat dilakukan dengan baik apabila pikiran pasien tenang, posisi kenyamanan pasien dan keadaan lingkungan yang mendukung. Dengan cara menarik nafas pelan seiring dengan respirasi udara pada paru (Asmadi, 2008). Pengaruh teknik relaksasi terhadap rasa nyeri, penurunan nyeri dalam pemberian teknik relaksasi berkurang (Fahriani, 2012).

Ada banyak bukti yang menunjukkan bahwa relaksasi efektif dalam meredakan nyeri (Smeltzer, 2008). Relaksasi secara umum sebagai metode yang paling efektif terutama pada pasien yang mengalami nyeri (National Safety Council, 2003). Jurnal penelitian yang dilakukan Nurhayati, (2011) menyatakan bahwa ada perbedaan antara pre dan post perlakuan teknik distraksi relaksasi terhadap penurunan intensitas nyeri post operasi laparatomi di RS PKU Muhammadiyah Gombong. Dengan distraksi relaksasi dapat menurunkan intensitas nyeri pada pasien post operasi laparatomi. Selain itu hasil penelitian serupa yang dilakukan Rampengan, (2014) menunjukkan bahwa teknik relaksasi dan teknik distraksi terbukti efektif dalam menurunkan intensitas nyeri pada pasien post di Irina A Atas RSUP Prof. Dr. R. D. Kandou Manado (nilai $p=0,001 < \alpha 0,05$). Didukung penelitian Syamsiah, (2015) menunjukkan terdapat pengaruh tehnik relaksasi autogenik yang signifikan terhadap nyeri akut pada pasien dengan abdominal pain di IGD RSUD Karawang. Hasil analisa diperoleh ($P_v=0,000 < \alpha (0,005)$).

Studi pendahuluan telah dilakukan oleh penulis di RS PKU Muhammadiyah Sruweng pada bulan Juli 2018 didapatkan data bahwa abdominal pain merupakan kasus 10 besar penyakit tertinggi. Selain itu penulis juga melakukan wawancara terhadap 10 responden dengan diagnosa Abdominal Pain, 4 pasien mengatakan telah dilatih untuk melakukan teknik distraksi latihan nafas dalam oleh perawat dan terdapat penurunan skala nyeri

yang signifikan, dimana hasil sebelum dilakukan latihan nafas dalam, skala nyeri beragam antara 7 sampai dengan 10 menjadi skala 4-6. Kemudian 6 responden yang lainnya mengatakan belum diberikan terapi tehnik relaksasi tetapi sudah diberikan obat penurun nyeri (analgesik).

Jenis-jenis teknik relaksasi telah banyak diterapkan dalam tatanan pelayanan keperawatan. Namun, penggunaan teknik relaksasi ini terkadang masih belum optimal. Teknik relaksasi yang paling sering digunakan yaitu bernafas dalam dan teknik distraksi. Akan tetapi belum ada prosedur tertulis mengenai teknik relaksasi untuk mengurangi rasa nyeri pada Abdominal Pain yang diterapkan menjadi standar pelayanan keperawatan yang didukung penggunaan alat audio-visual yang secara khusus disiapkan untuk mempermudah pasien memahami dan melakukan prosedur tehnik relaksasi dengan benar dan tepat, maka berdasarkan latar belakang tersebut penulis tertarik untuk melakukan penelitian yang terkait “Pengaruh Teknik Distraksi Relaksasi Terhadap Penurunan Tingkat Nyeri Pada Pasien Abdominal Pain di RS PKU Muhammadiyah Sruweng.

B. Tujuan

1. Tujuan Umum

Menjelaskan pengaruh teknik distraksi relaksasi terhadap penurunan tingkat nyeri pada pasien abdominal pain di RS PKU Muhammadiyah Sruweng.

2. Tujuan Khusus

- a. Mampu mengidentifikasi pengkajian tingkat nyeri pada pasien abdominal pain di RS PKU Muhammadiyah Sruweng.
- b. Memaparkan hasil analisa data pada pasien abdominal pain di RS PKU Muhammadiyah Sruweng.
- c. Memaparkan hasil intervensi keperawatan pada pasien abdominal pain di RS PKU Muhammadiyah Sruweng.
- d. Memaparkan hasil implementasi keperawatan pada pasien abdominal pain di RS PKU Muhammadiyah Sruweng.

- e. Memaparkan hasil evaluasi pada pasien abdominal pain di RS PKU Muhammadiyah Sruweng.
- f. Memaparkan hasil inovasi kegiatan teknik distraksi relaksasi terhadap penurunan tingkat nyeri pada pasien abdominal pain di RS PKU Muhammadiyah Sruweng.

C. Manfaat Penelitian

1. Manfaat Keilmuan

Menambah keluasan ilmu dan ilmu teknologi terapan dibidang keperawatan dalam merapkan distraksi relaksasi nafas dalam terhadap penurunan tingkat nyeri pada pasien abdominal pain.

2. Manfaat Aplikatif

Memberikan inovasi latihan distraksi relaksasi latihan nafas dalam untuk mengatasi masalah nyeri pada pasien abdominal pain.

3. Manfaat Metodologis

Memberikan gambaran bagaimana cara mengatasi masalah nyeri dengan menggunakan manajemen nyeri nonfarmakologi distraksi relaksasi latihan nafas.

DAFTAR PUSTAKA

- Andarmoyo. S. (2013). *Konsep dan Proses Keperawatan Nyeri*. Ar-Ruzz Media. Jogjakarta
- Arikunto, S. 2010. *Prosedur Penelitian Suatu Pendekatan Praktik*. Jakarta: Rineka Cipta.
- Asmadi. (2008). *Konsep dan Aplikasi Kebutuhan Dasar Klien*. Jakarta: PT Rineka Cipta.
- Black, Hawk. (2012) *Medical Surgical Nursing : Clinical Management for Positive Outcome*, 8 ed, St. Missouri: elsevier Saunders
- Dewi, dkk. (2009). *Pengaruh Teknik Relaksasi Nafas Dalam Terhadap Penurunan Persepsi Nyeri pada Lansia dengan Arthritis Reumatoid*. Skripsi. Universitas Brawijaya. Malang.
- Fahriani Rini Zees. (2012). Pengaruh Teknik Relaksasi terhadap Reson Adaptasi Nyeri pada Pasien APENDEKTOMI. *Jurnal Health & Sport*, Volume 5, Nomor 3, Agustus 2012, 640-645
- Grace, P.A. & Borley, N.R. (2007). *At a Glance Ilmu Bedah*. Edisi 3. Jakarta: EMS
- Jameson, Trevena & Swain. (2011). *Electronic Gaming as Pain Distraction*. Diakses dari: <http://www.ncbi.nlm.nih.gov/pmc/articles/PMC3052404/>. Pada tanggal 1 September 2018.
- Moore, L. Lavoie, A. Abdous, B. (2012). *Unification Of The Revised Trauma Score*. *J Trauma*, 61, 718-722.
- Mubarak, W.I. & Chayatin Nurul. (2007). *Buku Ajar Kebutuhan Dasar Manusia. Teori dan Aplikasi dalam Keperawatan*. Jakarta: EGC
- NANDA. (2012). *Nada International Diagnosa Keperawatan Definisi dan Klasifikasi*. Jakarta: EGC
- National Safety, Council, (2003). *Manajemen Nyeri*. Jakarta : Buku Kedokteran EGC.
- Nursalam. (2008). *Konsep dan Penerapan Metodologi Penelitian Ilmu Keperawatan*. Edisi 2. Jakarta: Salemba Medika.
- Nurhayati, (2011). *Pengaruh Teknik Distraksi Relaksasi Terhadap Penurunan Intensitas Nyeri Pada Pasien Post Operasi Laparatomi Di Pku*

Muhammadiyah Gombong. *Jurnal*. STIKES Muhammadiyah Gombong
<http://digilib.stikesmuhgombong.ac.id/files/disk1/27/jtstikesmuhgogdl-endahestri-1325-2-hal.35--2.pdf>

Pierce A. Grace & Neil R. Borley, (2007). *At a Glance Ilmu Bedah*. Edisi 3. Jakarta: EMS

Potter & Perry. (2005). *Fundamental Keperawatan dan Konsep, proses dan Powell CV, Kelly AM, Williams A. Determining the minimum clinically significant difference in visual analog pain score for children*. Ann Emerg Med.

Potter & Perry. (2006). *Buku Ajar Fundamental Keperawatan : Konsep, Proses dan Praktek Volume 2, Edisi 4*. Jakarta: EGC

Potter, Perry. (2010). *Fundamental Of Nursing: Consep, Proses and Practice*. Edisi 7. Jakarta: EGC

Rampengan, S. F. Y. (2014). *Pengaruh Teknik Relaksasi Dan Teknik Distraksi Terhadap Perubahan Intensitas Nyeri Pada Pasien Post Operasi Di Ruang Irina A Atas RSUP Prof. Dr. R. D. Kandou manado. Program Studi Ilmu Keperawatan Fakultas Kedokteran Universitas Sam Ratulangi*

Robbins, *et al.* (2011). *Abdominal Pain and Emergency Department Evaluation*. Emerg MedClin North Am 19:123-136.

Rochmawati, D. H. (2015). *Teknik Relaksasi Otot Progresif untuk Menurunkan Kecemasan*. Universitas Muhammadiyah Yogyakarta

Sjamsuhidajat, Wim de jong. (2010). *Buku Ajar Ilmu Bedah*. Jakarta: EGC.

Saputra, L. (2013). *Pengantar Kebutuhan Dasar Manusia*. Jakarta: Binarupa Aksara

Smeltzer & Bare. (2002). *Keperawatan Medikal Bedah*. Jakarta: Penerbit Buku Kedokteran EGC

Smeltzer, *et al.* (2008). *Buku Ajar Keperwata Medikal Bedah*. Jakarta : Buku Kedokteran EGC

Solehati, dkk . (2015). *Konsep dan Aplikasi Relaksasi dalam Keperawatan Maternitas* . Bandung: PT Refika Aditama

Sudoyo, Aru W, dkk. (2009). *Buku Ajar Ilmu Penyakit Dalam Jilid I Edisi V*. Jakarta : Balai Penerbit FKUI.

- Sugiyono. (2007). *Statistika untuk penelitian*. Bandung: Alfabeta.
- Syamsiah, N. (2015). Pengaruh Terapi Relaksasi Autogenik Terhadap Tingkat Nyeri Akut Pada Pasien Abdominal Pain di IGD RSUD Karawang. *Jurnal Ilmu Keperawatan. Volume III, No. 1, April 2015*
- Stania F.Y R. (2011). *Jurnal Ilmiah Kesehatan Keperawatan, Volume 7, No. 1, Februari*. Jurusan Keperawatan STIKes Muhammadiyah Gombong
- Tanto, C. (2014). *Kapita Selekta Kedokteran: edisi 4 jilid 1*. Jakarta: media aesculapius.
- Widiastuti, Lilik Tri. (2015). *Pengaruh Hidroterapi Rendam Kaki Air Hangat Terhadap Penurunan Nyeri Pasien Post Operasi Di Rumah Sakit Islam Sultan Agung Semarang*. thesis. Fakultas Ilmu Keperawatan UNISSULA.
- Wirya, Irwan (2013). Pengaruh Pemberian Masase Punggung Dan Teknik Relaksasi Nafas Dalam Terhadap Penurunan Intensitas Nyeri Pada Pasien Post Appendiktomi Di Zaal C RS HKBP BALIGE Tahun 2011. *Jurnal Keperawatan HKBP Balige, Vol.1 No.1, Juni 2013*. ISSN 2338-3690
- Young & Koopsen. (2007). *Spiritual, Kesehatan dan Penyembuhan*. Bina Perintis Medan. Universitas Sumatera Utara
- Zakiah, Ana. 2015. *Nyeri: Konsep dan Penatalaksanaan dalam Praktik Keperawatan Berbasis Bukti*. Jakarta: Salemba Medika.



MEMBIMBING RELAKSASI DISTRAKSI

No Dokumen
IK-UPT-KES-BSN/00/003/039

Nomer Revisi

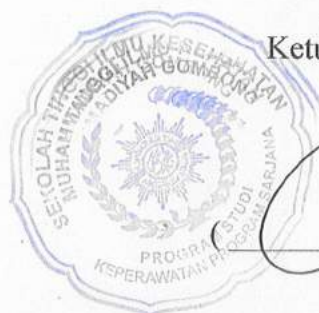
Halaman

PENGERTIAN	Memberikan rasa nyaman kepada pasien yang mengalami nyeri dengan membimbing pasien untuk melakukan teknik relaksasi distraksi	
TUJUAN	1. Mengurangi atau menghilangkan nyeri 2. Menurunkan ketegangan otot 3. Menimbulkan perasaan aman dan damai	
KEBIJAKAN	1. Pasien dengan nyeri kronis 2. Pasien ansietas	
PETUGAS	Perawat	
PERALATAN		
PROSEDUR PELAKSANAAN	A Tahap Pra Interaksi 1. Melihat data nyeri yang lalu. 2. Melihat intervensi keperawatan yang telah diberikan oleh perawat. 3. Mengkaji program terapi yang diberikan oleh dokter. B Tahap Orientasi 1. Memberikan salam dan memperkenalkan diri. 2. Menanyakan nama pasien dan tempat tanggal lahir (melihat gelang pasien). 3. Menanyakan cara yang biasa digunakan agar rileks dan tempat yang disukai. 4. Menjelaskan tujuan dan prosedur. 5. Menanyakan persetujuan dan kesiapan klien. C Tahap Kerja 1. Mencuci tangan. 2. Membaca tasmiyah. 3. Mengatur posisi yang nyaman menurut pasien sesuai dengan kondisi pasien (duduk/baring). 4. Mengatur lingkungan yang tenang dan nyaman. 5. Meminta pasien untuk memejamkan mata. 6. Meminta pasien untuk memfokuskan pikiran pasien pada kedua kakinya untuk rileks, kendorkan seluruh otot-otot kakinya, perintahkan pasien untuk merasakan relaksasi kedua kaki pasien. 7. Meminta pasien untuk memindahkan pikirannya kepada kedua tangan pasien, kendorkan otot-otot kedua tangannya, meminta pasien untuk merasakan relaksasi keduanya. Memindahkan fokus pikiran pasien pada bagian tubuhnya, memerintahkan pasien untuk merilekskan otot-otot tubuh pasien mulai dari otot pinggang sampai otot bahu, meminta pasien untuk merasakan relaksasi otot-otot tubuh pasien. 8. Meminta pasien untuk memfokuskan pikiran pada masuknya udara lewat jalan nafas. 9. Membawa alam fikiran pasien menuju ke tempat yang menyenangkan pasien. 10. Meminta pasien untuk senyum agar otot-otot muka menjadi rileks. 11. Mencuci tangan. D Tahap Terminasi Melakukan evaluasi tindakan. 1. Membaca tahmid dan berpamitan dengan klien. 2. Membereskan alat-alat. 3. Mencuci tangan. 4. Mencatat kegiatan dalam lembar catatan keperawatan	
TERKAIT	1. D3 Keperawatan 2. S1 Keperawatan 3. D3 Kebidanan	

KEGIATAN BIMBINGAN

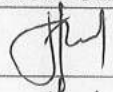
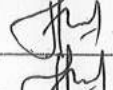
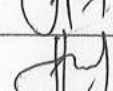
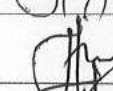
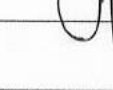
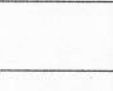
[illegible]

Mengetahui,
Ketua Program Studi,



[Handwritten signature]

KEGIATAN BIMBINGAN

Tanggal Bimbingan	Topik/Materi Bimbingan	Paraf Pembimbing
1	Revisi uji proposal	
	revisi uji proposal	
	Bab IV	
19/2-19	Bab IV revisi	
4/3-19	BAB IV	
5/3-19	Revisi BAB IV	
6/3-19	BAB V	
8/3-19	Acc skripsi	

Mengetahui,

Ketua Program Studi,





LEMBAR REVISI

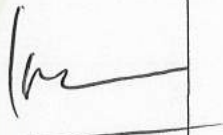
MAHASISWA
NIM
JUDUL

: Eni K.
: A31801128

+ Pengaruh Teknik Distorsi Relaksasi Terhadap
Perubahan Tingkat Nyeri pada Pasien Abdominal
Prati di RS PKU Muhammadiyah Surabaya

PENGUJI

: 1. Andri
2.
3.

BAB	HAL	SARAN	PARAF
iii		Penulisan tabel sesuaikan dg pedoman	
iv		Hasil lab dinarasikan Implementasi : Jelaskan tindakan per hari, dan bagaimana proses pemberian distorsi Evaluasi : Bandingkan skala nyeri pre dan post. Lengkapi pembahasan dg jurnal / teor. tambahkan keterbatasan studi kasus ini	