

SKRIPSI

PENGARUH TEKNIK RELAKSASI PROGRESIF TERHADAP INTENSITAS NYERI PADA PASIEN PASCA OPERASI DI RS. Dr. R. SOETIJONO BLORA

Disusun untuk memenuhi salah satu syarat
guna memperoleh gelar
Sarjana Keperawatan



Disusun oleh :

**ENI SUCIATI
NIM.2010122316**

**PROGRAM STUDI ILMU KEPERAWATAN
FAKULTAS ILMU KEPERAWATAN
UNIVERSITAS SAHID SURAKARTA
2013**

LEMBAR PENGESAHAN

SKRIPSI

PENGARUH TEKNIK RELAKSASI PROGRESIF TERHADAP INTENSITAS NYERI PADA PASIEN PASCA OPERASI DI RS. Dr. R.SOETIJONO BLORA

Telah diujikan dihadapan Tim penguji Skripsi
Program Studi Ilmu Keperawatan Universitas Sahid Surakarta
Pada tanggal : 3 Mei 2013

ENI SUCIATI
NIM.2010122316

Penguji I



Mardini, S.Kep.Ns,M.Kes

Penguji II



Teguh Wahyudi, MN.

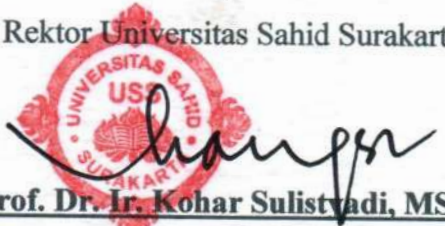
Penguji III



Wahyu Bintoro, S.Kep.M.Kes

Mengetahui

Rektor Universitas Sahid Surakarta


Prof. Dr. Ir. Kohar Sulistyadi, MSIE



MOTTO

- Hati akan mati tanpa Iman, Jiwa akan sepi tanpa Teman, Hari ini adalah Kenyataan, Kemarin adalah Kenangan dan Esok adalah Harapan
- Sesuatu mungkin mendatangi mereka yang mau menunggu namun hanya didapatkan oleh mereka yang bersemangat mengejarnya.
(Abraham lincoln)
- Sukses bukanlah akhir dari segalanya, kegagalan bukanlah sesuatu yang fatal namun keberanian untuk meneruskan kehidupanlah yang perlu diperhatikan
(Sir wilson churchill)

PRAKATA

Syukur Alhamdulillah penulis panjatkan kehadiran Allah SWT, atas berkat, rahmat dan hidayahNya, sehingga penulis dapat menyelesaikan skripsi dengan judul “ **Pengaruh Teknik Relaksasi Progresif Terhadap Intensitas Nyeri Pada Pasien Pasca Operasi Di RS. Dr. R. Soetijono Blora**”. Skripsi ini disusun sebagai persyaratan mencapai gelar sarjana keperawatan pada program studi Ilmu Keperawatan Universitas Sahid Surakarta.

Dalam penyusunan skripsi ini penulis telah banyak mendapat bantuan dari berbagai pihak, untuk itu pada kesempatan ini penulis mengucapkan banyak terimakasih kepada :

1. Prof. Dr. Ir. Kohar Sulistyadi, MSIE, selaku Rektor Universitas Sahid Surakarta yang telah memberikan kesempatan dan fasilitas untuk mengikuti dan menyelesaikan pendidikan program studi S1 Ilmu Keperawatan.
2. Dr. dr. H. Hari Wujoso, SPF, MM, selaku Purek I Universitas Sahid Surakarta
3. H. Hartanto, SH. M.Hum, selaku Purek II Universitas Sahid Surakarta
4. dr. H. Sumarsono, Mkes, selaku Ketua Program Studi Ilmu Keperawatan Universitas Sahid Surakarta yang memberikan pengarahan dan motivasi untuk menyelesaikan skripsi.
5. Mardini, SKep.Ns.MKes selaku Ketua tim penguji I yang telah banyak memberikan bimbingan, pengarahan selama penyusunan skripsi.

6. Teguh Wahyudi, MN, selaku Sekretaris tim penguji yang telah banyak memberikan bimbingan, pengarahan selama penyusunan skripsi.
7. Wahyu Bintoro, S.Kp.M.Kes selaku penguji skripsi yang telah memberikan pengarahan dan masukan ilmu dalam penyempurnaan skripsi.
8. dr. Nugroho Adiwarmo, SpOG, selaku Direktur RS Dr. R Soetijono Blora yang telah memberikan izin penelitian.
9. Kepala Ruang dan staf yang telah membantu dalam pengumpulan data penelitian.
10. Suami dan anak-anakku tercinta yang telah memberikan motivasi dan doanya sehingga skripsi ini dapat terselesaikan. 'Love u all forever'.
11. Teman-teman seperjuangan 'B27' program studi S1 Keperawatan Universitas Sahid Surakarta.
12. Untuk semua pihak yang tidak bisa disebutkan satu persatu terimakasih banyak atas doa, bantuan dan dukungannya.

Penulis menyadari bahwa skripsi ini jauh dari sempurna oleh karena itu penulis dengan terbuka menerima saran dan kritik yang membangun demi kesempurnaan skripsi ini. Semoga penelitian ini berguna bagi kita semua.

Blora, Mei 2013

Penulis

DAFTAR ISI

HALAMAN JUDUL.....	i
LEMBAR PENGESAHAN.....	ii
MOTTO.....	iii
PRAKATA.....	iv
DAFTAR ISI.....	vi
DAFTAR GAMBAR.....	x
DAFTAR TABEL.....	xi
DAFTAR LAMPIRAN.....	xii
INTISARI.....	xiii
ABSTRACT.....	xiv
BAB I. PENDAHULUAN	
A. Latar Belakang Masalah.....	1
B. Rumusan Masalah.....	4
C. Tujuan Penelitian.....	5
D. Manfaat Penelitian.....	5
E. Keaslian Penelitian.....	7
BAB II. TINJAUAN PUSTAKA	
A. Landasan Teori.....	9
1. Nyeri.....	9
a. Pengertian nyeri.....	9
b. Fisiologi nyeri.....	10

c. Proses perjalanan nyeri.....	10
d. Reseptor nyeri dan stimulusnya.....	11
e. Teori pengontrolan nyeri.....	13
f. Klasifikasi nyeri.....	14
g. Efek nyeri.....	17
h. Karakteristik nyeri.....	18
i. Faktor-faktor yang mempengaruhi nyeri.....	19
j. Pengukuran nyeri.....	21
k. Penatalaksanaan nyeri.....	22
2. Relaksasi.....	25
a. Pengertian.....	25
b. Prinsip-prinsip relaksasi.....	25
c. Manfaat relaksasi.....	26
d. Jenis-jenis relaksasi.....	26
e. Langkah-langkah relaksasi progresif.....	28
f. Gambar relaksasi progresif.....	31
3. Pembedahan.....	34
a. Pengertian.....	34
b. Respon pasien pasca operasi.....	35
B. Kerangka teori	37
C. Kerangka konsep.....	38
D. Hipotesis	38

BAB III. METODOLOGI PENELITIAN

A. Desain Penelitian	39
B. Tempat dan waktu penelitian.....	39
C. Populasi dan Sampel Penelitian	40
D. Variabel Penelitian.....	41
E. Definisi Operasional	42
F. Instrumen Penelitian	43
G. Teknik Pengumpulan data.....	43
H. Analisa data.....	44
I. Etika penelitian.....	45
J. Jalannya Penelitian.....	46

BAB IV. HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN

A. Gambaran umum lokasi penelitian.....	48
B. Hasil Penelitian.....	50
1. Karakteristik responden.....	50
2. Analisa Univariat.....	53
3. Analisa Bivariat.....	56
C. Pembahasan.....	57
1. Karakteristik responden.....	57
2. Perbedaan Nyeri sebelum dan sesudah pemberian teknik relaksasi Progresif.....	59
3. Pengaruh teknik relaksasi progresif.....	60
D. Keterbatasan Penelitian.....	62

BAB V. PENUTUP

A. Simpulan.....	63
B. Saran.....	63

DAFTAR PUSTAKA

LAMPIRAN



DAFTAR GAMBAR

Gambar 1 Skala nyeri numerikal.....	20
Gambar 2 Verbal deskriptor skala.....	20
Gambar 3 Wong Baker skala.....	21
Gambar 4 – 17 Gerakan relaksasi progresif.....	27-33
Gambar 18 Kerangka Teori	37
Gambar 19 Kerangka Konsep.....	38
Gambar 20 Desain penelitian.....	39
Gambar 21 Perubahan skala nyeri pre dan post.....	55



DAFTAR TABEL

Tabel 1 Definisi operasional.....	42
Tabel 2 Distribusi frekuensi berdasarkan umur.....	50
Tabel 3 Distribusi frekuensi berdasarkan jenis kelamin.....	51
Tabel 4 Distribusi frekuensi berdasarkan pendidikan.....	51
Tabel 5 Distribusi frekuensi berdasarkan pekerjaan.....	52
Tabel 6 Distribusi frekuensi berdasarkan jenis pembedahan.....	52
Tabel 7 Distribusi frekuensi berdasarkan nyeri sebelum dan sesudah pemberian Relaksasi progresif.....	53
Tabel 8 Skala nyeri sebelum dan sesudah pemberian teknik relaksasi progresif...	53
Tabel 9 Selisih skala nyeri.....	54

DAFTAR LAMPIRAN

- Lampiran 1. Permohonan menjadi responden
- Lampiran 2. Lembar persetujuan menjadi responden
- Lampiran 3. Lembar observasi dan rekapitulasi skala nyeri
- Lampiran 4. Lembar observasi dan rekapitulasi relaksasi progresif
- Lampiran 5. Jadwal Penelitian
- Lampiran 6. Surat Permohonan Ijin dari Rektorat Universitas Sahid Surakarta
- Lampiran 7. Ijin Penelitian dari RS. Dr. R. Soetijono Blora
- Lampiran 8. Surat Keterangan melakukan penelitian dari RS. Dr.R. Soetijono Blora
- Lampiran 9. Tabulasi data berdasarkan karakteristik responden
- Lampiran 10. Tabulasi data relaksasi progresif
- Lampiran 11. Olah data SPSS

INTISARI

PENGARUH TEHNIK RELAKSASI PROGRESIF TERHADAP INTENSITAS NYERI PADA PASIEN PASCA OPERASI DI RS. Dr. R SOETIJONO BLORA

Eni Suciati¹, Teguh Wahyudi², Mardini³

Latar Belakang : Pembedahan merupakan suatu kekerasan dan trauma bagi penderita. Keluhan dan gejala yang sering dikemukakan adalah nyeri, demam, takikardi, batuk, dan atau sesak nafas, kolaps dan memburuknya keadaan umum, mual dan atau muntah serta gangguan penyembuhan luka operasi. Ketidaknyamanan atau nyeri bagaimanapun keadaannya harus diatasi karena kenyamanan merupakan kebutuhan dasar manusia, sebagaimana dalam hierarki Maslow

Tujuan : Mengetahui pengaruh tehnik relaksasi progresif terhadap intensitas nyeri pada pasien pasca operasi di RS Dr. R Soetijono Blora.

Metode : Penelitian ini merupakan *Pre Eksperimental Design* dengan bentuk rancangan *One Group Pretest-Posttest*. Sampel penelitian sebanyak 30 orang pasien post operasi dengan general anestesi (BPH, SC, Appendiksitis, Hernia inguinalis, Haemorroid) di RS Dr. R Soetijono Blora. Data diuji dengan uji *Paired t-Test* pada taraf kemaknaan 0,05.

Hasil : Sebelum pemberian tehnik relaksasi progresif responden sebagian besar mengalami nyeri ringan yaitu sebanyak 60%, sedangkan yang mengalami nyeri sedang sebanyak 40%. Setelah dilakukan tindakan tehnik relaksasi progresif terjadi perubahan nyeri pada responden yaitu 76,7% untuk nyeri ringan dan 23,3% untuk nyeri sedang. Berdasarkan analisa statistik menunjukkan bahwa “ada pengaruh tehnik relaksasi progresif terhadap intensitas nyeri pada pasien pasca operasi di RS Dr R Soetijono Blora” dengan $t_{hitung} = 7,883$, $t_{tabel} 1,70$ dan signifikansi 0,000.

Simpulan : Ada pengaruh tehnik relaksasi progresif terhadap intensitas nyeri pada pasien pasca operasi di RS Dr R Soetijono Blora dengan penurunan mean sebesar 1 skala.

Kata Kunci : Relaksasi Progresif, Nyeri pada pasien pasca operasi

¹Mahasiswa Program Studi Ilmu Keperawatan Universitas Sahid Surakarta

²Program Studi Ilmu Keperawatan Universitas Sahid Surakarta

³Program Studi Ilmu Keperawatan Universitas Sahid Surakarta

ABSTRACT

THE INFLUENCE OF PROGRESSIVE MUSCLE RELAXATION TECHNIQUE PRESENT TO INTENSITY OF PAIN AFTER THE OPERATION IN RS. Dr. R. SOETIJONO BLORA

Eni Suciati¹, Teguh Wahyudi², Mardini³

Background : Surgery represent a trauma and hardness to patient. Sign and symptoms wich is often told is pain, fever, tacikardia, cough and asphyxia, colaps and decrease oof generality conditions, sick or vomit and also trouble healing of operation hurt. Discomfort of pain in any circumstances be overcome because comfort is a basic human need as the Maslow hierarchy.

Purpose: To know influence of progressive muscle relaxation technique present to intensity of pain after the operation in RS Dr R Soetijono Blora.

Method : This research is pre experimental design with one group pre test post test. Research sample is 30 patiens operation with general anaesthesia (SC, BPH, Appendicitis, Hernia, Haemoroid) in RS. Dr. R. Soetijono Blora. Data Analysis by using statistic test of *paired t-Test* at level significant 0,05.

Result : Before giving progressive muscle relaxation technique, respondents most experiencing of light pain is 60%, while medium of pain is 40%. After conducted action by giving progressive musle relaxation technique, happened degradation feel pain at respondent that is becoming 76,7% for light pain and 23,3% for medium pain. Based on statistic analysis shows that there is an influence of progressive muscle relaxation technique present to intensity of pain after the operation in RS. Dr. R. Soetijono Blora with $t_{count} = 7,883$, $t_{table} = 1,70$ and level significant 0,000.

Conclusion : There is an influence of progressive muscle relaxation technique present to intensity of pain after the operation in RS. Dr. R. Soetijono Blora with decrease of mean 1 scale.

Keyword : Progressive muscle relaxation technique, Pain after the operation

¹ : Student of Nursing Study Program, Sahid Surakarta University

² : Nursing Study Program, Sahid Surakarta University

³ : Nursing Study Program, Sahid Surakarta University