

**Program Studi Sarjana Keperawatan dan Pendidikan Profesi Ners
Fakultas Ilmu Kesehatan
Universitas Muhammadiyah Pekajangan Pekalongan
Juli, 2024**

ABSTRAK

**Penerapan Teknik Relaksasi Autogenik Terhadap Penurunan Intensitas Nyeri
Pada Pasien Fraktur Tibia Di Ruang Flamboyan Di Rsud Kraton Kabupaten
Pekalongan**

Risqi Gunanto¹, Trina Kurniawati², Sutanti³

^{1,2}Universitas Muhammadiyah Pekajangan Pekalongan

³Rumah Sakit Umum Daerah Kraton Kabupaten Pekalongan

Latar Belakang: Pengobatan non farmakologi yang dapat dilakukan untuk mengatasi nyeri pada pasien fraktur tibia adalah melakukan terapi teknik relaksasi autogenik dampak fisiologi pada tubuh dimana pada tubuh melalui relaksasi autogenik seseorang tidak bergantung kepada terapisnya tetapi melalui tehnik sugesti diri. seseorang dapat melakukan sendiri perubahan dalam dirinya sendiri, juga dapat mengatur pemunculan emosinya. Efek yang dirasakan selama relaksasi autogenik seperti sensasi tenang, ringan dan hangat yang menyebar ke seluruh tubuh. Hal ini karena pembuluh darah melebar sehingga darah mengalir secara teratur dan membuat tekanan darah menjadi menurun.

Tujuan: Tujuan penelitian ini adalah untuk mengetahui penerapan intervensi teknik relaksasi autogenik terhadap penurunan intensitas nyeri pada pasien fraktur tibia

Metode: Studi kasus dengan mengelola satu pasien dengan kasus fraktur tibia yang diberikan asuhan keperawatan. Didapatkan data pengkajian, pasien mengeluh nyeri pada kaki kanan bawah. Intervensi yang dilakukan kepada pasien yaitu dengan memberikan terapi teknik relaksasi autogenik berupa pre test dan post test. Proses implementasi diawali dengan pengkajian nyeri sebelum diberikan tindakan (pre test) kemudian dilakukan tindakan relaksasi autogenik setelah itu dilakukan pengkajian nyeri sesudah dilakukan tindakan (post test). Teknik relaksasi autogenik diberikan selama tiga hari setiap pagi hari satu kali selama 10-15 menit.

Hasil: Setelah dilakukan asuhan keperawatan berupa penerapan teknik relaksasi autogenik terhadap penurunan intensitas nyeri dapat disimpulkan bahwa terdapat penurunan skala nyeri dari hari pertama dengan hasil skala 4. Kemudian pada hari kedua terdapat penurunan skala nyeri menjadi 4 lalu pada hari ketiga terdapat penurunan skala nyeri menjadi skala 2.

Simpulan: Berdasarkan hasil penelitian pemberian teknik relaksasi autogenik dapat dilakukan sebagai penerapan intervensi asuhan keperawatan pada pasien fraktur tibia terhadap penurunan intensitas nyeri. Hal ini terbukti dapat menurunkan intensitas nyeri. Kata kunci: “Nyeri”, “Fraktur Tibia”, “Relaksasi Autogenik”.

