



LEMBAR PENGESAHAN
Nomor: 241/LP-LPBK/VII/2025

Judul : Penerapan Terapi Autogenik Terhadap Kecemasan
Dan Nyeri Pasien di Ruang ICU RSUD Kraton

Nama : Noer Siti Khazanah

Menerangkan bahwa abstrak ini telah diterjemahkan ke dalam Bahasa Inggris oleh Lembaga Pengembangan Bahasa dan Kerja Sama (LPBK), Universitas Muhammadiyah Pekalongan Pekalongan.

Pekalongan, 21 Juli 2025

Disahkan oleh,
Kepala Lembaga Pengembangan Bahasa dan Kerja Sama (LPBK)



Aida Rusmariana, S.Kep., Ns., MAN 

**Program Studi Diploma Tiga Keperawatan
Fakultas Ilmu Kesehatan
Universitas Muhammadiyah Pekajangan Pekalongan**

ABSTRAK

Noer Siti Khazanah¹, Tri Sakti Wirotomo²

Penerapan Terapi Autogenik Terhadap Kecemasan Dan Nyeri Pasien di Ruang ICU RSUD Kraton

Kecemasan dan nyeri merupakan masalah Kesehatan yang sering dialami oleh pasien di ruang ICU. Kecemasan muncul karena beberapa faktor antara lain kondisi fisik pasien, lingkungan ICU, psikologis dan traumatik. Kecemasan dan nyeri dapat berpengaruh pada kondisi penyakit, psikologis pasien, proses penyembuhan pasien. Salah satu intervensi untuk mengatasi kecemasan dan nyeri adalah terapi autogenik dengan bentuk terapi relaksasi yang menggunakan kalimat sugestif untuk menciptakan kondisi rileks dan damai secara mandiri. Terapi ini dapat membantu menurunkan tingkat kecemasan dan nyeri melalui pengendalian fungsi fisiologis tubuh, seperti pernapasan, denyut jantung, serta sirkulasi darah. Studi kasus ini bertujuan untuk menggambarkan penerapan terapi autogenik dalam menurunkan kecemasan dan nyeri pada pasien di ruang ICU. Metode yang digunakan adalah studi kasus terhadap satu pasien yang mengalami kecemasan dan nyeri pasca operasi. Hasil pengkajian awal menunjukkan tingkat kecemasan sedang dan nyeri sedang. Setelah dilakukan intervensi berupa terapi autogenik selama tiga hari berturut-turut, masing-masing selama 20 menit, terjadi penurunan kecemasan menjadi ringan dan nyeri menjadi ringan. Evaluasi dilakukan menggunakan instrumen HRS-A untuk kecemasan dan NRS untuk nyeri. Kesimpulan dari studi kasus ini menunjukkan bahwa terapi autogenik dapat menurunkan tingkat kecemasan dan nyeri pada pasien di ruang ICU. Hasil studi kasus ini diharapkan dapat dijadikan sebagai alternatif intervensi non-farmakologis dalam praktik keperawatan pada pasien yang mengalami kecemasan dan nyeri di ruang ICU. Saran dari penulis diharapkan perawat dapat menerapkan terapi autogenik untuk mengurangi kecemasan dan nyeri yang dialami pasien di ruang ICU.

Kata Kunci: *Kecemasan, nyeri, terapi autogenik, ICU*

**Vocational Program in Nursing
Faculty of Health and Sciences
University of Muhammadiyah Pekajangan Pekalongan**

ABSTRACT

Noer Siti Khazanah¹, Tri Sakti Wirotomo²

The Implementation of Autogenic Therapy for Patient Anxiety and Pain in the ICU Room of Kraton Hospital

Anxiety and pain are health problems that patients in the ICU room often experience. Anxiety arises due to several factors, including the patient's physical condition, ICU environment, and psychological and traumatic events. Anxiety and pain can affect the patient's condition, the patient's psychology, and the patient's healing process. One of the interventions to overcome anxiety and pain is autogenic therapy with a form of relaxation therapy that uses suggestive sentences to create a state of relaxation and peace independently. This therapy can help lower anxiety and pain levels through controlling the body's physiological functions, such as breathing, heart rate, and blood circulation. This case study aims to illustrate the implementation of autogenic therapy in reducing anxiety and pain in patients in the ICU room. The method used was a case study of one patient who experienced postoperative anxiety and pain. The results of the preliminary study showed moderate levels of anxiety and moderate pain. After the intervention in the form of autogenic therapy for three consecutive days, for 20 minutes each, there was a decrease in anxiety to mild and pain to mild. Evaluation was conducted using the HRS-A instrument for anxiety and NRS for pain. The conclusions of this case study suggest that autogenic therapy can lower anxiety and pain levels in patients in the ICU room. The results of this case study are expected to be used as an alternative to non-pharmacological interventions in nursing practice in patients who experience anxiety and pain in the ICU room. The author suggests that nurses can apply autogenic therapy to reduce the anxiety and pain experienced by patients in the ICU room.

Keywords: *Anxiety, pain, autogenic therapy, ICU*