

Health Polytechnic Ministry of Health Bandung
Bogor Nursing DIII Study Program

Putri Andayani
NIM.P17320320028

Application of Progressive Muscle Relaxation for Pain in Postoperative Patients
at the Regional General Hospital in Bogor City 2023

i-xvi + 45 pages, V CHAPTER, 20 Pictures, 4 Tables, 2 Diagrams, 1 Scheme,
Attachments

ABSTRACT

Surgery is a medical procedure performed to diagnose or treat disease, injury, or disability. The operation consists of three stages, namely pre-operation, intraoperative and postoperative. The postoperative stage is the phase that begins when the patient enters the recovery room until his condition improves. One of the nursing problems that will arise as a result of postoperative surgery is pain. Pain is an unpleasant sensory and emotional experience resulting from actual or potential tissue damage, described as sudden or slow damage, ranging from mild to severe, and lasting more than 3 months. Pharmacological and non-pharmacological therapy can be used to treat postoperative pain in postoperative patients. One of the appropriate non-pharmacological therapies to reduce pain levels in postoperative patients is progressive muscle relaxation therapy. Progressive muscle relaxation is a non-pharmacological way that can reduce pain, anxiety and produce feelings of pleasure that is carried out from head to toe. The aim is to determine the pain level of postoperative patients before and after being given progressive muscle relaxation therapy at the Bogor City General Hospital. This Scientific Writing uses a case study method with a descriptive type and the number of respondents is 3 respondents. The results of this scientific paper are that after applying progressive muscle relaxation 2 times in 2 consecutive days, 3 respondents (66,67%) experienced mild pain dan 1 respondent (33,33%) experienced moderate pain. The conclusion that can be drawn is that there is a decrease in the pain scale in postoperative patients after progressive muscle relaxation techniques can be used as a non-pharmacological technique to reduce pain in postoperative patients.

Keywords : Operation, Post Surgery, Pain, Progressive Muscle Relaxation

Bibliography : 36 Sources (2013-2022)

Kementerian Kesehatan Republik Indonesia

Politeknik Kesehatan Kementerian Kesehatan Bandung
Program Studi Keperawatan Bogor

Putri Andayani
NIM.P17320320028

Penerapan Relaksasi Otot Progresif Terhadap Nyeri Pada Pasien Post Operasi
Di Rumah Sakit Umum Daerah Kota Bogor 2023

i-xvi + 45 halaman, V BAB, 20 Gambar, 4 Tabel, 2 Diagram, 1 Skema, Lampiran

ABSTRAK

Operasi merupakan prosedur medis yang dilakukan untuk mendiagnosis atau mengobati penyakit, cedera, atau kecacatan. Operasi terdiri dari tiga tahap yaitu pre operasi, intra operasi, dan post operasi. Tahap post operasi merupakan fase yang dimulai saat pasien masuk ke ruang pemulihan sampai kondisinya membaik. Masalah keperawatan yang akan muncul akibat post operasi salah satunya yaitu nyeri. Nyeri merupakan pengalaman sensorik dan emosional yang tidak menyenangkan akibat kerusakan jaringan aktual atau potensial, digambarkan sebagai suatu kerusakan yang tiba-tiba atau lambat, mulai dari skala ringan hingga berat, dan berlangsung lebih dari 3 bulan. Untuk mengatasi nyeri pada pasien post operasi bisa diberikan terapi farmakologi dan non farmakologi. Salah satu terapi non farmakologi yang tepat untuk menurunkan tingkat nyeri pada pasien post operasi yaitu terapi relaksasi otot progresif. Relaksasi otot progresif adalah salah satu cara non farmakologis yang dapat menurunkan nyeri, cemas dan menghasilkan perasaan senang yang dilakukan mulai dari ujung kepala hingga kaki. Tujuannya yaitu untuk mengetahui tingkat nyeri pasien post operasi sebelum dan sesudah diberikan terapi relaksasi otot progresif di Rumah Sakit Umum Daerah Kota Bogor. Karya Tulis Ilmiah ini menggunakan metode studi kasus dengan jenis deskriptif dan jumlah responden sebanyak 3 responden. Hasil dari Karya Tulis Ilmiah ini yaitu setelah dilakukan penerapan relaksasi otot progresif selama 2 kali dalam 2 hari berturut-turut pada 3 responden sebanyak 2 responden (66,67%) mengalami nyeri ringan dan 1 responden (33,33%) mengalami nyeri sedang. Kesimpulan yang dapat diambil yaitu terdapat penurunan skala nyeri pada pasien post operasi setelah dilakukan teknik relaksasi otot progresif. Teknik relaksasi otot progresif dapat dijadikan sebagai salah satu teknik non farmakologis untuk mengurangi nyeri pada pasien post operasi.

Kata Kunci : Operasi, Post Operasi, Nyeri, Relaksasi Otot Progresif

Daftar Pustaka : 36 Sumber (2013-2022)