

KARYA TULIS ILMIAH

**PENERAPAN TERAPI RELAKSASI PROGRESIF JACOBSON
TERHADAP NYERI AKUT PADA PASIEN *POST OP SOFT*
TISSUE TUMOR DIRUANGAN IBNU RUSYID RUMAH
SAKIT MUHAMMADIYAH PALEMBANG
TAHUN 2024**



Oleh :

**ARIEF HIDAYAT NATULLAH
NIM : 211440101001**

**SEKOLAH TINGGI ILMU KESEHATAN 'AISYIYAH
PALEMBANG PROGRAM STUDI DIII KEPERAWATAN
TAHUN AKADEMIK 2023-2024**

KARYA TULIS ILMIAH

**PENERAPAN TERAPI RELAKSASI PROGRESIF JACOBSON
TERHADAP NYERI AKUT PADA PASIEN *POST OP SOFT
TISSUE* TUMOR DIRUANGAN IBNU RUSYID RUMAH
SAKIT MUHAMMADIYAH PALEMBANG
TAHUN 2024**

Diajukan Kepada STIKES 'Aisyiyah Palembang Untuk Memenuhi Salah Satu
Persyaratan Dalam Menyelesaikan Program Ahli Madya keperawatan



Oleh :

**ARIEF HIDAYAT NATULLAH
NIM : 211440101001**

**SEKOLAH TINGGI ILMU KESEHATAN 'AISYIYAH
PALEMBANG PROGRAM STUDI DIII KEPERAWATAN
TAHUN AKADEMIK 2023-2024**

LEMBAR PENGESAHAN
Karya Tulis Ilmiah (Studi Kasus)

**Penerapan Terapi Relaksasi Progresif Jacobson Terhadap Nyeri Akut Pada
Pasien *Pati Op Soft Tissue Tumor* Diruangan Ibnu Rusyid Rumah Sakit
Muhammadiyah Palembang Tahun 2024**

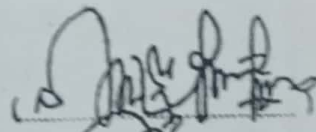
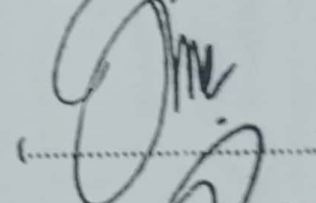
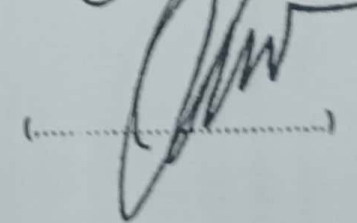
Disusun oleh :
Arief Hidayat Natullah
Nim : 211440101001

Telah di pertahankan di Depan Tim Penguji
Pada Tanggal : 30 Juli 2024

Ketua Penguji
Ns. Widya Arisandy, S.Kep., M.Kes
NIP.2003.10.002

Anggota Penguji I
Ns. Neng Annis Fathia M.Kep
NIP. 2017.11.070

Anggota Penguji II
Khoirin, SKM, M.Kes
NIP.2000. 12. 014


.....

.....

.....


Mangestahul,
Ketua STIKEN Muhammadiyah Palembang

Khoirin, SKM, M.Kes
NIP.2000. 12. 014

SEKOLAH TINGGI ILMU KESEHATAN 'AISYIYAH PALEMBANG
PROGRAM STUDI DIII KEPERAWATAN

Karya Tulis Ilmiah, 30 Juli 2024

Arief Hidayat Natullah

PENERAPAN TERAPI RELAKSASI PROGRESIF JACOBSON
TERHADAP NYERI AKUT PADA PASIEN POST OP *SOFT TISSUE
TUMOR* RUMAH SAKIT MUHAMMADIYAH PALEMBANG TAHUN
2024

xv + 74 Halaman + 21 Tabel + 7 Gambar

ABSTRAK

Latar Belakang: Pasien Post operasi *soft tissue tumor* akan mengalami nyeri akut pasca operasi Tindakan yang dapat dilakukan adalah menurunkan nyeri Post operasi yaitu farmakologi seperti obat penurun nyeri dan non farmakologi mengurangi nyeri post op yaitu salah satunya adalah Teknik Relaksasi *Progresif Jacobson* (JPRT). **Tujuan:** Penelitian ini bertujuan mengetahui Penerapan Terapi Relaksasi Terhadap Nyeri Akut Pada Pasien Post Op *Soft Tissue Tumor* Rumah Sakit Muhammadiyah Palembang Tahun 2024. **Metode:** Jenis penelitian adalah deskriptif analitik dalam bentuk studi kasus dengan pendekatan proses keperawatan untuk mengeksplorasi penerapan terapi relaksasi progresif jacobson dalam masalah pasien *Soft Tissue Tumor* dengan nyeri akut, subjek penelitian pasien post op *soft tissue tumor* yang berjumlah 2 orang, penelitian ini dilakukan di Rumah Sakit Muhammadiyah Palembang pada tanggal 28-31 Mei 2024. Analisa data dengan membandingkan teori dan data yang ditemukan. **Hasil:** Penelitian yang didapatkan penurunan skala nyeri pada kedua pasien mengalami penurunan signifikan setelah diberikan terapi relaksasi progresif jacobson pada pasien 1 dari skala 7 ke skala 3 dan pada pasien ke 2 dari skala 6 ke skala 1. **Kesimpulan:** Terdapat pengaruh penerapan terapi relaksasi progresif jacobson terhadap penurunan nyeri akut pada pasien post op *soft tissue tumor*. **Saran:** Penerapan terapi relaksasi progresif jacobson dapat digunakan sebagai implementasi keperawatan dengan masalah nyeri akut.

Kata Kunci : terapi relaksasi progresif jacobson, nyeri akut, post op
soft tissue tumor

Daftar Pustaka : 28 (2013 - 2023)

SEKOLAH TINGGI ILMU KESEHATAN 'AISYIYAH PALEMBANG
DIPLOMA OF NURSING PROGRAM

Scientific Paper, 30 July 2024

Arief Hidayat Natullah

APPLICATION OF JACOBSON'S PROGRESSIVE RELAXATION
THERAPY ON ACUTE PAIN IN PATIENTS WITH POST OP *SOFT
TISSUE TUMOR* MUHAMMADIYAH HOSPITAL PALEMBANG IN 2024
xv + 74 Pages + 21 Tables + 7 Figures

ABSTRACT

Background: Post-operative patients with *soft tissue tumors* will experience acute pain after surgery. Actions that can be taken to reduce post-operative pain include pharmacological methods such as pain relievers and non-pharmacological methods to alleviate post-operative pain, one of which is the *Jacobson Progressive Relaxation Technique (JPRT)*. **Objective:** This research aims to determine the application of relaxation therapy on acute pain in post-operative *soft tissue tumor* patients at Muhammadiyah Palembang Hospital in 2024. **Method:** The type of research is descriptive analytic with case study to explore the application of Jacobson's progressive relaxation therapy in patients with *soft tissue tumor* experiencing acute pain. The subjects of the study are two post-operative *soft tissue tumor* patients. This research was conducted at Muhammadiyah Palembang Hospital from, May 28 until 31, 2024. Data analyze by comparing the theory and the data founded. **Results:** The research showed a significant decrease in pain levels in both patients after receiving Jacobson's progressive relaxation therapy, with first Patient pain scale dropping from 7 to 3 and secoad Patient from 6 to 1. **Conclusion:** There is an effect of the application of *Jacobson's* progressive relaxation therapy on the reduction of acute pain in postoperative soft tissue tumor for patients. **Suggestion:** The application of *Jacobson's* progressive relaxation therapy can be used as a nursing implementation for acute pain issues.

Keywords: *Jacobson's* progressive relaxation therapy, acute pain, post-op *soft tissue tumor*.

Bibliography: 28 (2013 - 2023)

DAFTAR ISI

LEMBAR HALAMAN	i
LEMBARAN PENGESAHAN.....	ii
RIWAYAT HIDUP.....	iv
SURAT PERNYATAAN.....	v
HALAMAN PERNAYATAN PERSETUJUAN PUBLIKASI TUGAS AKHIR UNTUK KEPENTINGAN AKADEMI.....	vi
KATA PENGANTAR.....	vii
MOTO.....	ix
PERSEMBAHAN.....	ix
ABSTRAK.....	x
DAFTAR ISI.....	xii
DAFTAR TABEL.....	xiv
DAFTAR GAMBAR.....	xv
BAB I PENDAHULUAN.....	1
A. Latar Belakang.....	1
B. Rumus Masalah.....	3
C. Tujuan Studi Kasus.....	4
D. Manfaat Studi Kasus.....	4
BAB II TINJAUAN PUSTAKA.....	6
A. Konsep Penyakit <i>Soft Tissue Tumor</i>	6
1. Anatomi Fisiologi.....	6
2. Definisi <i>Soft Tissue Tumor</i>	9
3. Etiologi <i>Soft Tissue Tumor</i>	10
4. Patway <i>Soft Tissue Tumor</i>	11
5. Patofisiologi <i>Soft Tissue Tumor</i>	12
6. Pemeriksaan Penunjang <i>Soft Tissue Tumor</i>	12
7. Penatalaksanaan <i>Soft Tissue Tumor</i>	14
B. Konsep Asuhan Keperawatan.....	15
1. Pengkajian.....	15
2. Diagnosa Keperawatan.....	18
3. Intervensi Keperawatan.....	19
4. Impelementasi Keperawatan.....	21
5. Evaluasi Keperawatan.....	25
C. Konsep Nyeri.....	27
1. Definisi Nyeri.....	27
2. Faktor -faktor Mempengaruhi Nyeri.....	27
3. Pengukuran Sekala Nyeri.....	29
D. Terapi Relaksasi Progresif Jacobson.....	30
1. Definisi Jacobson.....	30
2. Tujuan Jacobson.....	30

3. Manfaat jacobson.....	31
4. Cara Melakukan Jacobson.....	31
E. Penelitian Terdahulu.....	32
BAB III METODE PENELITIAN.....	35
A. Pendekatan Desain Penelitian.....	35
B. Kerangka Konsep.....	35
C. Definisi Oprasional.....	36
D. Sabjek Penelitian.....	36
E. Lokasi Dan Waktu Penelitian.....	37
F. Prosedur Penelitian.....	37
G. Fokus Studi Kasus.....	38
H. Teknik Pengumpulan Data.....	38
I. Keabsahan Data.....	39
J. Etika Studi Kasus.....	40
K. Analisa Data.....	42
BAB IV HASIL STUDI KASUS.....	43
A. Profil Rumah Sakit Muhammadiyah Palembang.....	43
B. Hasil Studi Kasus.....	45
1. Pengkajian.....	45
2. Analisa Data.....	56
3. Masalah Keperawatan.....	58
4. Prioritas Keperawatan.....	58
5. Diagnosa Keperawatan.....	59
6. Intervensi Keperawatan.....	59
7. Impelmentasi dan Evaluasi Keperawatan.....	63
C. Pembahasan.....	65
D. Keterbatasan Studi Kasus.....	71
BAB V PENUTUP.....	72
A. Kesimpulan.....	72
B. Saran.....	73
DAFTAR PUSTAKA.....	
LAMPIRAN	

BAB V

PENUTUP

A. Kesimpulan

Setelah peneliti memberikan tindakan keperawatan pada Tn.S pada pasienteknik relaksasi progresif jacobson dengan nyeri akut diruang Ibnu Rusyid Rumah Sakit Muhammadiyah Palembang selama 2 hari.(dari tanggal 28-29 Mei 2023) dan pasien Tn.Sw pada pasienteknik relaksasi progresif jacobson dengan nyeri akut diruang Ibnu Rusyid Rumah Sakit Muhammadiyah Palembang selama 2 hari (tanggal 29-30 Mei 2023) dan peneliti menyimpulkan bahwa:

1. Pengkajian

Berdasarkan pengkajian yang dilakukan pada pasien I Tn.S dengan nyeri akut di Ruang Ibnu Rusyid Rumah Sakit Muhammadiyah Palembang dapat disimpulkan hasil penelitian selama 2 hari hasil skala nyeri dari skala 7 (nyeri berat) menjadi skala 3 (nyeri ringan). Sedangkan pada pasien II Tn.Sw dengan nyeri akut di Ruang Ibnu Rusyid Rumah Sakit Muhammadiyah Palembang disimpulkan hasil penelitian selama 2 hari hasil skala nyeri dari skala 6 (nyeri sedang) menjadi skala 1 (nyeri ringan).

2. Diagnosa

Diagnosa keperawatan pada kedua pasien teknik relaksasi progresif jacobson sesuai Standar Diagnosis Keperawatan Indonesia (SDKI, 2016) yaitu: nyeri akut berhubungan dengan agen pencedera fisik. (D.0077)

3. Intervensi

Intervensi keperawatan yang dilakukan peneliti pada kedua pasien dengan diagnosa medis yang sama, nyeri akut berhubungan dengan agen pencedera fisik yaitu penerapan teknik relaksasi progresif jacobson sesuai standar prosedur operasional keperawatan.

4. Implementasi

Peneliti memberikan implementasi keperawatan penerapan teknik relaksasi progresif jacobson sebanyak 2 hari selama 30 menit setiap pertemuan pada kedua pasien post op soft tissue tumor, setelah dilakukan penerapan teknik relaksasi progresif jacobson mengalami penurunan nyeri pasien I dari skala 7 menjadi 3 dan pasien II dari skala 6 menjadi 1.

5. Evaluasi

Pada fase evaluasi peneliti mendapatkan hasil penerapan teknik relaksasi progresif jacobson untuk mengurangi nyeri akut, setelah diberikan tindakan teknik relaksasi progresif jacobson selama 3 hari pada pasien I dan pasien II, evaluasi yang didapat pasien I nyeri berkurang dari skala 7 (nyeri berat) menjadi skala 3 (nyeri ringan), sedangkan pasien II dengan skala nyeri 6 (nyeri sedang) menjadi skala 1 (nyeri ringan).

Dengan ini dapat disimpulkan bahwa penerapan teknik relaksasi progresif jacobson yang dilakukan selama 2 hari pada pasien post op soft tissue tumor dapat digunakan sebagai penatalaksanaan untuk mengurangi nyeri akut.

B. Saran

1. Bagi Peneliti Selanjutnya

Agar pemberian penerapan teknik relaksasi progresif jacobson pada pasien post op soft tissue tumor dengan nyeri akut dapat optimal maka perlu dilakukan pengkajian secara komprehensif dari pemeriksaan head to toe, sistem tubuh mulai dari rentang usia, pola hidup, nyeri yang sama dan pemeriksaan penunjang.

2. Bagi Rumah Sakit

Penelitian ini diterapkan oleh tenaga kesehatan dalam memberikan asuhan keperawatan kesehatan terkait penerapan teknik relaksasi progresif jacobson dalam pada pasien post op soft tissue tumor dengan nyeri akut

3. Bagi STIKES Aisyiyah Palembang

Penelitian ini dapat untuk meningkatkan ilmu pengetahuan tentang keperawatan medikal bedah dalam penerapan pada teknik relaksasi progresif jacobson pasien post op soft tissue tumor dengan nyeri akut.

DAFTAR PUSTAKA

- Aditya, Bayu. A. (2018). Profil dan Akurasi Diagnosa Pemeriksaan *Fine Needle Aspiration Biopsi (FNAB)* Pada Neoplasma Jaringan Lunak (*Soft Tissue*) Di Instalasi Patologi Anatomi Rumah Sakit Saiful Anwar Malang.
- Anindhita Pangestika, L. W. R. D. N. (2021). *Soft Tissue Tumor*
- Abdel-Fatah, H., Taha, W., & Mhmoud, R. (2021). *The Effect of Jacobson's Progressive Relaxation Technique on Postoperative Pain, Activity Tolerance, and Sleeping Quality in Patients Undergoing Gynecological Surgery. surgery, 26, 295r302.*
- Azizah, I. (2019). PENGARUH TERAPI RELAKSASI OTOT PROGRESIF TERHADAP PENURUNAN TINGKAT KECEMASAN KLIEN DIABETES MELITUS DI SEMARANG (Doctoral dissertation, Universitas Islam Sultan Agung).
- Deswani, et al. (2018). Asuhan Keperawatan Prenatal dengan Pendekatan Neurosains. Malang: Wineka Media.
- Hawks, (2019). *Medical Surgical Nursing Clinical Management for Positive Outcomes. St Louis Missouri : Elseiver*
- Hidayat, A. A. A., & Musrifatul, U. (2014). Pengantar Kebutuhan Dasar Manusia. Salemba Medika.,2014.
- Ibrahim, Fransisca, D., & Sari, N. F. (2020). Perbandingan Teknik Distraksi dan Relaksasi Terhadap Intensitas Nyeri Perawatan Luka Operasi Di Ruang Bedah. *Jurnal Kesehatan Medika Sainika, 11(2), 290-299.* <http://jurnal.syedzasaintika.ac.id/index.php/medika/article/view/777>.(05.10.25-03-2024)
- Kurnia, T., Islamuddin, A., & Kurniati, Y. P. (2022). *Distribusi Benign Soft Tissue Tumor Berdasarkan Gender dan Usia.* 684-688.
- Kemenkes RI. (2018). Riset Kesehatan Dasar Tahun 2018. Jakarta.
- Larassati, Beti Wulan. (2021). Pengelolaan Nyeri Akut Pada Pasien Post OP Eksisi dengan *Soft Tissue Tumor* di Klinik Brastomulyo Temanggung. Universitas Ngudi Waluyo.
- Mahyudin, F (Ed). (2017), *Diagnosis dan Terapi Tumor Muskuloskeletal (Multidiciplinary Approach).* Jakarta: CV. Sagung Seto.

- Malik, N.A. (2020). *Revised definition of pain by "International Association for the Study of Pain": Concepts, challenges and compromises. Anaesthesia, Pain & Intensive Care*, 24(5), 481-483. [https://e-resources.perpusnas.go.id:2108/10.35975/apic.v24i5.1352.\(05.30.25-05-2024\)](https://e-resources.perpusnas.go.id:2108/10.35975/apic.v24i5.1352.(05.30.25-05-2024))
- Mustikawati. (2017). *Anatomi Dan Fisiologi Untuk Keperawatan*. Jakarta: CV. Trans Info Media.
- Octavianna. (2018). *Benign Soft Tissue Tumor*. Tugas Kepaniteraan Klinik Bagian Bedah. [https://www.academia.edu/36870826/Referat_Bedah_Benign_soft_tissue_tumor_rtf.\(05.45.25-03-2024\)](https://www.academia.edu/36870826/Referat_Bedah_Benign_soft_tissue_tumor_rtf.(05.45.25-03-2024))
- Pangestika, Aninditha., Lalu, Wisnu.(2021). *Soft Tissue Tumor. Jurnal Syntax Fusion*. 1(12).
- Rohmayani, M. S., & Suwito, J. (2019). Intensitas Nyeri Klien Pasca Operasi Mayor Di Rumah Sakit. XII(1), 23–29.
- Sjamsuhidajat, R. (2014). *Buku Ajar Ilmu Bedah*. Jakarta. EGC.
- Sidham, Vinod. B. (2020) *Benign and Malignant Soft-Tissue Tumors*. Retrieved from [https://emedicine.medscape.com/article/1253816-overview.\(06.00.25-03-2024\)](https://emedicine.medscape.com/article/1253816-overview.(06.00.25-03-2024))
- Shidham, V. B & Flack Barth, D. A. (2017). *Benign And Malignant Soft Tissue Tumours*. [http://emedicine.medscape.com/article/view/71048.\(07.05.25-03-2024\)](http://emedicine.medscape.com/article/view/71048.(07.05.25-03-2024))
- Shehata Ibrahim, S., Ali Mohamed, M. R., Abdel Aziz Nasr Allah, T. M., & Badr, R. (2023). *Effectiveness of applying jacobson's progressive relaxation technique on post cesarean section pain and sleep quality. Port Said Scientific Journal of Nursing*, 10(2), 29–49.
- Salim Metwally, H. M., Hussien Mohamed, A. A., & Desoky, M. M. A. (2023). *Jacobson's Relaxation Technique on Post Cesarean Section Pain, Sleep Quality and Physical Activities: An Intervention Study. Assiut Scientific Nursing Journal*, 11(39), 125-135.
- Tarwoto, & wartonah. (2021). *Kebutuhan Dasar Manusia dan Proses Keperawatan* (5th ed.).
- Tim Pokja SDKI DPP PPNI (2016). *Standar Diagnose Keperawatan Indonesia*, Jakarta : PPNI.

Tim Pokja SLKI DPP PPNI. (2019). Standar Luaran Keperawatan Indonesia.

Triyana, y. f. (2013). Teknik Prosedural Keperawatan. Jogjakarta: D-MEDIKA (Anggota IKAPI).

Zakiah, Ana.(2015). Nyeri: Konsep dan Penatalaksanaan dalam Praktik Keperawatan Berbasis Bukti. Jakarta: Salemba Medika.

Zahri, Darni, dkk. (2020). Penggunaan Aromaterapi Lemon Untuk Mengurangi Nyeri Pada Pasien Post Operasi: Sebuah Studi Kasus, jurnal mahasiswa. Jakarta Selatan : Akper Fatmawati. Akses: [https://r.search.yahoo.com/_ylt=Awr9CJ3JB.9gmVcAhqdXNyoA;_ylu=Y29sbwNncTEEcG9zAzEEdnRpZAMEc2VjA3Ny/RV=2/RE=1626306633/RO=10/RU=https%3a%2f%2fakper-pasarrebo.e-journal.id%2fnurs%2farticle%2fdownload%2f71%2f48%2f/RK=2/RS=D0FQRC5VkXjqrQmo6p_cXomvFQ\(09.00.25-03-2024\)](https://r.search.yahoo.com/_ylt=Awr9CJ3JB.9gmVcAhqdXNyoA;_ylu=Y29sbwNncTEEcG9zAzEEdnRpZAMEc2VjA3Ny/RV=2/RE=1626306633/RO=10/RU=https%3a%2f%2fakper-pasarrebo.e-journal.id%2fnurs%2farticle%2fdownload%2f71%2f48%2f/RK=2/RS=D0FQRC5VkXjqrQmo6p_cXomvFQ(09.00.25-03-2024))