

**POLITEKNIK KESEHATAN TANJUNG KARANG
JURUSAN KEPERAWATAN TANJUNG KARANG
PROGRAM STUDI PRODI NERS
Karya Ilmiah Akhir, Juli 2023**

Tarisa Valentine

Penerapan Teknik Relaksasi Otot Progresif Pada Pasien Nefrolitiasis Post Operasi Nefrolitotomi Dengan Masalah Keperawatan Nyeri Akut Di Rumah Sakit Mardi Waluyo Metro Tahun 2023

xiv+93 halaman, 9 tabel, 7 gambar, 7 lampiran

ABSTRAK

Menurut WHO (*World Health Organization*) di seluruh dunia rata-rata terdapat 1-2% penduduk yang menderita batu ginjal (Nefrolitiasis) dengan Nefrolitotomi. Prevalensi penduduk di Indonesia yang menderita batu ginjal dengan tindakan nefrolitotomi sebesar 0,6%. Dan di Provinsi Lampung sebesar 3,8%. Sebagian besar kasus Nefrolitiasis (batu ginjal) tatalaksanaan yang diberikan berupa prosedur operasi Nefrolitotomi. Proses pembedahan pada dasarnya menyebabkan nyeri. Salah satu teknik untuk menurunkan nyeri yaitu menggunakan teknik non farmakologi dengan terapi teknik relaksasi otot progressif. Tujuan penelitian ini adalah untuk mengetahui skala nyeri sebelum dan setelah diberikan intervensi teknik relaksasi otot progressif. Penelitian ini dilakukan di Rumah Sakit Mardi Waluyo Metro. Penelitian ini menggunakan metode deskriptif dengan pendekatan studi kasus. Penyajian data disajikan secara narasi disertai ungkapan verbal dari subjek studi kasus sebagai data pendukung. Hasil dari penelitian ini adalah setelah dilakukan latihan teknik relaksasi otot progressif selama 3 hari, pasien mengatakan nyeri berkurang dari skala nyeri 5 menjadi skala nyeri 3. Dapat ditarik kesimpulan bahwa penulis memberikan latihan teknik relaksasi otot progressif untuk menurunkan skala nyeri selama 3 hari, sehingga didapatkan hasil yaitu pasien mengatakan nyeri dapat berkurang ditandai dengan, pasien dapat mengontrol nyeri, pasien bisa berubah posisi serta miring kanan dan kiri tidak merasakan nyeri, nyeri berkurang ke skala 3, pasien mengatakan lebih tenang. Peneliti menyarankan menggunakan alternative intervensi terapi relaksasi otot progressif kepada pasien post operasi nefrolitotomi yang dapat menurunkan nyeri pasca pembedahan.

Kata Kunci : Teknik relaksasi otot progressif, Nyeri

**POLITEKNIK KESEHATAN TANJUNG KARANG
JURUSAN KEPERAWATAN TANJUNG KARANG
PROGRAM STUDI PRODI NERS
Recent Scientific Work, July 2023**

Tarisa Valentine

Application Of Progressive Muscle Relaxation Techniques In Post Nephrolithotomy Nephrolithiasis Patients With Acute Pain Nursing Problems At Mardi Waluyo Metro Hospital In 2023

xiv+93 page, 9 table, 7 picture, 7 attachment

ABSTRAK

According to WHO (World Health Organization) around the world, on average, there are 1-2% of the population who suffer from kidney stones (nephrolithiasis) with nephrolithotomy. The prevalence of people in Indonesia who suffer from kidney stones by nephrolithotomy is 0.6%. And in Lampung Province it is 3.8%. Most cases of Nephrolithiasis (kidney stones) are treated in the form of a Nephrolithotomy surgical procedure. The surgical process basically causes pain. One technique to reduce pain is to use non-pharmacological techniques with progressive muscle relaxation technique therapy. The purpose of this study was to determine the pain scale before and after being given Progressive Muscle Relaxation Techniques intervention. This research was conducted at Mardi Waluyo Metro Hospital. This research uses a descriptive method with a case study approach. Presentation of data is presented in a narration accompanied by verbal expressions from the subject of the case study as supporting data. The results of study are that after practicing progressive muscle relaxation techniques for 3 days, the patient said the pain was reduced from a pain scale of 5 to a pain scale of 3. It can be concluded that the authors provide progressive muscle relaxation Technique exercises to reduce the pain scale for 3 days, so the results obtained are that the patient says pain can be reduced marked by, the patient can control pain, the patient can change position and tilt right and left without feeling pain, pain is reduced to a scale of 3, the patient says it is calmer. Researchers suggest using alternative Progressive Muscle Relaxation therapy interventions in post operative patient. This statement can reduce pain when and when.

Keywords : Progressive Muscle Relaxation Techniques, Acute Pain