

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Fraktur merupakan salah satu masalah kesehatan yang umum terjadi di masyarakat dan termasuk dalam kelompok penyakit muskuloskeletal yang dapat menimbulkan dampak serius hingga menyebabkan disabilitas (Sekadini & Damanik, 2024). Fraktur adalah terputusnya kontinuitas jaringan tulang akibat trauma, tekanan berlebihan, atau kondisi patologis tertentu seperti osteoporosis atau tumor tulang (Nurhafizah et al., 2025). Penyebab utama fraktur adalah trauma seperti kecelakaan lalu lintas atau kecelakaan non lalu lintas. Trauma ini memberikan tekanan berlebihan pada tulang yang bisa menyebabkan patah tulang langsung atau tidak langsung (Alvinda et al., 2024).

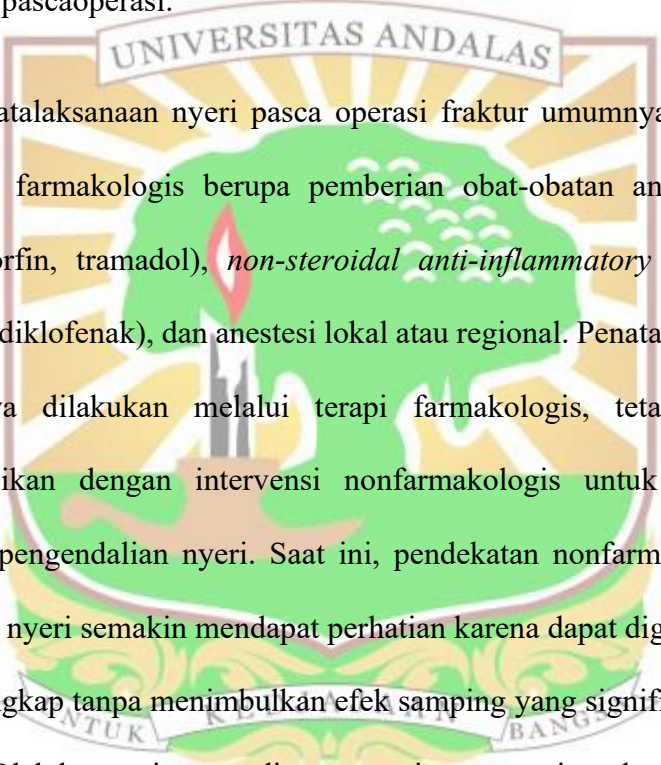
Data *World Health Organization* (WHO) tahun 2020 menunjukkan peningkatan insiden fraktur mencapai sekitar 13 juta kasus dengan prevalensi 2,7%. Di kawasan Asia Tenggara, Indonesia memimpin dengan 1,3 juta kasus fraktur per tahun dari total 238 juta penduduk (Simamora et al., 2024). Menurut Riskesdas (2018), prevalensi fraktur bagian tubuh yang paling tinggi adalah fraktur anggota gerak bawah dengan prevalensi 67.9% dari 92.976 kasus fraktur di Indonesia. Mayoritas kasus dialami oleh laki-laki sebesar 63,8% dengan rentang usia dewasa muda 15–34 tahun dan lanjut usia di atas 70 tahun (Andri et al., 2021). Di Sumatera Barat, prevalensi fraktur bagian tubuh yang paling tinggi di menurut Riskesdas 2018 adalah fraktur anggota gerak bawah dengan

prevalensi 65,7% dari 3.346 kasus fraktur. Kabupaten Padang Pariaman menjadi tempat kejadian fraktur anggota gerak bawah terbanyak di Sumatera Barat dengan kejadian sebesar 76,14 % sedangkan fraktur anggota gerak bawah kejadian terbanyak di Kota Padang sebesar 66,08%.

Penatalaksanaan fraktur umumnya dilakukan melalui tindakan pembedahan, salah satunya adalah *Open Reduction and Internal Fixation* (ORIF). Tindakan ORIF bertujuan untuk mengembalikan posisi fragmen tulang ke bentuk anatomis serta mempertahankan stabilitas tulang menggunakan alat fiksasi internal seperti plate, screw, maupun kawat sehingga proses penyatuan tulang dapat berlangsung optimal (Fakhrul, 2021). Meskipun tindakan pembedahan bertujuan untuk mengatasi masalah kesehatan, prosedur ini dapat menyebabkan trauma pada jaringan serta memicu respons inflamasi yang berakhir pada timbulnya nyeri pascaoperasi. Nyeri pascaoperasi merupakan salah satu masalah yang paling sering dialami pasien setelah menjalani tindakan bedah. Berdasarkan penelitian (Andriawan & Purwanti, 2025), lebih dari 80% pasien mengalami nyeri setelah operasi, dengan sekitar 75% di antaranya melaporkan mengalami intensitas nyeri pada kategori sedang hingga berat.

Nyeri pasca operasi muncul akibat kerusakan jaringan, insisi pembedahan, serta pelepasan mediator kimia seperti prostaglandin dan substansi P yang merangsang nociceptor perifer (Panjaitan et al., 2023). Nyeri yang tidak ditangani secara optimal dapat menimbulkan berbagai dampak fisiologis maupun psikologis, seperti peningkatan tekanan darah, percepatan

denyut jantung, gangguan kualitas tidur, kecemasan, hingga memperlambat proses penyembuhan luka (Hapsari et al., 2022). Oleh sebab itu, penerapan manajemen nyeri yang efektif merupakan komponen penting dalam perawatan pasien pascaoperasi fraktur. Penatalaksanaan nyeri yang optimal diharapkan mampu mendukung mobilisasi dini, meningkatkan kualitas istirahat pasien, mempercepat proses penyembuhan, serta meminimalkan risiko terjadinya komplikasi pascaoperasi.



Penatalaksanaan nyeri pasca operasi fraktur umumnya menggunakan pendekatan farmakologis berupa pemberian obat-obatan analgetik, seperti opioid (morfin, tramadol), *non-steroidal anti-inflammatory drugs*/NSAIDs (ketorolak, diklofenak), dan anestesi lokal atau regional. Penatalaksanaan nyeri tidak hanya dilakukan melalui terapi farmakologis, tetapi juga dapat dikombinasikan dengan intervensi nonfarmakologis untuk meningkatkan efektivitas pengendalian nyeri. Saat ini, pendekatan nonfarmakologis dalam manajemen nyeri semakin mendapat perhatian karena dapat digunakan sebagai terapi pelengkap tanpa menimbulkan efek samping yang signifikan (Kohlert et al., 2021). Oleh karena itu, paradigma manajemen nyeri modern menganjurkan pendekatan multimodal yang menggabungkan terapi farmakologis dengan terapi non-farmakologis sebagai upaya untuk mengoptimalkan kontrol nyeri sekaligus meminimalkan efek samping obat

Berbagai intervensi keperawatan non-farmakologis telah terbukti efektif dalam menurunkan intensitas nyeri pasca operasi fraktur, antara lain: teknik

relaksasi napas dalam, kompres dingin, terapi musik, *guided imagery*, aromaterapi, dan relaksasi autogenik. Salah satu teknik relaksasi yang banyak dikembangkan dalam praktik keperawatan adalah relaksasi autogenik. Terapi autogenik (*Autogenic Therapy*/AT) merupakan salah satu intervensi nonfarmakologis yang banyak digunakan untuk mengatasi gangguan fisiologis maupun psikologis pasien (Rini et al., 2026).

Relaksasi autogenik merupakan teknik relaksasi yang dilakukan secara mandiri melalui pengulangan kata-kata atau kalimat tertentu yang dapat menciptakan rasa tenang dan nyaman. Teknik ini mengombinasikan prinsip *self-hypnosis* dan relaksasi sehingga terbukti efektif dalam mengurangi stres, meningkatkan ketenangan emosional, serta menurunkan intensitas nyeri (Kohlert et al., 2021). Relaksasi autogenik juga dapat membantu mengurangi spasme otot akibat peningkatan prostaglandin sehingga aliran darah ke jaringan meningkat dan nyeri berkurang (Panjaitan et al., 2023). Selain itu, teknik ini mampu mengalihkan fokus pasien dari rasa nyeri melalui visualisasi dan peningkatan kesadaran tubuh sehingga pasien merasa lebih nyaman selama masa pemulihan (Hati et al., 2023).

Di antara berbagai teknik relaksasi yang dapat dilakukan untuk mengurangi nyeri, terapi relaksasi autogenik merupakan salah satu teknik yang dinilai memiliki pendekatan holistik dan komprehensif, karena secara bersamaan menargetkan sistem neuromuskular, kardiovaskular, dan pernapasan melalui mekanisme sugesti diri yang terstruktur. Secara fisiologis, kondisi

relaksasi ditandai dengan penurunan kadar epinefrin dan norepinefrin, penurunan denyut nadi, tekanan darah, ketegangan otot, serta peningkatan vasodilatasi dan suhu ekstremitas. Teknik relaksasi autogenik ini bekerja melalui konsentrasi pasif dan sugesti diri sehingga mampu memengaruhi sistem saraf otonom dengan menurunkan aktivitas saraf simpatis serta meningkatkan aktivitas saraf parasimpatis. Mekanisme tersebut merangsang pelepasan endorfin sebagai analgesik alami tubuh sehingga dapat menurunkan persepsi nyeri, meningkatkan kenyamanan, dan mendukung proses pemulihan pasien pasca operasi (Tambunan et al., 2025). Terapi relaksasi autogenik juga mudah dilaksanakan tanpa memerlukan peralatan khusus maupun bantuan fasilitator yang terus menerus, tidak menimbulkan efek samping, dan dapat diajarkan kepada pasien untuk dipraktikkan secara mandiri (Norelli et al., 2023).

Efektivitas terapi relaksasi autogenik sebagai intervensi nonfarmakologis dalam mengurangi nyeri post operasi telah dibuktikan melalui berbagai hasil penelitian. Penelitian Panjaitan et al., (2023) melaporkan bahwa latihan relaksasi autogenik mampu menurunkan intensitas nyeri secara signifikan pada pasien pasca operasi fraktur dengan nilai $p\text{-value} = 0,000$ ($p < 0,05$). Temuan serupa juga disampaikan Oktavia et al., (2022) yang menunjukkan bahwa pemberian terapi relaksasi autogenik efektif menurunkan skala nyeri pada pasien pascaoperasi ORIF fraktur femur tertutup. Setelah terapi diberikan selama tiga hari terjadi penurunan nyeri dari skala 6 menjadi 1 dan dari skala 4 menjadi 1. Selain itu, penelitian Ismansyah et al., (2021), Wibowo (2021), dan Andriawan & Purwanti (2025) turut mendukung efektivitas

relaksasi autogenik dalam menurunkan intensitas nyeri pada pasien pasca operasi, yang ditunjukkan oleh adanya penurunan skala nyeri yang signifikan setelah intervensi diberikan. Berdasarkan berbagai temuan tersebut, terapi relaksasi autogenik dapat dipertimbangkan sebagai salah satu intervensi keperawatan nonfarmakologis yang efektif untuk membantu mengurangi nyeri pada pasien pascaoperasi fraktur.

Meskipun berbagai penelitian menunjukkan efektivitas relaksasi autogenik dalam menurunkan nyeri pasca operasi, penerapan intervensi ini dalam praktik keperawatan klinis masih belum optimal. Berdasarkan hasil wawancara dengan perawat di Ruang Trauma Center RSUP Dr. M. Djamil Padang, manajemen nyeri masih didominasi oleh terapi farmakologis dan terapi nonfarmakologis yang sering digunakan adalah teknik nafas dalam. Data dari *Medical Record* Ruang Trauma Center RSUP Dr. M. Djamil Padang tahun 2025 menunjukkan bahwa jumlah pasien fraktur ekstremitas bawah sebanyak 146 orang dan fraktur ekstremitas atas mencapai 117 pasien. Angka ini mencerminkan tingginya beban kasus fraktur ekstremitas yang harus dikelola oleh tenaga keperawatan di ruang Trauma Center RSUP Dr. M. Djamil Padang secara berkelanjutan.

Berdasarkan uraian di atas, penulis tertarik untuk menerapkan *Evidence Based Nursing (EBN)* berupa terapi relaksasi autogenik pada pasien post operasi ORIF fraktur sebagai salah satu intervensi keperawatan nonfarmakologis dalam menurunkan intensitas nyeri. Pemilihan intervensi ini didasarkan pada hasil

berbagai penelitian yang menunjukkan bahwa relaksasi autogenik efektif, aman, mudah dilakukan, serta dapat membantu meningkatkan kenyamanan pasien selama proses pemulihan. Oleh karena itu, penulis mengangkat penerapan terapi relaksasi autogenik pada pasien post operasi ORIF fraktur sebagai topik dalam Karya Ilmiah Akhir Ners dengan harapan dapat memberikan manfaat bagi pasien maupun praktik keperawatan berbasis *evidence based practice*.

B. Tujuan Penulisan

1. Tujuan Umum

Tujuan umum pada karya ilmiah akhir ini adalah melakukan asuhan keperawatan dan mengaplikasikan terapi autogenik untuk menurunkan intensitas nyeri pada Tn.O dengan post operasi ORIF fraktur.

2. Tujuan Khusus

- a. Melakukan pengkajian pada pasien dengan post operasi ORIF fraktur.
- b. Menegakkan diagnosa keperawatan pada pasien post operasi ORIF.
- c. Membuat perencanaan tindakan keperawatan pada pasien dengan post operasi ORIF fraktur.
- d. Melakukan Implementasi tindakan keperawatan pada pasien dengan post operasi ORIF fraktur ekstremitas termasuk penerapan terapi autogenik sebagai upaya untuk mengurangi intensitas nyeri di RSUP Dr. M. Djamil Padang.

- e. Mengevaluasi hasil asuhan keperawatan pada pasien dengan post operasi ORIF fraktur dan penerapan terapi autogenik sebagai upaya untuk mengurangi intensitas nyeri di RSUP Dr. M. Djamil Padang

C. Manfaat Penulisan

1. Bagi Profesi Keperawatan

Karya ilmiah akhir ini diharapkan dapat menjadi salah satu referensi dalam pengembangan praktik keperawatan, khususnya dalam pemberian asuhan keperawatan pada pasien post operasi fraktur melalui penerapan terapi autogenik sebagai intervensi nonfarmakologis untuk membantu menurunkan intensitas nyeri.

2. Bagi Instansi Pendidikan

Karya ilmiah akhir ini diharapkan dapat menjadi referensi dan masukan dalam pengembangan proses pembelajaran, terutama terkait penerapan asuhan keperawatan pada pasien post operasi fraktur. Selain itu, karya ilmiah ini diharapkan dapat memperkaya sumber pembelajaran mengenai penerapan terapi autogenik sebagai intervensi untuk mengurangi intensitas nyeri.

3. Bagi Peneliti Selanjutnya

Hasil karya ilmiah ini diharapkan dapat menambah wawasan dan pengetahuan dalam proses pengumpulan, pengolahan, analisi, serta penyajian data, serta menjadi bahan pertimbangan bagi penelitian maupun penulisan ilmiah berikutnya di bidang keperawatan.

4. Bagi Pasien dan Keluarga

Hasil karya ilmiah akhir ini dapat memberikan manfaat bagi pasien dan diterapkan sebagai salah satu terapi nonfarmakologis untuk membantu mengurangi intensitas nyeri, meningkatkan kenyamanan, serta mendukung proses pemulihan pasien pasca operasi fraktur.

