

STUDI KASUS INTERVENSI RELAKSASI AUTOGENIK UNTUK MENURUNKAN SKALA NYERI PADA PASIEEN CEDERA KEPALA RINGAN

Noneng Nuraida¹, Henri Setiawan²
¹STIKes Muhammadiyah Ciamis

ABSTRAK

Latar Belakang: Nyeri merupakan salah satu masalah fisiologis yang dapat ditemukan pada pasien cedera kepala ringan. Upaya yang dapat dilakukan untuk mengatasi masalah tersebut adalah intervensi relaksasi autogenik

Tujuan: Studi kasus ini dilakukan` untuk menggambarkan intervensi relaksasi autogenik dalam menurunkan skala nyeri pada pasien cedera kepala ringan.

Metode: Penelitian ini menggunakan desain studi kasus dengan pendekatan implementasi *evidence based practice* yang berfokus pada intervensi keperawatan. Penelitian dilakukan di BLUD RSUD Kota Banjar tanggal 25-27 Mei 2022. Partisipan dalam penelitian ini adalah Tn.S umur 35 tahun, laki-laki, mengeluh nyeri kepala dengan skala 5 (0-10). Pengukuran nyeri menggunakan *Numeric Rating Scale*. Proses pengkajian dan penetapan diagnosa difokuskan pada masalah utama. Data objektif dan subjektif menjadi rujukan evaluasi implementasi keperawatan secara berkala.

Hasil: Pasien memberikan pengakuan nyeri menurun dari skala 5 ke 2 setelah diberikan intervensi relaksasi autogenik

Kesimpulan: Intervensi relaksasi autogenik patut diduga efektif dalam menurunkan skala nyeri pada pasien cedera kepala ringan, dibuktikan dengan pengakuan klien secara subjektif yang mengatakan penurunan skala nyeri dari 5 ke 2 menggunakan *Numeric Rating Scale*. Penelitian ini tidak bertentangan dengan penelitian sebelumnya, sehingga dapat menjadi rujukan dalam penelitian yang akan datang. Secara klinis, intervensi relaksasi autogenik dapat menjadi salah satu alternatif intervensi untuk menurunkan tingkat skala nyeri pada pasien yang mengalami nyeri di rumahsakit maupun di puskesmas.

Kata kunci: cedera kepala, nyeri, relaksasi autogenik

CASE STUDY INTERVENTION OF RELAXATION AUTOGENIK ON LOWERING PAIN SCALE IN HEAD INJURY PATIENTS

Noneng Nuraida¹, Henri Setiawan²
¹STIKes Muhammadiyah Ciamis

ABSTRACT

Introduction: Pain is one of the physiological problems that can be found in mild head injury patients. Efforts that can be made to overcome these problems are autogenic relaxation interventions.

Purpose: This case study was conducted to describe the intervention of autogenic relaxation in reducing pain scale in mild head injury patients.

Method: This study uses a case study design with an evidence-based practice implementation approach that focuses on nursing interventions. The study was conducted at the BLUD RSUD Banjar City on 25-27 May 2022. The participants in this study were Mr. S aged 35 years, male, complaining of headaches on a scale of 5 (1-10). Pain measurement using Numeric Rating Scale. The process of assessing and establishing a diagnosis is focused on the main problem. Objective and subjective data becomes a reference for periodic evaluation of nursing implementation.

Results: The patient acknowledged that pain decreased from a 5 to 2 scale after being given an autogenic relaxation intervention.

Conclusion: Autogenic relaxation intervention should be suspected to be effective in reducing pain scale in patients with mild head injury, evidenced by the client's subjective acknowledgment that the pain scale decreased from 5 to 2 using the Numeric Rating Scale. This research does not conflict with previous research, so it can be a reference in future research. Clinically, autogenic relaxation intervention can be an alternative intervention to reduce the level of pain scale in patients who experience pain in hospitals and in health centers.

Keywords: autogenic relaxation, head injury, pain.