

PENGARUH TEKNIK DISTRAKSI DAN TEKNIK RELAKSASI TERHADAP NYERI SELAMA PERAWATAN LUKA OPERASI

Andi Agus Saputra¹, Maryam Jamaluddin², H. Ismail³

^{1*} STIKES Nani Hasanuddin Makassar, Jl. Perintis Kemerdekaan VIII No.24 Kota Makassar, Indonesia, 90245

² STIKES Nani Hasanuddin Makassar, Jl. Perintis Kemerdekaan VIII No.24 Kota Makassar, Indonesia, 90245

³ Politeknik Kesehatan Makassar, Jl. Bendungan Bili-bili No.1, Kota Makassar, Indonesia, 90221

*e-mail: penulis-korespondensi: andiagussaputra9@gmail.com/082393310459

Abstract

According to the International Association for the Study of Pain (IASP), pain is an unpleasant subjective sensory and emotional experience that is associated with actual or potential tissue damage, or describes a condition where the damage has occurred. Based on the theory Pain is defined as a condition that affects a person and its extension is known if a person has experienced it. So pain is an important sign of a physiological or tissue disorder. The purpose of this study was to determine the effect of distraction techniques and relaxation techniques on pain during the surgical treatment room at the Makassar City Hospital. This research is a type of quasi-experimental research in this study the sampling technique used by the researcher is using accidental sampling. Where all the population will be sampled as many as 30 respondents. Data collection is done by direct observation to the client. Data analysis includes univariate to find the frequency distribution, and bivariate analysis with Wilcoxon signed ranks test alternative Asymp. Sig. (2-tailed) with a significance level ($\alpha < 0.05$) to determine the relationship between variables. The results of bivariate analysis showed the effect of distraction techniques on pain ($\alpha = 0.000$) and the effect of relaxation techniques on pain intensity ($\alpha = 0.000$). The conclusion in this study is that there is an influence between distraction techniques and relaxation techniques on the pain scale.

Keywords: Pain; Distraction Techniques; Relaxation Techniques

Abstrak

Menurut International Association for study of pain (IASP), nyeri adalah sensori subjektif dan emosional yang tidak menyenangkan yang didapat terkait dengan kerusakan jaringan aktual maupun potensial, atau menggambarkan kondisinya terjadi kerusakan. Berdasarkan teori Nyeri didefinisikan sebagai suatu keadaan yang mempengaruhi seseorang dan ekstensinya diketahui bila seseorang pernah mengalaminya. Jadi nyeri merupakan tanda penting terhadap adanya gangguan fisiologis atau jaringan. Tujuan penelitian ini adalah Untuk mengetahui pengaruh teknik distraksi dan teknik relaksasi terhadap nyeri selama di ruang perawatan bedah RSUD Kota Makassar. Penelitian ini merupakan jenis penelitian *quasi eksperimen* dalam penelitian ini teknik sampling yang digunakan oleh peneliti adalah menggunakan *accidental sampling*. Dimana semua jumlah populasi akan dijadikan sampel sebanyak 30 responden. Pengumpulan data dilakukan dengan observasi langsung kepada klien. Analisis data mencakup univariat untuk mencari distribusi frekuensi, dan analisis bivariat dengan uji *wilcoxon signed ranks test* alternatif Asymp. Sig. (2-tailed) dengan tingkat kemaknaan ($\alpha < 0,05$) untuk mengetahui hubungan antar variabel. Hasil analisis bivariat didapatkan pengaruh antara teknik distraksi terhadap nyeri ($\alpha = 0,000$) dan didapatkan pengaruh antara teknik relaksasi terhadap intensitas nyeri ($\alpha = 0,000$). Kesimpulan dalam penelitian ini adalah terdapat pengaruh antara teknik distraksi dan teknik relaksasi terhadap skala nyeri.

Kata kunci : Nyeri; Teknik Distraksi; Teknik Relaksasi

Pendahuluan

Nyeri adalah pengalaman sensori dan emosional yang tidak menyenangkan akibat kerusakan jaringan yang aktual dan potensial. Nyeri adalah alasan terutama seseresponden untuk mencari bantuan perawatan kesehatan (Smeltzer & Bare). Menurut Smeltzer & Bare *International Association For The Study Of Pain* (IASP) mendefinisikan nyeri sebagai suatu sensori subyektif dan pengalaman emosional yang tidak menyenangkan berkaitan dengan kerusakan jaringan aktual atau potensial atau yang dirasakan dalam kejadian-kejadian dimana terjadi kerusakan (Judha, Sudarti, & Fauziah, 2012).

Teknik Distraksi suatu metode untuk menghilangkan nyeri dengan cara mengalihkan perhatian pada hal-hal lain sehingga klien akan lupa terhadap nyeri yang dialami. Distraksi adalah mengalihkan perhatian klien ke hal yang lain sehingga dapat menurunkan kewaspadaan nyeri, bahkan meningkatkan toleransi terhadap nyeri (Mubarak, Indrawati, & Susanto, 2015).

Relaksasi merupakan metode efektif untuk mengurangi rasa nyeri pada klien yang mengalami nyeri kronis. Rileks sempurna yang dapat mengurangi ketegangan otot, rasa jenuh, kecemasan sehingga mencegah menghebatnya stimulus nyeri (Mubarak, Indrawati, & Susanto, 2015).

Jumlah pembedahan diseluruh dunia pertahun diperkirakan adalah 234 juta, yaitu satu operasi untuk setiap 25 responden (Weiser & Regenbogen, 2008). Pertumbuhan jumlah kecelakaan, kasus kanker dan penyakit kardiovaskular akan meningkatkan prosedur bedah lebih lanjut. Prosedur pembedahan yang dilakukan untuk meningkatkan kualitas hidup, tetapi operasi dapat menyebabkan kerusakan yang signifikan (Cahya N, Lukman, & Miftahudin, 2013).

Menurut *World Population Data Sheet* di negara industri telah dilaporkan terdapat 3-22% dari semua kasus operasi. *International Classification of Disease* di Amerika (2009) menyebutkan pembedahan diantaranya adalah operasi sistem saraf : 408 responden, operasi sistem endokrin: 41 responden, operasi pada mata: 22 responden, operasi pada telinga: 6 responden, operasi hidung, mulut dan paring: 105 responden, operasi pada sistem pernafasan: 330 responden, operasi pada sistem kardiovaskuler: 1805 responden, operasi sistem limpatik: 118 responden, operasi pada sistem pencernaan: 1381 responden, operasi pada sistem urinaria: 266 responden, operasi pada sistem reproduksi laki-laki: 152 responden, operasi pada sistem reproduksi perempuan: 441 responden, operasi persalinan: 1770 responden, operasi pada sistem muskuloskeletal: 1298 responden, dan operasi pada sistem integumen : 331 responden.

Berdasarkan data dari rekam medik pada tahun 2015 jumlah klien di ruang rawat inap perawatan bedah RSUD Kota Makassar adalah 1324 dan di tahun 2016 berjumlah sebanyak 1155 pasien dengan penyakit yang berbeda. Sementara tahun 2017 dari bulan januari sampai september, jumlah klien rawat inap di perawatan bedah mencapai 198 klien dengan penyakit yang berbeda (Rekam Medik RSUD Kota Makassar, 2017).

Metode

Desain, Lokasi, Populasi dan Sampel

Penelitian ini menggunakan metode desain *Quasi Eksperiment* dengan tujuan untuk mencari pengaruh dengan pengaruh teknik distraksi dan teknik relaksasi terhadap nyeri selama di ruang perawatan bedah RSUD Kota Makassar. Dalam penelitian ini teknik sampling yang digunakan oleh peneliti adalah menggunakan *accidental sampling*. Dimana semua jumlah populasi akan dijadikan sampel sebanyak 30 responden.

1. *Kriteria Inklusi :*

- a) Pasien yang merasakan nyeri
- b) Pasien yang masih dalam perawatan di ruang perawatan bedah RSUD Kota Makassar.
- c) Pasien yang bersedia menjadi responden

2. *Kriteria Eksklusi :*

- a) Pasien yang tidak merasakan nyeri.
- b) Pasien yang mengalami penyakit kronis.
- c) Pasien yang tidak bersedia menjadi responden.

Pengumpulan Data

Pengumpulan data adalah suatu proses pendekatan kepada subjek dan proses pengumpulan karakteristik subjek yang diperlukan dalam suatu penelitian (Nursalam, 2016)

1. Data Primer

Data primer diperoleh melalui wawancara langsung dengan responden dengan menggunakan kuisioner yang telah tersedia.

2. Data Sekunder

Data sekunder diperoleh dari bagian rekam medis Rumah Sakit, buku pelaporan dari RSUD Makassar.

Analisis Data

Langkah pertama yang dilakukan dalam penelitian ini adalah coding, skoring dan entering kedalam program SPSS untuk melihat apakah ada pengaruh teknik distraksi dan teknik relaksasi terhadap intensitas nyeri diruang perawatan bedah RSUD daya Kota makassar. Dengan menggunakan uji statistik *Wilcoxon signed ranks test alternatif Asymp. Sig. (2-tailed)* dengan tingkat kemaknaan $\alpha=0,05$ artinya bila hasil uji statistik menunjukkan $\alpha<0,05$ maka H_a diterima berarti ada pengaruh antara teknik distraksi dan teknik relaksasi terhadap intensitas nyeri, dan bila hasil uji statistik menunjukkan $\alpha>0,05$ maka H_o diterima berarti tidak ada pengaruh antara teknik distraksi dan teknik relaksasi terhadap intensitas nyeri, dengan menggunakan jasa komputer program SPSS versi 16,0.

Hasil Penelitian

1. Analisis Univariat

Tabel 1. Distribusi Karakteristik Responden Di Ruang Perawatan Bedah RSUD Kota Makassar dengan jumlah sampel (n=30)

Karakteristik	Distraksi		Relaksasi	
	n	(%)	n	(%)
Usia				
Remaja 17-21	1	6.7	0	0
Dewasa Muda 21-40	11	73.3	8	53.3
Dewasa Tua 40-60	3	20.0	5	33.3
Lansia 60 tahun ke atas	0	0	2	13.4
Jenis Kelamin				
Laki-laki	19		63.3	
Perempuan	11		36.7	
Jenis Operasi	n	%	n	%
Laparotomi	3	20.0	3	20.0
Soft Tissue Tumor Debridement	6	40.0	3	20.0
Orif	1	6.7	1	6.7
Fistel perianal	4	26.7	3	20.0
Tetanus	-	-	1	6.7
Osteosarcoma femur	-	-	1	6.7
Tumor mammae	-	-	1	6.7
Skin tumor pedis	-	-	1	6.7
Vulnus Ictum	-	-	1	6.7
	1	6.7	-	-

Berdasarkan tabel 1. diatas, diperoleh jumlah responden distraksi sebanyak 15 responden dan relaksasi sebanyak 15 responden, dengan hal ini responden yang berada pada kisaran usia remaja 17-21 tahun dengan pemberian distraksi dan relaksasi sebanyak 1 responden (6.7%), usia dewasa muda 21-40 tahun dengan pemberian distraksi sebanyak 11 responden (73.3%) dan relaksasi sebanyak 8 responden (53.3%), usia dewasa tua dengan pemberian distraksi sebanyak 3 responden (20.0%) dan relaksasi sebanyak 5 responden (33.3%) sedangkan usia lansia diatas 60 tahun ke atas dengan pemberian relaksasi sebanyak 2 responden (13.4%). Jumlah responden sebanyak 30 responden yang menunjukkan bahwa responden berjenis kelamin laki-laki sebanyak 19 responden (63.3%), sedangkan yang berjenis kelamin perempuan 11 responden (36.7%) dan diperoleh jumlah responden distraksi sebanyak 15 responden dan relaksasi sebanyak 15 responden, dengan jenis operasi yang berbeda.

Tabel 2. Distribusi Frekuensi skala nyeri sebelum pemberian terapi distraksi dan relaksasi

Skala Nyeri	Kelompok Distraksi		Kelompok Relaksasi	
	n	(%)	n	(%)
Sedang	13	86.7	10	66.7
Berat	2	13.3	5	33.3
Total	15	100	15	100

Berdasarkan tabel 2. diatas menunjukkan bahwa sebelum pemberian terapi distraksi dan terapi relaksasi, responden merasakan nyeri berat sebanyak 7 responden (46.6%), dan selebihnya merasakan nyeri sedang dengan skor 6 dan 7.

Tabel 3. Distribusi Frekuensi skala nyeri setelah pemberian terapi distraksi dan relaksasi

Skala Nyeri	Distraksi		Relaksasi	
	n	(%)	n	(%)
Ringan	10	66.7	5	33.3
Sedang	5	33.3	10	66.7
Total	15	100	15	100

Berdasarkan tabel 3. diatas menunjukkan bahwa ada penurunan yang sangat signifikan, yaitu tidak ada responden yang merasakan nyeri berat.

Tabel 4. Hasil perhitungan berdasarkan uji statistik pengaruh teknik distraksi terhadap skala nyeri di ruang perawatan bedah RSUD Kota Makassar

Uji Statistik Wilcoxon		
Hasil Perhitungan	Pre-Post Test Distraksi	Jumlah Responden
Mean	8.00	15
Sum	120.00	
Z	-3.535	
P	0.000	
A	0.5	

Berdasarkan tabel 1.9 menunjukkan Terdapat pengaruh pemberian terapi distraksidengan hasil nilai $\rho=0,000$ terhadap pasien pre dan post-operasi dengan penyakit yang berbeda.

Tabel 5. Hasil perhitungan berdasarkan uji statistik pengaruh teknik relaksasi terhadap skala nyeri di ruang perawatan bedah RSUD Kota Makassar

Uji Statistik Wilcoxon		
Hasil Perhitungan	Pre-Post Test Distraksi	Jumlah Responden
Mean	8.00	15
Sum	120.00	
Z	-3.493	
p	0.000	
a	0.5	

Berdasarkan tabel 5. menunjukkan Terdapat pengaruh pemberian terapi distraksi dengan hasil nilai $\rho=0,000$ terhadap pasien pre dan post-operasi dengan penyakit yang berbeda. Perbedaan Teknik Distraksi dan Teknik Relaksasi.

Tabel 6. bedaan teknik distraksi dan teknik relaksasi terhadap skala nyeri di ruang perawatan bedah RSUD Kota Makassar

Hasil perhitungan	Uji Mann - Withney			
	Distraksi		Relaksasi	
	Pre	Post	Pre	Post
Mean	13.93	13.60	17.07	17.40
Sum	209.00	204.00	256.00	261.00
Z	Jumlah nilai pre-test -1.051		Jumlah nilai post-test -1.276	
p	Jumlah nilai pre-test 0.293		Jumlah nilai post-test 0.202	
a	0.05			

Berdasarkan tabel 6. menunjukkan skor nyeri sebelum perlakuan lebih tinggi dibandingkan dengan skor nyeri setelah perlakuan. Jelas terlihat bahwa ada pengaruh setelah pemberian terapi distraksi dan terapi relaksasi dengan tingkat kemaknaan ($p=0,000$). Kemudian, Berdasarkan tabel 9 dengan uji statistic Mann - Withney di dapatkan perbedaan terhadap skala nyeri distraksi dan relaksasi dengan nilai kemaknaan pre-test ($p=0,293$) dan post-test ($p=0,202$) ini menandakan bahwa tidak diketahui terapi yang mana lebih efektif terhadap distraksi dan relaksasi.

Pembahasan

1. Pengaruh teknik distraksi terhadap skala nyeri di ruang perawatan bedah RSUD Kota Makassar

Berdasarkan data yang diperoleh dari master tabel dan di olah menggunakan uji statistik terdapat 3 responden yang mengalami skala nyeri tetap, yang disebabkan oleh jenis operasi dimana jenis operasinya terdiri dari laparotomi dan orif dengan hasil pernyataan oleh responden mengatakan ini operasi yang pertama kali, dan faktor usia juga berpengaruh, karena seiring bertambahnya usia responden rasa nyeri yang dirasakan sering tidak mampu untuk dikomunikasikan, serta keterbatasan waktu dalam penelitian sehingga kurang efektif dalam pemberian terapi distraksi yang disebabkan dengan perbedaan jenis operasi.

Setelah dilakukan analisa data dan menguji hasil penelitian secara kuantitatif didapatkan hasil test normalitas berdistribusi tidak normal dengan nilai p kurang dari 0.05 dengan hal ini uji statistik yang digunakan *Wilcoxon Sign Rank Test* dengan alternatif *Asymp. Sig. (2-Tailed)* diperoleh hasil teknik distraksi $p=0,000$ lebih kecil dari $\alpha = 0,05$ yang berarti ada pengaruh tindakan distraksi terhadap skala nyeri.

Hasil ini sejalan dengan penelitian sebelumnya yang dilakukan oleh Faridah (2015), Instrumen yang digunakan melalui observasi tentang pemeriksaan skala nyeri dan pemberian tehnik bernafas ritmik, dianalisis *uji wilcoxon signed rank test* dengan $\alpha=0,05$. Pasien (100%) nyeri sedang dan setelah pemberian tehnik distraksi nafas ritmik menunjukkan bahwa sebagian besar mengalami penurunan tingkat nyeri post op apendisitis menjadi ringan sebanyak 19 pasien (63,3%) dan hampir setengah tingkat nyeri post op apendisitisnya tetap atau sedang sebanyak 11 pasien (36,7%). Hasil pengujian dengan *wilcoxon sign rank test* dengan $\alpha=0,05$ didapatkan $p\text{-sign}=0,000$ dimana $p\text{-sign} < \alpha$ sehingga H_0 ditolak yang artinya terdapat pengaruh tehnik distraksi nafas ritmik terhadap penurunan tingkat nyeri post op pada penderita apendisitis. Melihat hasil penelitian ini maka dianjurkan kepada penderita apendisitis untuk melakukan tehnik distraksi nafas ritmik sebagai terapi alternatif untuk menurunkan tingkat nyeri post op apendisitis selain terapi farmakologis (Faridah, 2015).

Hasil ini juga diperkuat oleh hasil penelitian sebelumnya yang dilakukan oleh Machebya, Manajemen nyeri non farmakologi salah satunya adalah teknik distraksi dengan terapi musik dengan hasil uji statistik *Wilcoxon signed rank test* dengan tingkat kepercayaan 95% ($\alpha=0,05$) dan diperoleh nilai p value $0,000 < 0,05$ (Padang, Katuuk, & Kallo, 2017).

Dengan hal ini, Peneliti berasumsi bahwa responden yang mendapatkan terapi distraksi tidak sepenuhnya melakukan dengan baik disebabkan keterbatasan waktu,

2. Pengaruh teknik relaksasi terhadap skala nyeri di ruang perawatan bedah RSUD Kota Makassar

Berdasarkan data yang diperoleh dari master tabel dan di olah menggunakan uji statistik terdapat 5 responden yang mengalami skala nyeri tetap, yang disebabkan oleh jenis operasi dimana jenis operasinya terdiri dari laparotomi dan orif dengan hasil pernyataan oleh responden mengatakan ini operasi yang pertama kali dan responden juga mengatakan rasa sakit yang dialami setelah operasi belum terbiasa, dan faktor usia juga berpengaruh, karena seiring bertambahnya usia responden rasa nyeri yang dirasakan sering tidak mampu untuk dikomunikasikan. Serta keterbatasan waktu dalam penelitian sehingga kurang efektif dalam pemberian terapi relaksasi yang disebabkan dengan perbedaan jenis operasi.

Setelah dilakukan analisa data dan menguji hasil penelitian secara kuantitatif didapatkan hasil test normalitas berdistribusi tidak normal dengan nilai p kurang dari 0.05 dengan hal ini uji statistik yang digunakan *Wilcoxon Sign Rank Test* dengan alternatif *Asymp. Sig. (2-Tailed)* diperoleh hasil teknik distraksi $p = 0,000$ lebih kecil dari $\alpha = 0,05$ yang berarti ada pengaruh tindakan distraksi terhadap skala nyeri.

Hasil ini sejalan dengan hasil penelitian sebelumnya yang dilakukan oleh Agung, Ada pengaruh signifikan pada pemberian teknik relaksasi nafas dalam terhadap tingkat nyeri pada pasien post operasi dengan uji statistik *wilcoxon* diperoleh nilai z hitung sebesar 4,830 dengan angka signifikan (p) 0,000. Berdasarkan hasil tersebut diketahui z hitung (4,830) > z tabel (1,96) dan angka signifikan (p) < 0,05 sehingga ada pengaruh signifikan pemberian teknik relaksasi nafas dalam terhadap tingkat nyeri pada pasien post operasi dengan anestesi umum di RSUD Dr. Moewardi Surakarta (Satriyo, Annisa, & Sari, 2013).

Hasil penelitian ini juga diperkuat dengan hasil penelitian sebelumnya yang dilakukan oleh Rasubala, yaitu terdapat pengaruh teknik relaksasi benson terhadap skala nyeri pada pasien post operasi apendisitis di RSUP. Prof. Dr. R.D. Kandou dan RS Tk. III R.W. Mongisidi Teling Manado dengan uji statistik *wilcoxon* dengan hasil tingkat kepercayaan 95% ($\alpha = 0,05$) dan diperoleh p value $0,000 < 0,05$ (Mulyadi, Rasubala, & Kumaat, 2017).

Dengan hal ini, Peneliti berasumsi bahwa responden yang mendapatkan terapi relaksasi tidak sepenuhnya melakukan dengan baik, di dapatkan adanya 5 responden yang mengalami skala nyeri tetap yang disebabkan oleh keterbatasan waktu, jenis operasi dan faktor usia.

3. Perbedaan teknik distraksi dan teknik relaksasi terhadap skala nyeri di ruang perawatan bedah RSUD Kota Makassar

Setelah dilakukan analisa data dan menguji hasil penelitian secara kuantitatif dengan menggunakan uji statistik *Wilcoxon Sign Rank Test* dengan alternatif *Asymp. Sig. (2-Tailed)* dan uji *Mann – Withney Test* diperoleh hasil teknik distraksi dan relaksasi dengan nilai $p=0,000$ lebih kecil dari $\alpha = 0,05$ yang berarti ada pengaruh tindakan distraksi terhadap skala nyeri. Berdasarkan tabel 1.11 pre dan post kelompok terapi distraksi dan relaksasi dapat disimpulkan bahwa tidak ada perbedaan antara ke dua terapi tersebut, karena terapi distraksi dan relaksasi sama-sama berguna untuk menurunkan rangsangan nyeri. Namun dengan terapi distraksi dan relaksasi ini tidak diketahui yang mana lebih efektif dalam penurunan skala nyeri.

Berdasarkan hasil penelitian yang telah dilakukan peneliti mendapatkan jenis operasi yang telah dijalani pasien, kebanyakan pasien menjalani operasi soft tissue tumor, laparotomi dan orif.

Dalam penelitian ini selain diberikan terapi tindakan distraksi dan terapi relaksasi juga diberikan terapi farmakologis dengan menggunakan analgesik. Jenis analgesik yang digunakan adalah ketorolac 30 mg/8/jam. Untuk menghindari *kerancauan* data hasil distraksi dan relaksasi dengan efek farmakologis dengan pemberian analgesik, maka peneliti melakukan tindakan tersebut dilakukan pada 4-6 jam setelah pemberian obat atau 30 menit sebelum pemberian obat.

Kesimpulan

Berdasarkan hasil penelitian dan pembahasan tentang pengaruh teknik distraksi dan teknik relaksasi terhadap skala nyeri di Ruang Perawatan Bedah RSUD Kota Makassar, maka dapat ditarik kesimpulan sebagai berikut: Ada pengaruh antara teknik distraksi dan teknik relaksasi terhadap intensitas nyeri di ruang perawatan bedah RSUD Kota Makassar dan Terdapat perbedaan antara sebelum dan sesudah tindakan distraksi dan relaksasi, tidak ada perbedaan dengan nilai signya dan hasil masih tetap sama antara terapi distraksi dan terapi relaksasi sehingga tidak diketahui yang mana lebih efektif antara pemberian terapi distraksi atau relaksasi di ruang perawatan bedah RSUD Kota Makassar.

Diharapkan Bagi pihak RSUD Kota Makassar dapat mempertimbangkan hasil penelitian ini untuk dapat mengoptimalkan dan menerapkan tindakan distraksi dan relaksasi terhadap penatalaksanaan untuk menurunkan nyeri di Ruang Bedah, Bagi peneliti diharapkan hasil penelitian ini dapat dipergunakan sebagaimana mestinya oleh karena itu diharapkan peneliti-peneliti selanjutnya dapat dijadikan bahan referensi data apabila diperlukan, Keilmuan untuk peneliti yang akan datang agar meneliti variabel yang ada dalam penelitian ini, agar lebih mendalami dengan hasil dan tindakan intervensi yang dilakukan terkait dengan mengatasi nyeri terhadap responden klien. Sehingga hal-hal yang dapat dilakukan untuk mengatasi nyeri dapat terungkap secara keseluruhan.

Saran

1. RSUD Kota Makassar

Bagi pihak RSUD Kota Makassar dapat mempertimbangkan hasil penelitian ini untuk dapat mengoptimalkan dan menerapkan tindakan distraksi dan relaksasi terhadap penatalaksanaan untuk menurunkannya nyeri di Ruang Bedah.

2. Bagi Peneliti

Diharapkan hasil penelitian ini dapat dipergunakan sebagaimana mestinya oleh karena itu diharapkan peneliti-peneliti selanjutnya dapat dijadikan bahan referensi data apabila diperlukan.

3. Keilmuan

Untuk peneliti yang akan datang agar meneliti variabel yang ada dalam penelitian ini, agar lebih mendalami dengan hasil dan tindakan intervensi yang dilakukan terkait dengan mengatasi nyeri terhadap responden klien. Sehingga hal-hal yang dapat dilakukan untuk mengatasi nyeri dapat terungkap secara keseluruhan

Ucapan Terima Kasih

Mengucapkan terima kasih kepada pihak-pihak yang telah mendukung: RSUD Kota Makassar dan Stikes Nani Hasanuddin Makassar yang secara berkesinambungan memberikan dukungan untuk melakukan Tridarma perguruan tinggi, Semua Responden yang bersedia meluangkan waktu dan berpartisipasi

REFERENSI

- Cahaya N, A. W., Lukman, R., & Miftahudin. (2013). Pengaruh Pemberian Informasi Prabedah Terhadap Kecemasan Pasien Prabedah Terencana Di Irna Bedah Rs Muhammadiyah Palembang. *Volume 1, Edisi 2* [Http://Journalstikesmp.Ac.Id/Filebae/4.%20jurnal%20Indy.Pdf](http://Journalstikesmp.Ac.Id/Filebae/4.%20jurnal%20Indy.Pdf) , 27-28.
- Faridah, N. V. (2015). *Penurunan Tingkat Nyeri Pasien Post Op Apendisitis*. Vol. 07, No. 02 , 68. <http://Stikesmuhla.Ac.Id/Wp-Content/Uploads/68-74-Virgiant-Nur-Faridah.Pdf> di akses pada tanggal 29 Januari 2018
- Judha, M., Sudarti, & Fauziah, A. (2012). *Teori Pengukuran Nyeri & Nyeri Persalinan Disertai Contoh Askep*. Yogyakarta: Nuha Medika.
- Mubarak, W. I., Indrawati, L., & Susanto, J. (2015). *Buku Ajar Ilmu Keperawatan Dasar, Buku 2*. Jakarta: Salemba Medika.
- Mulyadi, Rasubala, F. G., & Kumaat, T. L. (2017). *Pengaruh Teknik Relaksasi Benson Terhadap Skala Nyeri Pada Pasien Post Operasi Di Rsup. Prof. Dr. R.D.Kandou Dan Rs Tk.Iii R.W. Mongisidi Teling Manado*. *E-Journal Keperawatan (E-Kp) Volume 5 Nomor 1* .[.http://Ejournal.Unsrat.Ac.Id/Index.Php/Jkp/Article/Download/14886/14450](http://Ejournal.Unsrat.Ac.Id/Index.Php/Jkp/Article/Download/14886/14450). Diakses Pada Tanggal 18 Januari 2018
- Padang, N. M., Katuuk, E. M., & Kallo, D. V. (2017). *Pengaruh Terapi Musik Instrumental terhadap*. *E – Journal Keperawatan (E-Kp) Volume 5 Nomor 1* .[.http://Ejournal.Unsrat.Ac.Id/Index.Php/Jkp/Article/Viewfile/14887/14451](http://Ejournal.Unsrat.Ac.Id/Index.Php/Jkp/Article/Viewfile/14887/14451).Diakses Pada Tanggal 18 Januari 2018
- Rachmawan, S. H., & Syaiful, Y. (2014). Efektifitas Relaksasi Nafas Dalam Dan Distraksi Baca Menurunkan Nyeri Pasca Operasi Pasien Fraktur Femur [Http://Journal.Unigres.Ac.Id/Index.Php/JNC/Article/Viewfile/90/88](http://Journal.Unigres.Ac.Id/Index.Php/JNC/Article/Viewfile/90/88). *Journals Of Ners Community Vol 5 No 2 November 2014 Program Studi Ilmu Keperawatan Fakultas Ilmu Kesehatan Gresik* , 102 Dan 103.