

TERAPI MUSIK DAN RELAKSI NAFAS DALAM TERHADAP PENURUNAN NYERI POST OP FRAKTUR

Andi Nuraina Sudirman¹,Inne Ariani Gobel²

*Email : andi.nuraina@yahoo.com

¹) Staf Dosen Ilmu Keperawatan Universitas Muhammadiyah Gorontalo

²)Staf Dosen Ilmu Keperawatan Universitas Muhammadiyah Gorontalo

Abstrak

Terapi musik dapat menurunkan nyeri dengan mengalihkan perhatian seseorang dari nyeri. Teknik relaksasi nafas dalam dipercaya mampu merangsang tubuh untuk melepaskan *opioid endogen* yaitu *endorphin* dan *enkefalin* yang berguna untuk menurunkan nyeri. Terapi musik dan tehnik relaksasi nafas dalam dapat mempengaruhi penurunan tingkat nyeri luka Post Op Fraktur. Tujuan penelitian ini secara umum adalah untuk mengetahui pengaruh terapi musik dan tehnik relaksasi nafas dalam terhadap penurunan tingkat nyeri luka Post Op Fraktur Di Ruang Bedah. Sampel penelitian sebanyak 16 responden uji statistik uji *paired t test* di dapatkan nilai signifikan yaitu *sig (2 tailed)* yaitu 0,000. Karena nilai *sig (2 tailed)* < α (0,05) sehingga disimpulkan H_0 ditolak, dan H_a diterima. Dengan demikian dapat dinyatakan bahwa ada Pengaruh Terapi Musik Dan Tehnik Relaksasi Nafas Dalam Terhadap Penurunan Tingkat Nyeri

Kata Kunci : nyeri, post op fraktur, terapi musik dan tehnik relaksasi nafas dalam

Abstract

Music therapy can reduce pain by distracting a person's concern on the pain itself. Deep breathing relaxation technique is believed to be able to stimulate body to release *opioid endogen* which is *endorphin* and *enkephalin* that are useful for decreasing the pain. Music therapy and deep breathing relaxation technique can affect the decrease of the postoperative wound pain fracture. The objective of this research in general is to determine the influence of music therapy and deep breathing relaxation to decrease post operative pain fracture in surgery room. The sample of this research consists of 16 respondents. Statistically, paired t test value is significant that is *sig (2 tailed)* is 0,000. since the value of *sig (2 tailed)* < α (0,05) then it can be concluded that H_0 is rejected and H_a is accepted. Therefore in another words there is in the influence of music therapy and deep breathing relaxation to decrease the pain.

Keywords: pain, postoperative fracture, music therapy and deep breathing relaxation

PENDAHULUAN

Pada jaman yang modern ini, ilmu pengetahuan dan teknologi sangat meningkat pesat. Kemajuan ilmu pengetahuan dan teknologi membawa manfaat yang besar bagi manusia. Salah satu contoh manfaat ilmu teknologi dibuktikan penambahan jalan raya dan penggunaan kendaraan bermotor yang tidak seimbang menyebabkan jumlah korban kecelakaan lalu lintas meningkat, tingginya angka kecelakaan menyebabkan angka kejadian fraktur semakin tinggi. Badan kesehatan dunia (WHO) mencatat pada tahun 2011- 2012 terdapat 5,6 juta orang meninggal dunia dan 1,3 juta orang menderita fraktur akibat kecelakaan lalu lintas. Fraktur merupakan suatu kondisi dimana terjadi *diintegritas* tulang. Penyebab terbanyak fraktur adalah kecelakaan, baik itu kecelakaan kerja, kecelakaan lalu lintas dan sebagainya (Yanuar, 2015).

Menurut Depkes RI (2011), dari sekian banyak kasus fraktur di Indonesia, fraktur pada ekstremitas bawah akibat kecelakaan memiliki *prevalensi* yang paling tinggi diantara fraktur lainnya yaitu sekitar 46,2%. Dari 45.987 orang dengan kasus fraktur ekstremitas bawah akibat kecelakaan, 19.629 orang mengalami fraktur pada tulang *femur* (Tulang paha), 14.027 orang mengalami fraktur *cruris* (Tungkai Bawah), 3.775 orang mengalami fraktur *tibia* (Tulang kering), 970 orang mengalami fraktur pada tulang - tulang kecil di kaki dan 336 orang mengalami fraktur *fibula* (Tulang betis) (Yanuar, 2015).

Berdasarkan hasil Riset Kesehatan Dasar (RISKESDAS) oleh Badan Penelitian dan Pengembangan Depkes RI (2013), angka kejadian cedera mengalami peningkatan dibandingkan pada hasil tahun 2007. Di Indonesia terjadi kasus fraktur yang disebabkan oleh cedera antara lain karena jatuh, kecelakaan lalu lintas dan trauma benda tajam atau tumpul. Kecenderungan *prevalensi* cedera menunjukkan sedikit kenaikan dari 7,5 % tahun 2007 menjadi 8,2 % tahun 2013. Dari 45.987 peristiwa terjatuh yang mengalami fraktur sebanyak 1.775 orang (58%) turun menjadi 40,9%, dari 20.829 kasus kecelakaan lalu lintas yang mengalami fraktur sebanyak 1.770 orang (25,9%) meningkat menjadi 47,7%, dari 14.125 trauma benda tajam atau tumpul, yang mengalami fraktur sebanyak 236 orang (20,6%) turun menjadi 7,3% (Satriya, 2014).

Fraktur adalah terputusnya kontinuitas tulang dan ditentukan sesuai jenis dan luasnya. Fraktur terjadi jika tulang dikenai stres yang lebih besar dari yang dapat *diabsorpsinya*. Fraktur dapat disebabkan oleh pukulan secara langsung, gaya meremuk,

gerakan putar mendadak, bahkan *kontraksi otot ekstremitas* (Smeltzer dan Bare, 2002).

Fraktur yang disebabkan oleh kecelakaan lalu lintas harus menjalani pembedahan dengan konsekuensi didapatkan efek nyeri setelah operasi. Nyeri adalah suatu pengalaman sensorik dan emosional yang tidak menyenangkan yang berkaitan dengan kerusakan jaringan yang sudah atau berpotensi terjadi (Alfarini, 2012).

Nyeri diartikan sebagai sensasi ketidaknyamanan tubuh pasien post operasi yang dipersepsikan oleh jiwa, fantasi luka yang dihubungkan dengan kondisi aktual atau potensial, kerusakan jaringan dan keberadaannya diketahui bila orang pernah merasakannya. Reaksi yang dirasakan pasien terhadap nyeri dapat berespon perilaku seperti penarikan atau pertahanan serta reaksi emosi seperti menangis dan ketakutan. Respon antar individu satu dengan yang lainnya berbeda-beda tergantung koping individu itu sendiri (Firdaus, 2014).

Rasa nyeri yang muncul mengganggu aktifitas harian terutama nyeri hebat.

Perawat berperan dalam mengidentifikasi kebutuhan-kebutuhan pasien dan membantu serta menolong pasien dalam memenuhi kebutuhan tersebut termasuk dalam manajemen nyeri. Dengan semakin majunya ilmu pengetahuan dan teknologi, tak luput juga kemajuan ilmu dibidang kesehatan dan semakin canggihnya teknologi banyak pula ditemukan berbagai macam teori baru, penyakit baru dan bagaimana pengobatannya (Potter & Perry, 2006).

Manajemen nyeri merupakan salah satu cara yang digunakan dibidang kesehatan untuk mengatasi nyeri yang dialami oleh pasien. Pemberian *analgesik* biasanya dilakukan untuk mengurangi nyeri. Teknik relaksasi merupakan alternatif non obat-obatan dalam strategi penanggulangan nyeri. Relaksasi merupakan kebebasan mental dan fisik dari ketegangan dan stress,

karena dapat mengubah persepsi *kognitif* dan motivasi afektif pasien. Teknik relaksasi membuat pasien dapat mengontrol diri ketika terjadi rasa tidak nyaman atau nyeri, stress fisik dan emosi pada nyeri (Potter & Perry, 2006).

Tehnik realaksasi nafas dalam merupakan suatu tindakan yang mampu merangsang tubuh untuk mengeluarkan *opioid endrogen* yaitu *endorphin* dan *enkifalin* yang mana kedua zat ini memiliki sifat yang sama seperti *morfin* dengan efek *analgetik* yang membentuk suatu sistem pemblokir nyeri yang akhirnya akan menyebabkan penurunan *intensitas* nyeri. Tehnik relaksasi nafas dalam yang dilakukan secara berulang-ulang akan menimbulkan rasa nyaman adanya rasa nyaman inilah yang akan meningkatkan toleransi terhadap nyeri. Relaksasi nafas dalam juga dapat meningkatkan ambang batas nyeri, sehingga dengan meningkatnya ambang batas nyeri, maka nyeri yang sebelumnya skala sedang menjadi skala ringan setelah diberikan tehnik relaksasi nafas dalam (satriya, 2014).

Selain pemberian tehnik relaksasi nafas dalam digunakan pula beberapa terapi non farmakologi berupa terapi musik yang merupakan salah satu pilihan untuk menurunkan tingkat nyeri. Terapi musik adalah terapi yang menggunakan musik atau elemen musik untuk meningkatkan, mempertahankan, serta mengembalikan kesehatan mental, fisik, dan emosional, (Firdaus, 2014).

Berdasarkan survei awal di ruang bedah G2 atas RSUD Prof. dr. Aloe Saboe Kota Gorontalo didapatkan jumlah pasien fraktur yang di rawat di ruang bedah G2 atas pada 2012 berjumlah 103 pasien, di 2013 berjumlah 253 pasien dan januari sampai dengan oktober 2014 terdata jumlah pasien fraktur sejumlah 210 pasien. Dari hasil wawancara oktober 2015 dengan salah satu perawat di ruangan bedah G2 atas, diperoleh bahwa terapi musik belum diterapkan dalam mengatasi nyeri pasien post op begitu pula dengan pemberian tehnik relaksasi nafas

dalam dan lebih mendominasi pemberian terapi farmakologi.

METODOLOGI PENELITIAN

Penelitian ini dilaksanakan di ruang bedah G2 atas RSUD Prof. dr. H. Aloe Saboe Kota Gorontalo pada bulan Desember 2015 sampai bulan Januari 2016, penelitian ini termasuk dalam jenis penelitian eksperimen dengan menggunakan *Pra Eksperimental Desing* dengan *One grup pretest posttest*. Populasi adalah keseluruhan objek yang diteliti. Populasi dalam penelitian adalah seluruh pasien yang mengalami fraktur dan dirawat di ruangan bedah G2 atas RSUD Prof. dr. Aloe Saboe Kota Gorontalo Sampel adalah objek yang diteliti dan dianggap mewakili seluruh populasi yang memenuhi kriteria inklusi dan eksklusi. Dalam penelitian ini Pengambilan sampel menggunakan nonprobability sampling dengan teknik *incidental sampling*. Dengan jumlah sampel 16 orang. Tehnik analisa data yang digunakan yaitu analisa univariat dan analisa bivariat.

Analisis univariat yang digunakan untuk mendapatkan gambaran distribusi responden dengan cara membuat tabel distribusi frekuensi. Analisa bivariat ini digunakan untuk mengetahui pengaruh antar dua variabel, sehingga dapat diketahui pengaruh antar dua variabel tersebut. analisa bivariat ini menggunakan uji paired t test. Bandingkan dengan nilai pretest dan posttest pada kelas A, di mana nilai pretest dan posttest berasal dari subjek yang sama atau disebut dengan data berpasangan.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Analisa Univariat

Tabel 1. Distribusi Responden Berdasarkan Usia

No.	Usia	Jumlah	Persentase (%)
1.	17-25	7	43,75%.
2.	26-35	1	6.25%.
3.	36-45	8	50%.
Total		16	100

Sumber : Data Primer 2016

berdasarkan pembagian umur menurut WHO

Tabel 2. Distribusi Responden Berdasarkan jenis kelamin

No.	Jenis kelamin	Jumlah	Persentase (%)
1.	Laki-laki	13	81.25%.
2.	Perempuan	3	18.75%.
	Total	16	100

Sumber : Data Primer 2016

Tabel3. Tingkat nyeri sebelum di berikan terapi music dan tehnik relaksasi nafas dalam

No.	Variable	Jumlah	Persentase (%)
1.	Nyeri ringan	0 16	0%. 100%.
2.	Nyeri sedang		
	Total	16	100

Sumber : Data Primer 2016

Tabel 4. Tingkat nyeri setelah di berikan terapi music dan tehnik relaksasi nafas dalam

No.	Variable	Jumlah	Persentase (%)
1.	Nyeri ringan	11	68.75%.
2.	Nyeri sedang	5	31.25%.
	Total	16	100

Sumber : Data Primer 2016

Tabel 5. pengaruh terapi musik dan tehnik relaksasi nafas dalam terhadap penurunan tingkat nyeri luka Post Op Fraktur

Keterangan	n	95% Confidence Interval of the Difference	Sig. (2-tailed)
pre eksperimen - post eksperimen	16	1,250	0,000

Sumber : Data Primer 2016

PEMBAHASAN

Usia

Bedasarkan tabel 2 dari 16 responden, semuanya berusia dewasa, hal ini sesuai dengan kriteria inklusi peneliti, berdasarkan teori-teori yang ada bahwa usia dapat mempengaruhi nyeri.

Hal ini sejalan dengan teori Smeltzer, & Bare. 2002. dalam Buku ajar keperawatan medical-bedah edisi 8 vol EGC, Jakarta. yang menjelaskan bahwa Rasa nyeri yang dirasakan antara usia anak-anak dan usia dewasa serta lansia memiliki perbedaan luas. Pengkajian nyeri pada lansia mungkin sulit karena perubahan fisiologis dan psikologis yang menyertai proses penuaan. Cara lansia berespon terhadap nyeri dapat berbeda dengan cara berespon orang yang berusia lebih muda. Sama halnya dengan anak kecil, mereka akan sulit mengungkapkan rasa sakit yang dialami dibanding usia muda dan dewasa. Usia dewasa secara verbal lebih mudah mengungkapkan rasa ketidaknyamanan dan lansia cenderung lebih samar dalam mengungkapkan nyeri oleh karena lansia mengeluh sakit lebih dari satu bagian tubuh. Post operasi memberikan rasa sakit dan bagi lansia dapat mengganggu aktifitas atau mobilisasi di tempat tidur, mudah mengalami gangguan emosi. Apabila lansia mengalami kebingungan setelah pembedahan atau trauma, kebingungan sering dihubungkan dengan penggunaan obat-obatan. Namun demikian, kebingungan pada lansia mungkin sebagai akibat dari nyeri yang tidak diobati dan tidak teratasi. Pada beberapa kasus, kebingungan pasca operasi pada lansia hilang dengan teratasinya nyeri Pekerjaan Sedangkan Penelitian yang di lakukan oleh Mega Alan Yanuar (2015). Pengaruh terapi musik klasik terhadap intensitas nyeri pada pasien post operasi fraktur di RSUD PKU Muhammadiyah Yogyakarta. menunjukkan bahwa dari 20 responden didapatkan bahwa usia responden pada kelompok eksperimen paling banyak berusia 17-35 tahun (remaja akhir - dewasa awal) sebanyak 5 responden 50%. Responden yang paling sedikit berusia 46-55 tahun (lansia awal) sebanyak 2 responden 20%. Sedangkan pada kelompok kontrol dapat diketahui usia responden yang paling banyak berusia 46-55 tahun (lansia awal) sebanyak 4 responden 40%. Responden yang paling sedikit berusia 36-45 tahun (dewasa akhir) sebanyak 1 responden.

Jenis kelamin

Sesuai dengan teori yang di kemukakan Secara umum laki-laki dan perempuan tidak berbeda secara bermakna dalam berespon terhadap nyeri (Smaltzer & Bare 2002). Berbeda dengan pendapat Potter & Perry (2006) jenis kelamin di pengaruhi oleh faktor budaya dalam mengekspresikan nyeri, beberapa kebudayaan yang mempengaruhi jenis kelamin misalnya menganggap seorang laki-laki harus berani dan tidak boleh menangis sedangkan anak perempuan boleh menangis dalam situasi yang

sama. Berdasarkan penelitian ini didapatkan pada table 3 bahwa jenis kelamin responden adalah lebih dominan laki-laki yang berjumlah 13 orang dan perempuan berjumlah 3 orang sehingga faktor jenis kelamin cenderung tidak menimbulkan perbedaan.

Seperti pada penelitian yang dilakukan oleh Mega Alan Yanuar (2015). Pengaruh terapi musik klasik terhadap intensitas nyeri pada pasien post operasi fraktur di RSUD PKU Muhammadiyah Yogyakarta didapatkan bahwa karakteristik responden berdasarkan Jenis kelamin, responden paling banyak adalah laki-laki sebanyak 7 responden 70%, responden yang paling sedikit adalah perempuan yaitu 3 responden 30%.

Analisis univariat

Berdasarkan tabel frekuensi tingkat nyeri sebelum diberikan terapi musik dan tehnik relaksasi nafas dalam seluruh responden yang berjumlah 16 orang semuanya mengalami nyeri sedang, hal ini sesuai dengan kriteria inklusi penelitian yaitu pasien dengan keluhan nyeri dalam skala sedang. Hal ini tidak jauh beda dengan penelitian Puspita, Ayu *et.al* 2013. Pengaruh Terapi Musik Klasik Terhadap Penurunan Nyeri Pada Pasien Post Sectio Caesarea Di Bangsal Kenanga Rsud Karanganyar. Stikes Kusuma Husada. Surakarta, yaitu di ketahui bahwa tingkat nyeri sebelum di berikan terapi musik klasik pada pasien post op cesaria di ruang bangsal kenanga mayoritas pasien mengalami nyeri sedang yaitu berjumlah 14 responden dari jumlah sampel keseluruhan sebanyak 19 responden.

Tingkat nyeri yang dirasakan responden dipengaruhi oleh beberapa faktor, menurut firdaus (2013) faktor-faktor yang mempengaruhi tingkat nyeri adalah usia, pengalaman masa lalu, pengalaman sebelumnya. Rasa nyeri yang dirasakan antara usia anak-anak dan usia dewasa serta lansia memiliki perbedaan luas. Pengkajian nyeri pada lansia mungkin sulit karena perubahan fisiologis dan psikologis yang menyertai proses penuaan. Cara lansia berespon terhadap nyeri dapat berbeda dengan cara berespon orang yang berusia lebih muda. Sama halnya dengan anak kecil, mereka akan sulit mengungkapkan rasa sakit yang dialami dibanding usia muda dan dewasa. Usia dewasa secara verbal lebih mudah mengungkapkan rasa ketidaknyamanan

dan lansia cenderung lebih samar dalam mengungkapkan nyeri oleh karena lansia mengeluh sakit lebih dari satu bagian tubuh.

Teori ini sejalan karena sesuai dengan jumlah distribusi responden pada penelitian ini yaitu seluruhnya berusia dewasa yaitu antara remaja akhir, dewasa awal dan dewasa akhir

Tingkat nyeri setelah di berikan terapi musik dan tehnik relaksasi nafas dalam.

Berdasarkan tabel frekuensi tingkat nyeri setelah diberikan terapi musik dan tehnik relaksasi nafas dalam 11 responden mengalami penurunan tingkat nyeri dari tingkat nyeri sedang berubah menjadi nyeri ringan, sedangkan sisanya yang berjumlah 5 responden mengalami penurunan tingkat nyeri namun masih pada tingkat nyeri sedang, contohnya seperti yang terjadi pada Tn.M sebelum diberikan terapi musik dan tehnik relaksasi nafas dalam tingkat nyeri yang dirasakan pada tingkat nyeri 6, setelah diberikan terapi musik dan tehnik relaksasi nafas dalam terjadi penurunan tingkat nyeri pada tingkat nyeri 4. Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa ada perbedaan yang bermakna antara skala nyeri responden sebelum di berikan terapi musik dan tehnik relaksasi nafas dalam dan sesudah diberikan.

Hal ini sesuai dengan hasil penelitian Yanuar, Alan. 2015. Pengaruh Terapi Musik Klasik Terhadap Intensitas Nyeri Pada Pasien Post Operasi Fraktur Di RSUD PKU Muhammadiyah Yogyakarta. UMY. Yogyakarta. Hasil dari penelitian dapat diketahui bahwa semua pasien mengalami tingkat intensitas nyeri yang bervariasi dengan skala nyeri antara 3-7. pada kelompok eksperimen sebelum (pretest) diberikan terapi musik skala maksimal adalah 7 minimal 5. Setelah diberikan terapi musik (posttest) didapatkan nyeri maksimal 4 dan minimal 3. Rata-rata penurunan nyeri antara pre-test dan post-test adalah 2-3 interval.

Analisis bivariat

Berdasarkan tabel frekuensi pengukuran nyeri sebelum dan sesudah di berikan terapi musik dan tehnik relaksasi nafas dalam di dapatkan hasil bahwa ada penurunan nyeri yang signifikan, seperti pada tabel 4 sebelum di berikan terapi musik dan tehnik relaksasi nafas dalam seluruh responden yang berjumlah 16 orang mengalami nyeri sedang, selanjutnya pada tabel 5 terlihat perubahan responden yang mengalami nyeri sedang berubah menjadi 5 orang sedangkan responden yang mengalami nyeri ringan berubah menjadi 11 orang

Berdasarkan pada uji statistik menggunakan uji *paired t test* pada tabel 6, maka di dapatkan nilai signifikan yaitu *sig (2 tailed)* yaitu 0,000. Karena nilai *sig (2 tailed)* < α (0,05) sehingga disimpulkan H_0 ditolak, dan H_a diterima. Dengan demikian dapat dinyatakan bahwa ada Pengaruh Terapi Musik Dan Tehnik Relaksasi Nafas Dalam Terhadap Penurunan Tingkat Nyeri Luka Post Op Fraktur Di Ruang Bedah G2 Atas Rumah Sakit Prof. Dr. H. Aloei Saboe Kota Gorontalo.

Berdasarkan hasil penelitian di atas peneliti menyimpulkan bahwa terapi musik dan tehnik relaksasi dapat mempengaruhi penurunan tingkat nyeri luka post op fraktur.

Temuan penelitian ini semakin menguatkan bahwa terapi musik dan tehnik relaksasi nafas dalam efektif dapat menurunkan nyeri post operasi fraktur. Hal ini sejalan dengan Teori Gate Control dari Melzack dan wall (1965) dalam Muhammad Firdaus (2013) mengusulkan bahwa impuls nyeri dihantarkan saat sebuah pertahanan dibuka dan impuls dihambat saat sebuah pertahanan ditutup. Salah satu cara menutup mekanisme pertahanan ini adalah dengan merangsang sekresi *endorfin* yang akan menghambat pelepasan substansi P (perseptor).

Musik klasik Mozart itu sendiri juga dapat merangsang peningkatan hormon *endorfin* yang merupakan substansi sejenis morfin yang di suplai oleh tubuh, sehingga

pada neuron nyeri perifer dan neuron yang menuju otak tempat seharusnya substansi P akan menghantarkan impuls, pada saat tersebut *endorfin* akan memblokir lepasnya substansi P dari neuron sensorik, sehingga terjadi transmisi impuls nyeri di medula spinalis menjadi terhambat, sehingga sensasi nyeri menjadi berkurang (Potter & Perry, 2006).

Teknik relaksasi nafas dalam adalah teknik yang dilakukan untuk menekan nyeri pada thalamus yang dihantarkan ke korteks cerebri dimana korteks cerebri sebagai pusat nyeri, yang bertujuan agar pasien dapat mengurangi nyeri selama nyeri timbul. Secara klinik apabila pasien dalam keadaan rileks akan menyebabkan meningkatnya kadar *serotonin* yang merupakan salah satu *neurotransmitter* yang diproduksi oleh *nucleus rafe magnus* dan lokus *seruleus*, serta berperan dalam system analgetik otak. *Serotonin* menyebabkan *neuron-neuron* local medulla spinalis mensekresi *enkefalin*, karena *enkefalin* dianggap dapat menimbulkan hambatan *presinaptik* dan *postsinaptik* pada serabut-serabut nyeri tipe C sehingga sistem analgetika ini dapat memblok sinyal nyeri pada δ dan A tempat masuknya ke medulla spinalis dan memiliki andil dalam memodulasi nyeri pada susunan saraf pusat (Ayudianingsih, 2009).

Hal ini sebagaimana Penelitian yang dilakukan oleh Novarizki Galuh Ayudianingsih et.al (2009). Pengaruh Tehnik Relaksasi Nafas Dalam Terhadap Penurunan Tingkat Nyeri Pada Pasien Pasca Operasi Fraktur Femur di Rumah Sakit Karima Utama Surakarta. Hasil perhitungan nilai independent sample t test sebesar 2,926 dengan nilai p-value sebesar 0,006. Hasil uji statistik tersebut dapat diinterpretasikan bahwa terdapat pengaruh yang signifikan teknik relaksasi nafas dalam terhadap penurunan nyeri pada pasien pasca

operasi fraktur femur di Rumah Sakit Karima Utama Surakarta.

Selaras dengan penelitian Mega Alan Yanuar (2015). Pengaruh terapi musik klasik terhadap intensitas nyeri pada pasien post operasi fraktur di RSUD PKU Muhammadiyah Yogyakarta Uji Mann-Whitney U test dapat dilihat nilai sig.(2-tailed) posttest kelompok eksperimen dan posttest kelompok kontrol adalah 0,007. Nilai signifikansi tersebut $P < 0,05$, yang berarti H_a diterima dan H_0 ditolak, sehingga dapat disimpulkan bahwa ada pengaruh terapi musik klasik terhadap intensitas nyeri pada pasien post operasi fraktur di RS PKU Muhammadiyah Yogyakarta ($P=0,007$).

KESIMPULAN DAN SARAN

Kesimpulan

Dari hasil penelitian Pengaruh Terapi Musik Dan Tehnik Relaksasi Nafas Dalam Terhadap Penurunan Tingkat Nyeri Luka Post Op Fraktur dapat disimpulkan :

1. Berdasarkan karakteristik usia responden sebagian besar terdapat pada kelompok usia 36-45 tahun berjumlah 8 responden atau sebanyak 50 %, sedangkan berdasarkan jenis kelamin sebagian besar responden adalah berjenis kelamin laki-laki yaitu sebanyak 13 responden atau 81.25%.
2. Tingkat nyeri responden sebelum di berikan terapi musik dan tehnik relaksasi nafas dalam seluruhnya mengalami nyeri sedang yaitu berjumlah 16 responden
3. Tingkat nyeri responden sesudah di berikan terapi musik dan tehnik relaksasi nafas dalam responden yang mengalami nyeri ringan berjumlah 11 orang (68.75%), dan yang mengalami nyeri sedang berjumlah 5 orang (31. 25%.)
4. Ada pengaruh terapi musik dan tehnik relaksasi nafas dalam terhadap penurunan tingkat nyeri luka Post Op Fraktur Di Ruang Bedah G2 Atas Rumah Sakit Prof. Dr. H. Aloei Saboe Kota Gorontalo, Berdasarkan pada uji statistik menggunakan uji *paired t test* pada tabel 6, maka di

dapatkan nilai signifikan yaitu *sig (2 tailed)* yaitu 0,000. Karena nilai *sig (2 tailed)* $< \alpha$ (0,05) sehingga disimpulkan H_0 ditolak, dan H_a diterima.

Saran

Penelitian ini dapat dijadikan sebagai bahan masukan dan evaluasi untuk meningkatkan mutu pelayanan dan asuhan keperawatan di Prof. dr. Aloei Saboe Kota Gorontalo. Sehingga pasien akan lebih nyaman dengan prosedur tindakan yang kita lakukan khususnya penerapan intervensi keperawatan tentang manajemen nyeri yang berhubungan dengan penerapan tehnik non farmakologi khususnya tehnik relaksasi nafas dalam dan terapi musik.

DAFTAR PUSTAKA

- Alfarini, Febry et.al. 2012. Perbedaan Efektivitas Penggunaan Tehnik Distraksi (Musik Klasik) dan Relaksasi (Nafas Dalam) Terhadap Penurunan Tingkat Kecemasan pada pasien Dengan Perawatan Luka Post Operasi Fraktur Ekstremitas Bawah di RSUD kota dan Kabupaen Pekelongan. Stikes Muhammadiyah Pekajangan. Pekalongan. *Skripsi*.
- Arfa, Mohamad. 2014. Pengaruh Teknik Relaksasi Nafas Dalam Terhadap Penurunan Nyeri Pada Pasien Post Operasi Appendisit di RSUD Prof. Dr. H. Aloei Saboe Kota Gorontalo. *Skripsi*. Universitas Negeri Gorontalo. Gorontalo
- Ayudianingsih, Novarizki Galuh. et.al. 2009. Pengaruh Tehnik Relaksasi Nafas Dalam Terhadap Penurunan Tingkat Nyeri Pada Pasien Pasca Operasi Fraktur Femur Di Rumah Sakit Karima Utama Surakarta. UMS. Surakarta. *Skripsi*.
- Fadlani, Wanda You. 2012. Terapi Perilaku Kognitif Distraksi Terhadap Intensitas Nyeri Pasien Dengan Fraktur Femur Yang Terpasang Traksi. Universitas Sumatra Utara . Sumatra. *Skripsi*.

- Faradisi, Firman. 2012. Efektivitas Terapi Murothal dan Terapi Musik Klasik Terhadap Penurunan Tingkat Kecemasan Pasien Pra Operasi Di Pekalongan. *Jurnal Ilmiah Kesehatan*. Vol 5 No 2. 1-11. *Jurnal*.
- Firdaus, Muhammad. 2014. Efektivitas Terapi Musik Mozart Terhadap Penurunan Intensitas Nyeri Pda Pasien Post Operasi Fraktur Ekstremitas Bawah. *JOM PSIK*. Vol 1 No 2. 1-8. *Jurnal*.
- Gilar, Mega Fajar et.al. 2014. Perbedaan Efektifitas Terapi Musik Klasik Dan Terapi Imanjinasi Terbimbing Terhadap Penurunan Intensitas Nyeri Pasca Bedah Mayor Abdomen Di RSUD Tugurejo.Poltekes Kemenkes. Semarang. *Skripsi*.
- Hanifah, Susi et.el (2013).Faktor-Faktor Yang Melatarbelakangi Pasien Patah Tulang Berobat Ke Pengobatan Tradisional .*Skripsi*
- Hartwig & Wilson, 2006. Patofisiologi: Konsep Klinis Proses-Proses Penyakit. Jakarta: EGC Penerbit Buku Kedokteran. II(6):1063-1103
- Kistiantari.Rury. 2009. Penatalaksanaa Terapi Latihan Pada Kondisi Post Operasi Fraktur Femur 1/3 Distal Dextra Dengan Pemasangan Plate And Screw Di RASL DR. Ramelan Surabaya. *Jurnal Penelitian*
- Kurnia. Hanifa et.al. 2012. Faktor-faktor Yang Melatarbelakangi Pasien patah Patah Tulang Berobat Ke Pengobatan Ahli Tulang Sumedang. Universitas Padjadjaan. Bandung.
- Makmuri. 2007. The Correlation Between Education Levels Toward Anxiety Level Of Fracture Femur Pre-Operated Patient At Prof. Dr Margono Soekarjo Hospital Of Purwokerto. *Jurnal Ilmiah Kesehatan Keperawatan*. Volume 3,no,2 : 108-115. *Jurnal*
- Potter P. A., Perry A. G. 2006. Buku Ajar Fundamental Keperawatan: Konsep, Proses, Praktik. Penerbit Buku Kedokteran EGC, Jakarta.
- Puspita, Ayu et.al 2013. Pengaruh Terapi Musik Klasik Terhadap Penurunan Nyeri Pada Pasien Post Sectio Caesarea Di Bangsal Kenanga Rsud Karanganyar. Stikes Kusuma Husada. Surakarta. *Skripsi*.
- Satria, Yunuzul.2014. Tehnik Relaksasi Nafas Dalam pada Pasien Pasca Operasi Fraktur Cruris di RSUD Dr. Moewardi. Stikes Kusuma Husada. Surakarta. *Skripsi*.
- Smeltzer, c suzane, Brenda g. bare. 2002. Buku ajar keperawatan medical-bedah edisi 8 vol EGC, Jakarta.
- Tamsuri A. 2007. Konsep dan Penatalaksanaan Nyeri. Penerbit Buku Kedokteran EGC, Jakarta.
- Tiana Yulis.2014. Pengaruh Intervensi Keperawatan Tehnik Relaksasi Autogenik Terhadap Penurunan Tingkat Kecemasan Pada Pasien Pre Operasi Di RSUD Ungaran. Stikes Ngudi Waluyo Ungaran. *Skripsi*.
- Yanuar,Alan. 2015. Pengaruh Terapi Musik Klasik Terhadap Intensitas Nyeri Pada Pasien Post Operasi Fraktur Di RSU PKU muhammadiyah Yogyakarta. UMY. Yogyakarta. *Skripsi*.