

STUDI KASUS TERAPI AUTOGENIK DALAM MENGURANGI NYERI PADA PASIEN POST EKSISI FAM DI SALAH SATU RUMAH SAKIT SWASTA DI BEKASI, JAWA BARAT

CASE STUDY OF THE EFFECTIVENESS OF AUTOGENIC THERAPY IN REDUCING PAIN IN POST-EXCISION FIBROADENOMA PATIENTS AT A PRIVATE HOSPITAL IN BEKASI, WEST JAVA

Joni Idola Zendrato¹, Netral Gulo², Elysabeth Sinulingga^{3*}

¹⁻³ Fakultas Keperawatan Universitas Pelita Harapan. Tangerang

Email: *elysabeth.sinulingga@uph.edu*

ABSTRAK

Fibroadenoma mammae atau FAM merupakan benjolan yang terdapat pada payudara dan merupakan tumor jinak. Salah satu penatalaksanaan medis pada FAM ialah dengan eksisi bedah. Salah satu efek samping yang timbul setelah eksisi bedah adalah nyeri. Penatalaksanaan nyeri dapat dilakukan dengan teknik farmakologi dan non-farmakologi. Salah satu intervensi keperawatan dalam mengurangi nyeri dengan teknik non-farmakologi ialah terapi autogenik. Terapi autogenik merupakan salah satu terapi relaksasi yang berdasarkan konsentrasi pasif dengan menggunakan persepsi tubuh yang difasilitasi oleh sugesti diri sendiri dan mempunyai manfaat dalam menurunkan nyeri, mengurangi stres dan ketegangan otot. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui efektivitas dari terapi autogenik dalam mengurangi nyeri pada pasien post eksisi FAM dengan pendekatan asuhan keperawatan. Studi kasus ini dilakukan kepada salah satu pasien post eksisi FAM dengan keluhan nyeri skala 5 saat beraktivitas dan skala 4 saat istirahat dengan indikator *Numeric Rating Scale* (NRS). Implementasi keperawatan terapi autogenik dilakukan kepada pasien selama 3 hari dengan durasi terapi 10 menit dan dilakukan 3 kali dalam sehari. Evaluasi yang didapatkan pada hari pertama nyeri pasien berkurang dari skala 5/4 menjadi skala nyeri 3/2, evaluasi hari kedua menjadi skala nyeri 2/1, evaluasi hari ketiga menjadi skala nyeri 1/0. Hasil penelitian menunjukkan bahwa terapi autogenik efektif dalam mengurangi nyeri pada pasien post eksisi FAM.

Kata kunci: *Fibroadenoma mammae*, Nyeri, Terapi autogenik, Non-farmakologi

ABSTRACT

Fibroadenoma mammae (FAM) is a benign breast tumor that presents as a lump. One of the medical treatments for FAM is surgical excision. A common side effect following surgical excision is pain. Pain management can be achieved through pharmacological and non-pharmacological methods. One non-pharmacological nursing intervention for pain relief is autogenic therapy. Autogenic therapy is a relaxation technique based on passive concentration and body perception, facilitated by self-suggestion, with proven benefits in reducing pain, stress, and muscle tension. This study aims to evaluate the effectiveness of autogenic therapy in reducing pain in patients following FAM excision, using a nursing care approach. This case study was conducted on a post-FAM excision patient who reported pain at a level of 5 during activity and 4 at rest, as measured using the Numeric Rating Scale (NRS). The nursing implementation of autogenic therapy was carried out for 3 days, with each session lasting 10 minutes, performed three times a day. On the first day, the patient's pain decreased from a 5/4 scale to a 3/2 scale, on the second day it decreased to a 2/1 scale, and by the third day, the pain was reduced to a 1/0 scale. The results indicate that autogenic therapy is effective in reducing pain in post-FAM excision patients.

Keywords: *Mammary fibroadenoma, Pain, Autogenic therapy, Non-pharmacology*

PENDAHULUAN

Bentuk benjolan pada payudara yang dikenal sebagai *fibroadenoma mammae*, juga dikenal sebagai FAM, adalah tumor jinak (Putri & Hudyono, 2015). Multifaktor dapat menyebabkan *fibroadenoma mammae*. Faktor endogen termasuk genetik heredofamilial, penebaran, nullipara, epigenetik, fungsi hormonal, stres psikis yang signifikan, dan status imun. Faktor eksogen termasuk konsumtif (kurangnya protein, vitamin A dan derivatnya, antioksidan, diet tinggi lemak), alkohol, perokok, pengguna terapi sulih hormon, trauma/pasca bedah lokal, dan diet tinggi lemak (Artini et al., 2021).

Data dari *International Agency for Research on Cancer* (IARC) tahun 2012, dikutip oleh Alini & Widya (2018), menunjukkan bahwa 40 kasus kanker payudara per 100.000 perempuan. Menurut data Globacan tahun 2020 dari Kemenkes RI (2022), jumlah kasus baru kanker payudara di Indonesia mencapai 68.858 kasus, atau 16,6% dari total 396.914 kasus kanker. Eksisi bedah adalah metode pengobatan *Fibroadenoma mammae*, tetapi prosedur ini dapat menyebabkan luka yang sakit setelahnya, menurut Putri & Hudyono (2015). Nyeri adalah pengalaman subjektif dan tidak menyenangkan yang disebabkan oleh kerusakan jaringan, untuk mengurangi

nyeri, baik terapi farmakologi maupun non-farmakologi dapat digunakan. Terapi autogenik adalah salah satu terapi non farmakologi yang dapat digunakan untuk mengurangi nyeri.

Menurut Mardiono (2016), terapi autogenik adalah salah satu jenis terapi relaksasi yang melibatkan menempatkan diri dalam keadaan terhipnotis ringan, yang membantu mengurangi nyeri, stres, dan ketegangan otot. Selain itu, terapi autogenik juga merupakan jenis terapi yang menggabungkan terapi musik, relaksasi nafas dalam, dan distraksi/hipnotis ringan. Berdasarkan hasil penelitian yang telah dilakukan oleh Syamsiah & Muslihat (2015) bahwa terapi autogenik mempunyai pengaruh dalam menurunkan skala nyeri pasien. Penelitian tersebut menggunakan desain *quasi eksperimen* dengan melakukan penelitian kepada 30 orang dengan diagnosis *abdominal pain* dan membagi dalam 2 kelompok yakni 15 orang kelompok intervensi dan 15 orang kelompok kontrol. Hasil dari penelitian menunjukkan perubahan rata-rata nilai *pretest* dan *posttest* sebelum diberikan terapi analgetik pada kelompok kontrol yakni nilai 8,33 pada *pretest*, dan nilai rata-rata *posttest* setelah diberikan terapi analgetik adalah 3,20, sedangkan pada kelompok intervensi menunjukkan perubahan rata-rata nilai *pretest* dan

posttest sebelum diberikan terapi analgetik dan terapi autogenik pada kelompok intervensi yakni nilai 8,53 pada *pretest*, dan nilai rata-rata *posttest* setelah diberikan terapi analgetik adalah 3,00.

Berbanding lurus dengan hasil penelitian yang telah dilakukan oleh Andriati (2019) pada pasien post *section caesaria* yang menunjukkan adanya pengaruh pemberian terapi autogenik dalam menurunkan skala nyeri pasien dengan rata-rata tingkat nyeri pada kelompok intervensi sesudah diberikan terapi relaksasi autogenic yaitu 2,88, dan pada kelompok kontrol yaitu 3,48. Terapi autogenik efektif dalam menurunkan skala nyeri pada pasien dengan berbagai kasus dan telah dibuktikan oleh beberapa penelitian yang telah dijelaskan. Namun, masih belum ada penelitian yang menunjukkan bahwa terapi autogenik efektif dalam mengurangi skala nyeri post eksisi FAM. Berdasarkan uraian diatas, maka peneliti tertarik dalam melakukan penelitian “Efektivitas Terapi Autogenik Pada Pasien Post Eksisi *Fibroadenoma Mammae*”.

METODE

Studi kasus ini dilakukan menggunakan pendekatan asuhan keperawatan kepada salah satu pasien post eksisi FAM dekstra

yang dilakukan di ruang rawat inap di salah satu rumah sakit swasta di Bekasi dari tanggal 24 hingga 26 Mei 2022. Terapi autogenik diberikan berdasarkan prosedur yang telah dilakukan pada penelitian sebelumnya serta terapi ini diberikan kepada pasien selama tiga hari, pada sore hari dengan durasi sepuluh menit setiap kali.

HASIL

Studi kasus ini dilakukan kepada pasien pasca eksisi FAM. Hasil pengkajian objektif dan data subjektif menunjukkan bahwa pasien merasakan nyeri. Berdasarkan pengkajian dengan wawancara, pasien merasakan nyeri dengan skala 5 dari 10 saat beraktivitas, dan skala 4 dari 10 saat istirahat dengan memakai NRS serta nyeri tidak menyebar dibagian tubuh lain. Data objektif menunjukkan pasien tampak meringis, gelisah, dan sulit berkonsentrasi. Pasien juga mengeluh mual post eksisi dan mengatakan bahwa kurang percaya diri setelah dilakukan tindakan operasi di payudaranya.

Dari data subjektif dan objektif yang telah dikaji maka masalah keperawatan pasien berdasarkan prioritas ialah nyeri akut, mual serta gangguan citra tubuh. Salah satu teknik non-farmakologi yang sebagai intervensi keperawatan yang dilakukan

pada pasien untuk mengurangi nyeri ialah terapi *autogenik*. Implementasi yang telah dilakukan kepada pasien selama tiga hari berturut-turut jam post operasi dilakukan terapi autogenik sebanyak 3 kali dalam sehari setelah efek farmakologi menurun dengan durasi 10 menit. Pasien mendapatkan terapi farmakologi post eksisi dengan dosis 30 mg diberikan secara IV dengan frekuensi pemberian empat kali dalam sehari selama 24 jam post operasi. Evaluasi yang didapatkan pada hari pertama nyeri pasien berkurang dari skala 5/4 menjadi skala nyeri 3/2, evaluasi hari kedua menjadi skala nyeri 2/1, evaluasi hari ketiga menjadi skala nyeri 1/0.

PEMBAHASAN

Terapi autogenik merupakan pengobatan non medis yang dilakukan secara mandiri untuk mengurangi nyeri. Salah satu strategi yang dapat digunakan perawat untuk mengatasi nyeri secara non-farmakologi adalah terapi relaksasi autogenik (Ati Nurhayati, 2015; Nurhayati, 2019). Pada studi kasus ini, pasien menerima terapi farmakologi yaitu *ketorolac* 30 mg. *Ketorolac* adalah *Nonsteroidal Anti-Inflammatory Drugs* (NSAID) prototipikal dengan sifat *antipiretik* dan *analgesik* (Haris, 2014). *Ketorolac* bekerja dengan cepat dalam mengatasi rasa nyeri yang dialami oleh pasien salah satunya adalah

nyeri setelah operasi. *ketorolac* memiliki bekerja dengan waktu puncak satu sampai dua jam pemberian secara *IntraVena* dan efek dapat bertahan sampai sekitar empat jam (Mims, 2022). Setelah efek *ketorolac* menurun kemungkinan rasa nyeri pada pasien akan timbul akibat dari faktor prediposisi nyeri pada pasien. Efek farmakologi pada terapi *ketorolac* menurun setelah empat jam, pasien mulai merasakan nyeri setelah efek farmakologi menurun. Pengkajian nyeri pada pasien menggunakan *tools* pengkajian nyeri PQRST, didapatkan hasil setelah efek analgesik menurun pasien mengeluhkan nyeri jika melakukan gerakan bangun dari tempat tidur, nyeri hilang timbul dan nyeri menetap, nyeri dirasakan seperti tumpul dengan skala 5 saat beraktivitas dan skala 4 saat istirahat dengan memakai NRS. Pasien terlihat meringis dan menjaga daerah yang terasa nyeri. Dari hal tersebut didapatkan bahwa setelah efek farmakologi analgesik menurun, pasien masih mengeluhkan nyeri.

Rencana keperawatan pasien yang direncanakan untuk penatalaksanaan nyeri akut adalah penatalaksanaan nyeri non medis dengan menggunakan teknik autogenik. Relaksasi autogenik merupakan psikoterapi psikofisiologis dasar yang menggunakan autosugesti dan pertama kali dikembangkan oleh seorang dokter dan psikiater Jerman yaitu J.H. Schultz pada

awal abad ke-20 (Kanji, White dan Ernst, 2006 dalam (Luh, Ekarini dan Krisanty, 2018). Relaksasi autogenik dilakukan dengan memadukan teknik relaksasi nafas dalam, relaksasi musikal, dan relaksasi hipnosis ringan.

Pemberian relaksasi autogenik memerlukan kesepakatan dengan pasien, penjelasan prosedur dan penggunaan teknik komunikasi yang efektif untuk menciptakan hubungan saling percaya antara pasien dan perawat. Pertama, pilihlah satu kata yang menenangkan pasien, misalnya “Alhamdulillah”, baringkan pasien pada posisi nyaman, pejamkan mata secara perlahan, ajarkan pasien untuk merilekskan seluruh bagian tubuh secara perlahan mulai dari kepala, bahu, punggung, tangan hingga kaki, ajari pasien bernapas perlahan: tarik napas melalui hidung, buang napas melalui mulut. Saat napas dihembuskan melalui mulut, ucapkan kata-kata yang menenangkan pasien, dengarkan alat musik yang disukai pasien dan kata-kata pengganggu yang dapat menenangkan pasien. Relaksasi autogenik dapat dilakukan dalam waktu sekitar 10 menit.

Setelah pasien merasa nyaman, mereka dapat membuka matanya secara perlahan. Dalam penelitian Jufri Jufri dkk. (2019), “Relaksasi Autogenik Nyeri post Operasi

Caesar di RSAD Kodam V Brawijaya Surabaya”, 36,7% dari 30 responden mengalami nyeri berat, 53,3% nyeri sedang, dan 10% nyeri ringan. Setelah menggunakan relaksasi autogenik didapatkan 6,7% mengalami nyeri berat, 33,3% dan 60% nyeri ringan. Hal ini menunjukkan terdapat perbedaan yang signifikan skala nyeri sebelum dan sesudah perlakuan dengan teknik relaksasi autogenik. Hal ini bertolak belakang dengan evaluasi pelaksanaan yang dilakukan pada pasien sejak hari pertama post operasi hingga hari ketiga pengobatan. Skala nyeri diubah dari skala nyeri sedang menjadi ringan.

Andriati., et al (2020) telah melakukan penelitian untuk mengetahui adanya pengaruh terapi autogenik dalam menurunkan nyeri pada pasien post SC. Hasil penelitian dari 25 responden 68% mengalami nyeri hebat terkontrol dengan skala nyeri 7-9 dan 32% mengalami nyeri sedang dengan skala nyeri 4-6 sebelum implemetasi *autogenik*. Sebanyak 20% mengalami nyeri sedang dengan skala nyeri 4 -6 dan 80% mengalami nyeri ringan dengan skala nyeri 1-3 setelah melakukan implementasi relaksasi *autogenik*. Hal ini menunjukkan Adanya perbedaan tingkat nyeri pada pasien post operasi sectio caesaria setelah diberikan terapi relaksasi *autogenik*. Hal ini sejalan dengan evaluasi

implementasi yang diberikan pada hari pertama perawatan post eksisi Fam, pasien mengalami penurunan tingkat nyeri dari 5/4 menjadi 3/2 setelah dilakukan implementasi relaksasi autogenik.

Hasil implementasi yang dilakukan kepada pasien pada hari kedua didapatkan skala nyeri sebelum melakukan terapi autogenik adalah 3/2. Setelah melakukan terapi autogenik didapatkan skala nyeri menjadi 2/1. Hasil tersebut menginterpretasikan bahwa penggunaan terapi autogenik efektif dalam menurunkan rasa nyeri. Penelitian lain yang dilakukan oleh Syamsuddin dan Dewi (2015) "Pengaruh Teknik Relaksasi Autogenik terhadap Penurunan Nyeri pada Pasien Apendiktomi" didapatkan 30 responden dirawat di ruang operasi dan menjalani prosedur relaksasi autogenik dan pasien terbanyak. Tingkat nyeri dapat diatasi dengan prosedur relaksasi autogenik, nyeri ringan sebanyak 2 responden (6,7%), nyeri sedang sebanyak 28 responden (93,3%) dan nyeri sedang sebanyak 29 responden (96. 7%) dan satu nyeri sedang (3,3%).

Dari hal tersebut menunjukkan efektivitas penggunaan penggunaan teknik autogenik untuk mengurangi nyeri. hal ini berbanding lurus dengan implementasi terapi autogenik kepada pasien pada hari terakhir dimana sebelum melakukan terapi autogenik pasien

mengatakan skala nyeri berada pada skala 2/1 dan menjadi 1/0 setelah dilakukan terapi autogenik. Namun perlu diperhatikan bahwa teknik relaksasi autogenik tidak efektif untuk anak di bawah usia 5 tahun, kurang motivasi atau individu dengan masalah mental dan emosional yang parah (Nuratam et al, 2022).

KESIMPULAN

Teknik non-farmakologi sangat penting dalam mengurangi nyeri pada pasien, tidak memiliki efek samping, tanpa menggunakan obat-obatan dan lebih cenderung menunjukkan perilaku *Caring*. Implementasi keperawatan terapi autogenik telah dilakukan kepada pasien post eksisi FAM selama tiga hari berturut-turut jam perawatan dengan durasi terapi 10 menit dan dilakukan 3 kali dalam sehari setelah efek farmakologi menurun. Evaluasi yang didapatkan pada hari pertama nyeri pasien berkurang dari skala 5/4 menjadi skala nyeri 3/2, evaluasi hari kedua menjadi skala nyeri 2/1, evaluasi hari ketiga menjadi skala nyeri 1/0. Berdasarkan asuhan keperawatan yang telah dilakukan kepada pasien, dapat disimpulkan bahwa terapi autogenik terbukti efektif dalam mengurangi nyeri post eksisi FAM pada pasien.

UCAPAN TERIMA KASIH

Penulis mengucapkan syukur kepada Tuhan Yang Maha Esa atas berkatnya sehingga studi kasus ini dapat selesai dengan baik. Penulis juga berterimakasih kepada partisipan yang telah bersedia dan meluangkan waktunya dalam studi kasus ini. Tidak lupa juga penulis

mengucapkan terimakasih kepada RS yang telah memberikan kesempatan dan memberikan fasilitas selama studi kasus ini berlangsung, serta kepada seluruh pihak yang telah mendukung dalam studi kasus ini sehingga dapat selesai dengan baik.

REFERENSI

- Alini., & Widya, L. (2018). Faktor-faktor yang menyebabkan kejadian fibroadenoma mammae (fam) pada pasien wanita yang berkunjung di poliklinik spesialis bedah umum rsud bengkalis. *Jurnal Ners* Volume 2 Nomor 1. 1-10. Diakses tanggal 27 Mei 2022. <https://journal.universitaspahlawan.ac.id/index.php/ners/article/viewFile/183/149>
- Andriati, R. (2019). Perbedaan pengaruh pemberian terapi relaksasi autogenic terhadap penurunan tingkat nyeri pada pasien post operasi sectio caesarea di rumah sakit buah hati ciputat. Edu dharma journal. *Jurnal Penelitian Dan Pengabdian Masyarakat*, 3(2), 9. Diakses tanggal 27 Mei 2022. <https://doi.org/10.52031/edj.v3i2.11>
- Andriati, R., Pratiwi, R. D., & Indah, F. P. S. (2019). The differences in the autogenic relaxation therapy's influences on reducing pain levels in postoperative sectio caesaria patients. *Malaysian Journal of Medical Research*. Vol. 3 (4) Oktober 2019. Diakses tanggal 27 Mei 2022. doi: 10.31674/mjmr.2019.v03i04.005
- Artini, B., Widari, N. P., & Safitri, R. A. (2021). Pengaruh pendidikan kesehatan tentang fibroadenoma mammae(fam) terhadap perilaku sadaripada remaja putri. *Jurnal Kebidanan*, Vol 10(2),, 23-32. Diakses tanggal 27 Mei 2022. <https://jurnal.stikeswilliambooth.ac.id/index.php/Keb/article/view/288>
- Ati Nurhayati, N., Andriyani, S., & Malisa, N. (2015). Relaksasi autogenik terhadap penurunan skala nyeri pada ibu post operasi sectio caesarea. *Jurnal Skolastik Keperawatan*, 1(2), 52-61. Diakses tanggal 27 Mei 2022. <https://doi.org/https://media.neliti.com/media/publications/130503-ID-none.pdf>
- Haris, R. (2014). Pengaruh dexamethason dan ketorolac terhadap kadar neutrofil pada pasien pascainsisi. *Uns.ac.id*. Diakses tanggal 24 Mei 2022. <https://digilib.uns.ac.id/dokumen/detail/42310/Perbedaan-Pengaruh-Dexamethason-Dan-Ketorolac-Terhadap-Kadar-Neutrofil-Pada-Pasien-Pascainsisi>
- Jufri, Permana, R. A., & Widagdo, I. (2019). Autogenic relaxation for postoperative caesarean section pain in rsad kodam v brawijaya surabaya. *International Conference of Kerta Cendekia Nursing Academy*, 1, 12–18. Diakses tanggal 27 Mei 2022. <http://ejournal-kertacendekia.id/index.php/ICKCNA>
- Kemenkes RI. (2022). Data Kanker Indonesia. Jakarta. Indonesia

- Mardiono, S., 2016. Pengaruh relaksasi autogenik terhadap penurunan tekanan darah pada klien hipertensi di wilayah kerja puskesmas 23 ilir Palembang tahun 2015. *Jurnal Keperawatan Soedirman (The Soedirman Journal of Nursing)*, 11(3), pp.192–200. Diakses tanggal 27 Mei 2022. <https://jks.fikes.unsoed.ac.id/index.php/jks/article/download/632/398>
- MIMS Online (2020). Ketorolac. Diakses tanggal 24 Mei 2022. <https://www.mims.com/indonesia/drug/info/tramadol?mtype=generic>
- Nurhayati, N., & Madsiri, M. (2019). Managing acute pain after abdominal surgery: examples from practice. *Gastrointestinal Nursing*, 17(8), 20-25. Diakses tanggal 27 Mei 2022. <https://www.magonlinelibrary.com/doi/abs/10.12968/gasn.2019.17.8.20>
- Putri, N. P., & Hudyono, J. (2015). Diagnosis dan penatalaksanaan fibroadenoma payudara. *Jurnal Kedokteran Meditek*, 20(53), 37-45. Diakses tanggal 27 Mei 2022. <http://ejournal.ukrida.ac.id/ojs/index.php/Meditek/article/view/1018/1161>
- Santika, M & Iskandar, S. (2021). Asuhan keperawatan nyeri akut pada pasien post operasi sectio caesarea dengan terapi relaksasi autogenik. *Jurnal Keperawatan Muhammadiyah Bengkulu*, Vol 09, Nor 01, April 2021; 17-22. Diakses tanggal 27 Mei 2022. DOI : 10.36085/jkmb.v9i1.1462
- Syamsiah, N., & Muslihat, E. (2015). Pengaruh terapi relaksasi autogenik terhadap tingkat nyeri akut pada pasien abdominal pain di IGD RSUD Karawang 2014. *Jurnal Keperawatan BSI*, 3(1). Retrieved from <https://ejournal.bsi.ac.id/ejurnal/index.php/jk/article/view/148>
- Syamsuddin, F., & Dewi, M. (2015). Pengaruh pemberian teknik relaksasi autogenik terhadap penurunan tingkat nyeri pada pasien post operasi appendiktomi. *Program Studi Ilmu Keperawatan Universitas Muhammadiyah Gorontalo*. Diakses tanggal 27 Mei 2022. <https://journal.umgo.ac.id/index.php/Zaitun/article/view/1252>

Lampiran Asuhan keperawatan

Data subjektif/ <i>Subjective Data</i>	Data Objektif/ <i>Objective Data</i>	Diagnosa keperawatan/ <i>Nursing Diagnosis</i>	Hasil yang diharapkan/ <i>Outcome Objectives</i>	Intervensi/ <i>Intervention</i>	Rasional/ <i>Rationale</i>	Implementasi	Evaluasi/ <i>Evaluation</i>
<ul style="list-style-type: none"> - Pasien mengatakan nyeri pada bagian luka operasi - Pasien mengatakan nyeri seperti tumpul dan menetap dengan skala 5 saat beraktivitas dan skala 4 saat istirahat - Pasien mengatakan nyeri tidak menyebar ke bagian tubuh lain - Pasien mengatakan sulit berkonsentrasi karena nyeri - Keluarga pasien mengatakan pasien sulit istirahat dan mengeluh karena rasa nyeri - Keluarga pasien mengatakan bahwa pasien tidak nafsu untuk makan karena merasakan nyeri 	<ul style="list-style-type: none"> - Pasien tampak balutan luka operasi mamae dekstra - Pasien tampak meringis - Pasien tampak gelisah - Pasien tampak sulit berkonsentrasi - Pasien tampak tidak bisa istirahat karena nyeri - Pasien tampak pucat - Makanan pasien tampak belum habis di tempat makanan - TTV Pasien: TD:113/80 mmHg Nadi 89 X/mnt RR 20 X/mnt Suhu 36.3 °C Nyeri 5/4 spO₂ 99% 	<p>Nyeri akut b.d agen cedera fisik:luka post operasi d.d pasien tampak meringis serta mengatakan nyeri di bagian luka operasi dengan skala 5/4 (Nanda, 2018)</p>	<p>Setelah dilakukan tindakan keperawatan selama 3 x 24 jam pada pasien, diharapkan nyeri pasien dapat teratasi, dengan Kriteria hasil:</p> <ul style="list-style-type: none"> - Pasien mampu mengenali nyeri (skala, intensitas, frekuensi dan tandanya). - Pasien mampu mengontrol nyeri (tahu penyebab nyeri serta mampu menggunakan teknik nonfarmakologi untuk mengurangi nyeri) - Pasien dapat melaporkan bahwa nyeri berkurang dengan skala nyeri ringan atau skala nyeri 0 serta dapat menggunakan manajemen nyeri - Pasien mampu menyatakan rasa nyaman - Pasien tampak tidak 	<p>Mandiri:</p> <ul style="list-style-type: none"> - Gunakan teknik komunikasi terapeutik untuk mengetahui pengalaman nyeri pasien - Kaji nyeri pasien secara komprehensif (P,Q,R,S,T serta faktor presipitasi) - Kaji kultur yang mempengaruhi nyeri pasien - Observasi adanya petunjuk non verbal mengenai ketidaknyamanan - Kontrol lingkungan yang dapat mempengaruhi nyeri seperti suhu ruangan, pencahayaan serta kebisingan - Kurangi faktor presipitasi nyeri pasien - Bantu pasien dan keluarga dalam menemukan dukungan pada pasien <p>Edukasi:</p> <ul style="list-style-type: none"> - Ajarkan pasien bagaimana manajemen 	<p>Mandiri:</p> <ul style="list-style-type: none"> - Komunikasi terapeutik merupakan salah satu komunikasi yang baik dalam melakukan pengkajian yang dapat membangun hubungan saling percaya pada pasien sehingga dapat memperoleh informasi yang lebih dalam selama melakukan pengkajian pada pasien - Membantu mengevaluasi derajat ketidaknyamanan dan efektivitas analgesia atau dapat mengungkapkan perkembangan komplikasi - Untuk mengetahui kultur/budaya yang dapat mempengaruhi nyeri pasien - Isyarat nonverbal dapat atau tidak dapat mendukung intensitas nyeri klien, tetapi mungkin merupakan satu-satunya indikator jika klien tidak dapat menyatakan secara verbal 	<p>Mandiri</p> <ul style="list-style-type: none"> - Melakukan komunikasi efektif dalam pengkajian pengalaman rasa nyeri pada pasien - Melakukan pengkajian nyeri secara komprehensif (P,Q,R,S,T serta faktor presipitasi) - Mengkaji kultur yang dapat mempengaruhi rasa nyeri pasien - Mengobservasi adanya petunjuk non verbal mengenai ketidaknyamanan setelah operasi - Mengontrol lingkungan pasien yang dapat mempengaruhi nyeri seperti suhu ruangan, pencahayaan serta kebisingan - Mengurangi faktor presipitasi nyeri 	<p>S:</p> <ul style="list-style-type: none"> - Pasien mengatakan nyeri berkurang menjadi skala 1/0 - Pasien mengatakan nyaman - Pasien mengatakan terapi autogenik yang diberikan dan diajarkan efektif dalam mengurangi nyeri pasien - Pasien mengatakan sudah mampu mengontrol nyeri - Pasien mengatakan sudah bisa berkonsentrasi dan dapat melakukan aktivitas dengan baik - Pasien mengatakan

			<p>meringis dan bisa beristirahat dengan baik</p> <ul style="list-style-type: none"> - TTV pasien dalam batas normal (BP: 120/80 mmHg, HR: 60-100x/m, RR: 12-24x/m, T:36,5-37,50C, SpO2: 95-100%) 	<p>nyeri nonfarmakolog</p> <p>Kolaborasi:</p> <ul style="list-style-type: none"> - Kolaborasi dengan dokter pemberian analgetik mengurangi pasien (Nanda, 2015) 	<p>teknik</p> <p>dengan terkait obat dalam nyeri</p>	<p>reduksi ansietas dan ketakutan dapat meningkatkan relaksasi dan kenyamanan</p> <ul style="list-style-type: none"> - Dengan mengontrol lingkungan, pasien dapat tenang serta tidak terdistraksi dengan situasi lingkungan yang dapat menyebabkan nyeri bertambah - Meningkatkan istirahat dan meningkatkan kemampuan koping - Supaya pasien dan keluarga dapat menemukan apa/siapa saja yang dapat mendukung pasien dalam membantu manajemen nyeri pasien <p>Edukasi:</p> <ul style="list-style-type: none"> - Dengan adanya manajemen nyeri nonfarmakologi, nyeri pasien dapat berkurang serta pasien dapat mengimplementasikannya secara mandiri setelah diajarkan <p>Kolaborasi:</p> <ul style="list-style-type: none"> - Melalui kolaborasi dengan dokter, pasien dapat mendapatkan obat analgetik dalam mengurangi nyeri yang dirasakan oleh pasien 	<p>pasien</p> <ul style="list-style-type: none"> - Membantu pasien dan keluarga dalam menemukan dukungan mengatasi nyeri pada pasien <p>Edukasi</p> <ul style="list-style-type: none"> - Mengajarkan pasien teknik mengatasi nyeri secara nonfarmakologi yaitu teknik autogenik <p>Kolaborasi</p> <ul style="list-style-type: none"> - Mengkolaborasi pemberian advice obat analgetik Ketroloral 30 mg QDS dalam mengurangi nyeri pasien 	<p>sudah bisa menghabiskan makanannya dan tidak terganggu akibat nyeri</p> <p>O:</p> <ul style="list-style-type: none"> - Pasien tampak ceria dan semangat - Pasien tampak dapat melakukan aktivitas dengan baik tanpa terganggu dengan nyeri - Pasien tampak menghabiskan makanannya <p>- TTV pasien:</p> <p>TD: 113/80 mmHg N: 89 X/mnt RR: 20 X/mnt T: 36.3 OC SN: 2/1 A: Masalah keperawatan nyeri akut teratasi. P: Intervensi dihentikan</p>
--	--	--	--	---	--	---	---	---

<ul style="list-style-type: none"> - Pasien mengatakan mual setelah selesai operasi - Pasien mengatakan tidak nafsu makan - Pasien mengatakan ingin muntah - Pasien mengatakan pusing 	<ul style="list-style-type: none"> - Pasien tampak berbaring dan lemas - Pasien tampak gelisah - Pasien tampak sekali-sekali reflek untuk muntah namun tidak muntah - Makanan pasien tampak belum habis - TTV pasien TD:113/80 mmHg, Nadi 89 X/mnt, RR 20 X/mnt, Suhu 36.3 OC, Nyeri 5/4, spO299% 	<p>Nausea b.d efekagen farmakologi d.d pasien mengatakan mual dan tidak nafsu untuk makan (Nanda 2018)</p>	<p>Setelah dilakukan tindakan keperawatan selama 3 x 24 jam pada pasien, diharapkan tingkat nausea menurun, dengan Kriteria hasil:</p> <ul style="list-style-type: none"> - keluhan muntah berkurang - perasaan ingin muntah berkurang - frekuensi, durasi, dan tingkat keparahan mual pasien berkurang 	<p>Mandiri:</p> <ul style="list-style-type: none"> - Lakukan pengkajian lengkap rasa mual termasuk frekuensi, durasi, tingkat mual, dan faktor yang menyebabkan pasien mual - Evaluasi efek mual terhadap nafsu makan pasien, aktivitas sehari-hari, dan pola tidur pasien - Anjurkan pasien mengurangi jumlah makanan yang bisa menimbulkan mual - Berikan istirahat dan tidur yang adekuat untuk mengurangi mual <p>Edukasi:</p> <ul style="list-style-type: none"> - Edukasi pasien supaya makan sedikit tapi sering dan dalam keadaan hangat <p>Kolaborasi:</p> <ul style="list-style-type: none"> - Kolaborasi pemberian antiemetik - (Nanda, 2015) 	<p>Mandiri:</p> <ul style="list-style-type: none"> - Untuk mengetahui rasa mual yang dialami oleh pasien serta penyebab mual - untuk mengetahui efek mual terhadap nafsu makan pasien serta perubahan dalam aktivitas ual. Rasional: Supaya mencegah terjadinya mual secara terus menerus - supaya dapat mengurangi sensasi mual pasien <p>Edukasi:</p> <ul style="list-style-type: none"> - Supaya menghindari pasien mengalami muntah serta nutrisi dapat masuk <p>Kolaborasi:</p> <ul style="list-style-type: none"> - supaya dapat membantu mengatasi sensasi mual pasien melalui terapi farmakologi. 	<p>Mandiri:</p> <ul style="list-style-type: none"> - Melakukan pengkajian lengkap rasa mual termasuk frekuensi, durasi, tingkat mual, dan faktor yang menyebabkan pasien mual - Mengevaluasi efek mual terhadap nafsu makan pasien, aktivitas sehari-hari, dan pola tidur pasien - Menganjurkan pasien mengurangi jumlah makanan yang bisa menimbulkan mual - Memberikan istirahat dan tidur yang adekuat untuk mengurangi mual <p>Edukasi:</p> <ul style="list-style-type: none"> - Mengedukasi pasien supaya makan sedikit tapi sering dan dalam keadaan hangat <p>Kolaborasi:</p> <ul style="list-style-type: none"> - Berkolaborasi 	<p>S:</p> <ul style="list-style-type: none"> - Pasien mengatakan sudah tidak mual - Pasien mengatakan sudah nafsu makan - Pasien mengatakan tidak pusing <p>O:</p> <ul style="list-style-type: none"> - Pasien tampak berbaring, - Pasien tampak tidak mual - Pasien tampak menghabiskan makanannya <p>TTV pasien: TD: 116/81 mmHg N: 76 X/mnt RR: 20 X/mnt T: 36.2 OC SN: 2/1 A: Masalah keperawatan nausea teratasi P: Intervensi</p>
---	--	--	--	--	---	--	--

						<p>memberian antiemetik - (Nanda, 2015)</p>	<p>dihentikan.</p>
<p>- Pasien mengatakan merasa bahwa dirinya kurang percaya diri setelah kedua payudara dilakukan tindakan operasi,</p> <p>- Pasien mengatakan merasa kehilangan sesuatu dari tubuhnya</p> <p>- Pasien mengatakan merasa dirinya sekarang kurang menarik dihadapan suaminya</p> <p>- Pasien mengatakan ingin seperti tubuhnys ysng dulu</p> <p>- Pasien sedikit malu memperlihatkan bekas operasi payudaranya saat pengkajian</p>	<p>- Pasien tampak sedih</p> <p>- Pasien tampak malu</p> <p>- Pasien tampak tidak melihat bagian payudaranya</p> <p>- Pasien tampak tidak menyentuh bagian payudaranya</p>	<p>Gangguan citra tubuh b.d eksisi FAM dektra d.d. pasien merasa kurang percaya diri serta merasa kurang menarik dihadapan suaminya setelah dilakukan operasi bagian payudaranya (Nanda, 2018)</p>	<p>Setelah dilakukan tindakan keperawatan selama 3 x 24 jam pada pasien, diharapkan gangguan citra tubuh pasien dapat teratasi, dengan: Kriteria hasil:</p> <ul style="list-style-type: none"> - Body image pasien positif - Pasien mampu mengidentifikasi kekuatan personal - Pasien mampu mendiskripsikan secara faktual perubahan fungsi tubuh <p>Pasien dapat mempertahankan interaksi sosial</p>	<p>Mandiri</p> <ul style="list-style-type: none"> - Identifikasi harapan citra tubuh berdasarkan tahap perkembangan - Identifikasi perubahan citra tubuh yang mengakibatkan ketidakpercayaan diri - Monitor apakah pasien bisa melihat bagian tubuh yang berubah - Diskusikan perubahan tubuh dan fungsinya - Diskusikan perbedaan penampilan fisik terhadap harga diri - Diskusikan cara mengembangkan harapan citra tubuh secara realistis <p>Edukasi</p> <ul style="list-style-type: none"> - Jelaskan kepada suami dan keluarga tentang perawatan perubahan citra tubuh - Latih peningkatan penampilan diri - Latih fungsi tubuh yang lain yang dimiliki (SIKI, 2016) 	<p>Mandiri</p> <ul style="list-style-type: none"> - Membantu mengetahui citra tubuh pasien - Untuk mengetahui citra tubuh pasien yang menyebabkan ketidakpercayaan diri - Agar pasien berani melihat tubuh yang mengalami perubahan bentuk - Untuk pasien mengetahui perubahan fungsi tubuh yang berubah - Agar pasien dapat memahami perbedaan fisik dan peningkatan harga diri - Agar pasien dapat meningkatkan harapan secara realistis terhadap perubahan fungsi tubuh <p>Edukasi</p> <ul style="list-style-type: none"> - Agar suami pasien dan keluarga dapat menerima pasien dan mendukung pasien untuk meningkatkan citra tubuh - Agar pasien dapat meningkatkan penampilan dan harga diri - Agar pasien dapat meningkatkan fungsi tubuh pasien yang lain 	<p>Mandiri</p> <ul style="list-style-type: none"> - mengidentifikasi harapan citra tubuh berdasarkan tahap perkembangan pada pasien - mengidentifikasi perubahan citra tubuh yang mengakibatkan ketidakpercayaan diri - memonitor apakah pasien bisa melihat bagian tubuh yang berubah - mendiskusikan perubahan tubuh dan fungsinya - mendiskusikan perbedaan penampilan fisik terhadap harga diri - mendiskusikan cara mengembangkan harapan citra tubuh secara realistis - Edukasi menjelaskan kepada suami dan keluarga tentang perawatan perubahan citra tubuh - melatih peningkatan penampilan diri 	<p>S:</p> <ul style="list-style-type: none"> - Pasien mengatakan sudah mulai belajar terkait penerimaan diri - Pasien mengatakan sudah percaya diri terhadap tubuhnya - Pasien mengatakan sudah tidak malu dihadapan suaminya <p>O:</p> <ul style="list-style-type: none"> - Pasien tampak tidak sedih - Pasien tampak ceria - Keluarga pasien memberikan dukungan pada pasien <p>A: Masalah keperawatan</p>

							gangguan citra tubuh teratasi.
--	--	--	--	--	--	--	-----------------------------------