

**KARYA ILMIAH AKHIR NERS**

**PENERAPAN TERAPI RELAKSASI OTOT PROGRESIF  
DALAM PEMENUHAN RASA NYAMAN UNTUK  
MENURUNKAN NYERI PADA PASIEN PASCA  
OPERASI LAPAROTOMI DI RSUP DR.  
SOERADJI TIRTONEGORO KLATEN**



**LUTHFIANI SYAFA  
P71203124074**

**PROGRAM STUDI PENDIDIKAN PROFESI NERS PROGRAM PROFESI  
POLITEKNIK KEMENTERIAN KESEHATAN YOGYAKARTA  
TAHUN 2025**

**KARYA ILMIAH AKHIR NERS**

**PENERAPAN TERAPI RELAKSASI OTOT PROGRESIF  
DALAM PEMENUHAN RASA NYAMAN UNTUK  
MENURUNKAN NYERI PADA PASIEN PASCA  
OPERASI LAPAROTOMI DI RSUP DR.  
SOERADJI TIRTONEGORO KLATEN**

Diajukan sebagai salah satu syarat memperoleh gelar Ners



**LUTHFIANI SYAFA  
P71203124074**

**PROGRAM STUDI PENDIDIKAN PROFESI NERS PROGRAM PROFESI  
POLITEKNIK KEMENTERIAN KESEHATAN YOGYAKARTA  
TAHUN 2025**

## PERSETUJUAN PEMBIMBING

KARYA ILMIAH AKHIR NERS (KIAN)  
“Penerapan Terapi Relaksasi Otot Progresif dalam Pemenuhan Rasa Nyaman  
untuk Menurunkan Nyeri pada Pasien Pasca Operasi Laparotomi  
di RSUP Dr. Soeradji Tirtonegoro Klaten”

Disusun oleh :  
LUTHFIANI SYAFA  
P71203124074

telah disetujui oleh pembimbing pada tanggal :  
27 Mei 2025

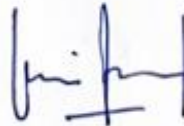
Menyetujui,

Pembimbing Utama,



Ns. Ida Mardalena, S.Kep., M.Si  
NIP. 197107181994032003

Pembimbing Pendamping,



Dr. Umi Istianah, S.Kep.,Ns., M.Kep.,Sp.MB  
NIP. 197108071994032002

Yogyakarta, 27 Mei 2025

Ketua Jurusan Keperawatan



Bondan Palestro, SKM., M.Kep., Sp.Kom.  
NIP. 197207161994031005

## HALAMAN PENGESAHAN

### KARYA ILMIAH AKHIR NERS (KIAN)

“Penerapan Terapi Relaksasi Otot Progresif dalam Pemenuhan Rasa Nyaman  
untuk Menurunkan Nyeri pada Pasien Pasca Operasi Laparotomi  
di RSUP Dr. Soeradji Tirtonegoro Klaten”

Disusun oleh :  
LUTHFIANI SYAFA  
P71203124074

Telah dipertahankan dalam seminar di depan Dewan Penguji  
Pada tanggal 3 Juni 2025

### SUSUNAN DEWAN PENGUJI

Ketua,  
Dr. Catur Budi Susilo, S.Pd, S.Kp, M.Kes (.....)  
NIP. 196406301988031004

Anggota,  
Ns. Ida Mardalena, S.Kep., M.Si (.....)  
NIP. 197107181994032003

Anggota,  
Dr. Umi Istianah, S.Kep., Ns., M.Kep., Sp.MB (.....)  
NIP. 197108071994032002

Yogyakarta, 10 Juni 2025

Ketua Jurusan Keperawatan

Bondan Palestin, SKM., M.Kep. Sp.Kom.  
NIP. 197207161994031005

## HALAMAN PERNYATAAN ORISINALITAS

Karya ilmiah akhir Ners ini adalah hasil karya saya sendiri, dan semua sumber baik yang dikutip maupun dirujuktelah saya nyatakan dengan benar.

Nama : Luthfiani Syafa

NIM : P712023124074

Tanda Tangan :



Tanggal : 27 Mei 2025

## HALAMAN PERNYATAAN PERSETUJUAN PUBLIKASI KIAN UNTUK KEPENTINGAN AKADEMIS

---

Sebagai civitas akademik Poltekkes Kemenkes Yogyakarta, saya yang bertanda tangan di bawah ini:

Nama : Luthfiani Syafa  
NIM : P71203124074  
Program Studi : Pendidikan Profesi Ners  
Jurusan : Keperawatan

Demi pengembangan ilmu pengetahuan, menyetujui untuk memberikan kepada Poltekkes Kemenkes Yogyakarta Hak Bebas Royalti Noneksklusif (**Non-exclusive Royalty- Free Right**) atas Tugas Akhir Profesi Ners (KIAN) saya yang berjudul :

“Penerapan Terapi Relaksasi Otot Progresif dalam Pemenuhan Rasa Nyaman untuk Menurunkan Nyeri pada Pasien Pasca Operasi Laparotomi di RSUP Dr. Soeradji Tirtonegoro Klaten”

Beserta perangkat yang ada (jika diperlukan). Dengan Hak Bebas Royalti Noneksklusif ini Poltekkes Kemenkes Yogyakarta berhak menyimpan, mengalihmedia/formatkan, mengelola dalam bentuk pangkalan data (database), merawat, dan mempublikasikan tugas akhir saya selama tetap mencantumkan nama saya sebagai penulis/pencipta dan sebagai pemilik Hak Cipta.

Demikian pernyataan ini saya buat dengan sebenarnya.

Dibuat di : Yogyakarta  
Pada tanggal : 27 Mei 2025

Yang menyatakan

  
(Luthfiani Syafa)

## KATA PENGANTAR

Puji syukur saya panjatkan kepada Tuhan Yang Maha Esa karena atas berkat dan rahmat-Nya, saya dapat menyelesaikan atas Tugas Akhir Profesi Ners (KIAN) saya yang berjudul “Penerapan Terapi Relaksasi Otot Progresif dalam Pemenuhan Rasa Nyaman untuk Menurunkan Nyeri pada Pasien Pasca Operasi Laparotomi di RSUP Dr. Soeradji Tirtonegoro Klaten”. Penulisan KIAN ini dilakukan dalam rangka memenuhi salah satu syarat untuk mencapai gelar Profesi Ners pada Program Studi Pendidikan Profesi Ners Jurusan Keperawatan Poltekkes Kemenkes Yogyakarta. KIAN ini terwujud atas bimbingan, pengarahan, dan bantuan dari berbagai pihak yang tidak bisa penulis sebutkan satu persatu dan pada kesempatan ini penulis menyampaikan ucapan terima kasih kepada :

1. Dr. Iswanto, S.Pd., M.Kes selaku Direktur Poltekkes Kemenkes Yogyakarta
2. Bondan Palestin, SKM., M.Kep., Sp.Kom. selaku Ketua Jurusan Keperawatan Poltekkes Kemenkes Yogyakarta.
3. Ns. Harmilah., S.Kep., Ns., M.Kep., Sp.MB selaku Ketua Prodi Pendidikan Profesi Ners Poltekkes Kemenkes Yogyakarta
4. Ns. Ida Mardalena, S.Kep., M.Si selaku pembimbing utama dan anggota dewan penguji yang selalu memberikan bimbingan, arahan, saran, dan motivasi dalam penyusunan Karya Ilmiah Akhir Ners (KIAN) ini
5. Dr. Umi Istianah, S.Kep., Ns., M.Kep., Sp.MB selaku pembimbing pendamping dan anggota dewan penguji yang telah memberikan bimbingan, arahan, saran, dan motivasi dalam penyusunan Karya Ilmiah Akhir Ners (KIAN) ini
6. Dr. Catur Budi Susilo, S.Pd, S.Kp, M.Kes selaku ketua dewan penguji yang telah memberikan koreksi, saran, dan masukan dalam penyusunan Karya Ilmiah Akhir Ners (KIAN) ini
7. Bapak Kusnan, S.Kep., Ns., selaku pembimbing Rumah Sakit yang telah memfasilitasi dan memberikan bimbingan, arahan, dan motivasi untuk melakukan penyusunan Karya Ilmiah Akhir Ners (KIAN) di Ruang Melati 3 RSUP Dr. Soeradji Tirtonegoro Klaten
8. Pasien dan keluarga kelolaan yang telah berpartisipasi pada penelitian ini

9. Orang tua dan keluarga saya yang telah memberikan bantuan dukungan material dan moral
10. Sahabat yang telah banyak membantu saya dalam menyelesaikan KIAN ini
11. Semua pihak yang tidak dapat peneliti sebut satu persatu yang telah membantu menyelesaikan karya tulis ini

Akhir kata, saya berharap Tuhan Yang Maha Esa berkenan membalas segala kebaikan semua pihak yang telah membantu. Semoga Karya Tulis ini membawa manfaat bagi pengembangan ilmu yang ada.

Yogyakarta, 7 April 2025

Penulis

## DAFTAR ISI

|                                                                                       |           |
|---------------------------------------------------------------------------------------|-----------|
| HALAMAN SAMPUL .....                                                                  | i         |
| HALAMAN JUDUL.....                                                                    | i         |
| PERSETUJUAN PEMBIMBING.....                                                           | ii        |
| HALAMAN PENGESAHAN.....                                                               | iii       |
| HALAMAN PERNYATAAN ORISINALITAS.....                                                  | iv        |
| HALAMAN PERNYATAAN PERSETUJUAN PUBLIKASI KIAN.....                                    | v         |
| KATA PENGANTAR .....                                                                  | vi        |
| DAFTAR ISI.....                                                                       | viii      |
| DAFTAR TABEL.....                                                                     | x         |
| DAFTAR GAMBAR .....                                                                   | xi        |
| DAFTAR LAMPIRAN.....                                                                  | xii       |
| ABSTRAK.....                                                                          | xiii      |
| ABSTRACT.....                                                                         | xiv       |
| <b>BAB I PENDAHULUAN.....</b>                                                         | <b>1</b>  |
| A. Latar Belakang .....                                                               | 1         |
| B. Tujuan.....                                                                        | 4         |
| C. Manfaat.....                                                                       | 5         |
| D. Ruang Lingkup.....                                                                 | 6         |
| <b>BAB II TINJAUAN PUSTAKA.....</b>                                                   | <b>7</b>  |
| A. Konsep Teori Kebutuhan Rasa Aman Nyaman pada Pasien Pasca Operasi Laparotomi ..... | 7         |
| B. Konsep Laparotomi .....                                                            | 9         |
| C. Konsep Nyeri pada Pasien Pasca Operasi Laparotomi .....                            | 10        |
| D. Konsep Relaksasi Otot Progresif.....                                               | 19        |
| E. Hasil Literatur <i>Review</i> .....                                                | 24        |
| F. <i>Web of Caution (WOC)</i> .....                                                  | 32        |
| <b>BAB III METODE PENELITIAN .....</b>                                                | <b>33</b> |
| A. Laporan Studi Kasus .....                                                          | 33        |
| B. Rancangan Studi Kasus .....                                                        | 38        |
| <b>BAB IV LAPORAN KASUS.....</b>                                                      | <b>46</b> |
| A. Pengkajian Keperawatan .....                                                       | 46        |
| B. Diagnosis Keperawatan.....                                                         | 50        |
| C. Perencanaan Keperawatan.....                                                       | 51        |
| D. Implementasi Keperawatan .....                                                     | 52        |

|                                   |           |
|-----------------------------------|-----------|
| E. Evaluasi Keperawatan .....     | 56        |
| <b>BAB V PEMBAHASAN .....</b>     | <b>58</b> |
| A. Pengkajian Keperawatan .....   | 58        |
| B. Diagnosis Keperawatan.....     | 62        |
| C. Perencanaan Keperawatan.....   | 65        |
| D. Implementasi Keperawatan ..... | 68        |
| <b>BAB VI PENUTUP .....</b>       | <b>77</b> |
| A. Kesimpulan.....                | 77        |
| B. Saran.....                     | 78        |
| DAFTAR PUSTAKA .....              | 79        |
| LAMPIRAN.....                     | 83        |

## DAFTAR TABEL

|                                                            |    |
|------------------------------------------------------------|----|
| Tabel 1. Tanda dan Gejala Nyeri Menurut SDKI (2017).....   | 12 |
| Tabel 2. Pengkajian Nyeri (PQRST).....                     | 15 |
| Tabel 3. Hasil Review Literatur .....                      | 26 |
| Tabel 4. Hasil Pemeriksaan Penunjang <i>Abnormal</i> ..... | 49 |
| Tabel 5. Diagnosis Keperawatan.....                        | 50 |
| Tabel 6. Evaluasi Keperawatan.....                         | 56 |

## DAFTAR GAMBAR

|                                                                       |    |
|-----------------------------------------------------------------------|----|
| Gambar 1. <i>Numerical Rating Scales (NRS)</i> .....                  | 16 |
| Gambar 2. <i>Visual Analog Scale (VAS)</i> .....                      | 17 |
| Gambar 3. <i>Wong-Baker FACES Pain Rating Scale</i> .....             | 18 |
| Gambar 4. <i>Web of Caution (WOC) Post Operasi</i> .....              | 32 |
| Gambar 5. Grafik Penurunan Skala Nyeri Pasien Setelah Terapi.....     | 72 |
| Gambar 6. Grafik Penurunan Tekanan Darah Pasien Setelah Terapi .....  | 74 |
| Gambar 7. Grafik Penurunan Frekuensi Nadi Pasien Setelah Terapi ..... | 74 |

## DAFTAR LAMPIRAN

|                                                           |     |
|-----------------------------------------------------------|-----|
| Lampiran 1. SOP Terapi Relaksasi Otot Progresif .....     | 84  |
| Lampiran 2. Lembar Wawancara.....                         | 87  |
| Lampiran 3. Lembar Observasi.....                         | 89  |
| Lampiran 4. Lembar Dokumentasi .....                      | 91  |
| Lampiran 5. Asuhan Keperawatan Partisipan I (Ny. W) ..... | 92  |
| Lampiran 6. Asuhan Keperawatan Partisipan II (Ny. K)..... | 117 |