

**PENERAPAN TEKNIK RELAKSASI OTOT PROGRESIF
UNTUK MENGURANGI TINGKAT NYERI PADA KLIEN
ARTRITIS GOUT DI WILAYAH KERJA
PUSKESMAS KARYA WANITA**

KARYA TULIS ILMIAH STUDI KASUS

**LAILATUL ISTIQMA
NIM. P032114401022**



**KEMENTERIAN KESEHATAN REPUBLIK INDONESIA
POLTEKKES KEMENKES RIAU
PRODI D-III KEPERAWATAN
PEKANBARU
2024**

**PENERAPAN TEKNIK RELAKSASI OTOT PROGRESIF
UNTUK MENGURANGI TINGKAT NYERI PADA KLIEN
ARTRITIS GOUT DI WILAYAH KERJA
PUSKESMAS KARYA WANITA**

Karya Tulis Ilmiah Studi Kasus ini disusun Sebagai Salah Satu Syarat
Menyelesaikan Program Pendidikan Diploma III Keperawatan

**LAILATUL ISTIQMA
NIM. P032114401022**



**KEMENTERIAN KESEHATAN REPUBLIK INDONESIA
POLTEKES KEMENKES RIAU
PRODI D-III KEPERAWATAN
PEKANBARU
2024**

PERNYATAAN KEASLIAN TULISAN

Saya yang bertanda tangan di bawah ini:

Nama : Lailatul Istiqma

NIM : P032114401022

Program Studi : DIII Keperawatan

Institusi : Poltekkes Kemenkes Riau

Menyatakan dengan sebenarnya bahwa Karya Tulis Ilmiah yang saya tulis ini adalah benar-benar merupakan hasil karya sendiri dan bukan merupakan pengambil alihan tulisan atau pikiran orang lain yang saya akui sebagai hasil tulisan atau pikiran saya sendiri.

Apabila dikemudian hari terbukti atau dapat dibuktikan Karya Tulis Ilmiah ini hasil jiplakan, maka saya bersedia menerima sanksi atas perbuatan tersebut.

Pekanbaru, 20 Mei 2024

Pembuat Pernyataan



Lailatul Istiqma

NIM. P032114401022

Mengetahui,

Pembimbing Utama

Ns. Idayanti, SPd., S.Kep., M.Kes

NIP. 196910221994032002

Pembimbing Pendamping

Ns. Sri Novita Y., S.Kep., M.Kep., Sp.Kep.K

NIP. 198607122008122002

LEMBAR PERSETUJUAN

Karya Tulis Ilmiah oleh Lailatul Istiqma NIM P032114401022 dengan judul “Penerapan Teknik Relaksasi Otot Progresif Untuk Mengurangi Tingkat Nyeri Pada Klien Artritis Gout di Wilayah Kerja Puskesmas Karya Wanita” telah diperiksa dan disetujui untuk diujikan pada seminar hasil Program Studi Diploma Tiga Keperawatan, Jurusan Keperawatan Poltekkes Kemenkes Riau.

Pekanbaru, 20 Mei 2024

Pembimbing Utama

Pembimbing Pendamping



Ns. Idayanti, SPd., S.Kep., M.Kes

Ns. Sri Novita Y., S.Kep. M.Kep, S.p.Kep.K

NIP. 196910221994032002

NIP. 198607122008122002

HALAMAN PENGESAHAN

Karya Tulis Ilmiah oleh Lailatul Istiqma NIM P032114401022 dengan judul “Penerapan Teknik Relaksasi Otot Progresif Untuk Mengurangi Tingkat Nyeri Pada Klien Arthritis Gout Di Wilayah Kerja Puskesmas Karya Wanita” telah dipertahankan di depan tim penguji Program Studi Diploma Tiga Keperawatan. Jurusan Keperawatan Poltekkes Kemenkes Riau pada tanggal 28 Mei 2024.

Tim Penguji

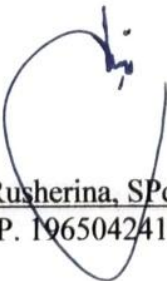
Penguji Ketua : Ns. Idayanti, SPd., S.Kep., M.Kes ()

Penguji Anggota I : Ns. Usraleli, S.Kep., M.Kep ()

Penguji Anggota II : Husnan, S.Kp., MKM ()

Mengetahui Ketua Jurusan Keperawatan

Poltekkes Kemenkes Riau


Ns. Hj. Ruserina, SPd., S.Kep., M.Kes
NIP. 196504241988032002

KATA PENGANTAR

Puji Syukur penulis ucapkan kehadiran Allah SWT karena atas Rahmat-Nya penulis dapat menyelesaikan Karya Tulis Ilmiah ini dengan baik yang berjudul “Penerapan Teknik Relaksasi Otot Progresif Untuk Mengurangi Tingkat Nyeri Pada Klien Arthritis Gout Di Wilayah Kerja Puskesmas Karya Wanita”. Karya Tulis Ilmiah ini disusun sebagai salah satu syarat untuk memenuhi Tugas Akhir Program Studi Diploma III Keperawatan Jurusan Keperawatan Politeknik Kesehatan Kemenkes Riau.

Atas terselesaikannya Karya Tulis Ilmiah ini, penulis mengucapkan terima kasih kepada:

1. Ibu Rully Hevriani, SST, Bdn, M.Keb, M.H, selaku Direktur Politeknik Kesehatan Kemenkes Riau
2. Ibu Hj. Rusherina, SPd, S.Kep, M.Kes, selaku Ketua Jurusan Keperawatan Politeknik Kesehatan Kemenkes Riau
3. Ibu Ns. Idayanti, SPd., S.Kep., M.Kes, selaku Ketua Program Studi Diploma III Keperawatan Politeknik Kesehatan Kemenkes Riau sekaligus sebagai Pembimbing I yang telah memberikan pengarahan, bimbingan dan masukan kepada penulis
4. Ibu dr. Elisabeth Dewi Agustine, MARS selaku kepala Puskesmas Karya Wanita yang telah ikut serta membantu dalam penulisan Karya Tulis Ilmiah ini

5. Ibu Ns. Sri Novita Yuliyet, S.Kep., M.Kep., Sp.Kep.K, selaku Dosen Pembimbing II yang telah memberikan pengarahan, bimbingan dan masukan kepada penulis
6. Bapak dan Ibu dosen Jurusan Keperawatan Politeknik Kesehatan Kemenkes Riau yang telah memberikan ilmu kepada penulis
7. Yang paling berharga, tiada tara, dunia dan surga kepada Kedua Orang Tua tercinta Bapak Zulkifli dan Ibu Milistri serta kakak satu-satunya Sabna Rantia dan keluarga tercinta yang telah membesarkan penulis dengan penuh kasih sayang hingga mendapatkan pendidikan yang terbaik serta telah memberikan dukungan dan doa yang tulus kepada penulis
8. Teman seperjuangan angkatan 2021 terkhusus kepada Fathin, Dilla, Chai, Yati dan Intan yang telah membantu penulis selama 3 tahun terakhir dalam proses pendidikan

Penulis berharap semoga Karya Tulis Ilmiah Studi Kasus ini dapat bermanfaat bagi semua pihak yang membutuhkan Amiin.

Pekanbaru, 20 Mei 2024

Lailatul Istiqma

DAFTAR ISI

HALAMAN SAMPUL DEPAN	i
HALAMAN SAMPUL DALAM	ii
HALAMAN PERNYATAAN KEASLIAN TULISAN	iii
HALAMAN PERSETUJUAN	iv
HALAMAN PENGESAHAN	v
KATA PENGANTAR	vi
ABSTRAK	viii
ABSTRACT	ix
DAFTAR ISI	x
DAFTAR TABEL	xii
DAFTAR GAMBAR	xiii
DAFTAR LAMPIRAN	xiv
BAB I PENDAHULUAN	1
1.1 Latar Belakang	1
1.2 Rumusan Masalah	6
1.3 Tujuan Studi Kasus	6
1.4 Manfaat Studi Kasus	7
BAB 2 TINJAUAN KASUS	8
2.1 Konsep Dasar Lansia.....	8
2.1.1 Definisi lansia.....	8
2.1.2 Batasan-batasan lanjut usia	8
2.1.3 Karakteristik lansia.....	9
2.1.4 Tipe-tipe lansia.....	10
2.2 Konsep Arthritis Gout	11
2.2.1 Pengertian.....	11
2.2.2 Etiologi	12
2.2.3 Faktor pencetus terjadinya endapan kristal urat.....	14
2.2.4 Patofisiologi	15
2.2.5 Manifestasi klinis	16
2.2.6 Pemeriksaan penunjang.....	17
2.2.7 Penatalaksanaan	18
2.2.8 Pencegahan.....	19
2.2.9 Komplikasi	22
2.3 Konsep Nyeri.....	22
2.3.1 Definisi nyeri.....	22
2.3.2 Fisiologi nyeri	23
2.3.3 Penyebab nyeri	24
2.3.4 Faktor yang mempengaruhi respon nyeri.....	25

2.3.5	Klasifikasi nyeri	25
2.3.6	Penatalaksanaan nyeri	27
2.3.7	Instrumen pengkajian nyeri	30
2.4	Konsep Terapi Relaksasi Otot Progresif	31
2.4.1	Pengertian terapi relaksasi otot progresif	31
2.4.2	Manfaat relaksasi otot progresif	31
2.4.3	Indikasi teknik relaksasi otot progresif	32
2.4.4	Kontraindikasi teknik relaksasi otot progresif	32
2.4.5	Hal-hal yang perlu diperhatikan	33
2.4.6	Waktu pelaksanaan	33
2.4.7	Penelitian-Penelitian Terkait	33
BAB 3	METODE PENELITIAN	36
3. 1	Jenis dan Desain Studi Kasus	36
3. 2	Subyek Studi Kasus	36
3.2.1	Kriteria inklusi	37
3.2.2	Kriteria eksklusi	37
3. 3	Fokus Studi	37
3. 4	Definisi Operasional Fokus Studi	37
3. 5	Tempat dan waktu	38
3. 6	Metode Pengumpulan Data	38
3. 7	Cara Pengolahan Data	40
3. 8	Penyajian Data	41
3. 9	Etika Penelitian	41
BAB 4	HASIL DAN PEMBAHASAN	43
4.1	Hasil dan Studi Kasus	43
4.2	Pembahasan	50
4.3	Keterbatasan Studi Kasus	56
BAB 5	KESIMPULAN DAN SARAN	58
5.1	Kesimpulan	58
5.2	Saran	58
DAFTAR PUSTAKA		
LAMPIRAN-LAMPIRAN		

DAFTAR TABEL

Tabel 2. 1 Klasifikasi Nyeri Berdasarkan Lama/Durasinya.....	26
Tabel 2. 2 Penelitian-Penelitian Terkait Dengan Teknik Relaksasi Otot Progresif .	34
Tabel 4.1 Data Umum Dan Skala Nyeri Sendi Sebelum Dilakukan Tindakan Teknik Relaksasi Otot Progresif	47
Tabel 4.2 Hasil Observasi Pengukuran Tingkat Nyeri Sebelum Dan Sesudah Diberikan Teknik Relaksasi Otot Progresif	48
Tabel 4.3 Hasil Tingkat Nyeri Subyek I Dan Subyek II Pada Saat Sebelum Dan Sesudah Pemberian Teknik Relaksasi Otot Progresif.....	49

DAFTAR GAMBAR

Gambar 2. 1 <i>The Numerical Rating Scale (NRS)</i>	30
-----------------------------------------------------------	----

DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran 1 SOP Teknik Relaksasi Otot Progresif
Lampiran 2 Lembar Informed Consent.....
Lampiran 3 Lembar Wawancara.....
Lampiran 4 Lembar Observasi.....
Lampiran 5 Surat Keterangan Setelah Riset
Lampiran 6 Surat Izin Riset
Lampiran 7 Lembar Bimbingan

Dokumentasi