KARYA ILMIAH
PENERAPAN RELAKSASI AUTOGENIK PADA PASIEN STEMI DENGAN MASALAH KEPERAWATAN NYERI AKUT

Di Ruang ICU RSU Aisyiyah Ponorogo

Oleh:
NOVI SETIA NINGRUM
NIM 25650746

PROGRAM STUDI PROFESI NERS
FAKULTAS ILMU KESEHATAN
UNIVERSITAS MUHAMMADIYAH PONOROGO
2025/2026

PENERAPAN RELAKSASI AUTOGENIK PADA PASIEN STEMI DENGAN MASALAH KEPERAWATAN NYERI AKUT

Di Ruang ICU RSU Aisyiyah Ponorogo

KARYA ILMIAH

Diajukan kepada Program Studi Profesi Ners Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas Muhammadiyah Ponorogo Untuk Memenuhi Syarat Penyusunan Karya Ilmiah Akhir

Oleh:
NOVI SETIA NINGRUM
NIM 25650746

PROGRAM STUDI S1 KEPERAWATAN
FAKULTAS ILMU KESEHATAN
UNIVERSITAS MUHAMMDIYAH PONOROGO
2025/2026

HALAMAN PERSETUJUAN PEMBIMBING

Karya tulis oleh	:	NOVI SETIA NINGRUM
Judul	:	PENERAPAN RELAKSASI AUTOGENIK PADA PASIEN STEMI DENGAN MASALAH KEPERAWATAN NYERI AKUT DI RUANG ICU RSU AISYIYAH PONOROGO

Telah disetujui untuk diujikan di hadapan Dewan Penguji Karya Ilmiah Akhir Ners pada
Tanggal: 16 Juli 2026

Oleh:

Pembimbing

Metti Verawati, S.Kep.,Ners,M.Kes
NIDN. 0720058001

Mengetahui

Dekan Fakultas Ilmu Kesehatan
Universitas Muhammadiyah Ponorogo

Saiful Nurhidayat, S. Kep.,Ns., M.Kep
NIDN. 0714127901

HALAMAN PERSETUJUAN PENGESAHAN

Karya tulis oleh	:	NOVI SETIA NINGRUM
Judul	:	PENERAPAN RELAKSASI AUTOGENIK PADA PASIEN STEMI DENGAN MASALAH KEPERAWATAN NYERI AKUT DI RUANG ICU RSU AISYIYAH PONOROGO

Telah diuji dan disetujui oleh Tim Penguji pada Ujian Karya Ilmiah Akhir Ners di Program Studi Profesi Ners Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas Muhammadiyah Ponorogo, Tanggal 21 Juli 2026

Tim penguji	Tanda Tangan
Ketua : Sri Andayani, S.Kep.,Ns.M.Kep	:.....
Anggota : Metti Verawati, S.Kep.,Ners.M.Kes	:.....

Mengetahui

Dekan Fakultas Ilmu Kesehatan
Universitas Muhammadiyah Ponorogo

Saiful Nurhidayat, S. Kep.,Ns., M.Kep
NIDN. 0714127901

SURAT PERNYATAAN KEASLIAN
KARYA ILMIAH AKHIR NERS

Yang bertanda tangan di bawah ini:

Nama : Novi Setia Ningrum

NIM : 25650746

Institusi : Program Studi Profesi Ners Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas Muhammadiyah Ponorogo

Menyatakan bahwa Karya Ilmiah Akhir Ners (KIAN) yang berjudul: Penerapan Relaksasi Autogenik pada Pasien Stemi dengan Masalah Keperawatan Nyeri Akut di Ruang ICU RSU Aisyiyah Ponorogo adalah bukan Karya Ilmiah Akhir Ners milik orang lain baik sebagian maupun keseluruhan, kecuali dalam bentuk kutipan yang telah disebutkan sumbernya.

Demikian surat pernyataan ini kami buat dengan sebenar-benarnya dan apabila pernyataan ini tidak benar, kami bersedia mendapatkan sangsi.

Ponorogo, 16 Juli 2026

Yang menyatakan



(Novi Setia Ningrum)

MOTTO

Hidup dengan ilmu mudah,

Hidup dengan seni indah,

Hidup dengan agama terarah…

PERSEMBAHAN

Dengan penuh rasa syukur kepada Allah SWT atas segala rahmat dan karunia-Nya, karya sederhana ini kupersembahkan untuk:

Suamiku tercinta, Bayu Nuryanto, S. Kep., Ns. ...

Partner hidup dan penopang langkahku, yang selalu hadir dengan cinta, doa, dan kesabaran tanpa batas. I'll always love you…

Anak-anakku tersayang,

Muhammad Darwis Semesta dan Muhammad AR Fachruddin Semesta…

sumber semangat dan alasan terbesarku untuk terus melangkah. Semoga kelak kalian bangga pada perjuangan ini…

Ayah dan Ibu tercinta, yang telah membesarkan dengan penuh kasih sayang, mendidik dengan keteladanan, dan mendoakan tanpa henti di setiap helaan napas.

Sahabat-sahabat terbaikku, yang selalu ada di setiap suka dan duka, menguatkanku saat lelah, dan mengingatkanku untuk tidak menyerah.

Dan untuk diriku sendiri, yang telah berjuang melewati lelah, ragu, dan air mata. Terima kasih telah bertahan, tidak menyerah, dan tetap percaya bahwa setiap langkah kecil membawa arti besar.. Finally S.Kep, Ns…

Alhamdulillah….

KATA PENGANTAR

Puji syukur kehadirat Allah SWT atas berkat rahmat-Nya penulis dapat menyelesaikan penyusunan Karya Ilmiah Akhir Ners dengan judul Penerapan Relaksasi Autogenik pada Pasien Stemi dengan Masalah Keperawatan Nyeri Akut di Ruang ICU RSU Aisyiyah Ponorogo. Karya Ilmiah Akhir Ners ini disusun sebagai salah satu syarat untuk memperoleh gelar Ners.

Penulis menyadari dalam penyusunan karya tulis ilmiah ini banyak memperoleh bimbingan, asuhan serta dorongan dari berbagai pihak. Oleh karena itu pada kesempatan ini penulis menyampaikan ucapan terimakasih kepada:

1. Dr. Rido Kurnianto,M.Ag selaku Rektor Universitas Muhammadiyah Ponorogo yang telah memberi kemudahan dan ijin, sehingga memperlancar penyusunan Karya Ilmiah Akhir Ners.
2. Saiful Nurhidayat, S.Kep.,Ns., M.Kep selaku Dekan Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas Muhammadiyah Ponorogo yang telah memberi kemudahan dan ijin, sehingga memperlancar penyusunan Karya Ilmiah Akhir Ners.
3. Sri Andayani, S.Kep., Ners., M.Kep selaku Ketua Program Studi Profesi Ners Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas Muhammadiyah Ponorogo yang telah memberikan pengarahan dalam menyelesaikan Karya Ilmiah ini.
4. Metti Verawati S.Kep.,Ns.,M.Kes selaku pembimbing yang telah memberikan motivasi dan dengan kesabaran serta ketelitiannya dalam membimbing, sehingga Karya Ilmiah Akhir Ners ini dapat terselesaikan.
5. Suami, anak dan keluarga yang selalu memberikan motivasi penuh, dukungan serta semangat dalam mengerjakan karya ilmiah ini

6. Kepala Ruang beserta teman-teman perawat ICU yang memberikan saya masukan, motivasi serta dukungan dalam menyelesaikan karya ilmiah ini
7. Teman-teman di Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas Muhammadiyah Ponorogo dan semua pihak yang telah membantu penulis menyelesaikan karya ilmiah ini.

Dalam penulisan karya ilmiah ini, penulis menyadari bahwa masih jauh dari kesempurnaan. Oleh karena itu penulis mengharapkan kritik dan saran yang bersifat membangun. Akhirnya penulis berharap karya ilmiah ini dapat bermanfaat khususnya bagi bidang keperawatan.

Ponorogo, 15 Juli 2026

Yang menyatakan



Novi Setia Ningrum

ABSTRAK

PENERAPAN RELAKSASI AUTOGENIK PADA PASIEN STEMI DENGAN MASALAH KEPERAWATAN NYERI AKUT

Di Ruang ICU RSU Aisyiyah Ponorogo

Oleh: Novi Setia Ningrum

ST-Elevation Miokard Infark (STEMI) merupakan oklusi total dari arteri koroner yang menyebabkan area infark yang lebih luas meliputi seluruh ketebalan miokardium, yang ditandai dengan adanya elevasi segmen ST pada hasil EKG. Relaksasi autogenik merupakan salah satu metode manajemen nyeri non farmakologis yang digunakan pada pasien STEMI dengan masalah keperawatan nyeri akut. Tujuan dari penulisan karya ilmiah ini yaitu menganalisis intervensi relaksasi autogenik pada pasien STEMI dengan masalah keperawatan nyeri akut.

Metode penelitian ini adalah metode penelitian deskriftif, penelitian ini melibatkan pasien Tn. S dengan kriteria sampel pasien STEMI dengan keluhan nyeri akut. Proses keperawatan dilakukan mulai dari pengkajian menggunakan format keperawatan kritis, didapatkan diagnosis utama yaitu nyeri akut, intervensi dan implementasi yang dilakukan yaitu dengan tekhnik nonfarmakologi relaksasi autogenik kemudian evaluasi dilakukan secara berkala sampai hari ke-5 perawatan.

Hasil penelitian ini menunjukan setelah di lakukan implementasi selama 5 hari, masalah teratasi pada klien ditandai dengan penurunan skala nyeri menjadi 2, yang semula skala nyeri 8 sebelum dilakukan intervensi.

Dapat disimpulkan bahwa setelah melakukan asuhan keperawatan secara langsung pada Tn. S dengan masalah keperawatan nyeri akut berhubungan dengan agen pencedera fisiologis (iskemia) di ruang ICU RSU Aisyiyah Ponorogo selama 5 hari mulai tanggal 21 Mei 2026 sampai 25 Mei 2026 dengan penerapan tekhnik relaksasi autogenik untuk mengurangi nyeri akut pada pasien STEMI dapat teratasi.

Kata Kunci: STEMI, Nyeri akut, relaksasi autogenik

APPLICATION OF AUTOGENIC RELAXATION IN A STEMI PATIENT WITH THE NURSING PROBLEM OF ACUTE PAIN

In the Intensive Care Unit of RSU Aisyiyah Ponorogo

By: Novi Setia Ningrum

ST-Elevation Myocardial Infarction (STEMI) is a complete occlusion of a coronary artery that causes an extensive area of myocardial infarction involving the full thickness of the myocardium, characterized by ST-segment elevation on an electrocardiogram (ECG). Autogenic relaxation is one of the non-pharmacological pain management methods that can be used in STEMI patients experiencing acute pain. The purpose of this scientific paper was to analyze the application of autogenic relaxation in a STEMI patient with the nursing problem of acute pain.

This study used a descriptive research method involving Mr. S as the patient, who met the criteria of a STEMI patient experiencing acute pain. The nursing care process began with an assessment using a critical care nursing assessment format. The primary nursing diagnosis identified was acute pain. The intervention and implementation consisted of a non-pharmacological autogenic relaxation technique, followed by regular evaluations through the fifth day of care.

The results showed that after the implementation of autogenic relaxation for five days, the patient's acute pain problem improved, as indicated by a decrease in the pain scale from 8 before the intervention to 2 after the intervention.

It can be concluded that the implementation of nursing care for Mr. S with the nursing problem of acute pain related to physiological injury agent (ischemia) in the ICU of RSU Aisyiyah Ponorogo for five days, from May 21 to May 25, 2026, through the application of autogenic relaxation techniques, was effective in reducing acute pain in a STEMI patient.

Keywords: *STEMI, Acute Pain, Autogenic Relaxation*

DAFTAR ISI

LEMBAR PERSETUJUAN ..... **ii**

PENGESAHAN PANITIA PENGUJI ..... **iii**

SURAT PERNYATAAN ..... **iv**

MOTTO ..... **v**

PERSEMBAHAN ..... **vi**

KATA PENGANTAR ..... **vii**

ABSTRAK ..... **ix**

DAFTAR ISI ..... **xi**

DAFTAR TABEL ..... **xv**

DAFTAR GAMBAR ..... **xvi**

DAFTAR LAMPIRAN ..... **xvii**

BAB 1 PENDAHULUAN **1**

1.1 Latar Belakang 1

1.2 Rumusan Masalah 5

1.3 Tujuan Penelitian 5

1.3.1 Tujuan Umum 5

1.3.2 Tujuan Khusus 5

1.4 Manfaat Penelitian 6

1.4.1 Manfaat Teoritis 6

1.4.2 Manfaat Praktis 6

BAB 2 TINJAUAN LITERATUR **7**

2.1 Konsep STEMI 7

2.1.1 Definisi STEMI 7
2.1.2 Etiologi STEMI 7
2.1.3 Patofisiologi STEMI 8
2.1.4 Manifestasi Klinis 9
2.1.5 Pemeriksaan Penunjang 10
2.1.6 Pathway STEMI 14
2.1.7 Penatalaksanaan 15
2.2 Konsep Nyeri…. 18
2.2.1 Definisi Nyeri 18
2.2.2 Penyebab Nyeri 19
2.2.3 Klasifikasi Nyeri 20
2.2.4 Mekanisme Nyeri 21
2.2.5 Perilaku Nyeri 22
2.2.6 Tanda dan Gejala 23
2.2.7 Karakteristik 23
2.2.8 Pengukuran Nyeri 25
2.3 Konsep Autogenik 28
2.3.1 Definisi Autogenik 28
2.3.2 Mekanisme Autogenik 28
2.3.3 Kontraindikasi Autogenik 29
2.3.4 Manfaat Autogenik 30
2.3.5 Fase-fase Autogenik 31
2.3.6 Evaluasi Autogenik 31
2.4 Askep Teoritis…. 32

2.4.1 Pengkajian..... 32

2.4.2 Diagnosis Keperawatan 38

2.4.3 Intervensi..... 39

2.4.4 Implementasi..... 41

2.4.5 Evaluasi..... 42

2.5 EBN…….....44

BAB 3 METODE PELAPORAN KASUS 51

3.1 Metode…… 51

3.2 Teknik Penulisan……. 51

3.3 Waktu dan Tempat 51

3.4 Pengumpulan Data 52

3.5 Alur Kerja…….....53

3.6 Etika…… 54

BAB 4 LAPORAN KASUS.....57

4.1 Pengkajian…….. 57

4.2 Analisa Data…….....65

4.3 Diagnosis…… 66

4.4 Intervensi…….....67

4.5 Implementasi……. 68

4.6 Evaluasi……71

BAB 5 PEMBAHASAN KASUS 74

5.1 Pengkajian……. 74

5.2 Diagnosis…… 76

5.3 Intervensi…….....78

5.4 Implementasi…… 80

5.5 Evaluasi…… 81

BAB 6 KESIMPULAN…….....84

6.1 Kesimpulan…….....84

6.2 Saran…….....85

DAFTAR PUSTAKA ..... ….....87

LAMPIRAN…….....90

DAFTAR TABEL

Tabel 2.1 Perilaku Nyeri Menurut Black & Hawks dalam Pratama 22

Tabel 2.2 Tanda dan Gejala Nyeri Menurut SDKI 23

Tabel 2.3 Diagnosis Keperawatan pada Pasien STEMI dengan Nyeri Akut..... 39

Tabel 2.4 Intervensi Keperawatan pada Pasien STEMI dengan Nyeri Akut..... 40

Tabel 2.5 Evaluasi Keperawatan..... 43

Tabel 4.1 *Review Of System* 59

Tabel 4.2 Laboratorium tanggal 21/05/2026 Jam 09.44……64

Tabel 4.3 Analisa Data…….....65

Tabel 4.4 Diagnosis Keperawatan…….....66

Tabel 4.5 Intervensi Keperawatan…….....67

Tabel 4.6 Implementasi Keperawatan……..68

Tabel 4.7 Evaluasi Keperawatan……..... 71

DAFTAR GAMBAR

Gambar 2.1 Pathway STEMI 14

Gambar 2.2 Skala Nyeri *Visual Analog Scale* (VAS) 26

Gambar 2.3 *Verbal Pain Instensity Scale* 26

Gambar 2.4 Skala Nyeri *Numeric Rating Scale* (NRS) 27

Gambar 2.5 Skala Nyeri *Wong Baker Pain Rating Scale* 27

Gambar 3.1 Alur Kerja 53

DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran 1 Penjelasan Penelitian 90

Lampiran 2 *Informed Consent* 91

Lampiran 3 SPO Relaksasi Autogenik..... 92

Lampiran 4 SPO Pengukuran Nyeri..... 94

Lampiran 5 Lembar Observasi 95

Lampiran 6 Permohonan Data Awal Penelitian..... 96

Lampiran 7 Izin Pengambilan Data Awal 97

Lampiran 8 Permohonan Izin Penelitian..... 98

Lampiran 9 Izin Penelitian..... 99

Lampiran 10 Hasil Uji Etik..... 100

Lampiran 11 Hasil Cek Plagiasi..... 101

Lampiran 12 Form Pendampingan Pengambilan Kasus 102

Lampiran 13 Lembar Konsultasi 103

Lampiran 14 Leaflet 105