

PENERAPAN TEKNIK DISTRAKSI PADA PASIEN FRAKTUR DI RSU SUNDARI MEDAN

Budiana Yazid^{*1}, Rina Rahmadani Sidabutar², Heni Triana³

^{1,2,3} Program Studi DIII Keperawatan, Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan Flora
Jln. Rajawali Sei Sikambing B, (061) 8454408

e-mail: *1budianayazid@gmail.com

Abstract

Fracture is a loss of continuity in the bone structure that can occur in the entire bone or part of the bone. When someone experiences a fracture, one way to restore the structure and function of the bone to normal is surgery. A fracture causes damage to the nerves and blood vessels which causes pain. Pain is an unpleasant sensory and emotional experience resulting from actual and potential tissue damage. Distraction technique is a non-pharmacological measure to treat pain in fracture patients. This action is carried out by diverting attention to other things so that the patient will forget about the pain they are experiencing.

Keywords: *Distraction technique, Fracture*

Abstrak

Fraktur adalah hilangnya kesinambungan pada struktur tulang yang bisa terjadi pada seluruh tulang maupun sebagian dari bagian tulang. Ketika seseorang mengalami fraktur, upaya untuk mengembalikan struktur dan fungsi tulang menjadi normal kembali salah satunya adalah dengan melakukan pembedahan. Terjadinya fraktur mengakibatkan adanya kerusakan syaraf dan pembuluh darah yang menimbulkan rasa nyeri. Nyeri adalah pengalaman sensori dan emosional yang tidak menyenangkan akibat kerusakan jaringan yang aktual dan potensial. Teknik distraksi adalah satu tindakan non farmakologis untuk mengatasi nyeri pada pasien fraktur. Tindakan ini dilakukan dengan cara mengalihkan perhatian pada hal-hal lain sehingga pasien akan lupa terhadap nyeri yang dialami.

Kata kunci : *Teknik distraksi, Fraktur*

PENDAHULUAN

Kecelakaan lalu lintas di Indonesia setiap tahunnya meningkat. Terdapat peningkatan 21,8% dalam jangka waktu lima tahun. Dari jumlah total peristiwa kecelakaan yang terjadi, terdapat 5,8% korban cedera atau sekitar delapan juta orang yang

mengalami fraktur dengan jenis fraktur yang paling banyak terjadi yaitu fraktur pada bagian ekstremitas atas sebesar 36,9% dan ekstremitas bawah sebesar 65,2% (Departemen Kesehatan Republik Indonesia, 2013). Ketika seseorang mengalami fraktur ekstremitas, upaya untuk mengembalikan struktur dan fungsi tulang menjadi normal kembali salah

satunya adalah dengan melakukan pembedahan. Masalah yang sering muncul segera setelah operasi, pasien telah sadar dan berada di ruang perawatan dengan edema/ bengkak, nyeri, imobilisasi, keterbatasan lingkup gerak sendi, penurunan kekuatan otot, pemendekan ekstremitas, perubahan warna, serta penurunan kemampuan untuk ambulasi dan berjalan karena luka bekas operasi dan luka bekas trauma (Ahmadi et al, 2023).

Nyeri adalah pengalaman sensori dan emosional yang tidak menyenangkan akibat kerusakan jaringan yang aktual dan potensial. Nyeri adalah alasan terutama seseorang untuk mencari bantuan perawatan kesehatan (Hardianto et al, 2021). Bila pasien mengeluh nyeri maka hanya satu yang mereka inginkan yaitu mengurangi rasa nyeri. Hal itu wajar, karena nyeri dapat menjadi pengalaman yang kurang menyenangkan akibat pengelolaan nyeri yang tidak adekuat. Manajemen nyeri mempunyai beberapa tindakan atau prosedur baik secara farmakologis maupun non farmakologis. Prosedur secara farmakologis dilakukan dengan pemberian analgesik, yaitu untuk mengurangi atau menghilangkan rasa nyeri sedangkan secara non farmakologis dapat dilakukan dengan cara relaksasi, teknik pernapasan, pergerakan atau perubahan posisi, masase, akupresur, terapi panas atau dingin, hypnobirthing, music dan TENS (Sandra et al, 2020).

Hardianto et al (2021) menyatakan bahwa penanganan nyeri secara farmakologis memiliki efek yang tidak baik bagi tubuh sehingga tindakan non farmakologis dianjurkan

dalam penanganan nyeri. Salah satu tindakan non farmakologis yaitu pemberian teknik distraksi. Menurut Mubarak et al (2015) teknik distraksi suatu metode untuk menghilangkan nyeri dengan cara mengalihkan perhatian pada hal-hal lain sehingga klien akan lupa terhadap nyeri yang dialami. Distraksi adalah mengalihkan perhatian klien ke hal yang lain sehingga dapat menurunkan kewaspadaan nyeri, bahkan meningkatkan toleransi terhadap nyeri. Teknik distraksi memfokuskan perhatian pasien pada sesuatu selain pada nyeri, dapat menjadi strategi yang sangat berhasil dan mungkin merupakan mekanisme yang bertanggung jawab terhadap teknik kognitif efektif lainnya. Keefektifan distraksi tergantung pada kemampuan pasien untuk menerima dan membangkitkan input sensori selain nyeri.

Teknik distraksi dapat mengatasi nyeri berdasarkan teori Gate Control, bahwa impuls nyeri dapat diatur atau dihambat oleh mekanisme pertahanan disepanjang sistem saraf pusat. Teori ini mengatakan 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. Teknik distraksi khususnya distraksi pendengaran dapat merangsang peningkatan hormon endorfin yang merupakan substansi sejenis morfin yang disuplai oleh tubuh. Individu dengan endorfin banyak lebih sedikit merasakan nyeri dan individu dengan endorfin sedikit merasakan nyeri

lebih besar. Hal inilah yang menyebabkan adanya perbedaan perubahan intensitas nyeri sebelum dan sesudah dilakukan teknik distraksi (Ovi dan Fadila, 2021).

Berdasarkan uraian diatas peneliti tertarik untuk melakukan pengabdian masyarakat tentang penerapan teknik distraksi pada pasien fraktur di RSUD Sundari Medan.

METODE PELAKSANAAN

Metode pelaksanaan dalam pengabdian kepada masyarakat adalah:

1. Persiapan

Adapun kegiatan-kegiatan yang dilakukan pada tahapan persiapan yaitu :

- a. Survei tempat pelaksanaan kegiatan
- b. Pembuatan proposal dan penyelesaian administrasi perijinan tempat atau lokasi pengabdian masyarakat
- c. Pembuatan materi penyuluhan kesehatan tentang penerapan teknik distraksi pada pasien fraktur
- d. Memperbanyak leaflet sesuai dengan jumlah peserta

2. Pelaksanaan

Metode pelaksanaan kegiatan pengabdian masyarakat terdiri dari beberapa kegiatanyaitu:

- a. Melakukan pre-test terhadap peserta PKM
- b. Melakukan penyuluhan tentang penerapan teknik distraksi pada pasien fraktur.
- c. Melakukan post-test terhadap peserta PKM

3. Evaluasi

Evaluasi ini bertujuan untuk melihat perkembangan pengabdian kepada masyarakat yang dilaksanakan, untuk

mengetahui kendala yang ada dan cara menanganinya sehingga program pengabdian kepada masyarakat benar- benar efektif dan maksimal. Evaluasi yang dilakukan adalah memberikan pre dan post sebelum penyuluhan.

4. Pembuatan Laporan

a. Pembuatan laporan awal

Pembuatan laporan awal disesuaikan dengan hasil yang dicapai pada saat melaksanakan Pengabdian kepada masyarakat.

b. Revisi laporan

Revisi laporan dilakukan apabila terjadi kesalahan dalam pembuatan laporan awal

c. Laporan akhir

Pembuatan laporan akhir dilakukan setelah melakukan revisi laporan agar dalam penyusunan laporan akhir diperoleh hasil yang lebih baik.

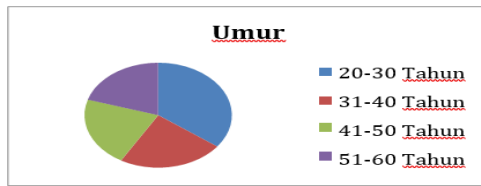
HASIL DAN PEMBAHASAN

Kegiatan pengabdian kepada masyarakat tentang penerapan teknik distraksi pada pasien fraktur dilaksanakan pada hari Jumat tanggal 17 Nopember 2023, jam 08 s/d 12.00 WIB yang diikuti oleh pasien fraktur. Berdasarkan hasil yang didapatkan tentang data demografi bahwa peserta pengabdian kepada masyarakat mayoritas usia 20-30 tahun dan mempunyai jenis kelamin mayoritas laki-laki. Berikut dibawah ini diagram data demografi.

Data Demografi

a. Usia

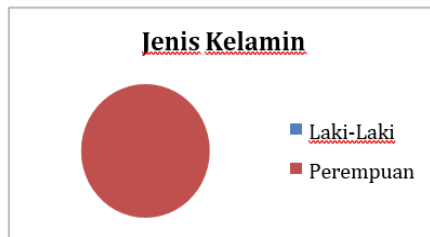
Peserta pengabdian kepada masyarakat mayoritas usia 20-30 tahun



Gambar 1. Diagram Pie Usia

b. Jenis Kelamin

Peserta pengabdian kepada masyarakat mayoritas jenis kelamin laki-laki.



Gambar 2. Diagram Pie Jenis Kelamin

Adapun rangkaian kegiatan yang berlangsung meliputi pelaksanaan kegiatan dimulai dengan registrasi peserta oleh panitia pelaksana, pembukaan acara oleh ketua panitia. Acara dilanjutkan dengan penyuluhan kesehatan tentang penerapan teknik distraksi pada pasien fraktur. Adapun pemberi penyuluhan adalah sebagai berikut:

No	Penyuluh	Materi
1	Budiana Yazid, S.Kep., Ns., M.Kep	Penerapan teknik distraksi pada pasien fraktur
2	Budiana Yazid, S.Kep., Ns., M.Kep Rina Rahmadani Sidabutar, S.Kep., Ns., M.Kep Heni Triana, SKM., S.Kep., Ns., M.Kes	Demonstrasi teknik distraksi pada pasien fraktur

Fraktur adalah terputusnya kontinuitas jaringan tulang yang disebabkan oleh pukulan langsung,

gaya meremuk, gerakan puntir mendadak dan kontraksi otot ekstrim. Fraktur dapat menyebabkan edema jaringan lemak, persarafan ke otot dan sendi terganggu, dislokasi sendi, ruptur tendon, kerusakan saraf dan kerusakan pembuluh darah (Ovi dan Fadila, 2021). Fraktur terjadi akibat trauma, beberapa fraktur terjadi secara sekunder akibat proses penyakit seperti osteoporosis yang menyebabkan fraktur-fraktur yang patologis. Fraktur dibagi berdasarkan dengan kontak dunia luar yaitu meliputi fraktur tertutup dan terbuka. Fraktur tertutup adalah fraktur tanpa adanya komplikasi, kulit masih utuh, tulang tidak keluar melalui kulit. Fraktur terbuka adalah fraktur yang merusak jaringan kulit, karena adanya hubungan dengan lingkungan luar, maka fraktur terbuka sangat berpotensi menjadi infeksi (Hardianto et al, 2021).

Tindakan yang dilakukan untuk menangani fraktur yaitu rekognisi, reduksi fraktur, imobilisasi dan mempertahankan serta mengembalikan fungsi. Rekognisi menyangkut diagnosis fraktur pada tempat kecelakaan, reduksi yaitu mengembalikan posisi tulang ke posisi anatomi. Setelah direduksi, fragmen tulang harus diimobilisasi atau dipertahankan dalam posisi dan kesejajaran yang benar hingga terjadi penyatuan. Mengembalikan fungsi dapat dilakukan dengan mempertahankan reduksi dan imobilisasi, meninggikan daerah fraktur untuk meminimalkan pembengkakan, memantau status neuromuskular, mengontrol kecemasan dan nyeri, latihan isometrik dan setting box dan kembali ke aktivitas semula secara bertahap

(Platini et al, 2020). Terjadinya fraktur mengakibatkan adanya kerusakan syaraf dan pembuluh darah yang menimbulkan rasa nyeri. Nyeri terus menerus dan bertambah beratnya sampai fragmen tulang diimobilisasi. Nyeri yang timbul pada fraktur bukan semata-mata karena frakturnyasaja, namun karena adanya pergerakan fragmen tulang. Untuk mengurangi nyeri tersebut, dapat diberikan obat penghilang rasa nyeri dan juga dengan teknik imobilisasi (Risnah et al, 2019).

Menurut Ardiastuti dan Mellia (2021) menyatakan bahwa nyeri yang tidak diatasi secara adekuat mempunyai efek yang membahayakan diluar ketidaknyamanan yang disebabkan. Nyeri akut dapat mempengaruhi sistem pulmonari, kardiovaskular, gastrointestinal, endokrin, dan imunologik. Pasien dengan nyeri hebat dan stres yang berkaitan dengan nyeri dapat tidak mampu untuk napas dalam dan mengalami peningkatan nyeri dan mobilitas menurun. Menurut asumsi peneliti, nyeri yang dirasakan responden sebelum dilakukan pembidaian disebabkan adanya kerusakansyaraf dan pembuluh darah yang menimbulkan rasa nyeri. Nyeri yang timbul pada fraktur bukan semata-mata karena frakturnya saja, namun karena adanya pergerakan fragmen tulang. Nyeri yang dirasakan responden tersebut bermacam-macam tergantung dari penyebab timbulnya nyeri.

KESIMPULAN

Kegiatan penyuluhan yang dilaksanakan berjalan dengan baik. Para peserta yang mengikuti kegiatan tampak antusias dalam mengikuti penyuluhan kesehatan. Hal ini

dibuktikan dengan antusiasnya para peserta memberikan pertanyaan dengan teratur dan tertib. Para peserta juga mendengarkan penjelasan tentang materi penyuluhan yang diberikan oleh panitia. kegiatan dan latihan teknik distraksi berjalan dengan lancar.

SARAN

Kegiatan pengabdian kepada masyarakat tentang penerapan teknik distraksi pada pasien fraktur ini harus sering dilakukan oleh perawat dirumah sakit untuk mengurangirasa nyeri pada pasien post operasi.

UCAPAN TERIMAKASIH

Penulis mengucapkan terimakasih kepada STIKes Flora, teman sejawat yang telah memberi dukungan moral, dana terhadap program pengabdian kepada masyarakat inidan kami juga terimakasih juga kepada seluruh peserta yang ikut berpartisipasi dalam kegiatan ini.

DAFTAR PUSTAKA

- Ahmad, M., Anik, I., & Nuri, L. fitri. (2023). Penerapan Relaksasi Napas Dalam Untuk Menurunkan Intensitas Nyeri Pasien Post Operasi Fraktur Di ruang Bedah RSUD Jend. Ahmad Yani Metro. *Jurnar Kesehatan*
- Ardiastuti, A. N., & Mellia Silvy Irdianty. (2021). Asuhan Keperawatan pada Pasien Fraktur dalam Pemenuhan Kebutuhan Aman Nyaman : Nyeri Keperawatan Universitas Kusuma Husada Surakarta. *Faculty of Health Sciences Journals*, 4. Dapat diakses <http://eprints.ukh.ac.id/id/ep>

- rint/1082/1/N aspub
Annisa.pdf
- Hardianto, T., Ayubbana, S., & Inayati, A. (2021). Penerapan Kompres Dingin Terhadap Skala Nyeri Pada Pasien Post Operasi Fraktur. *Cendikia Muda*, 2, 590–594.
- Ovi Anggraini, & R.A. Fadila. (2021). Pengaruh Pemberian Kompres Dingin Terhadap Penurunan Skala Nyeri Pada Pasien Post Operasi Fraktur Di Rs Siloam Sriwijaya Palembang Tahun 2020. *Jurnal Kesehatan Dan Pembangunan*, 11(21), 72–80. <https://doi.org/10.52047/jkp.v11i21.101>.
- Platini, H., Chaidir, R., & Rahayu, U. (2020). Karakteristik Pasien Fraktur Ekstermitas Bawah. *Jurnal Keperawatan 'Aisyiyah*, 7(1), 49–53. <https://doi.org/10.33867/jka.v7i1.166>
- Risnah, R., HR, R., Azhar, M. U., & Irwan, M. (2019). Terapi Non Farmakologi Dalam Penanganan Diagnosis Nyeri Pada Fraktur: Systematic Review. *Journal of Islamic Nursing*, 4(2), 77. <https://doi.org/10.24252/join.v4i2.10708>
- Sandra, R., Nur, S. A., Morika, H. D., Sardi, W. M., Syedza, S., & Padang, S. (2020). Pengaruh Terapi Musik Klasik terhadap Tingkat Nyeri Pasien Post Op Fraktur di Bangsal Bedah RS Dr Reksodiwiryo Padang. *Jurnal Kesehatan Medika Saintika*, 11(2), 175–183. Retrieved from <https://jurnal.syedzasaintika.ac.id/index.php/medika/article/view/778>

DOKUMENTASI

