



**PENERAPAN *EVIDANCE BASED NURSING* TERKAIT
LATIHAN AUTOGENIK TERHADAP PENURUNAN
TINGKAT NYERI DAN KECEMASAN PADA
PASIENT DI RUANG ICU**

KARYA ILMIAH AKHIR NERS

ANGGIT FAJAR LIANI

2410721086

**UNIVERSITAS PEMBANGUNAN NASIONAL “VETERAN” JAKARTA
FAKULTAS ILMU KESEHATAN
PROGRAM STUDI PENDIDIKAN PROFESI NERS PROGRAM PROFESI
2025**



**PENERAPAN *EVIDANCE BASED NURSING* TERKAIT
LATIHAN AUTOGENIK TERHADAP PENURUNAN
TINGKAT NYERI DAN KECEMASAN PADA
PASIEEN DI RUANG ICU**

KARYA ILMIAH AKHIR NERS

Diajukan Sebagai Salah Satu Syarat Untuk Memperoleh Gelar Ners

ANGGIT FAJAR LIANI

2410721086

**UNIVERSITAS PEMBANGUNAN NASIONAL “VETERAN” JAKARTA
FAKULTAS ILMU KESEHATAN
PROGRAM STUDI PENDIDIKAN PROFESI NERS PROGRAM PROFESI
2025**

PERNYATAAN ORISINALITAS

Karya Ilmiah Akhir Ners ini adalah karya sendiri dan semua sumber yang dikutip maupun dirujuk telah saya nyatakan dengan benar.

Nama : Anggit Fajar Liani

NIM : 2410721086

Tanggal : 19 Mei 2025

Bilamana di kemudian hari ditemukan ketidaksesuaian dengan pernyataan saya ini, maka saya bersedia dituntut dan diproses sesuai dengan ketentuan yang berlaku.

Jakarta, 19 Mei 2025

Yang Menyatakan,



Anggit Fajar Liani, S.Kep.

PERNYATAAN PERSETUJUAN PUBLIKASI KIA UNTUK KEPENTINGAN AKADEMIS

Sebagai civitas akademik Universitas Pembangunan Nasional “Veteran” Jakarta, saya yang bertanda tangan di bawah ini:

Nama : Anggit Fajar Liani
NIM : 2410721086
Fakultas : Fakultas Ilmu Kesehatan
Program Studi Sarjana : Pendidikan Profesi Ners Program Profesi

Demi pengembangan ilmu pengetahuan, menyetujui untuk memberikan kepada Universitas Pembangunan Nasional “Veteran” Jakarta Hak Bebas Royalti Non Eksklusif (*Non-exclusive Royalty Free Right*) atas karya ilmiah saya yang berjudul:

“Penerapan *Evidence Based Nursing* Terkait Latihan Autogenik Terhadap Penurunan Tingkat Nyeri Dan Kecemasan Pada Pasien Di Ruang ICU”

Beserta perangkat yang ada (jika diperlukan). Dengan Hak Bebas Royalti ini Universitas Pembangunan Nasional “Veteran” Jakarta berhak menyimpan, mengalih media/formatkan, mengelola dalam bentuk pangkalan data (*database*), merawat, dan mempublikasikan karya ilmiah akhir ners saya selama tetap mencantumkan nama saya sebagai penulis/pencipta dan sebagai pemilik Hak Cipta.

Demikian pernyataan ini saya buat dengan sebenarnya.

Dibuat di : Jakarta
Pada Tanggal : 19 Mei 2025

Yang menyatakan,



(Anggit Fajar Liani, S.Kep.)

PENGESAHAN

Karya Ilmiah Akhir Ners ini diajukan oleh:

Nama : Anggit Fajar Liani

NIM : 2410721086

Program Studi : Pendidikan Profesi Ners Program Profesi

Judul Karya Ilmiah : Penerapan *Evidence Based Nursing* Terkait Latihan Autogenik Terhadap Penurunan Tingkat Nyeri Dan Kecemasan Pada Pasien Di Ruang ICU

Telah berhasil dipertahankan dihadapan Tim Penguji dan diterima sebagai bagian persyaratan yang diperlukan untuk memperoleh gelar Ners pada Program Studi Pendidikan Profesi Ners Program Profesi, Fakultas Ilmu Kesehatan, Universitas Pembangunan Nasional “Veteran” Jakarta.

Ns. Gamy Tri Utami S.Kep. M.Kep.
Ketua Penguji

Dr. Ns. Evin Novianti, M.Kep., Sp.Kep.J.
Penguji II

Ns. Rycco Darmareja, S.Kep., M.Kep.
Penguji III (Pembimbing)



Pesniawati, S.Kep., M.Kep., Sp.Kep.Mat., Ph.D.
Dekan FISOS UPN “Veteran” Jakarta

Ns. Cut Sarida Pompey, S.Kep., M.N.S.
Koordinator Program Studi
Pendidikan Profesi Ners Program Profesi

Ditetapkan di : Jakarta

Tanggal Seminar : 19 Mei 2025

**PENERAPAN *EVIDANCE BASED NURSING* TERKAIT
LATIHAN AUTOGENIK TERHADAP PENURUNAN
TINGKAT NYERI DAN KECEMASAN
PADA PASIEN DI
RUANG ICU**

Anggit Fajar Liani

Abstrak

Latar Belakang: Pasien di ICU sering mengalami kondisi kritis yang disertai kecemasan dan nyeri hebat, yang dapat menghambat proses penyembuhan. Pendekatan farmakologis terkadang kurang memadai, sehingga dibutuhkan metode tambahan untuk mengatasi masalah ini. **Tujuan:** Menerapkan asuhan keperawatan berbasis *Evidence Based Nursing* pada pasien di ruang ICU yang mengalami tingkat kecemasan tinggi dengan penerapan terapi relaksasi autogenik untuk menurunkan rasa nyeri dan tingkat kecemasan pada pasien ICU. **Metode:** Penelitian ini merupakan studi kasus deskriptif observasional yang dilakukan di Pusdikkes Polri RS Bhayangkara TK.I R.Said Sukanto. Subjek terdiri dari dua pasien ICU dengan keluhan nyeri dan kecemasan. Kriteria inklusi mencakup pasien usia produktif dengan kondisi sadar dan bersedia menjadi responden. Data dikumpulkan melalui wawancara, observasi, dan pemeriksaan fisik. Intervensi yang diberikan berupa latihan relaksasi autogenik 2–3 kali sehari sesuai SOP. **Hasil:** Kedua pasien menunjukkan keluhan nyeri berat berdasarkan skala NRS 9/10, dan VAS 9/10, serta kecemasan berat berdasarkan HARS 33/56. Diagnosis utama adalah nyeri akut dan ansietas. Setelah 2–3 hari intervensi, terjadi penurunan signifikan pada tingkat kecemasan dan nyeri. **Saran:** Relaksasi autogenik dapat diterapkan secara rutin sebagai terapi komplementer untuk mendukung pemulihan pasien di ruang ICU.

Kata Kunci: *Intensive Care Unit*, Kecemasan, Latihan Autogenik, Nyeri, Terapi Komplementer.

**APPLICATION OF EVIDENCED BASED NURSING RELATED TO
AUTOGENIC EXERCISE ON REDUCING PAIN AND ANXIETY
LEVELS IN PATIENTS IN
THE ICU ROOM**

Anggit Fajar Liani

Abstract

Background: Patients in the ICU often experience critical conditions accompanied by anxiety and severe pain, which can hinder the healing process. Pharmacological approaches are sometimes inadequate, so additional methods are needed to overcome this problem. **Objective:** Autogenic relaxation reduces anxiety and pain through positive suggestions, calm visualization, and focus on breathing. **Methods:** This study was an observational descriptive case study conducted at the PUSDOKES POLRI BHAYANGKARA TK.I R.SAID SUKANTO HOSPITAL. The subjects consisted of two ICU patients with complaints of pain and anxiety. Inclusion criteria included productive age patients who were conscious and willing to become respondents. Data were collected through interviews, observations, and physical examinations. The intervention provided was autogenic relaxation training 2-3 times a day according to SOP. **Results:** Both patients showed complaints of severe pain based on the NRS scale 9/10, and VAS 9/10, and severe anxiety based on HARS 33/56. The main diagnoses were acute pain and anxiety. After 2-3 days of intervention, there was a significant decrease in anxiety and pain levels. **Suggestion:** Autogenic relaxation can be applied routinely as a complementary therapy to support patient recovery in the ICU.

Keywords: Anxiety, Autogenic Training, Complementary Therapy, Intensive Care Unit, Pain.

KATA PENGANTAR

Dengan mengucapkan syukur ‘alhamdulillah’ kepada Allah SWT, atas rahmat dan karunia-Nya, penulis dapat menyelesaikan KIAN yang berjudul “Penerapan *Evidence Based Nursing* Terkait Latihan Autogenik Terhadap Penurunan Tingkat Nyeri Dan Kecemasan Pada Pasien Di Ruang ICU” dalam menyusun dan menulis KIAN ini, penulis menyadari banyak hambatan dan kesulitan yang dihadapi, sehingga penulis ingin mengucapkan terimakasih banyak kepada: Bapak Ns. Rycco Darmareja, S.Kep, M.Kep. selaku dosen pembimbing yang telah banyak meluangkan waktu dan memberikan arahan serta solusi yang sangat bermanfaat sehingga penulis lebih menguasai penerapan intervensi yang dijalani, Ibu Ns. Gamy Tri Utami, S.Kep., M.Kep. dan Ibu Dr. Ns. Evin Novianti, M.Kep., Sp.Kep.J. selaku dosen penguji I dan II yang dengan sabar dan telaten membantu penulis untuk menyempurnakan dan menyelesaikan penulisan KIAN.

Penulis juga mengucapkan terimakasih kepada Orang Tua yang sangat penulis sayangi dan cintai serta dengan sabar memberikan semangat, motivasi dan dukungan baik secara finansial, emosional dan semua yang penulis butuhkan. Sahabat dekat saya Sofya, Zihan, Widiya, Adisti, Indri, Sifaa, Anastasya, Khoirotun, Zenita, Kurnia, Earlyza, Alvira, Nabilah, Asti, sebagai orang-orang yang selalu menemani saya dalam suka maupun duka serta memberikan dukungan secara emosional dan kebahagiaan yang tiada henti nya.

Jakarta, 08 Mei 2025

Penulis



Anggit Fajar Liani, S.Kep.

DAFTAR ISI

HALAMAN JUDUL.....	i
PERNYATAAN ORISINALITAS.....	ii
PERNYATAAN PERSETUJUAN PUBLIKASI	iii
PENGESAHAN	iv
ABSTRAK	v
<i>ABSTRACT</i>	vi
KATA PENGANTAR.....	vii
DAFTAR ISI	viii
DAFTAR TABEL.....	ix
DAFTAR GAMBAR	x
DAFTAR LAMPIRAN	xi
 BAB I PENDAHULUAN	1
I.1 Latar Belakang.....	1
I.2 Tujuan Penelitian	5
I.3 Manfaat Penelitian.....	6
 BAB II TINJAUAN PUSTAKA	7
II.1 Konsep Ruang <i>Intensive Care Unit</i> (ICU).....	7
II.2 Konsep Nyeri	10
II.3 Konsep Kecemasan.....	20
II.4 Konsep Relaksasi Autogenik	26
II.5 Konsep Dasar Asuhan Keperawatan.....	31
 BAB III GAMBARAN KASUS	44
III.1 Asuhan Keperawatan Kasus Kelolaan	44
III.2 Asuhan Keperawatan Kasus Resume	69
 BAB IV PEMBAHASAN.....	102
IV.1 Analisis Asuhan Keperawatan Berdasarkan Konsep Teoritis dan Penelitian Terkait.....	102
IV.2 Analisis Asuhan Keperawatan Berdasarkan pada Pasien Kelolaan.....	103
IV.3 Analisis Asuhan Keperawatan Berdasarkan pada Pasien Resume	114
IV.4 Analisis Penerapan <i>Evidence Based Nursing</i> Intervensi Latihan Autogenik ..	123
 BAB V PENUTUP.....	136
V.1 Kesimpulan.....	135
V.2 Saran	136
 DAFTAR PUSTAKA	137
RIWAYAT HIDUP	
LAMPIRAN	

DAFTAR TABEL

Tabel 1.	Intervensi Keperawatan.....	36
Tabel 2.	Penerapan <i>Evidence Based Nursing</i> (EBN)	39
Tabel 3.	Pengkajian Nyeri <i>Critical Pain Observational Tools</i> (CPOT) Pasien Tn.T	49
Tabel 4.	Pengkajian Nyeri <i>Behavioral Pain Scale</i> (BPS) Pasien Tn. T.....	49
Tabel 5.	Penilaian Kecemasan dengan <i>Hamilton Anxiety Rating Scale</i> (HARS) Pasien Tn. T	50
Tabel 6.	Hasil Data Laboratorium Pasien Tn. T	51
Tabel 7.	Pemeriksaan Risiko Jatuh dengan Morse Scale Pasien Tn. T.....	53
Tabel 8.	Penatalaksanaan Medis Pasien Tn. T	54
Tabel 9.	Analisa Data Pasien Tn. T.....	55
Tabel 10.	Intervensi Keperawatan Pasien Tn.T	57
Tabel 11.	Implementasi Keperawatan Pasien Tn. T	60
Tabel 12.	Evaluasi Keperawatan Pasien Tn. T	66
Tabel 13.	Pemeriksaan Pengkajian Nyeri <i>Critical Pain Observational Tools</i> (CPOT) Pasien Nn. N.....	75
Tabel 14.	Pemeriksaan Pengkajian Nyeri <i>Behavioral Pain Scale</i> (BPS) Pasien Nn. N.....	76
Tabel 15.	Penilaian Kecemasan dengan <i>Hamilton Anxiety Rating Scale</i> (HARS) Pasien Nn. N	76
Tabel 16.	Hasil Data Laboratorium Pasien Nn. N	78
Tabel 17.	Pemeriksaan Risiko Jatuh dengan Morse Scale Pasien Nn. N.....	79
Tabel 18.	Penatalaksanaan Medis Pasien Nn. N	80
Tabel 19.	Analisa Data Pasien Nn. N.....	81
Tabel 20.	Intervensi Keperawatan Pasien Nn. N	84
Tabel 21.	Implementasi Keperawatan Pasien Nn. N.....	87
Tabel 22.	Evaluasi Keperawatan Pasien Nn. N.....	97
Tabel 23.	Gambaran Skor VAS Pasien Kelolaan Dan Resume	125
Tabel 24.	Gambaran Skor HARS Pasien Kelolaan Dan Resume	130

DAFTAR GAMBAR

Gambar 1	<i>Visual Analog Scale (VAS)</i>	17
Gambar 2	Anatomi Mata Manusia.....	17
Gambar 3	<i>Numeric Rating Scale (NRS)</i>	17
Gambar 4	<i>Wong Baker FACES Pain Scale</i> (skala Wajah)	18
Gambar 5	<i>RO Thorax</i>	52
Gambar 6	<i>RO Abdomen</i>	53

DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran 1	Surat Persetujuan Judul KIA
Lampiran 2	Lembar Penjelasan <i>Evidence Based Nursing</i>
Lampiran 3	Lembar Persetujuan Pasien (<i>Informed Consent</i>)
Lampiran 4	<i>Instrument</i> pengkajian nyeri CPOT
Lampiran 5	<i>Instrument</i> Pengkajian Nyeri BPS
Lampiran 6	<i>Instrument</i> Kecemasan HARS
Lampiran 7	<i>Standart Operasional Prosedur</i> (SOP)
Lampiran 8	Dokumentasi Kegiatan Pelaksanaan Intervensi
Lampiran 9	Manuskrip
Lampiran 10	Surat Keterangan Proses Penerbitan Luaran KIA
Lampiran 11	Kartu Monitoring Bimbingan KIA
Lampiran 12	Surat Pernyataan Bebas Plagiarisme
Lampiran 13	Hasil Uji Turnitin KIA