

NYERI DENGAN KEBUTUHAN ISTIRAHAT TIDUR PADA PASIEN FRAKTUR FEMUR

(Pain with Requirement Take a Rest Sleep to Fracture Femur Patients)

Roihatul Zahroh*, Sri Lukitaningsih**

* Program Studi Ilmu Keperawatan Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas Gresik
Jl. AR. Hakim No. 2B Gresik

** RSUD Ibnu Sina Kabupaten Gresik Jl. Dr. Wahidin Sudirohusodo No.243B Gresik

ABSTRAK

Nyeri pada tulang sebagai akibat terputusnya kontinuitas jaringan tulang dapat diperberat dengan adanya rangsangan dari lingkungan yang berlebihan sehingga berpengaruh terhadap kebutuhan istirahat tidur pasien.

Desain penelitian menggunakan desain *Cross Sectional* dengan populasi 23 responden dan besar sampel 20 responden. Analisa data menggunakan uji statistik *Spearman Rank* dengan tingkat signifikan $p < 0,05$ untuk mengetahui adanya hubungan nyeri dengan kebutuhan istirahat tidur pada pasien fraktur femur.

Setelah dilakukan uji statistik didapatkan hasil terdapat hubungan yang sangat kuat antara nyeri dengan kebutuhan istirahat tidur $p = 0.00$ yang berarti H_1 diterima sehingga ada hubungan nyeri dengan kebutuhan istirahat tidur pada pasien fraktur femur.

Kesimpulan H_1 diterima sehingga ada hubungan nyeri dengan kebutuhan istirahat tidur pada pasien fraktur femur.

Kata kunci : Nyeri Tulang, Kebutuhan Istirahat Tidur, Fraktur Femur.

ABSTRACT

Pain in bone as broken effect of continuities of bone network and earn the heavy also with the existence of excitement from abundant environment so that influence the requirements take a rest the patient sleep.

Design researched use the cross sectional design with the population 23 people, sample 20 responders. Using statistical test spearman rank with the level of significant $p < 0,05$. To know there was correlation of among pain in bone with the requirement takes a rest sleep.

After conducted by testing, statistic found a very strong relation, between pain in bone with the requirement takes a rest sleep $p=0.00$ mean the H_1 accepted so that there are relations of pain in bone with the requirement takes a rest sleep. With the result of above expected can become the yardstick of quality nurse especially in studying patient.

Conclusion H_1 accepted by there are relations of pain with requirement take a rest the sleep to fracture femur patients.

Keywords : Pain in Bone, Requirement Take A Rest The Sleep, Fracture Femur Patients.

PENDAHULUAN

Istirahat tidur merupakan kebutuhan dasar yang dibutuhkan oleh manusia untuk dapat berfungsi secara optimal, maka setiap orang memerlukan istirahat dan tidur yang cukup. Banyak faktor yang mempengaruhi kualitas maupun kuantitas tidur seseorang. Menurut Tamoto dan wartono (2009), seseorang yang mengalami sakit memerlukan waktu tidur lebih banyak dari normal. Pada umumnya pasien fraktur mengalami keterbatasan gerak sehingga dalam pola istirahat tidurnya pasien fraktur mengalami gangguan antara lain tidur sejenak sepanjang hari, agitasi atau mudah terbangun, suasana hati tidak tenang karena

adanya nyeri dan keletihan waktu bangun sehingga pasien merasa kurang puas menerima perawatan yang telah diberikan sehingga dapat memperburuk keadaan pasien.

Survei awal yang dilakukan di ruang Dahlia RSUD Ibnu Sina Gresik bahwa setiap pasien fraktur merasakan nyeri dan sulit tidur. Didapatkan pasien fraktur tahun 2008 berjumlah 157 orang, tahun 2009 berjumlah 168 orang dan pada tahun 2010 awal bulan pertama berjumlah 12 orang. Pada bulan Februari pasien fraktur femur berjumlah 23 orang.

Nyeri sebagai akibat dari terputusnya kontinuitas jaringan tulang dapat diperberat pula dengan adanya rangsangan dari lingkungan yang berlebihan misalnya kebisingan, cahaya sangat terang dan kemandirian. Nyeri yang terjadi sepanjang waktu lama sering mengakibatkan ketidakmampuan, pasien mungkin tidak mampu untuk melanjutkan aktivitas sehari-hari. Ketidakmampuan ini dapat berkisar dari membatasi keikutsertaan dalam aktivitas fisik sampai tidak mampu untuk memenuhi kebutuhan pribadi, seperti berpakaian, makan, dan tidur (Brunner and Suddarth, 2002). Bila kurang istirahat maka orang tersebut akan merasa lelah, letih, mata sayup, menarik diri, kurang perhatian, kurang kemandirian sehingga akan menambah buruk keadaan.

Tindakan keperawatan untuk menghilangkan rasa nyeri dapat dilakukan dalam berbagai cara tergantung pada pasien maupun kondisi patologisnya. Pada beberapa keadaan nyeri dapat dilakukan dengan cara menghindari stimulus nyeri misalnya dengan melepas penutup luka yang basah dan mengiritasi kulit. Beberapa cara untuk mengatasi gangguan pola tidur yaitu dengan cara memerlukan asupan kafein seperti kopi, mandi air hangat, mendengarkan musik favorit atau melapisi tempat tidur dengan selimut yang nyaman. Beberapa tindakan khusus untuk menghilangkan masalah nyeri dengan mengalihkan perhatian pasien pada hal-hal lain sehingga pasien akan lupa terhadap nyeri yang dialami, melatih pasien untuk menarik nafas pelan-pelan dan perlahan udara dihelakan sambil membiarkan tubuh menjadi keadaan stimulus kulit, dapat juga diberikan dengan cara pemberian kompres dingin bersama analgesik dan stimulus kontralateral (Robert Priharjo, 2003) sebagaimana yang telah disebutkan diatas, maka peneliti tertarik untuk melakukan penelitian tentang hubungan nyeri dengan pola istirahat tidur pasien fraktur femur, diharapkan nantinya dapat sebagai informasi dalam pengembangan ilmu keperawatan di masa yang akan datang.

METODE DAN ANALISA

Penelitian ini menggunakan metode penelitian dengan desain *Cross Sectional*, dimana desain mempelajari hubungan pola istirahat tidur dengan nyeri pada pasien fraktur femur. Pengumpulan data dengan kuesioner yang dilakukan di ruang rawat inap Dahlia RSUD Ibnu Sina Gresik pada bulan Februari 2010. Populasi dalam penelitian ini adalah semua pasien fraktur yang rawat inap di ruang dahlia sebesar 23 responden, menggunakan teknik *purposive sampling*, besar sampelnya sebesar 20 responden.

Pada penelitian ini variabel independennya adalah nyeri, sedangkan dependennya adalah pola istirahat tidur pasien fraktur. Alat yang digunakan untuk mengumpulkan data adalah lembar observasi untuk mengukur nyeri dan kuesioner untuk mengukur kebutuhan istirahat tidur. Selanjutnya dilakukan analisa data dengan menggunakan *Uji Spearman Rank* dimana data yang dihasilkan dari observasi dan kuesioner diolah untuk mendapatkan suatu korelasi.

HASIL DAN PEMBAHASAN

1. Nyeri Pada Pasien Fraktur Femur

20 responden/pasien fraktur femur di Ruang Dahlia RSUD Ibnu Sina Gresik bulan Februari 2010 yang merasakan sangat nyeri 12 orang (60%) dan merasakan nyeri yang tidak tertahan 1 orang (5%). Dari data tersebut dapat di lihat bahwa seluruh pasien fraktur femur merasakan nyeri meskipun intensitas rasa nyerinya berbeda antara pasien yang satu dengan pasien yang lainnnya.

Rasa nyeri yang dialami oleh pasien fraktur femur terjadi karena manusia mempunyai dua macam transmitter implus nyeri yaitu reseptor berdiameter kecil dan reseptor berdiameter besar. Reseptor berdiameter kecil (serabut A delta dan serabut C) berfungsi untuk mentransmisikan nyeri yang sifatnya keras dan biasanya berupa ujung saraf bebas yang terdapat di sebuah permukaan kulit dan pada struktur yang lebih dalam seperti tendon, fasial dan tulang serta organ interna. Sedangkan reseptor berdiameter besar (serabut A-beta) berfungsi mentransmisikan sensasi nyeri dan sensasi lainnya seperti sensasi getar, sentuhan, panas, dingindan juga tekanan yang terdapat pada permukaan tubuh.

Implus dari serabut A-beta mempunyai sifat inhibitor/penghambat yang ditransmisikan ke serabut A-delta dan C. Kedua serabut tersebut akan memberikan rangsangan menuju karnosilis yang terdapat pada medula spinalis (Tamsuri, 2007).

Brunner Suddarth (2002), manifestasi fraktur terdiri dari gejala fraktur paling umum adalah rasa sakit, pembengkakan dan kelainan bentuk, rasa sakit akan bertambah berat dengan gerakan dan penekanan dilatasi fraktur dan mungkin terkait juga dengan hilangnya fungsi. Saat pembengkakan meningkat rasa sakit meningkat pula dan nyeri terus-menerus. Sehingga dari gejala di atas maka akan mempengaruhi istirahat tidur.

Perawat harus selalu dekat dan memperhatikan pasien agar bisa mengkaji nyeri yang dirasakan oleh pasien. Pengkajian lebih awal akan membantu pasien untuk mengurangi rasa nyeri yang mereka rasakan karena dengan nyeri tersebut dapat memperburuk keadaan pasien.

Terputusnya jaringan mempengaruhi syaraf-syaraf nyeri pada pasien di saat tidur, sehingga istirahat tidur pasien akan terganggu. Sangat dibutuhkan pengkajian keperawatan yang komperhensif untuk mengkaji keluhan pasien terutama nyeri pada pasien dengan fraktur.

2. Kebutuhan Istirahat Tidur Pada Pasien Fraktur Femur

Sebanyak 20 responden/pasien fraktur femur di Ruang Dahlia RSUD Ibnu Sina Gresik bulan Februari 2010 mengatakan kebutuhan istirahat tidur kurang dari 7 jam sebanyak 15 orang (65%) dan kebutuhan istirahat tidur lebih dari 9 jam sebanyak 1 orang (5%). Dari data tersebut sebagian besar responden mengalami istirahat tidur yang kurang sehingga bisa berdampak pada terhambatnya proses penyembuhan pada pasien fraktur femur.

Nyeri yang terjadi sepanjang waktu yang lama sering mengakibatkan ketidakmampuan pasien, mungkin tidak mampu untuk melanjutkan aktivitas sehari-hari. Ketidakmampuan ini dapat berkisar dari membatasi keikutsertaan dalam aktivitas fisik sampai tidak mampu untuk memenuhi kebutuhan pribadi seperti berpakaian, makan dan tidur (Brunner Suddarth, 2002).

Robert (2007), mengemukakan sebagian besar orang dapat istirahat sewaktu mereka bebas dari gangguan ketidaknyamanan. Jika seorang pasien mengalami nyeri otomatis kebutuhan istirahat tidur pasien tidak terpenuhi, sehingga kita sebagai perawat harus bisa memilah-milah untuk melakukan tindakan keperawatan yang cocok saat pasien mengalami nyeri pada saat istirahat.

3. Nyeri Berhubungan Dengan Istirahat Tidur Pada Pasien Fraktur Femur

Tabel 1 Hubungan nyeri dengan istirahat tidur pada pasien fraktur femur

Nyeri	Kebutuhan istirahat tidur						Total	
	lebih dari 9 jam		Cukup		kurang dari 7 jam			
Nyeri ringan			2	10%			2	10%
Nyeri sedang	1	5%	2	10%	2	40%	5	25%
Sangat nyeri					12	12%	12	60%
Nyeri tak tertahan					1	6.7%	1	5%
Jumlah	1	5%	4	20%	15	75%	20	100%
p = 0,000						r = 0,775		

Tabel 1 menunjukkan bahwa sebagian besar didapatkan nyeri dengan kebutuhan istirahat tidur kurang sebanyak 15 responden (75%). Dan menunjukkan kebutuhan istirahat tidur sebagian kecil sebanyak 1 responden (5%). Hasil analisis statistik dengan menggunakan uji statistik dengan menggunakan uji statistik korelasi *spearman rho* didapatkan hasil kemaknaan $\rho = 0.00$ berarti H_1 diterima, artinya ada hubungan nyeri dengan kebutuhan istirahat tidur pada pasien fraktur femur didapatkan koefisien korelasi $r = 0.775$ berarti derajat hubungan korelasi kuat.

Nyeri yang terjadi sepanjang waktu yang lama sering mengakibatkan ketidakmampuan pasien untuk melanjutkan aktivitas sehari-hari. Ketidakmampuan ini dapat berkisar dari membatasi keikutsertaan dalam aktivitas fisik sampai tidak mampu untuk memenuhi kebutuhan pribadi seperti berpakaian makan dan tidur (Brunner Suddarth, 2002).

Adanya hubungan antara nyeri dengan kebutuhan istirahat tidur pada pasien fraktur femur mengharuskan perawat memberikan perhatian yang lebih kepada pasien karena dengan berkurangnya kebutuhan istirahat tidur maka akan memperlambat proses penyembuhan pasien.

SIMPULAN DAN SARAN

Simpulan

Sebagian besar responden mengatakan sangat nyeri. Nyeri merupakan gejala umum pada pasien fraktur femur. Sebagian besar responden mengatakan kebutuhan istirahat tidur kurang dari 7 jam. Adanya fraktur maka timbul nyeri sehingga akan mempengaruhi kebutuhan istirahat tidur. Ada hubungan nyeri dengan kebutuhan istirahat tidur pada pasien fraktur femur dengan derajat hubungan korelasi kuat.

Saran

Perawat agar meningkatkan kemampuan dalam mengkaji pasien dengan keluhan nyeri.

KEPUSTAKAAN

Brunner & Suddarth. (2002). *Keperawatan Medikal Bedah*. Ed 8 Vol 2. Jakarta : Buku Kedokteran EGC, hal : 1220-1274.

Priharjo, R. (2003). *Perawatan Nyeri Dan Pemenuhan Aktivitas Istirahat*. Jakarta : EGC.

Priharjo, R. (2007). *Pemenuhan Aktivitas Tidur*. Jakarta : EGC.

Tamsuri, A. (2007). *Konsep Dan Penatalaksanaan Nyeri*. Jakarta : EGC.