

Implementasi Terapi Hipnosis 5 Jari Sebagai Intervensi Non-Farmakologis Untuk Mengurangi Nyeri Fraktur Mandibula Di RSUD Prof. Dr. Margono Soekarjo Purwokerto

Aprilia Sukma Prameswari¹, Tri Sumarni²
^{1,2} Universitas Harapan Bangsa
Email: apriliasprameswari@gmail.com

Abstrak

Fraktur adalah patah tulang kontinuitas karena trauma atau patologi, dengan patah tulang mandibula sering disebabkan oleh kecelakaan lalu lintas di negara berkembang. Penelitian deskriptif studi kasus ini mengkaji penerapan perawatan keperawatan nyeri akut pada Tn. D dengan fraktur mandibula di RSUD Prof. Dr. Margono Soekarjo menggunakan intervensi hipnosis nonfarmakologis lima jari. Diagnosis utama: nyeri akut berdasarkan SDKI. Skala nyeri awal 5 menurun menjadi 2 setelah intervensi 3 × 24 jam. Teknik ini secara efektif menurunkan rasa sakit dan kecemasan melalui relaksasi. Kesimpulan: Intervensi nonfarmakologis keperawatan berbasis bukti sangat penting untuk pemulihan pasien fraktur mandibula.

Kata Kunci: Terapi Hipnosis 5 Jari, Intervensi Non-Farmakologis, Fraktur Mandibula

Abstract

Fractures are fractures of continuity due to trauma or pathology, with mandibular fractures often caused by traffic accidents in developing countries. This case study descriptive research examines the application of acute pain nursing treatment in Mr. D with a mandibular fracture at Prof. Dr. Margono Soekarjo Hospital using a five-finger nonpharmacological hypnosis intervention. The main diagnosis: acute pain based on SDKI. The initial pain scale of 5 decreased to 2 after the 3 × 24-hour intervention. This technique effectively lowers pain and anxiety through relaxation. Conclusions: Evidence-based nursing nonpharmacological interventions are essential for the recovery of mandibular fracture patients.

Keywords: *A Five-Finger Nonpharmacological Hypnosis Intervention, Mandibular Fractures*

1. PENDAHULUAN

Fraktur adalah kondisi penghentian tulang total atau sebagian, yang terjadi karena kondisi patologis dan trauma. Fraktur dapat disebabkan oleh benturan pada tulang, risiko jatuh, dan juga dapat dipengaruhi oleh kepadatan massa tulang, serta kondisi patologis berupa tumor, kista, infeksi, dan beberapa kondisi lainnya (Purnama *et al.* 2022).

Fraktur mandibula adalah salah satu fraktur di area wajah yang cukup umum. Di negara berkembang, penyebab paling umum dari patah tulang mandibula adalah kecelakaan lalu lintas. Benturan keras pada wajah mengakibatkan patah tulang rahang bawah. Seperti lokasinya, rahang bawah berada pada posisi yang lebih menonjol dan mudah menerima benturan, sehingga memungkinkan patah tulang mandibula jika terjadi trauma pada wajah (Rakhman, Putri, and Sjamsudin 2022).

Hipnosis lima jari adalah metode hipnosis diri yang melibatkan stimulasi taktil jari disertai dengan visualisasi positif yang dapat memicu respons relaksasi tubuh, menurunkan aktivitas sistem saraf simpatik, dan mengurangi persepsi rasa sakit dan kecemasan (Siregar 2025)

2. METODE PENELITIAN

Penelitian ini menggunakan desain penelitian deskriptif dengan pendekatan studi kasus. Pendekatan ini dipilih untuk memberikan gambaran mendalam dan sistematis tentang penerapan perawatan keperawatan pada pasien dengan fraktur mandibula, terutama dalam pengelolaan nyeri akut melalui intervensi nonfarmakologis teknik relaksasi hipnosis lima jari.

Subjek penelitian adalah Tn. D berusia 35 tahun, pasien dewasa yang dirawat di Ruang Seruni RSUD Prof. Dr. Margono Soekarjo Purwokerto dengan diagnosis medis fraktur sinistra mandibula 2, fraktur skapula sinistra lateral tertutup 3. Instrumen pengukuran nyeri yang digunakan dalam penelitian ini adalah *Numeric Rating Scale (NRS)* dengan kisaran nilai 0–10, dimana nilai 0 menunjukkan tidak ada rasa sakit dan nilai 10 menunjukkan rasa sakit yang sangat parah. Skala *NRS* dipilih karena pasien sadar, kooperatif, dan mampu mengekspresikan persepsi nyeri secara verbal dan numerik. Penentuan subjek dilakukan berdasarkan kriteria inklusi, yaitu pasien anak dengan diagnosis fraktur sinistra mandibula 2, fraktur skapula sinistra lateral tertutup 3, mengalami keluhan nyeri saat berbicara, dalam keadaan sadar dan kooperatif, serta bersedia menerima tindakan keperawatan. Kriteria pengecualian termasuk pasien dengan gangguan kesadaran, komplikasi parah, atau kondisi yang tidak memungkinkan intervensi hipnosis lima jari.

Pengumpulan data mengacu pada perawatan keperawatan yang lengkap, mulai dari penilaian hingga evaluasi hasil. Metode yang diterapkan meliputi interaksi langsung dengan pasien, observasi fisik, dan peninjauan rekam medis. Tingkat nyeri pasien dinilai menggunakan skala *NRS* (0-10), di mana nol berarti tidak ada rasa sakit dan sepuluh mewakili rasa sakit maksimum.

Diagnosis keperawatan ditentukan berdasarkan Standar Diagnosa Keperawatan Indonesia (SDKI), sedangkan perencanaan dan pelaksanaan intervensi mengikuti Standar Intervensi Keperawatan Indonesia (SIKI), dan evaluasi hasil keperawatan menggunakan Standar Hasil Keperawatan Indonesia (SLKI). Intervensi utama adalah manajemen nyeri melalui teknik hipnosis lima jari yang diterapkan secara terstruktur selama sekitar 10-15 menit dan bekerja sama dengan terapi medis.

Evaluasi asuhan keperawatan dilakukan secara terus menerus melalui perbandingan skala nyeri sebelum dan pasca intervensi, disertai dengan pengamatan respons subjektif dan objektif pasien terhadap tindakan yang diberikan. Data dari evaluasi dianalisis secara deskriptif naratif dengan membandingkannya dengan teori yang relevan dan temuan penelitian sebelumnya.

3. HASIL DAN PEMBAHASAN

Hasil penelitian ini diperoleh melalui penerapan asuhan keperawatan pada pasien berusia 35 tahun dengan diagnosis medis fraktur mandibular sinistra 2, fraktur skapula lateral tertutup sinistra 3, yang dirawat di Ruang Seruni RSUD Prof. Dr. Margono Soekarjo Purwokerto. Perawatan keperawatan dilakukan selama 3 × 24 jam, dengan penekanan utama pada manajemen nyeri akut melalui intervensi teknik relaksasi hipnosis lima jari yang dikombinasikan dengan terapi kolaboratif.

A. Hasil Penilaian Keperawatan

Hasil penelitian menemukan bahwa pasien mengalami nyeri di rahang bawah, dengan karakteristik seperti plesteran dan kehilangan, serta kejengkelan ketika berbicara dengan skala nyeri awal berdasarkan *Skala Peringkat Numerik (NRS)* 5 (nyeri sedang).

Tabel 1 Hasil Penilaian Nyeri Pasien

Aspek penelitian	Hasil
Paliasi	Rasa sakit memburuk saat berbicara
Kualitas	Seperti ditusuk
Wilayah	Nyeri rahang bawah
Tingkat keparahan	5
Waktu onset	Hilang muncul

B. Diagnosis Keperawatan

Berdasarkan data subjektif dan objektif, beberapa diagnosis keperawatan ditentukan sesuai dengan Standar Diagnosa Keperawatan Indonesia (SDKI), dengan fokus utama pada nyeri akut.

Tabel 2 Diagnosis Keperawatan Pasien

Ya	Dx	Etiologi
1.	Nyeri akut	Agen bahaya fisik
2.	Risiko defisit gizi	Ketidakmampuan untuk menelan makanan
3.	Mengidam	Krisis situasional

C. Pelaksanaan Asuhan Keperawatan

Intervensi utama adalah manajemen nyeri menggunakan teknik relaksasi hipnosis lima jari selama sekitar 10-15 menit per sesi, disesuaikan dengan kondisi pasien. Selain pendekatan nonfarmakologis ini, pasien juga diberikan terapi farmakologis sesuai dengan rencana medis, termasuk analgesik dan ampisilin dan sulbactam. Implementasi dilakukan secara konsisten selama 3 hari perawatan.

D. Perubahan skala nyeri sebelum dan sesudah intervensi

Hasil evaluasi menunjukkan penurunan skala nyeri secara bertahap setelah intervensi keperawatan.

Tabel 3 Perubahan skala nyeri selama pengobatan

Hari	Waktu intervensi	Skala nyeri	Kategori
Hari 1	Sebelum intervensi	5	Sedang
Hari 2	Setelah intervensi	3	Ringan
Hari 3	Setelah intervensi	2	Ringan

E. Evaluasi Hasil Keperawatan

Evaluasi hasil keperawatan menunjukkan peningkatan kondisi pasien, terutama pada indikator nyeri, ekspresi wajah, dan tingkat kenyamanan.

Tabel 4. Evaluasi Eksternal Nyeri

Indikator eksternal	Hari 1	Hari 2	Hari 3
Keluhan nyeri	Sedang	Ringan	Ringan
Meringai kesakitan	Di sana	Dikurangi	Dikurangi
Gelisah	Di sana	Dikurangi	Dikurangi
Kesulitan tidur	Dorongan yang cukup besar	Sedang	Sedang

Secara keseluruhan, hasil aplikasi asuhan keperawatan menunjukkan bahwa teknik relaksasi hipnosis lima jari, dikombinasikan dengan terapi kolaboratif, memiliki dampak positif pada pengurangan intensitas nyeri.

Pembahasan

Fraktur mandibula adalah putusnya kontinuitas tulang mandibula. Hilangnya kontinuitas di rahang bawah (mandibules), bisa berakibat fatal jika tidak ditangani dengan benar. Fraktur mandibula dapat terjadi di dento alveolar, kondilus, daerah koronoid, ramus, sudut mandibula, korpus mandibula, simfisis, dan parasimfisis (Purnama et al. 2022). Dalam kasus Tn. D, ada fraktur mandibula sinistra 2 yang menyebabkan nyeri akut.

Hasil penelitian pada Tn. D menunjukkan nyeri pada rahang bawah dengan skala nyeri awal 5. Diagnosis keperawatan utama yang ditetapkan pada Tn. D adalah nyeri akut yang berhubungan dengan agen cedera fisik, sesuai dengan Standar Diagnosa Keperawatan Indonesia (SDKI).

Intervensi keperawatan yang diberikan kepada Tn. D meliputi manajemen nyeri, melalui pendekatan farmakologis dan non-farmakologis. Di antara mereka, teknik relaksasi adalah salah satu intervensi nonfarmakologis yang paling menonjol. Hipnosis 5 jari adalah teknik mengalihkan pikiran seseorang dengan menyentuh jari-jari tangan sambil membayangkan hal-hal menyenangkan atau menyenangkan yang bertujuan untuk mengurangi rasa sakit (Halim dan Khayati 2020).

Hasil evaluasi menunjukkan penurunan skala nyeri secara bertahap dari skala 5 menjadi skala 2 setelah intervensi hipnosis 5 jari selama 3×24 jam.

Hipnoterapi adalah intervensi psikologis. Hipnoterapi mengkondisikan seseorang untuk relaksasi sehingga lebih mudah untuk menerima saran dari terapis. Hipnoterapi sengaja memanfaatkan keadaan imajiner untuk menghasilkan perubahan baik dalam kesadaran maupun alam bawah sadar pasien (Koming Pratiwil, Putu Wira Kusuma Putra 2025). Dengan demikian, hipnoterapi memanfaatkan keadaan psikologis pasien untuk mengubah persepsi rasa sakit, termasuk rasa sakit, menjadi perasaan yang lebih nyaman. Hipnoterapi dapat mengalihkan perhatian klien dengan saran yang diberikan sehingga klien akan melupakan rasa sakit yang mereka rasakan (Halim dan Khayati 2020).

Selain mengurangi skala nyeri, penerapan Hipnosis 5 jari juga berdampak positif pada kenyamanan pasien, ditandai dengan peningkatan kemampuan pasien untuk beristirahat. Temuan ini sejalan dengan penelitian yang menunjukkan bahwa intervensi nonfarmakologis berbasis relaksasi dapat membantu mengurangi gangguan tidur (Halim dan Khayati 2020).

Hasil studi kasus pada Tn. D menunjukkan bahwa penerapan *keperawatan berbasis bukti* melalui metode relaksasi hipnosis 5 jari berdampak positif terhadap penurunan derajat nyeri akut. Hal ini membuktikan efektivitas manajemen nyeri bagi pasien dengan diagnosis fraktur mandibula sinistra 2, fraktur skapula lateral tertutup sinistra 3 dalam pengaturan pelayanan kesehatan.

4. KESIMPULAN

Hasil asuhan keperawatan untuk Tn. D di Ruang Seruni RSUD Prof. Dr. Margono Soekarjo menunjukkan bahwa penanganan nyeri akut mencapai hasil positif melalui pendekatan non-farmakologis. Salah satu intervensi yang diterapkan adalah teknik relaksasi Hipnosis 5 jari. Teknik ini telah terbukti efektif dalam menurunkan skala nyeri secara bertahap dan memperbaiki kondisi psikologis pasien anak. Temuan ini memperkuat bahwa intervensi non-farmakologis bukan hanya pendamping, tetapi komponen penting dalam perawatan keperawatan independen. Kesimpulan dari studi kasus ini menekankan bahwa penerapan *keperawatan berbasis bukti* merupakan poin kunci dalam meningkatkan kualitas perawatan dan mempercepat proses pemulihan pasien pada kasus fraktur mandibula.

5. DAFTAR PUSTAKA

- Halim, Alamsah Rusdi, dan Nikmatul Khayati. 2020. "Pengaruh Hipnoterapi Lima Jari Terhadap Penurunan Skala Nyeri Pada Pasien Kanker Serviks." : 1–6.
- Koming Pratiwi¹, Putu Wira Kusuma Putra², I Nyoman Sutresna². 2025. "PENGARUH PEMBERIAN TEKNIK HIPNOTIS LIMA JARI." : 70–83.
- Purnama, Nadia et al. 2022. "Fraktur Mandibula Dextra pada Pasien Kecelakaan Lalu Lintas." 6(4): 7093–99.
- Rakhman, Deny, Farah Asnely Putri, dan Endang Sjamsudin. 2022. "Laporan kasus Penatalaksanaan fraktur kondilus bilateral dan korpus mandibula dengan reduksi tertutup pada pasien remaja."
- Siregar, Putri Magdalena. 2025. "Penerapan Terapi Hipnotis 5 Jari Terhadap Nyeri pada Pasien Post Operasi Batu Ureter (Ureterolithiasis) Pemasangan Dj Stent."