

**PEMBERIAN TERAPI MEDITASI PADA PASIEN DENGAN DIAGNOSA  
TRAUMA TUMPUL ABDOMEN TERHADAP PENURUNAN NYERI DI  
RUANG IGD RSD dr. SOEBANDI JEMBER**

**KARYA ILMIAH AKHIR**



**Oleh**

**Habibur Ridho Kurrota, S.Kep**

**NIM. 24101037**

**PROGRAM STUDI PROFESI NERS**

**FAKULTAS ILMU KESEHATAN**

**UNIVERSITAS dr. SOEBANDI**

**JEMBER**

**2025**

**LEMBAR PENGESAHAN**  
**PEMBERIAN TERAPI MEDITASI PADA PASIEN DENGAN**  
**DIAGNOSA TRAUMA TUMPUL ABDOMEN TERHADAP**  
**PENURUNAN NYERI DI RUANG IGD**  
**RSD dr. SOEBANDI JEMBER**

**KARYA ILMIAH AKHIR NERS**

**Disusun Oleh:**

**Habibur Ridho Kurrota, S.Kep**

**NIM. 24101037**

Telah berhasil dipertahankan di hadapan Dewan Penguji dalam ujian Ilmiah Akhir Ners Pada Tanggal 20 Agustus 2025 dan telah diterima sebagai bagian persyaratan yang diperlukan untuk meraih gelar Ners (Ns.) pada Program Studi Profesi Ners Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas dr. Soebandi Jember.

**DEWAN PENGUJI**

Penguji 1     Guruh Wirasakti, S.Kep., Ns., M.Kep  
                  NIDN. 0705058706

Penguji 2     Ns. Sugito Tri Gunarto, S.Kep., M.Kep., MM.Kes  
                  NIP. 19730326 199603 1 002

Penguji 3     Feri Ekaprasetia, S.Kep., Ns., M.Kep  
                  NIDN. 07222019201

(  )  
(  )  
(  )

Ketua Program Studi Profesi Ners



Emi Eliya Astutik, S.Kep., Ns., M.Kep

NIDN. 070028703

## ABSTRAK

### PEMBERIAN TERAPI MEDITASI PADA PASIEN DENGAN DIAGNOSA TRAUMA TUMPUL ABDOMEN TERHADAP PENURUNAN NYERI DI RUANG IGD RSD dr. SOEBANDI JEMBER

Habibur Ridho Kurrota\*, Feri Ekaprasetya, S.Kep., Ns., M.Kep\*\*

Program Studi Profesi Ners, Fakultas Ilmu Kesehatan, Universitas dr. Soebandi

Email : [info@uds.ac.id](mailto:info@uds.ac.id)

\* *Korespondensi Penulis* : [habiburridhok@gmail.com](mailto:habiburridhok@gmail.com)

\*\* *Korespondensi Penulis* :

**Received :**

**Accepted :**

**Published :**

---

#### Abstrak

**Latar Belakang:** Trauma tumpul abdomen merupakan penyebab kematian ketiga akibat trauma setelah cedera kepala dan dada, dengan risiko perdarahan intraabdomen yang dapat berujung pada syok hipovolemik. Selain manajemen medis, intervensi nonfarmakologis seperti meditasi berpotensi membantu mengurangi nyeri dan kecemasan pasien. Penelitian ini bertujuan mengetahui pengaruh pemberian terapi meditasi terhadap tingkat nyeri pada pasien dengan trauma tumpul abdomen di IGD RSD dr. Soebandi Jember. **Metode:** Penelitian ini menggunakan rancangan studi kasus pada satu pasien laki-laki usia 22 tahun dengan diagnosis medis trauma tumpul abdomen akibat kecelakaan lalu lintas. Intervensi berupa terapi meditasi dilakukan satu kali selama 15 menit dalam posisi nyaman dengan fokus pada pernapasan. Skala nyeri diukur sebelum dan sesudah intervensi menggunakan Numeric Rating Scale (NRS). Data dianalisis secara deskriptif dengan membandingkan kondisi pra dan pasca intervensi. **Hasil:** Sebelum intervensi, pasien melaporkan nyeri perut kiri atas dengan skala 5 (nyeri sedang). Setelah dilakukan terapi meditasi, skala nyeri menurun menjadi 4. Pasien melaporkan merasa lebih rileks, tenang, dan mampu mengalihkan perhatian dari nyeri. Temuan ini menunjukkan adanya penurunan intensitas nyeri dan perbaikan kenyamanan pasien meskipun intervensi dilakukan dalam satu sesi singkat. **Kesimpulan:** Pemberian terapi meditasi pada pasien trauma tumpul abdomen terbukti membantu mengurangi nyeri melalui mekanisme relaksasi, penurunan aktivitas sistem saraf simpatis, dan peningkatan aktivitas system parasimpatis. Hasil ini sejalan dengan penelitian sebelumnya yang menyatakan bahwa meditasi efektif dalam menurunkan nyeri dan kecemasan pada pasien dengan kondisi akut. Meditasi dapat menjadi intervensi komplementer yang aman, mudah, dan tanpa efek samping untuk mendukung asuhan keperawatan pada pasien trauma.

**Kata Kunci:** Trauma Tumpul Abdomen, Meditasi, Nyeri, Intervensi Keperawatan, IGD.