

Sahabat Sosial

Jurnal Pengabdian Masyarakat

Pendampingan Keluarga Dalam Manajemen Nyeri Non-Farmakologi Pada Pasien Post Fraktur Di Wilayah Kerja Puskesmas Manggala

Andi Ernawati Manuntungi^{1*}, Dia Rejeki Utami², Rezqiah Aulia Rahmat³

^{1,2} Program Studi Keperawatan, Institut Kesehatan dan Bisnis St Fatimah Mamuju

³ Program Studi Kedokteran, Universitas Bosowa

***Correspondent Author:** Andi Ernawati Manuntungi, Email: andiernawatimanuntungi@gmail.com

ABSTRACT

Fracture is a condition involving disruption of bone continuity that often causes pain, limited mobility, and discomfort during the recovery process. Pain management in post-fracture patients does not only rely on pharmacological therapy but also requires non-pharmacological interventions that can be independently performed by patients and families at home. Families play an important role in providing psychological support, assisting mobility, and applying simple pain management techniques. This Community Service Program aimed to improve family knowledge and skills in implementing non-pharmacological pain management for post-fracture patients in the working area of Manggala Public Health Center. The methods included health education, demonstrations of deep breathing relaxation, distraction techniques, comfortable positioning, appropriate compress techniques, and family assistance. Evaluation was conducted using pre-test and post-test knowledge assessments. The participants consisted of 35 families of post-fracture patients. The results showed an increase in participants' knowledge scores from 54.6 before education to 87.2 after education. Participants were also able to demonstrate appropriate non-pharmacological pain management techniques. This program demonstrated that family assistance effectively improves family ability to support pain control and enhance patient comfort during post-fracture recovery.

Keywords: *Fracture, Pain, Family, Non-Pharmacological Management, Nursing.*

ABSTRAK

Fraktur merupakan kondisi terputusnya kontinuitas tulang yang sering menimbulkan nyeri, keterbatasan aktivitas, dan gangguan kenyamanan pasien selama masa pemulihan. Pengelolaan nyeri pada pasien post fraktur tidak hanya bergantung pada terapi farmakologi, tetapi juga membutuhkan intervensi non-farmakologi yang dapat dilakukan secara mandiri oleh pasien dan keluarga di rumah. Keluarga memiliki peran penting dalam memberikan dukungan

Sahabat Sosial

Jurnal Pengabdian Masyarakat

psikologis, membantu mobilisasi, serta menerapkan teknik sederhana untuk mengurangi nyeri. Kegiatan Pengabdian kepada Masyarakat ini bertujuan meningkatkan pengetahuan dan keterampilan keluarga dalam melakukan manajemen nyeri non-farmakologi pada pasien post fraktur di wilayah kerja Puskesmas Manggala. Metode kegiatan dilakukan melalui edukasi kesehatan, demonstrasi teknik relaksasi napas dalam, distraksi, pengaturan posisi nyaman, kompres sesuai indikasi, serta pendampingan keluarga. Evaluasi dilakukan menggunakan pre-test dan post-test pengetahuan. Sasaran kegiatan sebanyak 35 keluarga pasien post fraktur. Hasil kegiatan menunjukkan peningkatan pengetahuan peserta dari nilai rata-rata 54,6 sebelum edukasi menjadi 87,2 setelah edukasi. Peserta juga mampu mempraktikkan teknik manajemen nyeri non-farmakologi secara tepat. Kegiatan ini menunjukkan bahwa pendampingan keluarga efektif dalam meningkatkan kemampuan keluarga untuk membantu mengontrol nyeri dan meningkatkan kenyamanan pasien selama proses pemulihan post fraktur.

Kata Kunci: *Fraktur, Nyeri, Keluarga, Manajemen Non-Farmakologi, Keperawatan.*

I. PENDAHULUAN

Fraktur merupakan salah satu masalah kesehatan yang sering menyebabkan gangguan fungsi tubuh, keterbatasan aktivitas, dan penurunan kualitas hidup pasien. Kondisi fraktur biasanya disertai dengan nyeri yang dapat bersifat akut maupun berkelanjutan selama proses penyembuhan. Nyeri yang tidak terkontrol dapat memengaruhi kualitas tidur, aktivitas sehari-hari, kondisi psikologis, serta proses pemulihan pasien.

Penatalaksanaan nyeri pada pasien post fraktur umumnya dilakukan melalui pemberian obat analgesik sesuai indikasi medis. Namun, penggunaan terapi farmakologi perlu didukung dengan intervensi non-farmakologi agar pengendalian nyeri lebih optimal. Beberapa teknik non-farmakologi yang dapat diterapkan antara lain relaksasi napas dalam, distraksi, pengaturan posisi, teknik sentuhan, kompres sesuai kondisi pasien, serta dukungan emosional.

Dalam proses perawatan di rumah, keluarga memiliki peranan yang sangat penting. Keluarga merupakan sumber dukungan utama yang dapat membantu pasien melakukan aktivitas, menjaga kenyamanan, memantau kondisi kesehatan, serta menerapkan teknik pengurangan nyeri sederhana. Namun, masih banyak keluarga yang belum memiliki pengetahuan dan keterampilan yang cukup dalam melakukan manajemen nyeri non-farmakologi.

Peran perawat dalam memberikan edukasi dan pendampingan keluarga menjadi bagian penting dalam meningkatkan kemampuan keluarga melakukan perawatan mandiri. Melalui

Sahabat Sosial

Jurnal Pengabdian Masyarakat

kegiatan Pengabdian kepada Masyarakat ini, dilakukan pendampingan keluarga dalam manajemen nyeri non-farmakologi pada pasien post fraktur di wilayah kerja Puskesmas Manggala.

II. METODE PELAKSANAAN

A. Lokasi dan Sasaran Kegiatan

Kegiatan Pengabdian kepada Masyarakat dilaksanakan di wilayah kerja Puskesmas Manggala, Kecamatan Manggala, Kota Makassar, Sulawesi Selatan pada bulan April 2026. Kegiatan ini ditujukan kepada keluarga yang memiliki anggota keluarga dengan kondisi post fraktur sebanyak 35 peserta. Pemilihan sasaran didasarkan pada pentingnya keterlibatan keluarga dalam membantu proses pemulihan pasien, khususnya dalam pengendalian nyeri dan peningkatan kenyamanan selama perawatan di rumah.

B. Tahapan Pelaksanaan

1. Tahap Persiapan

Tahap persiapan diawali dengan melakukan koordinasi bersama pihak Puskesmas Manggala, tenaga kesehatan, kader kesehatan, serta keluarga pasien. Pada tahap ini dilakukan identifikasi kebutuhan keluarga terkait perawatan pasien post fraktur, penyusunan materi edukasi, persiapan media penyuluhan, serta pembuatan instrumen evaluasi kegiatan.

Materi edukasi yang dipersiapkan meliputi:

- a. Konsep dasar nyeri pada pasien post fraktur.
- b. Faktor yang dapat memengaruhi peningkatan nyeri.
- c. Peran keluarga dalam membantu proses pemulihan pasien.
- d. Prinsip dan teknik manajemen nyeri non-farmakologi yang dapat diterapkan di rumah.

2. Tahap Pelaksanaan

Pelaksanaan kegiatan dilakukan melalui metode edukasi, demonstrasi, praktik langsung, serta diskusi interaktif bersama keluarga. Kegiatan meliputi:

- a. Penyuluhan mengenai nyeri post fraktur dan cara pengelolaannya.
- b. Demonstrasi teknik relaksasi napas dalam.
- c. Pelatihan teknik distraksi untuk membantu mengurangi fokus pasien terhadap nyeri.
- d. Edukasi pengaturan posisi nyaman dan mobilisasi yang aman.
- e. Demonstrasi penggunaan kompres sesuai kondisi pasien.
- f. Diskusi serta konsultasi mengenai kendala keluarga dalam merawat pasien di rumah.

Sahabat Sosial

Jurnal Pengabdian Masyarakat

Teknik manajemen nyeri non-farmakologi yang diajarkan meliputi:

a. Relaksasi napas dalam

Keluarga diajarkan membantu pasien melakukan pengaturan posisi yang nyaman, menarik napas secara perlahan melalui hidung, kemudian menghembuskan napas secara perlahan untuk membantu mengurangi ketegangan dan meningkatkan rasa nyaman.

b. Teknik distraksi

Keluarga diberikan pemahaman mengenai cara mengalihkan perhatian pasien dari rasa nyeri melalui aktivitas ringan, mendengarkan musik, berbicara dengan pasien, serta memberikan komunikasi positif dan dukungan emosional.

c. Pengaturan posisi nyaman

Keluarga dilatih membantu pasien menemukan posisi yang tepat untuk mengurangi tekanan pada area fraktur, meningkatkan kenyamanan, dan mendukung proses penyembuhan.

d. Dukungan psikologis keluarga

Keluarga diberikan edukasi mengenai pentingnya memberikan motivasi, perhatian, rasa aman, serta dukungan emosional agar pasien lebih tenang dalam menghadapi proses pemulihan.

3. Tahap Evaluasi

Evaluasi kegiatan dilakukan untuk mengetahui keberhasilan edukasi dan kemampuan keluarga dalam menerapkan manajemen nyeri non-farmakologi. Evaluasi dilakukan melalui:

a. Pre-test dan post-test untuk mengukur peningkatan pengetahuan keluarga.

b. Observasi kemampuan keluarga dalam mempraktikkan teknik relaksasi, distraksi, dan pengaturan posisi.

c. Sesi tanya jawab mengenai penerapan teknik perawatan di rumah.

Hasil evaluasi dianalisis secara deskriptif untuk menggambarkan perubahan pengetahuan dan keterampilan keluarga setelah mengikuti kegiatan pendampingan.

III. HASIL PELAKSANAAN DAN PEMBAHASAN

A. Hasil Pelaksanaan

1. Karakteristik Peserta

Tabel 1. Karakteristik Keluarga Peserta

Karakteristik	Jumlah (n)	Persentase (%)
Istri/suami pasien	12	34,3
Anak pasien	15	42,9
Orang tua pasien	8	22,8
Total	35	100

Mayoritas peserta merupakan anak pasien sebanyak 15 orang (42,9%) yang berperan sebagai pendamping utama pasien post fraktur di rumah.

2. Peningkatan Pengetahuan Keluarga

Tabel 2. Perubahan Pengetahuan Sebelum dan Sesudah Edukasi

Indikator	Pre-test	Post-test
Nilai rata-rata	54,6	87,2
Nilai tertinggi	80	100
Nilai terendah	30	70

Terjadi peningkatan pengetahuan keluarga setelah diberikan edukasi mengenai manajemen nyeri non-farmakologi. Hal ini menunjukkan bahwa metode penyuluhan dan demonstrasi efektif meningkatkan pemahaman peserta.

3. Kemampuan Praktik Keluarga

Tabel 3. Kemampuan Keluarga Setelah Pendampingan

Keterampilan	Sebelum (%)	Sesudah (%)
Teknik relaksasi napas dalam	45,7	91,4
Pengaturan posisi nyaman	51,4	94,3
Teknik distraksi	42,9	88,6
Dukungan psikologis	57,1	97,1

Setelah dilakukan pendampingan, sebagian besar keluarga mampu melakukan teknik manajemen nyeri non-farmakologi dengan baik.

B. Pembahasan

Hasil kegiatan menunjukkan bahwa pendampingan keluarga memberikan dampak positif terhadap peningkatan pengetahuan dan keterampilan keluarga dalam melakukan manajemen nyeri non-farmakologi pada pasien post fraktur. Peningkatan skor pengetahuan

menunjukkan bahwa edukasi kesehatan yang diberikan mampu membantu keluarga memahami konsep nyeri dan cara mengurangi keluhan pasien.

Nyeri pada pasien post fraktur dapat memengaruhi berbagai aspek kehidupan pasien, termasuk kemampuan bergerak, tidur, dan melakukan aktivitas sehari-hari. Oleh karena itu, pengelolaan nyeri tidak hanya berfokus pada pemberian obat, tetapi juga membutuhkan pendekatan komprehensif melalui intervensi non-farmakologi.

Teknik relaksasi napas dalam merupakan salah satu metode sederhana yang dapat dilakukan keluarga karena mudah dipelajari dan tidak membutuhkan alat khusus. Teknik ini membantu pasien mengurangi ketegangan otot dan memberikan efek nyaman sehingga persepsi terhadap nyeri dapat berkurang.

Dukungan keluarga memiliki pengaruh besar terhadap kondisi psikologis pasien. Kehadiran keluarga, komunikasi positif, dan pemberian motivasi dapat mengurangi kecemasan yang sering muncul selama proses pemulihan.

Keberhasilan kegiatan ini didukung oleh pendekatan edukasi yang melibatkan praktik langsung sehingga keluarga tidak hanya menerima informasi tetapi juga mampu menerapkannya. Pendampingan secara langsung membantu keluarga lebih percaya diri dalam memberikan perawatan di rumah.

Pemberdayaan keluarga melalui edukasi manajemen nyeri non-farmakologi dapat menjadi strategi penting dalam meningkatkan kualitas perawatan pasien post fraktur di tingkat rumah tangga.

IV. KESIMPULAN DAN SARAN

A. Kesimpulan

Kegiatan Pendampingan Keluarga dalam Manajemen Nyeri Non-Farmakologi pada Pasien Post Fraktur di Wilayah Kerja Puskesmas Manggala telah terlaksana dengan baik dan memberikan dampak positif terhadap peningkatan pengetahuan serta keterampilan keluarga dalam membantu perawatan pasien di rumah.

Hasil kegiatan menunjukkan bahwa pemberian edukasi kesehatan yang disertai dengan demonstrasi dan praktik langsung mampu meningkatkan pemahaman keluarga mengenai konsep nyeri post fraktur, faktor yang memengaruhi nyeri, serta berbagai metode sederhana yang dapat dilakukan untuk membantu mengurangi keluhan nyeri pasien.

Melalui kegiatan pendampingan ini, keluarga menjadi lebih memahami perannya sebagai pemberi dukungan utama selama proses pemulihan pasien. Keluarga mampu mengenali kebutuhan pasien, membantu menciptakan kondisi yang nyaman, serta

Sahabat Sosial

Jurnal Pengabdian Masyarakat

menerapkan teknik manajemen nyeri non-farmakologi seperti relaksasi napas dalam, distraksi, pengaturan posisi, dan pemberian dukungan psikologis.

Penerapan manajemen nyeri non-farmakologi di tingkat rumah tangga dapat menjadi upaya pendukung dalam meningkatkan kenyamanan pasien, mempercepat proses adaptasi selama masa pemulihan, serta membantu meningkatkan kualitas perawatan pasien post fraktur. Keterlibatan keluarga terbukti menjadi faktor penting dalam keberhasilan perawatan karena keluarga berperan dalam memberikan bantuan fisik maupun emosional secara berkelanjutan.

B. Saran

Berdasarkan hasil kegiatan yang telah dilakukan, beberapa saran yang dapat diberikan yaitu:

1. Bagi keluarga pasien, diharapkan dapat menerapkan teknik manajemen nyeri non-farmakologi secara rutin sesuai dengan kondisi pasien serta terus memberikan dukungan psikologis selama proses pemulihan. Keluarga juga perlu memperhatikan tanda-tanda perubahan kondisi pasien dan segera berkonsultasi dengan tenaga kesehatan apabila terjadi keluhan yang memburuk.
2. Bagi tenaga kesehatan dan Puskesmas Manggala, edukasi mengenai manajemen nyeri pada pasien post fraktur perlu dilakukan secara berkelanjutan melalui program kunjungan rumah, penyuluhan kesehatan, maupun pendampingan keluarga berbasis komunitas agar kemampuan keluarga dalam melakukan perawatan mandiri semakin meningkat.
3. Bagi pelayanan keperawatan, keterlibatan keluarga dalam proses perawatan pasien perlu terus dikembangkan sebagai bagian dari pendekatan keperawatan keluarga. Perawat diharapkan tidak hanya berfokus pada pasien, tetapi juga memberikan edukasi kepada keluarga sebagai mitra dalam proses penyembuhan.
4. Bagi pasien post fraktur, diharapkan tetap melakukan kontrol kesehatan secara rutin sesuai anjuran tenaga kesehatan, mengikuti program rehabilitasi atau latihan yang diberikan, serta menerapkan pola perawatan yang mendukung proses penyembuhan.
5. Bagi kegiatan pengabdian selanjutnya, diharapkan dapat dilakukan pengembangan program dengan cakupan sasaran yang lebih luas serta evaluasi jangka panjang terhadap efektivitas manajemen nyeri non-farmakologi dalam meningkatkan kualitas hidup pasien post fraktur.

Sahabat Sosial

Jurnal Pengabdian Masyarakat

UCAPAN TERIMA KASIH

Tim Pengabdian kepada Masyarakat mengucapkan puji syukur kepada Tuhan Yang Maha Esa atas terlaksananya kegiatan Pendampingan Keluarga dalam Manajemen Nyeri Non-Farmakologi pada Pasien Post Fraktur di Wilayah Kerja Puskesmas Manggala dengan baik dan lancar.

Ucapan terima kasih yang sebesar-besarnya disampaikan kepada Kepala Puskesmas Manggala beserta seluruh tenaga kesehatan yang telah memberikan izin, dukungan, fasilitas, serta bantuan selama proses pelaksanaan kegiatan. Dukungan tersebut sangat berperan dalam kelancaran koordinasi, pelaksanaan edukasi, dan pendampingan keluarga pasien.

Tim juga menyampaikan apresiasi kepada kader kesehatan dan masyarakat di wilayah kerja Puskesmas Manggala yang telah membantu dalam proses penyebaran informasi, mengoordinasikan peserta, serta mendukung terlaksananya kegiatan pengabdian kepada masyarakat ini.

Ucapan terima kasih secara khusus diberikan kepada keluarga pasien post fraktur yang telah berpartisipasi aktif dalam mengikuti kegiatan edukasi, demonstrasi, serta praktik manajemen nyeri non-farmakologi. Antusiasme dan keterbukaan peserta menjadi faktor penting dalam keberhasilan kegiatan ini.

Terima kasih juga disampaikan kepada seluruh anggota tim pelaksana, mahasiswa, dan pihak lain yang telah berkontribusi mulai dari tahap persiapan, pelaksanaan, hingga evaluasi kegiatan. Kerja sama dan dukungan dari berbagai pihak menjadi bagian penting dalam upaya meningkatkan kemampuan keluarga dalam memberikan perawatan yang tepat bagi pasien post fraktur.

Semoga kegiatan ini dapat memberikan manfaat bagi masyarakat, khususnya keluarga pasien, serta menjadi salah satu upaya dalam meningkatkan kualitas pelayanan kesehatan berbasis keluarga dan komunitas di wilayah kerja Puskesmas Manggala.

DAFTAR PUSTAKA

1. American Academy of Orthopaedic Surgeons. Management of Fracture Care. 2023.
2. Black JM. Medical Surgical Nursing Clinical Management. 2021.
3. Brunner S, Suddarth. *Medical Surgical Nursing*. Philadelphia: Wolters Kluwer; 2020.
4. Guyton AC, Hall JE. *Textbook of Medical Physiology*. Philadelphia: Elsevier; 2021.
5. International Association for the Study of Pain. *Pain Management Guidelines*. Washington: IASP; 2022.

6. Kementerian Kesehatan Republik Indonesia. *Profil Kesehatan Indonesia*. Jakarta: Kemenkes RI; 2024.
7. Manuntungi, A. E., Parwati, D., Susiandari, A., & Sallo, A. K. M. (2023). Edukasi dan konseling Antenatal Care Terhadap Tingkat Pendidikan Dan Sikap Ibu Hamil Di Wilayah Kerja Puskesmas Tobadak. *Sahabat Sosial: Jurnal Pengabdian Masyarakat*, 1(4), 279–288. <https://doi.org/10.59585/sosisabdimas.v1i4.399>
8. Nursinah, A., Suabey, S., Kadir, E., Asmi, A. S., Purbanova, R., Henderika Litaay, S. C., & Pannyiwi, R. (2023). Environmental Sociology Approach From A Social Risk Perspective. *International Journal of Health Sciences*, 1(2), 102–110. <https://doi.org/10.59585/ijhs.v1i2.59>
9. Koziar B. *Fundamentals of Nursing*. London: Pearson; 2020.
10. Lewis SL. *Medical Surgical Nursing*. St Louis: Elsevier; 2020.
11. Notoatmodjo S. *Promosi Kesehatan dan Perilaku Kesehatan*. Jakarta: Rineka Cipta; 2018.
12. Potter PA, Perry AG. *Fundamentals of Nursing*. St Louis: Elsevier; 2021.
13. Pannyiwi, R., Ali, A., & Yulis, D. M. (2025). Strategi Pencegahan Dan Penanggulangan Penyalahgunaan Narkoba Melalui Pendekatan Komunitas Di Kabupaten Sidenreng Rappang. *JIMAD : Jurnal Ilmiah Multidisiplin*, 2(3), 191–200. <https://doi.org/10.59585/jimad.v2i3.856>
14. Pannyiwi, R., Azis, M. N. S. A., & Rahmat, R. A. (2025). Analisis Kendala Perawat Dalam Melaksanakan Komunikasi Terapeutik Di Lingkungan Pelayanan Kesehatan. Barongko: *Jurnal Ilmu Kesehatan*, 4(1), 231–243. <https://doi.org/10.59585/bajik.v4i1.921>
15. Smeltzer SC. *Textbook of Medical Surgical Nursing*. Philadelphia: Wolters Kluwer; 2020.
16. Sallo, A. K. M., Utami, D. R., Eppang, M., & Rosida, R. (2026). Implementasi Layanan Home Care Dalam Meningkatkan Kualitas Hidup Pasien Di Masyarakat. *Sahabat Sosial: Jurnal Pengabdian Masyarakat*, 4(3), 1311–1320. Retrieved from <https://jurnal.agdosi.com/index.php/jpemas/article/view/1254>
17. Sudoyo AW. *Buku Ajar Ilmu Penyakit Dalam*. Jakarta: Interna Publishing; 2020.
18. Taylor C. *Fundamentals of Nursing Care*. Philadelphia: Wolters Kluwer; 2020.
19. Utami, D. R., Sudirman, S., P, N. A., & Pannyiwi, R. (2026). Penyuluhan Gaya Hidup Sehat Untuk Mengurangi Risiko Penyakit Paru Obstruktif Kronis (PPOK). *Sahabat Sosial: Jurnal Pengabdian Masyarakat*, 4(2), 562–569. <https://doi.org/10.59585/sosisabdimas.v4i2.1025>



e-ISSN: 2964-9196
Vol.4 No.3 Juni 2026

Sahabat Sosial

Jurnal Pengabdian Masyarakat

20. World Health Organization. *Musculoskeletal Health and Rehabilitation*. Geneva: WHO; 2022.
21. Wilkinson JM. *Nursing Diagnosis Handbook*. St Louis: Elsevier; 2022.
22. Yusuf M. Family support in pain management. *Nursing Journal*. 2021.
23. Zhang Y. Non-pharmacological pain management after fracture. *Clinical Nursing Research*. 2022.