MEDIC NUTRICIA
Jurnal Ilmu Kesehatan
ISSN : 3025-8855

Vol. 18 No 1 Tahun 2025
Prefix DOI 10.5455/mnj.v1i2.644

PENERAPAN RELAKSASI BENSON PADA PASIEN PASCA BEDAH FRAKTUR DENGAN MASALAH KEPERAWATAN NYERI AKUT DI RUANGAN DAHLIA RSUD ARIFIN ACHMAD PROVINSI RIAU

Dinda Dwi Putri Lestari[1], M. Zul'Irfan [2], Wardah[3], Tison[4]
[1]Fakultas Keperawatan Institut Kesehatan Payung Negeri Pekanbaru, Riau, Indonesia

E-mail: dindadwiputrilestari06@gmail.com

Abstract

Problems experienced by post-surgery patients include pain, limited movement, and decreased muscle strength. Overcoming fracture pain can be done with the Benson relaxation technique. Benson relaxation can reduce stress, anxiety, discomfort, reduce metabolism, heart contractions, blood pressure, and release the hormone epinephrine. The method of implementing this application is with a case study. The implementation was carried out on 2 post-surgery patients for 10-15 minutes for 2 days from June 13-14, 2025. The place of implementation was in the Dahlia room. Before and after the procedure, the patient's pain scale was measured using the NRS (numeric rating scale). The results of the implementation showed that during the implementation of the intervention there was a change in the pain scale in patient 1 (Mr. A) using the NRS from a value of 6 (Moderate Pain) to a value of 5 (Moderate Pain), and the implementation of the second intervention 5 (Moderate Pain) to 3 (Mild Pain). The implementation of the intervention there was a change in the pain scale in patient 2 (Mr. P) using the NRS from a value of 5 (Moderate Pain) to 3 (Mild Pain), and the implementation of the second intervention 4 (Moderate Pain) to 2 (Mild Pain). The results of the application of Benson relaxation are expected to be one of the evidence-based nursing actions to reduce pain in post-fracture surgery patients while providing nursing care in the dahlia room of the Arifin Achmad Hospital, Riau Province.
Keywords *: Post-Surgery, Fracture, Benson Relaxation*

Abstrak

Permasalahan yang dialami pasien pasca pembedahan diantaranya yaitu berupa rasa nyeri, keterbatasan gerak, dan penurunan kekuatan otot. Mengatasi nyeri fraktur dapat dilakukan dengan teknik relaksasi benson. Relaksasi benson dapat mengurangi stres, kecemasan, rasa tidak nyaman, menurunkan metabolisme, kontraksi jantung, tekanan darah, dan melepas hormone epinefrin. Metode pelaksanaan penerapan ini dengan studi kasus. Pelaksanaan dilakukan pada 2 orang pasien pasca bedah selama 10-15 menit selama 2 hari dari

Article history
Received: Juli 2025
Reviewed: Juli 2025
Published: Juli 2025
Plagirism checker no 234
Doi : prefix doi : 10.8734/Nutricia.v1i2.365
Copyright : Author
Publish by : Nutricia

This work is licensed under a creative commons attribution-noncommercial 4.0 international license

MEDIC NUTRICIA
Jurnal Ilmu Kesehatan
ISSN : 3025-8855

Vol. 18 No 1 Tahun 2025
Prefix DOI 10.5455/mnj.v1i2.644

tanggal 13-14 Juni 2025. Tempat pelaksanaan dilakukan di ruangan Dahlia. Sebelum dan sesudah tindakan, skala nyeri pasien diukur dengan NRS *(numeric rating scale*. Hasil pelaksanaan didapatkan hasil bahwa pada pelaksanaan intervensi ada perubahan skala nyeri pada pasien 1 (Tn.A) menggunakan NRS dari nilai 6 (Nyeri Sedang) menjadi nilai 5 (Nyeri Sedang), dan pelaksanaan intervensi kedua 5 (Nyeri Sedang) menjadi 3 (Nyeri Ringan). Pelaksanaan intervensi ada perubahan skala nyeri pada pasien 2 (Tn.P) menggunakan NRS dari nilai 5 (Nyeri Sedang) menjadi 3 (Nyeri Ringan), dan pelaksanaan intervensi kedua 4 (Nyeri Sedang) menjadi 2 (Nyeri Ringan). Hasil penerapan relaksasi benson ini diharapkan dapat menjadi salah satu *evidence based* tindakan keperawatan untuk mengurangi nyeri pada pasien pasca bedah fraktur selama memberikan asuhan keperawatan di ruangan dahlia RSUD Arifin Achmad Provinsi Riau.
Kata Kunci **:** Pasca Bedah, Fraktur, Relaksasi Benson

PENDAHULUAN

Fraktur merupakan istilah dari hilangnya kontinuitas tulang, tulang rawan, baik yang bersifat total maupun sebagian. Sebagian besar , fraktur ekstremitas bawah hasil dari trauma akibat kecelakaan, memiliki tingkat rawat inap yang tinggi, lama rawat dan bahkan indakan operasi. Fraktur tersebut dapat menyebabkan perubahan yang signifikan pada hidup seseorang sehingga mengalami pembatasan aktivitas, kecacatan, dan kehilangan kemandirian (Vitri, 2022).

Salah satu cara yang dapat dilakukan untuk menangani fraktur yaitu dengan operatif (pembedahan). Permasalahan yang dialami pasien pasca pembedahan diantaranya yaitu berupa rasa nyeri, keterbatasan gerak, dan penurunan kekuatan otot. Nyeri merupakan situasi tidak menyenangkan yang bersumber dari area tertentu, yang tergantung atau tidak tergantung pada kerusakan jaringan (Sulisetyawati et al., 2020). Nyeri adalah keadaan emosi yang tidak menyenangkan dan subyektif. Setiap orang merasakan sakit dengan derajat dan intensitas yang berbeda- beda, namun hanya orang tersebut yang dapat menggambarkan dan menilai rasa sakit yang dirasakannya (Mardiono, 2021).

Berdasarkan *World Health Organization* (WHO, 2019) menyebutkan, nyeri post operasi setelah pembedahan orthopedi hal yang umum dirasakan dari level sedang hingga parah. Secara keseluruhan nyeri pasca operasi yang dirasakan pasien bedah orthopedi darurat yang menjalani operasi orthopedic di bawah anestesi merasakan nyeri sedang hingga berat dalam 24 jam pertama sebesar 70,5%. Prevalensi nyeri pasca operasi pada pasien elektif bedah ortopedi dilaporkan 61% (4 jam setelah operasi), 73% (24 jam setelah operasi), 67% (36 jam setelah operasi) dan 58% (48 jam setelah operasi) (Zefrianto *et al.,* 2024).

Mengatasi nyeri fraktur dapat dilakukan dengan teknik relaksasi benson. Relaksasi benson dapat mengurangi stres, kecemasan, rasa tidak nyaman, menurunkan metabolisme, kontraksi jantung, tekanan darah, dan melepas hormone epinefrin. Relaksasi benson ini berpengaruh terhadap penurunan intensitas nyeri, nyeri pasca operasi biasanya diikuti cemas, takut dan depresi. Reaksi emosional ini akan meningkatkan respon simpatik yaitu meningkatkan kadar katekolamin, noradrenalin dan norepinefrin yang akan memperparah intensitas nyeri. Teknik relaksasi Benson ini mampu menghambat aktivitas saraf simpatik yang mengakibatkan

MEDIC NUTRICIA
Jurnal Ilmu Kesehatan
ISSN : 3025-8855
Vol. 18 No 1 Tahun 2025
Prefix DOI 10.5455/mnj.v1i2.644

penurunan terhadap konsumsi oksigen oleh tubuh dan selanjutnya otot-otot tubuh menjadi rileks sehingga menimbulkan perasaan tenang dan nyaman. Menurunnya aktivitas saraf simpatik yang mengontrol rasa nyeri akan berpengengaruh terhadap penurunan intensitas nyeri (Lumuan *et al.,* 2024)

Terapi Benson merupakan teknik relaksasi pernafasan dengan melibatkan keyakinan yang mengakibatkan penurunan terhadap konsumsi oksigen oleh tubuh dan otot-otot tubuh menjadi rileks sehingga menimbulkan perasaan tenang dan nyaman. Apabila O2 dalam otak tercukupi maka manusia dalam kondisi seimbang. Kondisi ini akan menimbulkan keadaan rileks secara umum pada manusia. Perasaan rileks akan diteruskan ke hipotalamus untuk menghasilkan conticothropin releaxing factor (CRF). CRF akan merangsang kelenjar dibawah otak untuk meningkatkan produksi proopiod melanocorthin (POMC) sehingga produksi enkephalin oleh medulla adrenal meningkat. Kelenjar dibawah otak juga menghasilkan ß endorphine sebagai neurotransmitter (Martin & Satriyandari, 2024).

Berdasarkan uraian diatas penulis tertarik untuk memahami kasus "Penerapan Relaksasi Benson Pada Pasien Pasca Bedah Fraktur Dengan Masalah Keperawatan Nyeri Akut Di Ruangan Dahlia RSUD Arifin Achmad Provinsi Riau"

METODE

Pelaksanaan Evidance Based Nursing (EBN) yang dilakukan adalah penerapan relaksasi benson untuk membantu menurunkan persepsi nyeri pada pasien fraktur, baik setelah operasi maupun tanpa operasi. Teknik yang digunakan yaitu dengan teknik eksperimen pada pasien dengan pasca bedah Fraktur. Keberhasilan pelaksanaan tindakan intervensi dilakukan dengan diukur sebelum dan sesudah dilakukan tindakan penerapan relaksasi benson pada pasien pasca bedah Fraktur.

Waktu pelaksanaan dilakukan pada 2 orang pasien selama 10-15 menit selama 2 hari dari tanggal 13-14 Juni 2025. Tempat pelaksanaan dilakukan di ruangan Dahlia pada pasien pasca bedah Fraktur dengan masalah keperawatan nyeri akut di RSUD Arifin Achmad Provinsi Riau. Adapun kriteria hasil antara lain :

Kriteria inklusi :
1. Pasien yang mengalami fraktur
2. Pasien Pasca Bedah fraktur
3. Pasien kooperatif
4. Bersedia menjadi responden

Kriteria ekslusi :
1. Pasien yang tidak sadar
2. Pasien memiliki komplikasi serius
3. Pasien tidak memiliki keluhan nyeri

HASIL

Tabel 1 Skala Nyeri Pasien Sebelum Dan Sesudah Dilakukan Penerapan Relaksasi Benson

Pasien	Jumat, 13 Juni 2025		Sabtu, 14 Juni 2025	
	Pre	Post	Pre	Post
Tn. A	6	5	5	3
Tn. P	5	3	4	2

Berdasarkan tabel 5.1 didapatkan hasil bahwa pada pelaksanaan intervensi ada perubahan skala nyeri pada pasien 1 (Tn.A) menggunakan NRS dari nilai 6 (Nyeri Sedang) menjadi nilai 5 (Nyeri Sedang), dan pelaksanaan intervensi kedua 5 (Nyeri Sedang) menjadi 3 (Nyeri Ringan).

MEDIC NUTRICIA
Jurnal Ilmu Kesehatan
ISSN : 3025-8855

Vol. 18 No 1 Tahun 2025
Prefix DOI 10.5455/mnj.v1i2.644

Pelaksanaan intervensi ada perubahan skala nyeri pada pasien 2 (Tn.P) menggunakan NRS dari nilai 5 (Nyeri Sedang) menjadi 3 (Nyeri Ringan), dan pelaksanaan intervensi kedua 4 (Nyeri Sedang) menjadi 2 (Nyeri Ringan). Penurunan skala nyeri pada pasien 2 lebih cepat dikarenakan pasien tersebut pasca bedah fraktur hari ke 3 pada saat dilakukan penerapan, dimana skala nyeri sebelum dilakukan penerapan 5 setelah dilakukan penerapan selama dua hari skala nyeri menurun menjadi 2, sedangkan pada pasien 1 pasca bedah fraktur hari ke 2 dimana skala nyeri sebelum dilakukan penerapan 6 setelah dilakukan penerapan selama dua hari skala nyeri menurun menjadi 3.

Tabel 2 Hasil Observasi Respon Nyeri Non Verbal Sebelum Dan Sesudah Penerapan Relaksasi Benson

Pasien	Indikator Keberhasilan	Jumat, 13 Juni 2025		Sabtu, 14 Juni 2025	
		Pre	Post	Pre	Post
Tn. A	Kelihan nyeri	Sedang	Cukup Menurun	Sedang	Menurun
	Sulit tidur	Sedang	Cukup Menurun	Sedang	Menurun
Tn. P	Keluhan nyeri	Sedang	Cukup Menurun	Sedang	Menurun
	Sulit tidur	Sedang	Cukup Menurun	Sedang	Menurun

Berdasarkan tabel 5.2 didapatkan hasil pada 2 pasien bahwa dari indicator penilaian keluhan nyeri sebelum terapi tampak sedang, dan sesudah terapi terjadi penurunan menjadi menurun, dan untuk indicator kesulitan tidur sebelum terapi sedang, dan sesudah terapi menjadi menurun.

PEMBAHASAN

1. Pengkajian Keperawatan

Pengkajian Pasien 1 didapatkan data yaitu seorang pasien laki-laki berusia 31 tahun masuk via instalasi gawat darurat pada tanggal 07 Juni 2025 dengan keluhan nyeri di paha kanan sejak beberapa minggu yang lalu pasien riwayat jatuh dari motor. Pasien kemudian hanya dirawat dirumah dan berobat dengan diurut ke dukun, karena keluhan semakin memberat pasien kemudian dibawa oleh keluarga ke RSUD Arifin Achmad Provinsi Riau untuk mendapatkan penanganan selanjutnya. Pada saat dilakukan pengkajian pada tanggal 12 Juni 2025 didapatkan data pasien mengatakan nyeri pada bagian yang telah di op, pasien mengatakan nyeri sepertii di tusuk tusuk, pasien mengatakan nyeri tidak menjalar ke bagian tubuh lain nyeri hanya di bagian pasca op, pasien mengatakan nyeri terasa jika banyak bergerak, nyeri mendadak, skala nyeri 6. pasien mengatakan sulit menggerakkan ektermitas, rentang gerak menurun. Pasien berbaring dengan posisi fowler dengan terpasang infus di tangan kanan dan kateter urin, sedangkan untuk kaki yang mengalami fraktur di balut menggunakan elastis perban. Pasien tampak meringis dan gelisah, pasien mengatakan kesulitan tidur dengan total tidur 3-4 jam, Hasil pemeriksaan radiologi femur dan proyeksi ditemukan fraktur 1/3 distal femur dextra dengan soft tissue swelling regio tsb. Pasien mendapatkan terapi farmakologi Inj. Cefotaxime 2x1 gr, In. Ketorolac 3x30 mg, Inj. Omeprazole 2x40 mg. Pada data kasus diatas didapatkan diagnosa keperawatan nyeri akut b.d agen pencedera fisiologis, gangguan mobilitas fisik b.d gangguan muskuloskeletal.

Pengkajian Pasien 2 didapatkan data yaitu seorang laki-laki berusia 29 tahun masuk via instalasi gawat darurat pada tanggal 06 Juni 2025 dengan keluhan nyeri pada lengan atas sebelah kiri, pasien riwayat kecelakaan kendaraan. Pada saat dilakukan pengkajian pada tanggal 12 Juni 2025 didapatkan data pasien mengatakan nyeri pada bagian lengan atas sebelah kiri, nyeri terasa berdenyut, pasien mengatakan apabila bergerak terasa nyeri,

MEDIC NUTRICIA
Jurnal Ilmu Kesehatan
ISSN : 3025-8855
Vol. 18 No 1 Tahun 2025
Prefix DOI 10.5455/mnj.v1i2.644

pasien sulit untuk bergerak, pasien mengatakan menghindari gerakan yang menyebabkan nyeri pada bagian pasca op, nyeri tidak menjalar, nyeri datang mendadak apabila bergerak, skala nyeri 5, tampak merah pada bekas op. Pasien berbaring dengan posisi fowler dengan terpasang infus di tangan kanan. Sedangkan untuk lengan kiri bagian atas di balut menggunakan elastis perban. Pasien tampak meringis dan gelisah, pasien mengatakan kesulitan tidur. Hasil pemeriksaan radiologi didapatkan kesimpulan post fracture os humerulus 1/3 prox. Pasien mendapatkan terapi farmakologi Inj. Ceftriaxon 2x1 gr, In. Ketorolac 3x30 mg, Inj. Ranitidine 2x50 mg. Pada data kasus diatas didapatkan diagnosa keperawatan nyeri akut b.d agen pencedera fisiologis, gangguan integritas kulit b.d factor mekanis.

Nyeri pada pasien fraktur adalah gejala utama yang seringkali dirasakan pasien. Nyeri yang terjadi yang terjadi pada pasien fraktur karena adanya rangsangan mekanik luka yang dapat menyebabkan tubuh menghasilkan mediator-madiator kimia yang dapat berperan dalam terjadinya nyeri. Mediator kimia dapat mengaktivasi nociceptor lebih sensitif secara langsung maupun tidak langsung sehingga menyebabkan efek *hyperalgesia*. Pada kasus hal ini terbukti pada pasien, saat dilakukan pengkajian Riwayat kesahatan sekarang (PQRST) dan *asesment* nyeri dewasa menunjukan nyeri.

Berdasarkan pengkajian yang telah dilakukan, pada kedua pasien kelolaan dengan diagnosa fraktur post operasi ditemukan kesamaan antara teori dengan kasus kelolaan.

2. Masalah Keperawatan Yang Muncul

Berikut pembahasan diagnosa yang muncul sesuai teori pada kasus pasien pasien yaitu:

a) Nyeri akut b.d agen pencidera fisik
   Ditemukan data bahwa pada pasien 1, pasien mengatakan nyeri pada bagian yang telah di op, pasien mengatakan nyeri sepertii di tusuk tusuk, pasien mengatakan nyeri tidak menjalar ke bagian tubuh lain nyeri hanya di bagian pasca op, pasien mengatakan nyeri terasa jika banyak bergerak, nyeri mendadak, skala nyeri 6 dan asien tampak meringis. Berdasarkan hasil studi Mengenai nyeri akut yang didapatkan dari penilaian lokasi, karakteristik, durasi, frekuensi, kualitas dan intensitas nyeri terhadap kemampuan pasien ntuk mengontrol nyeri pada pasien diatas.
   Data pada pasien 2 yaitu, pasien mengatakan nyeri pada bagian (pasien ini sebutkan bagian mana yang di op ya din), nyeri terasa berdenyut, pasien mengatakan apabila bergerak terasa nyeri, pasien sulit untuk bergerak, pasien mengatakan menghindari gerakan yang menyebabkan nyeri pada bagian pasca op, nyeri tidak menjalar, nyeri datang mendadak apabila bergerak, skala nyeri 5 dan pasien tampak meringis.
b) Gangguan mobilitas fisik b.d gangguan musculoskeletal
   Pada pasien mengatakan sulit menggerakkan ektermitas, pasien mengatakan terasa nyeri pada bagian yang telah di op, rentang gerak menurun, pasien tampak berbaring ditempat tidur, pasien tampak tidak mau mengerakkan kakinya karena nyeri. Gangguan mobilitas fisik didefinisikan oleh SDKI (2017) sebagai suatu keterbatasan dalam gerakan fisik dari satu atau lebih ekstremitas secara mandiri.
c) Gangguan Integritas kulit b.d faktor mekanis
   Pada pasien tampak luka bedah dan tampak merah pada bekas op.
d) Resiko infeksi b.d Efek prosedur invasive
   Pada pasien didapatkan nilai leukosit meningkat, kemudian terasa nyeri pada luka, serta ada luka pasca bedah.

Menurut asumsi peneliti diagnosa teoritis dengan diagnosa pada pasien dapat memiliki perbedaan karena kondisi yang dialami pasien berbeda dengan teori yang ada. Diagnosa keperawatan ditegakkan berdasarkan data objektif/subjektif mayor dan minor yang bersumberkan dari Standar Diagnosa Keperawatan Indonesia (SDKI) (SDKI, 2017)

3. Analisis Tindakkan Keperawatan Sesuai Dengan Hasil Penelitian

MEDIC NUTRICIA
Jurnal Ilmu Kesehatan
ISSN : 3025-8855
Vol. 18 No 1 Tahun 2025
Prefix DOI 10.5455/mnj.v1i2.644

Berdasarkan konsep teori dari Standar Intervensi Keperawatan Indonesia, (SDKI, 2017) untuk tiga diagnosa nyeri akut berhubungan dengan agen pencedera fisik dan gangguan mobilitas fisik berhubungan dengan gangguan muskuloskeletal. Intervensi yang ditentukan, menajemen nyeri, dukungan ambulasi serta perawatan luka. Khusus penerapan Karya Ilmiah Akhir Ners tindakan terapeutik yang di berikan kepada pasien yaitu berupa penerapan Relaksasi Benson.

Pasien akan direncanakan tindakan intervensi berdasarkan buku pedoman SIKI yaitu manajemen nyeri yang mana terdiri dari beberapa tindakan sebagai berikut; Identifikasi skala, frekuensi, kekuatan, kualitas dan intensitas nyeri, Identifikasi skala nyeri, identifikasi respon nyeri non verbal, monitor keberhasilan terapi komplementer yang telah diberikan, berikan teknik nonfarmaklogis untuk mengurangi nyeri (relaksasi benson), jelaskan penyebab dan pemicu nyeri, ajarkan teknik nonfarmakologis untuk mengurangi nyeri (relaksasi benson), dan kolaborasi pemberian analgetik. Tindakan yang akan diberikan pada pasien adalah penerapan relaksasi benson sebagai tindakan mandiri dari seorang perawat.

4. Analisis Implementasi Keperawatan

Implementasi diagnosis yang muncul dilaksanakan berdasarkan intervensi yang telah disusun yaitu menejemen nyeri, khusus penerapan Karya Ilmiah Akhir Ners melakukan terapi relaksasi benson pasien fraktur ntuk mengurangi nyeri pasca bedah. Pasien selama 2 hari perawatan yang akan dijabarkan sebagai berikut:

Pada pasien hari pertama untuk diagnosa nyeri akut dilakukan mengidentifikasi lokasi, karakteristik, durasi, frekuensi, kualitas, dan intensitas nyeri, mengidentifikasi skala nyeri, respon nyeri non-verbal, dan memberikan terapi non-formakologis untuk mengurangi rasa nyeri yaitu relaksasi benson 1 kali , dan memberikan analgetik inj. Keterolak 3x30 mg sesuai resep dokter, dan memastikan pagar tempat tidur terpasang. Pada hari kedua tindakan yang dilakukan yaitu mengidentifikasi lokasi, karakteristik, durasi, frekuensi, kualitas, dan intensitas nyeri, mengidentifikasi skala nyeri, respon nyeri non-verbal, dan memberikan terapi non-formakologis untuk mengurangi rasa nyeri yaitu relaksasi benson 1 kali , dan memberikan analgetik inj. Keterolak 3x30 mg sesuai resep dokter.

Hasil dari penerapan ini didukung oleh Nurhayati *et al.*, (2022) pada penelitiannya memberikan terapi relaksasi benson hasil penelitian menggunakan uji statistik *paired t-tes*. Menunjukkan ada perbedaan signifikan Intensitas Nyeri sebelum dan sesudah dilakukan Relaksasi Benson pada pasien post operasi Fraktur Femur dengan p value 0,000 (P < 0,05), dan hasil penelitian menggunakan uji statistik Independent t-test menunjukkan ada perbedaan signifikan Intensitas Nyeri antara kelompok eksperimen dan kelompok control pasien post operasi Fraktur Femur dengan p value 0,010 (P < 0,05).

5. Analisis Evaluasi Keperawatan

Evaluasi diagnosis dilakukan sesuai data yang ditemukan pada pasien yaitu data subjektif, objektif, serta analisis dan planing (SOAP) dan sesuai dengan kriteria hasil yang telah ditetapkan. Untuk hasil evaluasi dari kasus kelolaan pada Pasien adalah ada perubahan skala nyeri hari pertama menggunakan NRS (*numeric rating scale*) didapatkan hasil bahwa pada pelaksanaan intervensi ada perubahan skala nyeri pada pasien 1 (Tn.A) menggunakan NRS dari nilai 6 (Nyeri Sedang) menjadi nilai 5 (Nyeri Sedang), dan pelaksanaan intervensi kedua 5 (Nyeri Sedang) menjadi 3 (Nyeri Ringan). Pelaksanaan intervensi ada perubahan skala nyeri pada pasien 2 (Tn.P) menggunakan NRS dari nilai 5 (Nyeri Sedang) menjadi 3 (Nyeri Ringan), dan pelaksanaan intervensi kedua 4 (Nyeri Sedang) menjadi 2 (Nyeri Ringan).

Sejalan dengan penelitian yang dilakukan Zefrianto *et al.*, (2024) Hasil penerapan menunjukkan bahwa setelah dilakukan penerapan relaksasi benson selama 2 hari dengan waktu 15 menit, terjadi penurunan skala nyeri pada kedua subyek penerapan, yaitu subyek I dari skala nyeri 6 (enam) menjadi 4 (empat) dan pada subyek II dari skala nyeri 5 (lima)

MEDIC NUTRICIA
Jurnal Ilmu Kesehatan
ISSN : 3025-8855

Vol. 18 No 1 Tahun 2025
Prefix DOI 10.5455/mnj.v1i2.644

menjadi 3 (tiga). Terapi Relaksasi Benson pada pasien fraktur. Hal ini dikarenakan teknik relaksasi Benson dapat menghambat aktivitas saraf simpatik yang dapat menyebabkan penurunan terhadap konsumsi oksigen pada tubuh dan otot-otot tubuh menjadi rileks sehingga dapat menimbulkan rasa tenang dan rileks. Menurunnya aktivitas saraf impatik yang mengontrol rasa nyeri akan berpengaruh pada penurunan rasa nyeri (Zefrianto *et al.*, 2024).

KESIMPULAN

Setelah dilakukan Penerapan Relaksasi Benson Pada Pasien Pasca Bedah Fraktur Dengan Masalah Keperawatan Nyeri Akut Di Ruangan Dahlia RSUD Arifin Achmad Provinsi Riau dapat disimpulkan sebagai berikut :

1. Pengkajian keperawatan, peneliti melihat keluhan pasien saat ini, pada saat pengkajian pasien kooperatif sehingga dapat memberikan informasi yang dibutuhkan untuk menegakkan diagnosa keperawatan. Pengkajian menggunakan format pengkajian keperawatan medical bedah, metode wawancaram observasi dan pengkajian fisik pada pasien untuk menambah data yang diperlukan sebagai penunjang.
2. Diagnosa keperawatan, berdasarkan hasil analisa data pada pengkajian keperawatan medical bedah didapatkan diagnosa keperawatan Nyeri Akut b.d Agen pencedera fisik, gangguan mobilitas fisik b.d gangguan musculoskeletal, diagnosa tersebut didukung dengan adanya data-data yang memperkuat tegaknya suatu masalah keperawatan.
3. Intervensi keperawatan, intervensi yang bisa dilakukan yaitu Manajemen Nyeri yaitu identifikasi lokasi, karakteristik, durasi, frekuensi, kualitas, intensitas nyeri, identifikasi skala nyeri, identifikasi respon nyeri non verbal, identifikasi faktor yang memperberat dan memperingan nyeri, monitor keberhasilan terapi komplementer yang sudah diberikan, berikan teknik nonfarmakologis untuk mengurangi nyeri (mis: relaksasi benson), fasilitasi istirahat dan tidur dan anjurkan memonitor nyeri secara mandiri.
4. Implementasi keperawatan, menerapkan relaksasi benson pelaksanaan dilakukan pada 2 orang pasien selama 10-15 menit selama 2 hari dari tanggal 13-14 Juni 2025. Tempat pelaksanaan dilakukan di ruangan Dahlia pada pasien pasca bedah Fraktur dengan masalah keperawatan nyeri akut di RSUD Arifin Achmad Provinsi Riau.
5. Evaluasi keperawatan, dari evaluasi hasil diperoleh bahwa masalah teratasi dan hasil observasi setelah pemberian relaksasi benson diruangan dahlia RSUD Arifin Ahmad Provinsi Riau ada pasien didapatkan hasil awal pengkajian skala nyeri didapatkan hasil bahwa pada pelaksanaan intervensi ada perubahan skala nyeri pada pasien 1 (Tn.A) menggunakan NRS dari nilai 6 (Nyeri Sedang) menjadi nilai 5 (Nyeri Sedang), dan pelaksanaan intervensi kedua 5 (Nyeri Sedang) menjadi 3 (Nyeri Ringan). Pelaksanaan intervensi ada perubahan skala nyeri pada pasien 2 (Tn.P) menggunakan NRS dari nilai 5 (Nyeri Sedang) menjadi 3 (Nyeri Ringan), dan pelaksanaan intervensi kedua 4 (Nyeri Sedang) menjadi 2 (Nyeri Ringan).

DAFTAR PUSTAKA

Ayuniara, C. (2020). *Efektifitas Pemberian Relaksasi Benson Terhadap Penurunan Nyeri Post Operasi Pada Fraktur Di Rumah Sakit Umum Daerah Meuraxa Kota Banda Aceh*. 1–23.

Fatikha, D., & Nurmawati, T. (2023). The Effect of Benson's Relaxation on Pain in Patients Post Open Reduction Internal Fixation (orif) Extremity Fractures. *Health Gate*, *1*(4), 122–129. https://doi.org/10.70111/hg1402

Hermanto, Moh Dimas Aqil Firdaus, Rudiyanto, A. H. (2024). Penerapan relaksasi benson pada asuhan keperawatan pasien hipertensi dengan masalah keperawatan resiko perfusi sereberal tidak efektif di puskesmas mojopanggung. *Community Health Nursing Journal*, 82–89.

Hidayah, V. P. & N. (2021). Proses Keperawatan Pendekatan Teori dan Praktik. In Fitriani (Ed.),

Yayasan Pemberdayaan Masyarakat Indonesia Cerdas (Vol. 11, Issue 1). Yayasan Pemberdayaan Masyarakat Indonesia Cerdas.

Lumuan, A., Yulianti, S., & Tahir, S. (2024). Implementasi Pemberian Relaksasi Benson untuk Mengurangi Nyeri pada Pasien Post Operasi Fraktur di RSUD Undata Provinsi Sulawesi Tengah Implementation of Benson Relaxation to Reduce Pain in Post-Operational Fracture Patients at Undata Hospital , Central S. *Jurnal Kolaboratif Sains*, *7*(5), 1682–1688. https://doi.org/10.56338/jks.v7i5.4376

Mardiono, S. dan H. T. P. (2021). Hubungan Pengetahuan Dan Sikap Perawat Dalam Penatalaksanaan Pembidaian Pasien Fraktur Di Rs Bhayangkara Palembang 2018. *Jurnal Kesehatan Saelmakers Perdana*, *1*(2), 64–70.

Martin, F. F., & Satriyandari, Y. (2024). Penerapan Terapi Benson pada Asuhan Keperawatan Pasien Fraktur Femur dengan Nyeri Akut. *Jurnal Kesehatan Cendikia Jenius*, *1*(2), 2–7.

Nurhayati, N., Marianthi, D., Desiana, D., & Maulita, R. (2022). Pemberian Relaksasi Benson Terhadap Penurunan Nyeri Pasien Post Operasi Fraktur Femur Di Rumah Sakit Umum Daerah Meuraxa Banda Aceh. *Journal Keperawatan*, *1*(1), 43–53. https://doi.org/10.58774/jourkep.v1i1.9

Siwayana, P. A., Purwanti, I. S., & Murcittowati, P. A. S. (2024). Terapi Relaksasi Benson Untuk Menurunkan Rasa Nyeri Pada Pasien Fraktur Femur Sinistra: Literature Review. *Jurnal Rekam Medis Dan Informasi Kesehatan*, *1*(2), 52–114.

Vitri, V. R. (2022). Hubungan Intensitas Nyeri dengan Strategi Manajemen Nyeri pada Pasien Fraktur Post Operasi ORIF di RSU Setia Budi. *Journal of Vocational Health Science*, *1*(1), 24–33. https://doi.org/10.31884/jovas.v1i1.19

Zefrianto, D., Sari, S. A., Inayati, A., Dharma, A. K., & Metro, W. (2024). Implementation of Benson'S Relaxation To the Post Surgery Post Fracture Patients in the Special Surgery Room General Hospital Ahmad Yani Metro City in 2022. *Jurnal Cendikia Muda*, *4*(2).