

BAB IV

HASIL DAN PEMBAHASAN

A. Hasil

Setelah dilakukan intervensi relaksasi Benson selama 1 jam pada pasien dengan fraktur radius dextra pre operasi, didapatkan hasil bahwa intensitas nyeri pasien mengalami penurunan dari skala 7/10 (Nyeri berat) menjadi 6/10 (nyeri sedang), pengukuran skala nyeri memakai skala NRS (*Numerik Rating Scala*) Pada awal pengkajian, pasien mengeluh nyeri hebat, tampak meringis, gelisah,. Selama proses relaksasi, pasien diarahkan untuk berbaring dengan posisi nyaman, memfokuskan diri pada pernapasan dalam dan teratur, serta mengulang kata sederhana/doa sesuai keyakinan.

Evaluasi menunjukkan bahwa meskipun penurunan skala nyeri tidak terlalu besar, pasien mengungkapkan merasa lebih tenang, rileks, dan mampu mengontrol sensasi nyeri. Ekspresi wajah tampak lebih rileks, pasien tidak terlalu gelisah.

B. PEMBAHASAN

1. Pengkajian

Hasil pengkajian di dapatkan pasien berinisial Tn.A dengan jenis kelamin laki-laki berusia 15 tahun datang ke ruang pre operasi dengan diagnosis medis fraktur radius dextra akibat kecelakaan lalu lintas. Pada saat pengkajian awal, pasien tampak mengerang kesakitan, memegang lengan kanan yang telah dipasang bidai sementara, serta

mengeluh nyeri dengan intensitas 7 dari 10 pada skala NRS. mmHg, nadi 105 x/menit, pernapasan 22 x/menit, suhu 36°C, dan saturasi oksigen 99%. Hal ini menunjukkan adanya respon fisiologis terhadap nyeri akut berupa peningkatan tekanan darah, nadi, dan frekuensi pernapasan.

Dari sisi fisiologis, hasil pemeriksaan tanda vital menunjukkan tekanan darah 145/90 mmHg, nadi 105 x/menit, pernapasan 22 x/menit, suhu 36°C, dan saturasi oksigen 99%. Peningkatan tekanan darah, nadi, serta pernapasan ini merupakan manifestasi dari aktivasi sistem saraf simpatis akibat stimulus nyeri akut. Hal ini sesuai dengan penelitian yang menjelaskan bahwa nyeri akut akan merangsang sistem saraf simpatis sehingga terjadi peningkatan aktivitas kardiovaskular dan respirasi sebagai bentuk adaptasi tubuh terhadap stressor nyeri (Roger Chou, 2022).

Nyeri pada pasien dengan patah tulang radius kanan disebabkan oleh kerusakan tulang, peradangan di sekitar lokasi patah, dan kejang otot di sekitarnya. Sebelum operasi (fase pra-operasi), sebagian besar pasien melaporkan nyeri sedang hingga berat. Nyeri ini bisa bertambah parah karena kecemasan menjelang operasi, sehingga pasien mengalami beban fisik dan psikologis yang lebih berat (Elisabeth, 2023).

Hal serupa ditegaskan oleh (Risnah et al., 2021) Pasien dengan patah tulang distal radius sering merasakan nyeri fisik sekaligus tekanan emosional. Hal ini mempengaruhi kualitas hidup mereka dan

kesiapan untuk menjalani operasi. Oleh karena itu, penilaian nyeri tidak hanya melihat tingkat sakit, tetapi juga memperhatikan perilaku dan kondisi emosional pasien.

Penelitian terbaru oleh (Chung, 2021) menyoroti pentingnya penatalaksanaan nyeri pra-operasi pada fraktur radius. Mereka menemukan bahwa intervensi yang efektif pada fase ini dapat mengurangi kecemasan, memperbaiki kenyamanan pasien, serta mempermudah prosedur reduksi dan pembedahan. Hal ini memperkuat pentingnya pengkajian nyeri yang detail dan komprehensif sejak awal, karena nyeri yang tidak tertangani berpotensi menimbulkan komplikasi fisiologis dan memperpanjang pemulihan (Rahmawati et al., 2025).

Selain itu, penelitian oleh (Ruth et al., 2025) menyatakan bahwa nyeri pra-operasi pada fraktur ekstremitas atas, termasuk radius, berhubungan dengan peningkatan kebutuhan analgesik pasca operasi dan risiko terjadinya nyeri kronis. Hal ini menekankan pentingnya pengkajian nyeri yang akurat untuk menentukan intervensi yang tepat pada fase pra-operasi, guna mencegah dampak jangka Panjang (Dumiri et al., 2024)

2. DIAGNOSA

Berdasarkan hasil pengkajian ditemukan perubahan data pasien mengatakan nyeri masih sama, tetapi mulai merasa sedikit rileks, skala nyeri 7/10, nyeri dirasakan seperti tertusuk-tusuk, nyeri hilang timbul dan durasi yang tidakmenentu, Pasien tampak lebih rileks,

tidak terlalu gelisah. darah tekanan darah 139/88 mmHg, nadi 90 x/menit, pernapasan 22 x/menit. Berdasarkan data di atas penulis mengangkat diagnosa Nyeri Akut Berhubungan Dengan Agen Cedera fisik.

Dalam SDKI, nyeri akut didefinisikan sebagai pengalaman sensori atau emosional yang tidak menyenangkan, muncul secara mendadak dengan intensitas ringan sampai berat, akibat adanya kerusakan jaringan aktual maupun potensial, serta biasanya berlangsung kurang dari 3 bulan. Data mayor yang mendukung diagnosis ini antara lain: keluhan nyeri dengan skala tertentu, ekspresi wajah meringis, gelisah, peningkatan tanda vital seperti tekanan darah, nadi, dan pernapasan. Sementara data minor bisa berupa perubahan pola tidur, berkurangnya nafsu makan, dan adanya perilaku protektif pada area nyeri

Penetapan diagnosis ini juga sejalan dengan penelitian-penelitian terdahulu. Misalnya, menurut (Smeltzer et al.2020), nyeri akut pasca trauma atau cedera jaringan biasanya ditandai dengan gejala klinis berupa peningkatan tekanan darah, frekuensi nadi, dan pola napas, serta respons subjektif pasien yang menggambarkan karakteristik nyeri. Penelitian oleh (Raj & Pillai. 2021). juga menekankan bahwa persepsi nyeri bersifat individual dan dapat dipengaruhi oleh faktor fisiologis, psikologis, dan lingkungan. Hasil pengkajian pada pasien yang merasa lebih rileks meskipun skala nyerinya sama menunjukkan adanya peran faktor psikologis terhadap pengalaman nyeri.

Selanjutnya, penelitian oleh (Chou et al. 2021) menegaskan bahwa intervensi nonfarmakologis seperti teknik relaksasi, distraksi, maupun terapi komplementer dapat membantu menurunkan persepsi nyeri pada pasien dengan nyeri akut. Hal ini terlihat relevan dengan kondisi pasien yang mulai merasa rileks walaupun intensitas nyeri yang dirasakan belum berubah secara signifikan. pada peningkatan kenyamanan dan menurunkan kecemasan pasien.

3. INTERVENSI

1) Nyeri Akut Berhubungan Dengan Agen Cedera fisik

Setelah dilakukan Tindakan keperawatan 1x1 jam diharapkan yaitu Tingkat Nyeri menurun (L.08066), dengan kriteria hasil : Keluhan nyeri menurun, Meringis menurun, Pola nafas membaik, tekanan darah membaik, frekuensi nadi membaik, Tindakan keperawatan yang direncanakan yaitu manajemen nyeri (I.08238) meliputi Observasi : identifikasi lokasi, karakteristik durasi, frekuensi, kualitas intensitas nyeri, identifikasi skala nyeri, Terapeutik : Berikan teknik nonfarmakologis untuk mengurangi rasa nyeri, memberikan relaksasi benson untuk mengurangi nyeri.

Nyeri Akut berarti pengalaman sensori atau emosional yang tidak menyenangkan, muncul secara mendadak, dengan intensitas ringan hingga berat, akibat adanya kerusakan jaringan aktual maupun potensial, dan biasanya berlangsung kurang dari 3 bulan (PPNI, 2017 – SDKI). Dalam pengkajian nyeri, perlu melakukan identifikasi secara menyeluruh yang mencakup beberapa aspek

penting. Pertama, lokasi nyeri, yaitu area tubuh yang dirasakan pasien mengalami ketidaknyamanan, misalnya pada lengan, perut, atau bagian tubuh tertentu. Identifikasi lokasi penting untuk menentukan sumber cedera maupun area yang terdampak. Kedua, karakteristik nyeri, yang menggambarkan bagaimana pasien merasakan nyeri tersebut, misalnya nyeri terasa tajam, seperti tertusuk-tusuk, berdenyut, panas, atau tumpul.

Selanjutnya, juga perlu menilai durasi nyeri, yaitu berapa lama nyeri berlangsung dalam setiap episode, apakah hanya beberapa menit, berjam-jam, atau terus-menerus. Aspek berikutnya adalah frekuensi nyeri, apakah nyeri muncul secara menetap, hilang timbul, atau kambuh pada kondisi tertentu. Kemudian, kualitas intensitas nyeri juga harus diperhatikan, yang biasanya dinyatakan pasien dalam bentuk deskripsi subjektif mengenai seberapa berat rasa sakit yang dialaminya. Untuk memperjelas penilaian, dilakukan identifikasi skala nyeri, yang berarti pengukuran intensitas nyeri menggunakan alat ukur seperti Numeric Rating Scale (NRS) 0–10, Visual Analog Scale (VAS), atau Wong-Baker Faces Scale. Skala ini membantu perawat mengukur tingkat nyeri secara objektif dari perspektif pasien, misalnya skala 0 berarti tidak ada nyeri, sedangkan skala 10 berarti nyeri sangat hebat.

Intervensi terapeutik yang direncanakan pada pasien dengan diagnosis Nyeri Akut adalah pemberian teknik nonfarmakologis, salah satunya teknik relaksasi Benson. Teknik relaksasi Benson

merupakan salah satu metode relaksasi yang sederhana namun efektif, yaitu kombinasi antara respons relaksasi dengan pengulangan kata, kalimat, doa, atau frasa tertentu yang diucapkan secara berulang-ulang, disertai sikap pasrah kepada kekuatan yang lebih tinggi sesuai keyakinan pasien. Metode ini bertujuan untuk menenangkan pikiran, menurunkan ketegangan otot, serta memperlambat aktivitas sistem saraf simpatis sehingga dapat mengurangi persepsi nyeri

Hal ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh (Kartini, 2025) bahwa terapi ini efektif mengatasi nyeri akibat fraktur, selain mudah diterapkan, terapi relaksasi benson juga tidak memiliki efek samping yang membahayakan. Efek positif yang didapatkan yaitu otot menjadi lebih tenang nyaman dan rileks kemudian intensitas nyeri juga dapat berkurang. Sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh (Scintya At.el,2023) yang menjelaskan terapi non farmakologi yang digunakan efektif untuk menekan nyeri.

4. IMPLEMENTASI

1) Nyeri akut berhubungan dengan agen pencedera fisik

Pada tanggal 14 agustus 2025 jam 08:20 penulis melakukan implementasi

a) Identifikasi lokasi, karakteristik durasi, frekuensi, kualitas intensitas nyeri, identifikasi skala nyeri

Dengan hasil pasien mengatakan tangan sebelah kanan nyeri, nyeri seperti di tusuk-tusuk, skala nyeri 7 berat

b) memberikan terapi nonfarmakologi

Dengan hasil penulis memberikan tehnik relaksasi benson untuk mengurangi nyeri. Setelah dilakukan selama 3x dalam 1 jam dengan evaluasi per 20 menit. Pasien tampak lebih rileks, tidak terlalu meringis dan pasien mengatakan skala nyeri menurun menjadi 6.

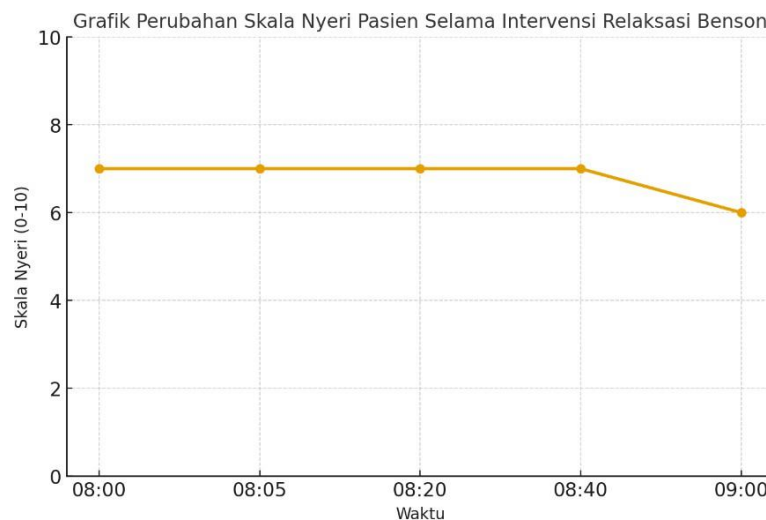
Penurunan intensitas nyeri pada pasien dikarenakan peningkatan focus terhadap nyeri yang beralih pada relaksasi benson, sehingga suplai oksigen dalam jaringan akan meningkat dan otak bisa berelaksasi. Otak berelaksasi akan merangsang tubuh untuk menghasilkan hormon endorphen yang menghambat tranmisi impuls nyeri ke otak yang dapat menurunkan sensasi nyeri sehingga menyebabkan intensitas nyeri yang dialami pasien berkurang

Penelitian yang dilakukan oleh (Hermawan & Rosyid, 2024) menyatakan bahwa ada pengaruh Teknik relaksasi benson terhadap penurunan nyeri pada pasien fraktur post operasi. dengan adanya penelitian ini diharapkan petugas Kesehatan dapat mengimplementasikan Teknik relaksasi benson terhadap penurunan nyeri pada pasien fraktur.

Penelitian studi literatur tentang Teknik relaksasi benson untuk penurunan intensitas nyeri pada pasien post operasi menyatakan bahwa terapi ini sangatlah aman dan terbukti efektif untuk menurunkan intensitas nyeri (Rasubala et al., 2020). Sejalan dengan penelitian tentang relaksasi benson pada pasien post op fraktur

menurun setelah intervensi. Sehingga terapi relaksasi benson dikatakan sebagai terapi yang aman dan efektif digunakan untuk menurunkan nyeri (Yulianti & Tahir, 2024).

5. EVALUASI



Gambar 4.1 Grafik Penurunan Skala Nyeri

Berdasarkan hasil pengkajian pada jam 08:00, pasien mengeluhkan nyeri pada tangan kanan dengan intensitas skala 7/10 yang digambarkan seperti ditusuk-tusuk. Pasien tampak gelisah, meringis, dan sering memegang area fraktur. Setelah dilakukan identifikasi lokasi, karakteristik, durasi, frekuensi, kualitas, serta intensitas nyeri, intervensi diberikan berupa teknik relaksasi Benson.

Pada evaluasi pertama jam 08:20, pasien masih merasakan nyeri dengan skala yang sama yaitu 7/10, namun mulai tampak lebih rileks dan melaporkan adanya sedikit perasaan tenang. Hal ini menunjukkan bahwa walaupun intensitas nyeri belum mengalami perubahan, tingkat kenyamanan pasien mulai meningkat.

Evaluasi kedua pada jam 08:40 menunjukkan bahwa nyeri masih tetap dirasakan pada skala 7/10, terutama saat lengan digerakkan, namun pasien menyebutkan rasa sakit tersebut dapat lebih terkendali. Ekspresi wajah pasien juga terlihat lebih tenang dibandingkan sebelumnya, meskipun masih tampak meringis.

Setelah intervensi dilanjutkan dengan evaluasi ketiga pada jam 09:00, pasien melaporkan penurunan intensitas nyeri menjadi 6/10. Selain itu, pasien tampak lebih kooperatif, ekspresi wajah tidak terlalu meringis, serta menyatakan merasa lebih rileks.

Dengan demikian, meskipun penurunan skala nyeri terlihat bertahap dan tidak langsung signifikan, teknik relaksasi Benson terbukti membantu pasien dalam meningkatkan rasa rileks, menurunkan ketegangan, serta mengurangi intensitas nyeri. Hal ini sesuai dengan penelitian sebelumnya yang menyatakan bahwa relaksasi Benson efektif dalam mengaktifkan respons relaksasi tubuh, mengurangi aktivitas sistem saraf simpatis, sehingga dapat menekan persepsi nyeri dan meningkatkan kenyamanan pasien (Andari et al., 2021).

6. Penerapan Terapi Teknik Relaksasi Benson Terhadap Manajemen Nyeri Pada Pasien Pre Operative Fraktur

Terapi relaksasi benson merupakan metode non-farmakologis yang efektif dalam menurunkan skala nyeri fraktur radius dextra pada pasien pre operasi, sehingga skala nyeri yang dirasakan dapat menurun. Hal ini menegaskan pentingnya penerapan terapi relaksasi

benson sebagai Langkah awal untuk menangani nyeri baik di rumah sakit maupun dirumah (Oktarian et al., 2025).

Berdasarkan hasil pengkajian klien mengeluh nyeri dan tampak meringis, sehingga penulis menetapkan diagnosa Nyeri Akut Berhubungan Dengan Agen Cedera fisik. Intervensi yang dilakukan Adalah manajemen nyeri, yang dilengkapi dengan Teknik relaksasi benson. Hasil intervensi ini menunjukkan adanya penurunan skala nyeri yang awalnya berada pada angka 7 (nyeri berat) menurun menjadi skala 6 (nyeri sedang). Pemantauan terhadap keteraturan klien dalam menjalankan terapi ini penting untuk memastikan efektivitas intervensi serta memungkinkan Tindakan lebih lanjut secara cepat dan tepat jika diperlukan. Berdasarkan hasil intervensi yang telah dilakukan, penerapan Teknik relaksasi benson terhadap manajemen nyeri pada pasien pre operasi fraktur radius dextra dapat menurunkan skala nyeri.

Menurut (Ridwan Syifa Mustaqim, 2022) Menjelaskan bahwa relaksasi benson dapat diterapkan sebagai terapi pendamping dalam menurunkan nyeri pre operasi pada pasien fraktur radius dextra. Rumah sakit dapat menjadikan manajemen nyeri dengan relaksasi benson sebagai standar operating procedure (SOP), pada penelitian di dapatkan adanya penurunan nyeri 3 skala NRS (skala 5 menjadi skala 2) pada pasien 1 dan 4 skala NRS (skala 5 turun menjadi skala 1 pada pasien 2

Penelitian (Permatasari & Sari, 2022) melakukan penelitian dengan hasil Sebelum dilakukan terapi skala nyeri pasien 8 dan setelah dilakukan Terapi Relaksasi Benson selama 2 kali intervensi, skala nyeri pasien dapat berkurang menjadi skala 4. Hal ini berarti terdapat pengaruh terapi relaksasi Benson terhadap penurunan skala nyeri femur pasien. Pasien mengatakan merasa lebih nyaman dan rileks. Tindakan Relaksasi Benson dapat dilakukan pasien secara mandiri. Oleh sebab itu relaksasi benson dapat dilakukan perawat sebagai intervensi mandiri untuk mengurangi rasa nyeri pada pasien fraktur.

Teknik relaksasi Benson merupakan pengembangan dari teknik nafas dalam dengan faktor keyakinan pasien. Teknik relaksasi Benson merupakan pengalihan rasa nyeri pasien dengan lingkungan yang tenang dan badan yang rileks (Morita et al., 2020) Teknik relaksasi Benson dapat dilakukan tidak hanya untuk pasien post operasi Fraktur, namun juga dapat dilakukan untuk mengurangi rasa cemas, stress serta dapat dilakukan pada pasien pasca operasi Caesarea karena teknik relaksasi Benson ini dapat menghambat aktivitas saraf simpatik yang dapat menyebabkan terjadinya penurunan terhadap konsumsi oksigen pada tubuh serta otot - otot tubuh menjadi rileks dan menimbulkan rasa nyaman pada pasien fraktur. Aktivitas saraf simpatik yang menurun dapat berpengaruh terhadap penurunan rasa nyeri (Yulianti & Tahir, 2024)