

**PENGARUH TEKNIK RELAKSASI BENSON TERHADAP PENURUNAN
SKALA NYERI PADA PASIEN POST OPERASI FRAKTUR
DI RSUD TEMANGGUNG**

Sekar Tunjung Maharani¹, Ni Ketut Mendri², Ana Ratnawati³
Jurusan Keperawatan Poltekkes Kemenkes Yogyakarta
Jl. Tata Bumi No.3 Banyuraden, Gamping, Sleman, Yogyakarta, 55293
Email : sekartunjungmaharani05@gmail.com

ABSTRAK

Latar Belakang : Di Indonesia kasus fraktur mengalami kenaikan yang signifikan menjadi 8,2% pada tahun 2013. Setiap pembedahan pada pasien fraktur dapat menyebabkan ketidaknyamanan yaitu nyeri. Salah satu terapi non farmakologis yang dapat menurunkan nyeri yaitu teknik Relaksasi Benson. Jumlah pasien yang dilakukan operasi fraktur menggunakan spinal anestesi dan general anestesi di RSUD Temanggung dalam satu bulan tercatat kurang lebih 38 pasien.

Tujuan : Mengetahui pengaruh teknik Relaksasi Benson terhadap penurunan skala nyeri pasien post operasi fraktur pada di RSUD Temanggung.

Metode : Jenis penelitian yang digunakan *quasi experimental* dengan desain penelitian *pre and post test design with control group*. Responden akan diberikan perlakuan pre test dan post test dengan skala pengukuran NRS (*Numeric Rate Scale*). Pada kelompok intervensi akan dilakukan pemberian teknik Relaksasi Benson. Sampel pada penelitian ini berjumlah 31 responden kelompok intervensi dan 31 responden kelompok kontrol. Teknik pengambilan sampel yang digunakan adalah *consecutive sampling*. Pengumpulan data pada bulan Januari-Maret 2020.

Hasil : Hasil pengumpulan data diolah menggunakan uji *Wilcoxon* dan uji *Mann Whitney*. Hasil uji *Wilcoxon* pada kelompok intervensi didapatkan $p = 0.00$ ($p < 0.05$) dan pada kelompok kontrol didapatkan $p = 0.00$ ($p < 0.05$). Pada uji *Mann Whitney* didapatkan $p = 0.004$ ($p < 0.05$), sehingga H_0 diterima.

Kesimpulan : Pemberian teknik Relaksasi Benson berpengaruh terhadap penurunan skala nyeri pada pasien post operasi fraktur.

Kata kunci : Nyeri, Teknik Relaksasi Benson.

¹⁾ Mahasiswa Jurusan Keperawatan Poltekkes Kemenkes Yogyakarta

^{2,3)} Dosen Jurusan Keperawatan Poltekkes Kemenkes Yogyakarta

EFFECT OF BENSON RELAXATION TECHNIQUE ON REDUCTION OF PAIN SCALES ON POST OPERATION FRACTURE PATIENTS IN RSUD TEMANGGUNG

Sekar Tunjung Maharani¹, Ni Ketut Mendri², Ana Ratnawati³
Jurusan Keperawatan Poltekkes Kemenkes Yogyakarta
Jl. Tata Bumi No.3 Banyuraden, Gamping, Sleman, Yogyakarta, 55293
Email : sekartunjungmaharani05@gmail.com

ABSTRACT

Background: In Indonesia, there a significant increase of fracture case to 8,2% in 2013. Every surgery in fracture patients can cause discomfort, such as pain. one of non-pharmacological therapy that can reduce the pain is Benson Relaxation. There are about 38 patients a month in RSUD Temanggung that do the fracture surgery by spinal anesthesy and general anesthesy.

Objective: The aims of study to determine the effect of Benson Relaxation technique on the reduction on the decrease scale of pain post fracture surgery in RSUD Temanggung.

Method: This type of research was responden would be given quasi-experimental with research design pre and post design with control group. Respondents will be given pre-test and post-test with NRS measurement scale (Numeric Rate Scale). In the intervention group will be given Benson Relaxation technique. In this research there are 31 samples of intervention respondents group and 31 samples of control respondent group. The sampling technique is consecutive sampling. Data accumulation in January-March 2020.

Results: Data was alamized used the Wilcoxon test and the Mann Whitney test. The results of Wilcoxon test intervention group is $p = 0.00$ ($p < 0.05$) and on control group is $p = 0.00$ ($p < 0.05$). On Mann Whitney test is $p = 0.004$ ($p < 0.05$), so H_a was accepted.

Conclusion: Benson Relaxation technique take effects on decrease of pain scale on post fracture surgery patient.

Keywords: Pain, Benson Relaxation Technique.

¹⁾ Student Department of Nursing Polytechnic of the Ministry of Health of Yogyakarta

^{2,3)} Lecturer Department of Nursing Polytechnic of the Ministry of Health of Yogyakarta