

**APPLICATION OF BENSON RELAXATION TECHNIQUE TO REDUCE
ACUTE PAIN IN POST ORIF UPPER EXTREMITY FRACTURE
PATIENTS AT WATES REGIONAL HOSPITAL**

Difa Putri Berliana¹, Nurun Laasara², Sugeng Jitowiyono³
^{1,2,3}Department of Nursing, Poltekkes Kemenkes Yogyakarta
Jl. Tatabumi No. 3 Banyuraden, Gamping, Sleman
Email: difapberliana@gmail.com

ABSTRACT

Background: Upper extremity fracture is a fracture that occurs in the bone forming the upper extremity. The most common fracture treatment is ORIF surgery which can cause pain. One of the priorities in managing patients after ORIF is to reduce pain, making pain management an important aspect of care. One non-pharmacological pain management technique that can be used is the Benson relaxation technique.

Objective: To determine the application of the Benson relaxation technique to reduce acute pain in post ORIF upper extremity fracture patients at Wates Regional Hospital.

Method: This case study compares the responses of two patients who underwent Benson relaxation techniques performed once a day for three consecutive days, with a duration of 10 minutes, and conducted before the administration of analgesic medication.

Result: The pain intensity of the first patient decreased from a scale of 5 to 1, and the second patient from a scale of 6 to 2 after applying the Benson relaxation technique for three days.

Conclusion: The application of Benson relaxation technique can reduce pain intensity in post ORIF upper extremity fracture patients.

Keywords: Upper extremity fracture, post ORIF surgery pain, Benson relaxation technique.

¹ Student of Poltekkes Kemenkes Yogyakarta

² Lecturer of Poltekkes Kemenkes Yogyakarta

³ Lecturer of Poltekkes Kemenkes Yogyakarta

PENERAPAN TEKNIK RELAKSASI BENSON UNTUK MENURUNKAN NYERI AKUT PADA PASIEN *POST* ORIF FRAKTUR EKSTREMITAS ATAS DI RSUD WATES

Difa Putri Berliana¹, Nurun Laasara², Sugeng Jitowiyono³
^{1,2,3}Jurusan Keperawatan Poltekkes Kemenkes Yogyakarta
Jl. Tatabumi No.3 Banyuraden, Gamping, Sleman
Email: difapberliana@gmail.com

ABSTRAK

Latar belakang: Fraktur ekstremitas atas merupakan fraktur yang terjadi pada tulang yang membentuk bagian ekstremitas atas. Penanganan fraktur yang paling sering adalah tindakan pembedahan ORIF yang dapat menyebabkan nyeri. Prioritas tindakan pada pasien *post* ORIF salah satunya yaitu mengurangi rasa nyeri, sehingga diperlukan salah satu manajemen nyeri yaitu teknik relaksasi benson sebagai terapi nonfarmakologi.

Tujuan: Mengetahui penerapan teknik relaksasi benson pada pasien *post* ORIF fraktur ekstremitas dengan nyeri akut di RSUD Wates.

Metode: Studi kasus ini dengan membandingkan respon kedua pasien yang mendapatkan tindakan teknik relaksasi benson yang dilakukan selama 1 kali sehari selama 3 hari berturut-turut dengan rentang waktu 10 menit dan dilakukan sebelum pemberian obat analgesik.

Hasil: Intensitas nyeri pasien pertama menurun dari skala 5 menjadi 1, dan pasien kedua dari skala 6 menjadi 2 setelah penerapan teknik relaksasi benson selama tiga hari.

Kesimpulan: Penerapan teknik relaksasi benson dapat mengurangi intensitas nyeri pada pasien *post* operasi fraktur ekstremitas.

Kata kunci: Fraktur ekstremitas atas, nyeri *post* ORIF, teknik relaksasi benson.

¹ Mahasiswa Poltekkes Kemenkes Yogyakarta

² Dosen Poltekkes Kemenkes Yogyakarta

³ Dosen Poltekkes Kemenkes Yogyakarta