

BAB V

KESIMPULAN DAN SARAN

A. Kesimpulan

Studi kasus sudah dilaksanakan di bulan Maret-April 2025 pada dua pasien *post* ORIF fraktur ekstremitas atas dengan nyeri akut yang dilakukan penerapan teknik relaksasi benson di Bangsal Menoreh Lor RSUD Wates dalam waktu 3 hari, dapat disimpulkan bahwa penerapan teknik relaksasi benson pada pasien *post* ORIF fraktur ekstremitas atas dengan nyeri akut memiliki peranan penting untuk menurunkan tingkat nyeri.

Asuhan keperawatan pada pasien *post* ORIF fraktur ekstremitas atas dengan nyeri akut merupakan suatu asuhan keperawatan yang kompleks, tidak hanya melakukan satu tindakan berupa relaksasi benson saja, tetapi juga disertai tindakan keperawatan lain yang dapat mendukung teratasinya masalah keperawatan nyeri pada pasien *post* ORIF fraktur ekstremitas atas seperti berkolaborasi dengan dokter untuk pemberian analgesik, memfasilitasi istirahat dan tidur, serta menganjurkan pasien untuk melakukan teknik relaksasi benson secara mandiri saat nyeri muncul.

Kedua pasien menunjukkan respon yang hampir sama terhadap penerapan teknik relaksasi benson. Respon yang dirasakan oleh kedua pasien yaitu keluhan nyeri yang meningkat menjadi menurun, skala nyeri yang meningkat menjadi menurun, meringis menurun, frekuensi nadi yang meningkat menjadi menurun, serta perasaan tegang menjadi rileks dan santai.

Penerapan teknik relaksasi benson terbukti berpengaruh dalam menurunkan intensitas nyeri pada pasien *post* ORIF fraktur ekstremitas atas. Pada pasien pertama, skala nyeri sebelum penerapan adalah 5, yang menurun menjadi 1 setelah 3 hari penerapan. Sementara itu, pasien kedua mengalami penurunan dari skala nyeri 6 menjadi 2 setelah penerapan yang sama selama 3 hari.

Penurunan intensitas dan skala nyeri setelah penerapan teknik relaksasi benson dipengaruhi juga oleh obat analgesik dan proses penyembuhan. Oleh karena itu, teknik ini berfungsi sebagai terapi komplementer yang mendukung terapi farmakologi, memberikan rasa nyaman, dan mengurangi kecemasan pasien, sehingga menghasilkan manajemen nyeri pascaoperasi yang lebih optimal.

B. Saran

1. Bagi Pasien

Diharapkan pasien dapat menerapkan tindakan keperawatan yang sudah diajarkan berupa teknik relaksasi benson saat mengalami nyeri ataupun saat cemas.

2. Bagi Perawat di RSUD Wates

Diharapkan perawat di RSUD Wates dapat mengintegrasikan teknik relaksasi benson sebagai bagian dari manajemen nyeri yang lebih holistik, mengingat teknik ini terbukti dapat menurunkan intensitas nyeri dan meningkatkan kenyamanan pasien. Dengan teknik ini, perawat dapat memberikan asuhan keperawatan yang tidak hanya

berfokus pada aspek farmakologis, tetapi juga memperhatikan kebutuhan psikologis dan emosional pasien, sehingga kualitas pelayanan keperawatan menjadi lebih komprehensif dan humanis

3. Bagi Institusi Pendidikan

Diharapkan karya tulis ilmiah ini dapat dijadikan sebagai landasan untuk mengembangkan ilmu keperawatan yang aplikatif terhadap pelaksanaan intervensi teknik relaksasi benson untuk mengatasi masalah keperawatan nyeri akut pada pasien *post* ORIF fraktur ekstremitas atas.

4. Bagi Peneliti Selanjutnya

Disarankan untuk melakukan penelitian tentang terapi nonfarmakologis lainnya yang dapat digunakan untuk mengatasi nyeri pada pasien *post* ORIF fraktur, misalnya dengan terapi musik, genggam jari, kompres, dan sebagainya.