

APPLICATION OF BENSON RELAXATION TECHNIQUE TO REDUCE PAIN INTENSITY IN POST ORIF FEMUR FRACTURE PATIENTS AT YOGYAKARTA CITY HOSPITAL

Intan Riza Ramadani¹, Umi Istianah², Nurun Laasara³
Nursing Department of the Yogyakarta Ministry of Healty Polytechnic
Jl. Tata Bumi No.3 Banyuraden, Gamping, Sleman, Yogyakarta
Email : intanrizarmd@gmail.com

ABSTRACT

Background: Fracture or broken bone is a condition of discontinuation of bone that requires medical attention, one of which is Open Reduction Internal Fixation (ORIF). ORIF can cause pain due to tissue trauma and surgical procedures so that it requires proper treatment. One of the nonpharmacological therapies that can be used to help reduce pain is the Benson relaxation technique.

Objective: This study implemented the Benson relaxation technique to determine the reduction in pain intensity in post-ORIF femur fracture patients at Yogyakarta City General Hospital.

Method: This study used a descriptive case study method. The subjects in the case study were two post-ORIF femur fracture patients on days 0, 1, and 2. The intervention was in the form of a Benson relaxation technique for 10–15 minutes, once every morning for three consecutive days to help reduce the intensity of the pain. Pain intensity was measured using the Numeric Rating Scale (NRS).

Results: After being given Benson relaxation intervention in post-ORIF patients with femur fracture for three days, there was a decrease in pain intensity in both patients based on measurements using NRS. The pain scale of the first patient decreased from a scale of 7 to a scale of 2, while in the second patient it decreased from a scale of 8 to a scale of 3. In addition, the patient appeared more relaxed, comfortable, and able to mobilize with the help of crutches.

Conclusion: The application of the Benson relaxation technique in post-ORIF patients with femur fractures can reduce the intensity of pain.

Keywords: Benson relaxation technique, acute pain, post ORIF femur fracture.

¹D-III Nursing Student of the Yogyakarta Ministry of Health Polytechnic

²Nursing Lecturer of the Yogyakarta Ministry of Health Polytechnic

³Nursing Lecturer of the Yogyakarta Ministry of Health Polytechnic

PENERAPAN TEKNIK RELAKSASI BENSON UNTUK MENURUNKAN INTENSITAS NYERI PADA PASIEN *POST ORIF* FRAKTUR FEMUR DI RSUD KOTA YOGYAKARTA

Intan Riza Ramadani¹, Umi Istianah², Nurun Laasara³
Jurusan Keperawatan Poltekkes Kemenkes Yogyakarta, 55293
Jl. Tata Bumi No. 3 Banyuraden, Gamping, Sleman, Yogyakarta
Email : intanrizarmd@gmail.com

ABSTRAK

Latar Belakang : Fraktur atau patah tulang merupakan kondisi terputusnya kontinuitas tulang yang memerlukan tindakan medis, salah satunya tindakan *Open Reduction Internal Fixation (ORIF)*. Tindakan *ORIF* dapat menimbulkan nyeri akibat trauma jaringan dan prosedur pembedahan sehingga memerlukan penanganan yang tepat. Salah satu terapi nonfarmakologis yang dapat digunakan untuk membantu menurunkan nyeri adalah teknik relaksasi Benson.

Tujuan : Penelitian ini melakukan implementasi pemberian teknik relaksasi Benson untuk mengetahui penurunan intensitas nyeri pada pasien *post ORIF* fraktur femur di RSUD Kota Yogyakarta.

Metode : Penelitian ini menggunakan metode studi kasus deskriptif. Subjek dalam studi kasus adalah dua pasien *post ORIF* fraktur femur hari ke- 0, 1, dan 2. Intervensi yang diberikan berupa teknik relaksasi Benson selama 10–15 menit, satu kali setiap pagi selama tiga hari berturut-turut untuk membantu menurunkan intensitas nyeri. Pengukuran intensitas nyeri dilakukan menggunakan *Numeric Rating Scale (NRS)*.

Hasil : Setelah diberikan intervensi relaksasi Benson pada pasien *post ORIF* fraktur femur selama tiga hari, terjadi penurunan intensitas nyeri pada kedua pasien berdasarkan pengukuran menggunakan NRS. Skala nyeri pasien pertama menurun dari skala 7 menjadi skala 2, sedangkan pada pasien kedua menurun dari skala 8 menjadi skala 3. Selain itu, pasien tampak lebih rileks, nyaman, dan mampu melakukan mobilisasi dengan bantuan kru.

Kesimpulan : Penerapan teknik relaksasi Benson pada pasien *post ORIF* fraktur femur dapat menurunkan intensitas nyeri.

Kata Kunci : Teknik relaksasi Benson, nyeri akut, *post ORIF* fraktur femur.

¹Mahasiswa Poltekkes Kemenkes Yogyakarta

²Dosen Poltekkes Kemenkes Yogyakarta

³Dosen Poltekkes Kemenkes Yogyakarta