

**PENERAPAN TERAPI RELAKSASI BENSON TERHADAP PENURUNAN
NYERI PADA PASIEN REMAJA DENGAN FRAKTUR FEMUR
DEXTRA POST ROI DI RUANG AMARILIS 2
RSUD dr. ADHYATMA, MPH SEMARANG**

Karya Ilmiah Akhir Ners



Disusun oleh:

Muhamad Ilham Oktavian

202502040008

PROGRAM STUDI PENDIDIKAN PROFESI NERS

FAKULTAS ILMU KESEHATAN

**UNIVERSITAS MUHAMMADIYAH PEKAJANGAN
PEKALONGAN**

2026

**PENERAPAN TERAPI RELAKSASI BENSON TERHADAP PENURUNAN
NYERI PADA PASIEN REMAJA DENGAN FRAKTUR FEMUR
DEXTRA POST ROI DI RUANG AMARILIS 2
RSUD dr. ADHYATMA, MPH SEMARANG**

Diajukan Untuk Memenuhi Mata Kuliah Program Profesi Ners

Karya Ilmiah Akhir Ners



Disusun oleh:

Muhamad Ilham Oktavian

202502040008

PROGRAM STUDI PENDIDIKAN PROFESI NERS

FAKULTAS ILMU KESEHATAN

**UNIVERSITAS MUHAMMADIYAH PEKAJANGAN
PEKALONGAN**

2026

ABSTRAK

Muhamad Ilham Oktavian, Aida Rusmariana, Dwi Haryanti

Penerapan Terapi Relaksasi Benson Terhadap Penurunan Nyeri Pada Pasien Remaja Dengan Fraktur Femur Dextra Post Roi Di Ruang Amarilis 2 Rsud dr. Adhyatma, Mph Semarang

Latar belakang: Fraktur ekstremitas bawah khususnya femur mencatat angka insiden tertinggi di Jawa Tengah akibat kecelakaan lalu lintas pada remaja, yang memicu masalah nyeri akut pasca-bedah akibat stimulasi ujung saraf bebas pasca-insisi jaringan. Nyeri yang tidak dikelola secara optimal dapat memicu respons stres fisiologis, mengganggu kenyamanan, serta memperlambat pemulihan pasien.

Tujuan: Tujuan penulisan Karya Tulis Ilmiah adalah memberikan gambaran secara umum tentang keefektifitasan terapi Relaksasi Benson untuk menurunkan skala nyeri.

Metode: Metode yang digunakan adalah studi kasus dengan subjek tunggal, dengan deskripsi pasien adalah seorang remaja laki-laki, An. R berusia 17 tahun dengan keluhan nyeri post operasi ROI fraktur femur dextra di Ruang Amarilis 2 RSUD dr. Adhyatma, MPH, Semarang. Penerapan intervensi non-farmakologis tercantum pada bagian rencana pengobatan dengan memberikan terapi berupa relaksasi Benson yang menggabungkan teknik napas dalam perlahan, diikuti dengan pembacaan zikir istighfar, dilakukan selama 5 menit secara konsisten setelah 30 menit pemberian analgetik Ketorolac intravena selama 3 hari berturut-turut.

Hasil: Analisa data dilakukan secara deskriptif dengan membandingkan respons subjektif, indikator hemodinamik, dan perkembangan skala nyeri pasien. Hasil penerapan menunjukkan efektivitas intervensi yang signifikan, di mana intensitas nyeri pasien menurun secara progresif dari skala 5 (nyeri sedang) pada hari pertama menjadi skala 2 (nyeri ringan) pada hari ketiga. Penurunan ini diikuti oleh kestabilan indikator hemodinamik berupa tekanan darah 127/67 mmHg dan denyut nadi 77 kali per menit pada hari ketiga.

Simpulan: Terapi relaksasi Benson terbukti efektif menurunkan intensitas nyeri pasca-ROI secara signifikan dan dapat dijadikan wawasan keilmuan baru sebagai terapi komplementer mandiri yang aman dan aplikatif bagi perawat dalam manajemen nyeri pada pasien remaja di rumah sakit.

Kata Kunci: Relaksasi Benson, Nyeri, Fraktur, Remaja

ABSTRACT

Muhamad Ilham Oktavian, Aida Rusmariana, Dwi Haryanti

The Implementation of Benson Relaxation Therapy for Reducing Pain in an Adolescent Patient with Right Femoral Fracture Following ROI Surgery in the Amarilis 2 Ward of RSUD dr. Adhyatma, MPH, Semarang

Background: Lower-extremity fractures, particularly femoral fractures, have the highest incidence among adolescents in Central Java as a result of traffic accidents. These injuries frequently lead to acute postoperative pain due to the stimulation of free nerve endings following tissue incision. If not managed effectively, postoperative pain may trigger physiological stress responses, compromise patient comfort, and delay recovery.

Objective: This scientific paper aims to provide an overview of the effectiveness of Benson Relaxation Therapy in reducing pain intensity.

Methods: This study employed a single-subject case study design. The participant was a 17-year-old male adolescent (Patient R) who experienced postoperative pain following Removal of Implant (ROI) surgery for a right femoral fracture and was admitted to the Amarilis 2 Ward of RSUD dr. Adhyatma, MPH, Semarang. The non-pharmacological intervention was incorporated into the treatment plan by administering Benson Relaxation Therapy, which combined slow deep-breathing techniques with the recitation of istighfar (Islamic remembrance seeking forgiveness). The therapy was performed consistently for five minutes, beginning 30 minutes after intravenous ketorolac administration, over three consecutive days.

Results: Data were analyzed descriptively by comparing the patient's subjective responses, hemodynamic indicators, and changes in pain intensity. The findings demonstrated a significant therapeutic effect, with pain intensity progressively decreasing from a score of 5 (moderate pain) on the first day to 2 (mild pain) on the third day. This improvement was accompanied by stable hemodynamic parameters, including a blood pressure of 127/67 mmHg and a heart rate of 77 beats per minute on the third day.

Conclusion: Benson Relaxation Therapy was shown to be effective in significantly reducing postoperative pain following ROI surgery. It may serve as a safe, practical, and evidence-based complementary nursing intervention for pain management in hospitalized adolescent patients.

Keywords : Benson Relaxation Therapy, Pain, Fracture, Adolescent

References : 2020-2026