

## **ANALISA ASUHAN KEPERAWATAN PADA PENGARUH TERAPI RELAKSASI BENSON TERHADAP PENURUNAN SKALA NYERI PADA POST OPERASI APENDIKSITIS DI RUANG IBS RSUD WANGAYA KOTA DENPASAR**

Ni Made Ayu Ari Monica Maharani<sup>1</sup>, Gede Budi Widiarta<sup>2</sup>, Made Yos Kresnayana  
Program Studi Pendidikan Ners Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan Buleleng  
ayumonica.singaraja27@gmail.com

### **ABSTRAK**

Apendiksitis adalah masalah yang terjadi pada organ apendiks yang disebabkan karena gangguan pola makan sehingga menyebabkan sumbatan serta inflamasi pada organ appendiks. Masalah ini bisa diatasi dengan operasi. Gangguan nyeri post operasi yang dirasakan dapat mengganggu kenyamanan sehingga diberikan terapi intervensi inovasi relaksasi benson. Tujuan penelitian ini untuk mengetahui efektivitas terapi benson untuk pengurangan intensitas nyeri pada klien post operasi. Adapun penelitian ini menggunakan metode studi kasus dengan jumlah 1 pasien dengan mengidentifikasi masalah klien dan diberikan terapi inovasi yang sesuai. Sehingga terapi ini dapat dinyatakan efektif untuk mengurangi intensitas nyeri pada pasien post apendiktomi.

**Kata Kunci :** Asuhan Keperawatan, RelaksasiBenson, Nyeri Post Operasi

### **ABSTRACT**

Appendicitis is a problem that occurs in the appendix organ caused by eating disorders that cause blockage and inflammation of the appendix organ. This problem can be overcome by surgery. Postoperative pain disorders that are felt can interfere with comfort so that Benson relaxation innovation intervention therapy is given. The purpose of this study was to determine the effectiveness of Benson therapy for reducing pain intensity in postoperative clients. This study used a case study method with 1 patient by identifying client problems and providing appropriate innovation therapy. So that this therapy can be declared effective in reducing pain intensity in post-appendectomy patients.

**Keywords:** Nursing Care, Benson Relaxation, Postoperative Pain

## PENDAHULUAN

Apendiksitis merupakan radang yang terjadi dibagian apendiks. Apendiksitis ini adalah radang yang sering terjadi pada daerah perut yang menimbulkan rasa nyeri yang sangat mengganggu. Peradangan ini bisa terjadi di semua usia laki-laki maupun wanita. Jika seseorang terkena peradangan ini, maka tidak mungkin pasti akan dilakukan operasi perut darurat. Penyakit ini sangat perlu diwaspadai dari cara bagaimana menjaga pola makan agar terhindar dari peradangan ini (Awaluddin, 2020).

Dari peradangan appendiks yang terjadi, maka tidak mungkin akan dilakukan proses bedah darurat apendiksitis. Tindakan bedah tersebut dinakan apendiktomy. Dimana prosedurnya dengan cara mengangkat daerah usus yang terinfeksi. Tindakan ini dilakukan untuk meminimalisir

kembali terjadinya inflamasi lebih parah dan menimbulkan akibat yang lebih serius. Sehingga proses bedah ini bisa dilakukan segera bagi penderita apendiksitis (Hidayat et al., 2022).

Adapun data yang dimuat dalam Rikesdas RI angka apendiks di tahun 2016 sebanyak 591.819 jiwa dan terjadi peningkatan di tahun 2017 sebanyak 596.132 jiwa. Hal ini membuktikan bahwa kejadian appendiksitis di indonesia perlu diperhatikan, karena tidak sedikit orang yang terkena penyakit tersebut di indonesia (Ageng & Rsud, 2018).

Setiap setelah proses pembedahan dilakukan, pasti akan menimbulkan suatu dampak yang mengganggu bagi klien, salah satu dampaknya adalah timbul perasaan kurang nyaman akibat nyeri. Manajemen nyeri dapat dilakukan dengan berbagai tindakan. Salah satu

tindakan inovasi yang dapat dilakukan yaitu dengan pemberian terapi relaksasi benson. Teknik relaksasi yang mudah untuk diimplementasikan tetapi dapat memberikan manfaat yang menenangkan.

Terapi relaksasi benson adalah suatu terapi relaksasi yang pengimplementasiannya dengan memanfaatkan teknik nafas dalam disertai dengan melafalkan kata-kata doa sesuai kepercayaan pasien. Setelah penerapan terapi ini, akan memberikan efek rileks serta menenangkan. Dengan melibatkan pelafalan kata-kata doa dalam terapi juga dapat memberikan keyakinan pada pasien dengan berdoa untuk memohon kesembuhan dan ketenangan. Terapi ini sangat efisien untuk terapkan kepada pasien dengan masalah gangguan rasa nyaman nyeri dikarenakan teknik yang digunakan

snagat mudah untuk ditiru dan dapat memberikan efek yang positif bagi kesehatan.

Setelah terapi dilakukan dengan rutin dan benar dilakukan, manfaat yang didapatkan oleh pasien yaitu manajemen stres pada diri pasien akan semakin terkontrol, sehingga rasa nyeri yang dirasakan dapat berkurang, memberikan perasaan nyaman, memberikan perasaan yang menenangkan, sehingga perasaan semakin nyaman dan menjadi tenang, dan dapat meningkatkan derajat kesehatan pasien (Wildan Rizki Ramadhan, Anik Inayati, 2022).

Dalam jurnal yang ditulis Manurung & Siagian, (2019) terkait penerapan relaksasi benson untuk menurunkan intensitas nyeri pasien post apendiktomy di RSUD Porsea di Sumatra Utara, setelah pasien melakukan terapi relaksasi benson dan dilakukan pengukuran terkait

intensitas nyeri setelah diberikan terapi ternyata terjadi penurunan intensitas nyeri dari skala nyeri sebelum dilakukan terapi. Sehingga hal ini membuktikan bahwa terapi relaksasi benson efektif digunakan bagi pasien atau klien dengan keluhan nyeri (Muda et al., 2021).

Dari kasus diatas, penulis tertarik melakukan penelitian terkait penurunan intensitas nyeri pada pasien post operasi apendiks dengan pemberian terapi relaksasi benson.

## METODE PENELITIAN

Metode penelitian ini memanfaatkan penggunaan studi kasus dengan desain deskriptif. Studi kasus dengan cara mengidentifikasi asuhan keperawatan pada pasien appendiktomy dengan diagnose nyeri akut yang diberikan terapi relaksasi benson. Hasil studi kasus di dapatkan melalui wawancara kepada pasien

dan keluarga pasien, serta data rekam medik pasien.

## GAMBARAN KASUS

Terapi relaksasi benson adalah penggabungan terapi dengan teknik pernafasan diserta dengan melaflakan kata-kata doa sesuai dengan keyakinan pasien. Hembusan nafas yang dirasakan keluar masuk secara perlahan dan pelafalan doa dapat memberikan efek yang menenangkan bagi tubuh. Setelah penerapan terapi ini, akan memberikan efek rileks serta menenangkan. Dengan melibatkan pelafalan kata-kata doa dalam terapi juga dapat memberikan keyakinan pada pasien dengan berdoa untuk memohon kesembuhan dan ketenangan. Terapi ini sangat efisien untuk terapkan kepada pasien dengan masalah gangguan rasa nyaman nyeri dikarenakan teknik yang digunakan sangat mudah untuk ditiru dan dapat

memberikan efek yang positif bagi kesehatan.

Berdasarkan dengan Standar Diagnosis Keperawatan Indonesia (SDKI), permasalahan yang muncul pada ny. S adalah nyeri akut berhubungan dengan agen pencedera fisik yang ditandai dengan pasien mengeluh nyeri area luka post operasi, dengan intensitas nyeri sedang skala 5, nyeri yang dirasakan seperti sayatan, serta dirasakan hilang timbul dan memberat ketika bergerak.

Setalah penentuan diagnosa keperawatan, penulis melakukan perencanaan tindakan sesuai dengan diagnosa yang ditentukan, implementasi dilakukan dalam waktu 1x 6 jam. Adapun intervensi inovasi yang diberikan perawat kepada pasien dengan teknik relaksasi benson.

Walaupun hanya memanfaatkan teknik terapi dengan pernafasan dan pelafalan kata-kata doa sesuai

keyakinan pasien, tetapi terapi relaksasi benson ini sangat bermaan bagi pasien dengan masalah gangguan nyeri. Setelah terapi dilakukan dengan rutin dan benar dilakukan, manfaat yang didapatkan oleh pasien yaitu manajemen stres pada diri pasien akan semakin terkontrol, sehingga rasa nyeri yang dirasakan dapat berkurang, memberikan perasaan nyaman, memberikan perasaan yang menenangkan, sehingga perasaan semakin nyaman dan menjadi tenang, dan dapat meningkatkan derajat kesehatan pasien (Wildan Rizki Ramadhan, Anik Inayati, 2022).

## **HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN**

Masalah keperawatan yang muncul dalam studi kasus ini sesuai dengan keluhan utama klien serta tanda dan gejala yang terdapat pada

klien yaitu nyeri akut berhubungan dengan agen pencedera fisik ditandai dengan pasien mengeluh nyeri area luka post operasi.

Tindakan bedah pada penderita radang usus atau apendiksitis tersebut dinakan apendiktomy. Dimana prosedurnya dengan cara mengangkat daerah usus yang terinfeksi. Tindakan ini dilakukan untuk meminimalisir kembali terjadinya inflamasi lebih parah dan menimbulkan akibat yang lebih serius. Sehingga proses bedah ini bisa dilakukan segera bagi penderita apendiksitis (Hidayat et al., 2022).

Berdasarkan dengan Standar Diagnosis Keperawatan Indonesia (SDKI), permasalahan yang muncul pada kasus adalah nyeri akut berhubungan dengan agen pencedera fisik ditandai dengan pasien mengeluh nyeri area luka post operasi.

Pada Standar Intervensi Keperawatan Indonesia (SIKI), penulis melakukan intervensi inovasi untuk mengatasi masalah keperawatan nyeri akut pada klien. Intervensi ini berupa terapi relaksasi benson. Intervensi ini dilakukan 7 Oktober 2024 selama 1x6 jam. Penulis melakukan pengamatan terhadap keadaan umum selama klien menjalani perwatan dan pemberian intervensi inovasi yang dimaksud. Keadaan yang teramatih oleh penulis adalah keluhan selama masa perawatan diantaranya pasien merasa nyeri area luka post operasi.

Setelah dilakukan asuhan keperawatan pada ny. S selama 1x6 jam dengan pemberian terapi inovasi relaksasi benson, didapatkan pengaruh efektif dimana terjadinya penurunan intensitas nyeri pada klien. Data yang didapat pasien mengatakan lebih merasa rileks dan tenang serta

intensitas nyeri dirasakan berangsur-angsur berkurang.

Terapi relaksasi benson adalah suatu terapi relaksasi yang pengimplementasiannya dengan memanfaatkan teknik nafas dalam disertai dengan melafalkan kata-kata doa sesuai kepercayaan pasien. Setelah penerapan terapi ini, akan memberikan efek rileks serta menenangkan. Dengan melibatkan pelafalan kata-kata doa dalam terapi juga dapat memberikan keyakinan pada pasien dengan berdoa untuk memohon kesembuhan dan ketenangan. Terapi ini sangat efisien untuk terapkan kepada pasien dengan masalah gangguan rasa nyaman nyeri dikarenakan teknik yang digunakan sangat mudah untuk ditiru dan dapat memberikan efek yang positif bagi kesehatan.

Setelah terapi dilakukan dengan rutin dan benar dilakukan, manfaat

yang didapatkan oleh pasien yaitu manajemen stres pada diri pasien akan semakin terkontrol, sehingga rasa nyeri yang dirasakan dapat berkurang, memberikan perasaan nyaman, memberikan perasaan yang menenangkan, sehingga perasaan semakin nyaman dan menjadi tenang, dan dapat meningkatkan derajat kesehatan pasien (Wildan Rizki Ramadhan, Anik Inayati, 2022).

Dalam jurnal yang memuat tentang penelitian terapi relaksasi benson terhadap penurunan intensitas nyeri post ependiktomy di RSUD Porsea Sumatra Utara, setelah dilakukan pengukuran intensitas nyeri pre dan post didapatkan hasil yang berbeda, ternyata setelah dilakukan atau diberikan terapi relaksasi benson terjadi penurunan intensitas nyeri. Sehingga hal ini membuktikan terapi ini efisien diberikan atau diterapkan oleh

penderita dengan gangguan rasa nyaman nyeri (Muda et al., 2021).

## KESIMPULAN

Setelah dilakukan asuhan keperawatan pada ny. S selama 1x 6 jam pada tanggal 7 oktober 2024 pasien dengan diagnosa nyeri akut dengan intensitas nyeri sedang skala 5, nyeri yang dirasakan seperti sayatan dengan dirasakan hilang timbul tetapi memberat ketika bergerak, setelah diberikan terapi relaksasi pernafasan dengan penggabungan kata-kata doa sesuai keyakinan pasien didapatkan hasil bahwa intensitas nyeri pasien turun menjadi nyeri ringan skala 3.

Rasa nyeri yang mengganggu ketika diberikan terapi pengalihan relaksasi benson akan memberikan efek menenangkan, memberikan perasaan nyaman serta rileks, serta menjadi pengalihan sebagai rasa nyeri

yang dirasakan. Sehingga terapi ini sangat efektif digunakan bagi klien dengan masalah gangguan nyeri, selain terapi ini tidak menimbulkan ketergantungan seperti konsumsi obat, terapi ini sangat mudah diterapkan bagi klien serta mendapat manfaat yang menangkan.

## DAFTAR PUSTAKA

- Aprilia, M. (2020). Asuhan Keperawatan Pada Klien Post Operasi Laparatomik Eksplorasi A.I. Apendisitis Akut Dengan Masalah Keperawatan Nyeri Akut Di Ruang Melati 4 Rsud.
- Awaluddin. (2020). Faktor Risiko Terjadinya Apendisitis Pada Penderita Apendisitis Di Rsud Batara Guru Belopa Kabupaten Luwu Tahun 2020 Awaluddin. 7(1), 67–72.
- Happyanto, M. R., Adhika, O. A., & Pranoto, D. (2022). Gambaran Pasien Apendisitis Dan Infeksi Luka Operasi Pascaapendektomi Di Rumah Sakit Bethesda Kota Yogyakarta Periode 2019-2020. Journal Of Medicine And Health (Jmh), 4(2), 154–164.
- Hidayat, N., Wahyuni, A. N., Taufiq, I., & Haque, E. (2022). Case Study Of Progressive Muscle Relaxation Intervention To Reduce Pain In Appendicitis Patient.
- 03(02), 160–165.  
<Https://Doi.Org/10.56359/Gj>
- Ivanka, S. S., & Nahusuly, F. (2022). Karakteristik Pasien Yang Dipasang Drain Pada Apendektomi Di Rsud Abdul Wahab Sjahranie Samarinda Tahun 2019-2020. 4(1), 254–261.
- Kumaat, L. T., Rasubala, G. F., & Mulyadi. (2019). Pengaruh Teknik Relaksasi Benson Terhadap Skala. 5.