

**RELAKSASI BENSON INTENSITAS NYERI PADA PASIEN
LAMINECTOMY DI RUANG ICU RS ORTOPEDI PROF DR R
SOEHARSO SURAKARTA**

Kiki Pujiwati¹, Arum Pratiwi², Wisardoyo³

¹Mahasiswa Profesi Ners, Fakultas Ilmu Kesehatan, Program Studi Keperawatan,
Universitas Muhammadiyah Surakarta

²Dosen Keperawatan, Fakultas Ilmu Kesehatan, Program Studi Keperawatan, Universitas
Muhammadiyah Surakarta

³Perawat Intensive Care Unit, RS Ortopedi Dr. R. Soeharso Surakarta, Solo, 577162,
j230181111@student.ums.ac.id

Abstrak

Latar Belakang : penatalaksanaan pasien yang mengalami trauma medula spinal dengan terapi konservatif dan tindakan operasi dekompresi, stabilisasi dan fiksasi tulang belakang secara potensial bisa memperbaiki kerusakan akibat cedera medula spinalis, tindakan pembedahan akan menimbulkan bekas luka yang akan memberikan rasa nyeri pada pasien. Relaksasi benson merupakan suatu terapi relaksasi pernafasan yang dikembangkan dengan melibatkan faktor keyakinan dari pasien yang berupa kata-kata.

Tujuan : Penelitian ini adalah untuk mengaplikasikan terapi relaksasi benson dalam mengurangi nyeri pada pasien post operasi di ruang ICU RS Ortopedi Prof R Soeharso Surakarta.

Metode : penelitian menggunakan penelitian *pra eksperimen*. Teknik pengambilan sampel dengan kuasi eksperimen *one grup pretest posttest design* dengan jumlah sampel 5 orang pasien. Teknik relaksasi Benson diberikan setelah pemberian analgesik dilakukan 1 kali sehari setiap hari selama pasien masih di rawat di ruang ICU. Instrumen penelitian menggunakan skala nyeri *Numeric Rating Scale (NRS)* sementara instrumen terapi relaksasi benson menggunakan tahapan kerja. Respon nyeri diukur sebelum dan sesudah diberikan terapi relaksasi benson.

Hasil : Dari 5 pasien yang diberikan terapi, 4 pasien mengalami penurunan nyeri dari skala sedang menjadi ringan, 1 pasien masih pada skala nyeri sedang. Relaksasi benson menghambat aktivitas saraf simpatif yang mengakibatkan penurunan konsumsi oksigen oleh tubuh dan otot-otot menjadi rileks sehingga menimbulkan rasa tenang dan nyaman.

Kesimpulan : Terapi relaksasi benson dapat membantu menurunkan skala nyeri pada pasien laminectomy di ruang ICU RS Ortopedi Prof R Soeharso Surakarta.

Kata kunci : Laminectomy, Nyeri, Relaksasi Benson.