

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Fraktur dalam sehari-hari biasanya disebut juga dengan patah tulang, Menurut (Padila, 2018) dalam bukunya yaitu ajar keperawatan medikal bedah mengemukakan bahwa fraktur adalah pemisahan atau robekan pada kontinuitas tulang yang terjadi karena adanya tekanan yang berlebihan pada tulang dan tulang tidak mampu untuk menahannya. Jika seluruh tulang patah maka disebut dengan fraktur lengkap sedangkan apabila tidak melibatkan seluruh ketebalan tulang maka disebut fraktur tidak lengkap. Fraktur atau patah tulang biasanya disebabkan oleh trauma atau tenaga fisik. Kekuatan dari tenaga tersebut, keadaan tulang itu sendiri, dan jaringan lunak di sekitar tulang akan menentukan kondisi fraktur tersebut (Suriya, M., 2019)

Operasi atau pembedahan adalah suatu penanganan medis secara invasif yang dilakukan untuk mendiagnosa atau mengobati penyakit, injuri, atau deformitas tubuh. Operasi memiliki beberapa tujuan utama, yaitu kuratif, paliatif, diagnostik, rekonstruksi, dan transplantasi. Tujuan kuratif dilakukan untuk menyembuhkan penyakit dengan menghilangkan penyebabnya, seperti operasi pengangkatan tumor atau usus buntu. Sementara itu, operasi paliatif bertujuan untuk mengurangi gejala dan meningkatkan kualitas hidup pasien, misalnya pada penderita kanker stadium lanjut yang mengalami nyeri hebat. Selain itu, terdapat operasi diagnostik yang dilakukan untuk membantu menegakkan diagnosis, seperti biopsi jaringan guna memastikan keberadaan sel kanker.

Di sisi lain, operasi rekonstruksi bertujuan memperbaiki struktur tubuh yang mengalami kelainan atau cedera, contohnya operasi plastik pada korban kecelakaan. Sedangkan operasi transplantasi dilakukan untuk menggantikan organ yang rusak dengan organ sehat dari donor, seperti transplantasi ginjal atau hati. (Sjamsuhidajat et al., 2016). Pasien yang akan menjalani prosedur operasi, akan melewati fase perioperatif. Fase perioperatif mencakup 3 fase pengalaman pembedahan yaitu preoperatif, intraoperatif, dan pascaoperatif. Fase post operatif merupakan tahap akhir dari perawatan perioperatif yang dimulai sejak pasien diterima masuk di Ruang Resusitasi dan berakhir ketika pasien kembali ke bangsal (Sjamsuhidajat et al., 2016). Fase post operatif adalah fase yang sangat penting dimana pada fase ini dilakukan pengkajian yang meliputi pengkajian fisik dan psikis terhadap pasien.

World Health Organization (WHO) tahun 2022 mengungkapkan bahwa prevalensi fraktur di dunia yaitu 440 juta orang. Berdasarkan Survei Kesehatan Indonesia (SKI) tahun 2023, prevalensi fraktur di Indonesia tercatat sebesar 5,8%, mengalami peningkatan dibandingkan dengan 5,5% pada tahun 2018. Fraktur femur tetap menjadi kasus paling umum dengan proporsi 44%, diikuti oleh fraktur humerus sebesar 18%, serta fraktur tibia dan fibula sebesar 15%. Penyebab utama fraktur masih didominasi oleh kecelakaan lalu lintas, yang mencakup 66,2% dari total kasus, disusul oleh insiden jatuh sebesar 38,1%. Mayoritas penderita fraktur adalah pria, mencapai 74,5% dari total kasus. Faktor-faktor penyebab fraktur meliputi kecelakaan lalu lintas, cedera olahraga, bencana kebakaran, bencana alam, dan lainnya (Kemenkes RI, 2023).

Ada beberapa penatalaksanaan yang dapat dilakukan pada pasien fraktur. Menurut (Mustaqim & Rizal, 2021) penatalaksanaan pertama pada fraktur berupa tindakan reduksi dan imobilisasi. Tindakan reduksi pada pembedahan disebut dengan reduksi terbuka yang dilakukan pada lebih dari 60% kasus fraktur, sedangkan tindakan reduksi tertutup hanya dilakukan pada simple fraktur. Imobilisasi pada penatalaksanaan fraktur merupakan tindakan untuk mempertahankan proses reduksi sampai terjadi penyembuhan. Pemasangan screw dan plate atau dikenal dengan pen merupakan salah satu bentuk reduksi dan imobilisasi yang dilakukan dengan prosedur pembedahan dikenal dengan *Open Reduction and Internal Fixation (ORIF)*.

Pasca pembedahan ORIF akan dapat menimbulkan nyeri yang disebabkan oleh tindakan invasif bedah yang dilakukan. Walaupun fragmen tulang telah direduksi, tetapi manipulasi seperti screw dan plate menembus tulang akan menimbulkan nyeri hebat. Nyeri tersebut bersifat akut yang berlangsung selama berjam-jam hingga berhari-hari. Hal ini disebabkan oleh berlangsungnya fase inflamasi yang disertai dengan edema jaringan. Lamanya proses penyembuhan setelah mendapatkan penanganan dengan fiksasi internal akan berdampak pada keterbatasan gerak yang disebabkan oleh nyeri maupun adaptasi terhadap penambahan screw dan plate tersebut. Kondisi nyeri ini sering kali menimbulkan gangguan pada pasien baik secara fisiologis maupun psikologis (V. Agustina et al., 2021)

Nyeri fraktur post ORIF dapat diatasi dengan melakukan berbagai alternatif, baik secara farmakologis maupun non farmakologis. Secara farmakologis dapat diatasi dengan menggunakan obat-obatan analgesik. Sedangkan penatalaksanaan non farmakologis terhadap fraktur dapat dilakukan dengan berbagai cara meliputi teknik relaksasi, distraksi, massage, guided imaginary, dan lainnya . Teknik relaksasi dapat mengurangi ketegangan pada otot, ada beberapa teknik relaksasi yaitu : teknik relaksasi otot progressif, teknik

relaksasi nafas dalam, *biofeedback* dan teknik relaksasi *benson* (Herien, 2024)

Relaksasi Benson ialah terapi non farmakologi dapat dilakukan secara sederhana, mudah untuk dipelajari dan sangat mudah untuk diterapkan. Keunggulan teknik relaksasi *Benson* yaitu teknik pernapasan yang disertai dengan penambahan unsur keyakinan dalam bentuk kata-kata. Relaksasi *Benson* dapat menghambat aktivitas saraf simpatik sehingga menurunan konsumsi oksigen pada tubuh yang memberikan efek otot-otot tubuh menjadi rileks, timbul rasa nyaman pada pasien dengan fraktur. Aktivitas saraf simpatik yang menurun dapat berpengaruh terhadap menurunnya rasa nyeri (Nurhayati et al., 2022)

Teknik relaksasi *Benson* merupakan pengembangan dari teknik nafas dalam dengan faktor keyakinan pasien. Teknik relaksasi *Benson* merupakan pengalihan rasa nyeri pasien dengan lingkungan yang tenang dan badan yang rileks (Ningrum et al., 2024). Teknik relaksasi *Benson* dapat dilakukan tidak hanya untuk pasien post operasi Fraktur, namun juga dapat dilakukan untuk mengurangi rasa cemas, stress serta dapat dilakukan pada pasien pasca operasi *Caesarea* (Utama et al., 2025), karena teknik relaksasi *Benson* ini dapat menghambat aktivitas saraf simpatik yang dapat menyebabkan terjadinya penurunan terhadap konsumsi oksigen pada tubuh serta otot-otot tubuh menjadi rileks dan menimbulkan rasa nyaman pada pasien fraktur. Aktivitas saraf simpatik yang menurun dapat berpengaruh terhadap penurunan rasa nyeri (Fahdilah & Siregar, 2024).

Berdasarkan penelitian (Siwi et al., 2023) pemberian teknik relaksasi *benson* dilakukan selama 10-15 menit, pasien dianjurkan untuk mengambil posisi senyaman mungkin seperti berbaring, anjurkan pasien untuk memejamkan mata, bimbing pasien untuk mengucapkan kalimat yang disertai dengan keyakinan seperti kalimat dzikir astaghfirullah haladzim, laa illa haillaallah yang dimana pada kalimat tersebut mengandung huruf jahr yang memiliki manfaat dapat mengeluarkan karbondioksida lebih banyak pada tubuh, kemudian diameter otak akan mengalami pengecilan ketika seseorang berdzikir, keadaan ini direspon oleh otak disertai dengan pelebaran pembuluh darah dimana kondisi ini akan merevitalisasi semua unsur seluler dan mikroseluler yang memicu ketenangan sel otak (Saleh, 2020). Setelah 10 menit anjurkan pasien untuk tarik nafas dan hembuskan secara pelan-pelan dan disertai membuka mata secara perlahan, kemudian mengkaji kembali skala nyeri pasien dengan menggunakan alat ukur nyeri berupa Visual Analogue Scale.

Teknik relaksasi benson dapat meningkatkan efektivitas obat pereda nyeri dengan membantu mengurangi ketegangan otot dan kecemasan, sehingga tubuh lebih responsif terhadap analgetik. Teknik ini melibatkan pernapasan dalam dan fokus pada ketenangan,

yang menenangkan sistem saraf dan dapat mempercepat proses kerja obat. Reaksi kerja analgetik seperti katerolac umumnya dimulai dalam 30 menit hingga 1 jam setelah diberikan (Futuh et al., 2024). Hasil penelitian (Permatasari & Sari, 2022) tentang Terapi Relaksasi *Benson* Untuk Menurunkan Rasa Nyeri Pada Pasien Fraktur Femur Sinistra pada saat setelah dilakukan intervensi Terapi Relaksasi *Benson*, pasien mengatakan nyeri sedikit berkurang, skala nyeri 7 dengan pengukuran skala nyeri menggunakan Visual Analogue Scale. Pada hari kedua sebelum dilakukan Terapi Relaksasi *Benson* di dapatkan hasil pasien mengatakan nyeri skala 5 pada kaki sebelah kiri (Futuh et al., 2024) menyebutkan bahwa teknik relaksasi *benson* efektif dilakukan sebanyak 3 kali selama 15-30 menit.

Penulis memilih relaksasi *Benson* sebagai metode non-farmakologis untuk mengurangi nyeri pada pasien *post-ORIF* karena mampu menekan respons stres dan meningkatkan kenyamanan pasien. Teknik ini bekerja dengan menurunkan aktivitas sistem saraf simpatis, sehingga kadar hormon stres seperti kortisol berkurang dan pelepasan endorfin sebagai analgesik alami meningkat. Selain itu, relaksasi *Benson* membantu mengurangi ketegangan otot, meningkatkan sirkulasi darah ke area yang mengalami trauma, serta mempercepat proses penyembuhan luka. Pasien yang rutin melakukan teknik ini juga cenderung mengalami penurunan kecemasan dan peningkatan kualitas tidur, yang berperan penting dalam pemulihan pasca operasi. Dengan efektivitasnya yang tinggi, tanpa efek samping seperti pada analgesik farmakologis, relaksasi *Benson* menjadi pilihan terapi komplementer yang mudah diterapkan untuk membantu pasien mengatasi nyeri dan meningkatkan kualitas hidup mereka setelah operasi *ORIF*.

Berdasarkan survei yang dilakukan penulis dari tanggal 4 Nopember 2024 bahwa di bulan Agustus sampai Oktober 2024 didapatkan data ada 61 pasien yang menjalani operasi *ORIF*. Hasil wawancara dengan perawat ruangan, permasalahan utama yang ditemukan di Ruang Pergiwa RSUD Bagas Waras Klaten yaitunyeri akut dan penanganan/penatalaksanaan nyeri yang diberikan berupa terapi farmakologi melalui intravena.

B. Rumusan Masalah

Fraktur adalah patah tulang akibat tekanan berlebihan yang melebihi kapasitas tulang untuk menahan beban, dengan fraktur femur sebagai kasus paling umum. Penatalaksanaan fraktur melibatkan reduksi dan imobilisasi, dengan tindakan pembedahan *ORIF* (*Open Reduction and Internal Fixation*) sering digunakan untuk

memastikan penyatuan tulang. Pasca operasi ORIF, pasien mengalami nyeri akut akibat tindakan bedah dan inflamasi jaringan, yang dapat berdampak pada keterbatasan gerak, ketidaknyamanan, serta gangguan fisiologis dan psikologis. Saat ini, manajemen nyeri di rumah sakit lebih banyak berfokus pada terapi farmakologi dengan pemberian analgesik intravena. Relaksasi *Benson* merupakan terapi *non-farmakologis* yang dapat membantu mengurangi nyeri dengan menekan aktivitas sistem saraf simpatik, menurunkan kadar kortisol, meningkatkan pelepasan endorfin, serta memberikan efek relaksasi pada otot. Beberapa penelitian menunjukkan bahwa relaksasi *Benson* efektif menurunkan skala nyeri pasien *post ORIF*, terutama jika dilakukan secara rutin selama 10–30 menit. Namun, di Ruang Pergiwa RSUD Bagas Waras Klaten, terapi non-farmakologis ini belum diterapkan secara optimal.

Berdasarkan dengan latar belakang diatas, rumusan masalah yang penulis ambil adalah bagaimakah asuhan keperawatan pada pasien dengan fraktur *post ORIF* dengan tindakan relaksasi *Benson* di Ruang Pergiwa RSUD Bagas Waras Klaten?

C. Tujuan

1. Tujuan Umum

Mampu untuk menggambarkan penerapan terapi relaksasi *benson* dalam asuhan keperawatan terhadap penurunan intensitas nyeri pada pasien pasien *post ORIF* di Ruang Pergiwa RSUD Bagas Waras Klaten

2. Tujuan Khusus

- a. Mengetahui bagaimana pelaksanaan tindakan keperawatan penerapan Teknik Relaksasi *Benson* pada pasien dengan fraktur *post ORIF* di Ruang Pergiwa RSUD Bagas Waras Klaten
- b. Mengetahui evaluasi dari pelaksanaan tindakan keperawatan Teknik Relaksasi *Benson* pada pasien dengan fraktur *post ORIF* di Ruang Pergiwa RSUD Bagas Waras Klaten

D. Manfaat

1. Bagi Institusi Pelayanan Kesehatan

Diharapkan laporan Ilmiah Akhir ini dapat memberikan gambaran dan menjadi acuan asuhan keperawatan pada pasien dengan penerapan relaksasi *Benson* untuk menurunkan intensitas nyeri *post ORIF*

2. Bagi RSUD Bagas Waras Klaten

Laporan Ilmiah Akhir ini diharapkan dapat menjadi masukan sebagai SOP dalam memberikan asuhan keperawatan dalam penerapan teknik relaksasi *Benson* dalam mengurangi nyeri pada pasien dengan post operasi

3. Bagi Institusi Pendidikan

Karya Ilmiah Akhir ini diharapkan dapat bermanfaat dan dapat menjadi referensi dan masukan dalam menyusun asuhan keperawatan dalam pemberian teknik relaksasi *Benson* dalam mengurangi nyeri pada pasien post operasi.