

# **BAB I**

## **PENDAHULUAN**

### **Latar Belakang**

Nyeri merupakan salah satu masalah utama dalam pelayanan kesehatan, terutama pada pasien yang mengalami trauma seperti fraktur. Menurut World Health Organization (WHO), nyeri akut akibat trauma merupakan kondisi yang harus ditangani secara cepat dan tepat karena dapat mempengaruhi status fisiologis dan psikologis pasien (WHO, 2021). WHO juga menekankan pentingnya pendekatan multimodal, termasuk intervensi nonfarmakologis seperti teknik relaksasi, dalam manajemen nyeri untuk meningkatkan kualitas pelayanan dan kenyamanan pasien.

Di Indonesia, trauma akibat kecelakaan yang menyebabkan fraktur tulang masih menjadi beban kesehatan yang tinggi. Berdasarkan Data Riskesdas Kementerian Kesehatan RI (2018), prevalensi cedera akibat kecelakaan lalu lintas mencapai 8,2%, dan dari jumlah tersebut, sebagian besar mengalami fraktur. Fraktur merupakan kondisi medis yang menyebabkan nyeri hebat, disertai pembengkakan dan keterbatasan gerak, yang memerlukan penanganan segera di unit gawat darurat.

Di tingkat regional, Provinsi Jawa Tengah mencatat angka kejadian trauma yang cukup tinggi, terutama di wilayah dengan lalu lintas padat dan tingkat kecelakaan yang signifikan. Kabupaten Klaten merupakan salah satu daerah dengan akses transportasi aktif yang cukup rawan kecelakaan. Sebagai rumah sakit rujukan utama di wilayah ini, RSUP Dr. Soeradji Tirtonegoro Klaten sering menerima kasus fraktur dari berbagai kecamatan, khususnya di Instalasi Gawat Darurat (IGD). Berdasarkan data internal RSUP Dr. Soeradji Tirtonegoro tahun 2023, kasus fraktur masih menempati urutan lima besar penyakit terbanyak yang ditangani di IGD, dan nyeri merupakan keluhan utama pasien saat datang pertama kali.

Salah satu pendekatan yang dapat digunakan dalam penanganan nyeri pasien fraktur adalah teknik relaksasi Benson, yaitu metode sederhana yang menggabungkan pernapasan dalam, sugesti positif, dan fokus pada kata-kata atau frasa yang menenangkan. Teknik ini merangsang sistem saraf parasimpatik, menurunkan aktivitas stres, memperlambat denyut jantung, serta menurunkan persepsi nyeri. Berbagai penelitian telah menunjukkan efektivitas teknik relaksasi Benson dalam menurunkan skala nyeri pada berbagai kondisi, termasuk nyeri akut akibat fraktur.

Di IGD, penerapan teknik relaksasi Benson sebagai intervensi keperawatan nonfarmakologis memiliki banyak keunggulan, antara lain mudah dilakukan, tidak memerlukan alat, serta meningkatkan partisipasi pasien dalam pengendalian nyeri. Selain itu, teknik ini selaras dengan pendekatan holistik keperawatan, yang tidak hanya menangani keluhan fisik, tetapi juga memperhatikan aspek emosional dan spiritual pasien.

Melihat tingginya kasus fraktur di IGD RSUP Dr. Soeradji Tirtonegoro Klaten dan pentingnya manajemen nyeri yang cepat dan efektif, maka peneliti tertarik untuk melakukan penelitian tentang Penerapan Teknik Relaksasi Benson terhadap Penurunan Skala Nyeri pada Pasien Fraktur, sebagai upaya kontribusi terhadap pelayanan keperawatan yang lebih humanistik dan berbasis bukti.

### **Rumusan Masalah**

Nyeri merupakan keluhan utama yang sering dialami oleh pasien dengan fraktur tulang, khususnya saat pertama kali datang ke Instalasi Gawat Darurat (IGD). Penanganan nyeri yang cepat dan tepat menjadi prioritas utama dalam upaya mengurangi penderitaan pasien serta mendukung proses penatalaksanaan selanjutnya. Teknik relaksasi Benson sebagai salah satu intervensi nonfarmakologis telah terbukti mampu menurunkan tingkat nyeri melalui aktivasi sistem parasimpatik dan menciptakan respon relaksasi tubuh.

Melihat tingginya kasus fraktur yang disertai dengan nyeri akut di IGD RSUP Dr. Soeradji Tirtonegoro Klaten serta pentingnya pendekatan keperawatan yang komprehensif dan holistik, maka penelitian ini dilakukan untuk menjawab pertanyaan utama:

Bagaimana penerapan teknik relaksasi Benson dapat menurunkan skala nyeri pada pasien fraktur di Instalasi Gawat Darurat RSUP Dr. Soeradji Tirtonegoro Klaten?

### **Tujuan Penelitian**

## **1. Tujuan Umum**

Untuk mengetahui efektivitas teknik relaksasi Benson dalam menurunkan skala nyeri pada pasien fraktur di IGD RSUP Dr. Soeradji Tirtonegoro Klaten.

## **2. Tujuan Khusus**

- a. Mengidentifikasi tingkat nyeri pasien fraktur sebelum dilakukan teknik relaksasi Benson.
- b. Mengidentifikasi tingkat nyeri pasien fraktur setelah dilakukan teknik relaksasi Benson.
- c. Menganalisis perbedaan skala nyeri sebelum dan sesudah penerapan teknik relaksasi Benson pada pasien fraktur.

## **Manfaat Penelitian**

Penelitian ini diharapkan dapat memberikan kontribusi nyata bagi berbagai pihak, baik secara praktis maupun akademis, sebagai berikut:

### **1. Bagi Pasien**

Penelitian ini diharapkan dapat memberikan manfaat langsung bagi pasien fraktur, yaitu membantu mengurangi rasa nyeri melalui metode relaksasi yang aman, mudah dilakukan, dan tanpa efek samping. Dengan menurunnya nyeri, pasien dapat merasa lebih nyaman, tenang, dan kooperatif selama proses perawatan medis.

### **2. Bagi Perawat**

Memberikan tambahan wawasan dan bukti ilmiah mengenai efektivitas teknik relaksasi Benson sebagai intervensi nonfarmakologis dalam manajemen nyeri. Penelitian ini dapat mendorong perawat untuk menerapkan pendekatan holistik dan meningkatkan keterampilan dalam mengelola nyeri secara komprehensif.

### **3. Bagi Rumah Sakit (RSUP Dr. Soeradji Tirtonegoro Klaten)**

Hasil penelitian ini dapat menjadi landasan dalam pengembangan standar prosedur operasional (SPO) untuk intervensi keperawatan nonfarmakologis, khususnya dalam penanganan nyeri akut di IGD. Selain itu, penerapan teknik ini dapat meningkatkan mutu pelayanan dan kepuasan pasien, serta mendukung pencapaian indikator keselamatan dan kualitas rumah sakit.

### **4. Bagi Institusi Pendidikan (Universitas Muhammadiyah Klaten)**

Penelitian ini menjadi salah satu bentuk kontribusi mahasiswa dalam pengembangan ilmu keperawatan berbasis evidence-based practice. Selain itu, hasil penelitian ini juga dapat menambah khazanah pustaka ilmiah dan menjadi referensi bagi civitas akademika dalam kegiatan pendidikan, penelitian, dan pengabdian kepada masyarakat.

#### 5. Bagi Peneliti Selanjutnya

Penelitian ini dapat menjadi referensi dan dasar bagi penelitian lanjutan yang ingin mengeksplorasi lebih dalam mengenai berbagai teknik relaksasi lainnya dalam penanganan nyeri, baik pada pasien fraktur maupun kondisi klinis lainnya. Selain itu, hasil penelitian ini juga dapat digunakan untuk pengembangan intervensi keperawatan yang lebih inovatif dan aplikatif.