

## **BAB I**

### **PENDAHULUAN**

#### **A. Latar Belakang**

Tindakan pembedahan merupakan tindakan medis yang mendatangkan stressor terhadap integritas seseorang. Pembedahan merupakan tindakan pengobatan dengan menggunakan teknik invasif menampilkan bagian tubuh yang akan ditangani melalui sayatan yang diakhiri dengan penutupan serta penjahitan luka. Berdasarkan data yang diperoleh dari World Health Organization (WHO) dalam (Setiani, L. A., Moerfiah, 2020)

jumlah pasien tindakan operasi mencapai angka peningkatan yang sangat signifikan dari tahun ke tahun. Tercatat ditahun 2021 terdapat 140 juta pasien di seluruh rumah sakit di dunia, sedangkan pada tahun 2022 data mengalami peningkatan sebesar 148 juta jiwa. Tindakan pembedahan menimbulkan nyeri pasien pre operatif di rumah sakit yang dilaporkan terlihat pada 60%-80% pasien yang akan menjalani operasi. Kecemasan (anxiety) merupakan respon psikologik dari stress yang disebabkan takut akan hal yang belum diketahuinya, takut hilangnya kontrol/kendali dan ketergantungan kepada orang lain, takut akan kecacatan serta perubahan dalam citra tubuh normal. Menurut banyak penyebab nyeri pre operasi termasuk rasa takut akan

kematian karena anestesi atau prosedur pembedahan, takut akan rasa nyeri intra dan pasca operasi.(Elpiyanti and Simatupang, 2024)

Nyeri merupakan respons tubuh terhadap kerusakan jaringan yang memicu aktivasi sistem saraf otonom. Reaksi fisiologis akibat nyeri dapat berupa peningkatan frekuensi nadi, tekanan darah, respirasi, dilatasi pupil, peningkatan tonus otot, serta keringat dingin. Manifestasi nyeri pada pasien pasca operasi sangat bervariasi, seperti meringis, menangis, mengeluh, hingga menunjukkan perilaku menarik diri karena rasa tidak nyaman yang dirasakan. Nyeri yang tidak dikelola dengan baik dapat berdampak pada proses penyembuhan, meningkatkan risiko komplikasi, dan memperpanjang lama rawat inap (Maria, 2022).

Nyeri pasca operasi yang tidak tertangani juga dapat menyebabkan penggunaan analgesik yang lebih tinggi, gangguan tidur, penurunan imunitas tubuh, serta risiko terjadinya komplikasi seperti infeksi atau keterlambatan penyembuhan luka. Kondisi ini dapat memengaruhi kualitas hidup pasien, memperpanjang waktu pemulihan, bahkan menurunkan kepuasan pasien terhadap perawatan yang diberikan. Beberapa pasien juga mengalami kesulitan mengontrol nyeri, yang berdampak pada peningkatan ketegangan fisik maupun emosional (Wardhana, 2024)

Manajemen nyeri dapat dilakukan melalui terapi farmakologi maupun nonfarmakologi. Terapi farmakologi melibatkan pemberian analgesik sesuai dengan protokol medis, sedangkan terapi nonfarmakologi merupakan metode

pengelolaan nyeri tanpa menggunakan obat-obatan yang memiliki risiko lebih rendah. Menurut Putri dan Wahyuni (2021), teknik relaksasi napas dalam dan terapi Benson merupakan Contoh intervensi nonfarmakologi yang efektif untuk membantu menurunkan intensitas nyeri antara lain teknik distraksi, relaksasi napas dalam, kompres hangat atau dingin, terapi musik, massage ringan, akupresur, dan guided imagery. Intervensi ini bekerja dengan cara memodulasi persepsi nyeri melalui mekanisme fisiologis maupun psikologis, sehingga pasien dapat merasa lebih nyaman tanpa harus bergantung sepenuhnya pada obat analgesik.. Terapi Benson mudah dipahami, dapat dilakukan secara mandiri, dan tidak memerlukan peralatan khusus, sehingga menjadi metode yang praktis dan aman untuk mendukung pengelolaan nyeri pada pasien pasca operasi.

Terapi Benson merupakan salah satu metode relaksasi yang mudah dilakukan untuk membantu mengelola emosi dan meningkatkan ketenangan pikiran. Teknik ini dilakukan dengan menggabungkan pernapasan dalam yang teratur dengan pengulangan kata-kata positif atau doa, sehingga dapat menciptakan kondisi rileks. Saat dilakukan, tubuh akan mengalami penurunan aktivitas saraf simpatis yang memicu pelepasan hormon stres, serta peningkatan aktivitas saraf parasimpatis yang memberikan efek menenangkan. Mekanisme ini membuat tubuh menjadi lebih rileks, menurunkan ketegangan otot, memperlambat denyut jantung, serta menurunkan tekanan darah. Dengan tercapainya keadaan rileks, pasien akan

merasa lebih nyaman dan tingkat nyeri dapat berkurang secara signifikan. Terapi Benson juga dapat meningkatkan perasaan pasrah dan penerimaan diri, sehingga membantu pasien menghadapi prosedur medis dengan lebih tenang (Bening, Faozy and Kusnanto, 2022)..

Berdasarkan Study kasus yang dilakukan oleh (Irawati, Sri Muharni and Utari Christya Wardhani, 2023) terapi Benson terbukti efektif dalam menurunkan tingkat nyeri pada pasien pasca operasi. Terapi ini bekerja melalui mekanisme relaksasi yang memengaruhi sistem saraf otonom dengan cara menurunkan aktivitas saraf simpatis dan meningkatkan aktivitas saraf parasimpatis. Efek tersebut menghasilkan penurunan denyut jantung, tekanan darah, serta ketegangan otot, sehingga pasien merasa lebih rileks dan nyaman. Kondisi relaksasi yang tercapai dapat meningkatkan ambang nyeri, sehingga persepsi nyeri pasien berkurang secara signifikan. Selain itu, terapi Benson juga memberikan manfaat psikologis berupa peningkatan rasa pasrah dan penerimaan diri, yang membantu pasien mengurangi rasa takut dan stres akibat tindakan medis. Kombinasi manfaat fisiologis dan psikologis ini membuat terapi Benson menjadi salah satu intervensi nonfarmakologis yang aman, mudah dipraktikkan, dan efektif untuk manajemen nyeri pasca operasi.

Berdasarkan informasi yang diperoleh dari perawat di RSUD Batang, pada bulan Juli 2025 tercatat sebanyak 28 pasien yang menjalani operasi dengan kasus fraktur. Hasil wawancara dengan beberapa pasien menunjukkan bahwa sebagian besar pasien merasa cemas dan takut menjelang operasi,

terutama karena adanya kekhawatiran terhadap kemungkinan terjadinya kecacatan fisik, rasa nyeri yang tidak tertahankan, serta perubahan pada fungsi tubuh pasca tindakan operasi.

Untuk mengurangi nyeri, pasien fraktur di rumah sakit umumnya diberikan terapi farmakologis berupa analgesik sesuai instruksi dokter, serta dianjurkan untuk beristirahat dengan posisi yang nyaman. Namun, berdasarkan observasi, hasil dari intervensi tersebut belum sepenuhnya optimal. Pasien masih mengeluhkan nyeri dengan intensitas tinggi, bahkan sebagian pasien tampak mengalami gangguan tidur, sulit beristirahat, serta menunjukkan tanda-tanda ketegangan fisik maupun emosional menjelang tindakan operasi. Kondisi ini memperlihatkan bahwa penatalaksanaan nyeri dengan pendekatan farmakologis saja belum cukup membantu pasien fraktur dalam menghadapi prosedur operasi.

Untuk mengatasi nyeri pasca operasi, rumah sakit menerapkan beberapa intervensi standar, antara lain: edukasi praoperatif mengenai prosedur operasi dan perawatan pasca operasi, pendampingan psikologis oleh perawat, pemberian analgesik sesuai kebutuhan, serta teknik relaksasi sederhana. Hasil monitoring pasien menunjukkan bahwa intervensi tersebut mampu menurunkan tingkat nyeri secara moderat, namun beberapa pasien masih melaporkan adanya rasa takut dan ketidaknyamanan akibat nyeri pasca operasi.



Berdasarkan hasil Study kasus sebelumnya, terapi Benson dipilih sebagai intervensi tambahan karena terbukti efektif dalam menurunkan nyeri dan nyeri pasca operasi. Study kasus oleh Benson & Klipper (1975) dan Study kasus terkini oleh Putri et al. (2022) menunjukkan bahwa penerapan teknik relaksasi Benson dapat meningkatkan keadaan relaksasi, menurunkan hormon stres (kortisol), serta memperbaiki mood pasien. Selain itu, terapi ini mudah diajarkan, tidak memerlukan alat khusus, dan dapat dilakukan kapan saja oleh pasien dengan bimbingan minimal dari tenaga kesehatan. Dengan demikian, terapi Benson dipilih sebagai intervensi nonfarmakologis yang praktis, aman, dan efektif untuk menurunkan nyeri serta nyeri pada pasien pasca operasi fraktur di RSUD Batang.

Melihat fenomena tersebut, diperlukan upaya tambahan berupa terapi nonfarmakologis yang aman, mudah dilakukan, dan dapat mendukung efektivitas pengelolaan nyeri. Salah satu metode yang dapat digunakan adalah relaksasi Benson. Terapi Benson merupakan teknik relaksasi yang menggabungkan pernapasan dalam secara teratur dengan pengulangan kata-kata positif atau doa, sehingga menimbulkan efek tenang dan rasa pasrah pada diri pasien. Secara fisiologis, terapi ini menurunkan aktivitas saraf simpatis dan meningkatkan aktivitas saraf parasimpatis, yang berdampak pada penurunan denyut jantung, tekanan darah, serta ketegangan otot. Secara psikologis, pasien akan merasa lebih rileks, berkurang rasa cemasnya, dan dapat menghadapi prosedur operasi dengan lebih tenang.

Dengan demikian, terapi Benson berpotensi tidak hanya menurunkan nyeri, tetapi juga mengurangi nyeri preoperatif pada pasien fraktur, sehingga pasien dapat lebih siap menjalani tindakan pembedahan. Berdasarkan uraian di atas, penulis merasa tertarik untuk meneliti mengenai “Pengaruh Terapi Relaksasi Benson terhadap Penurunan Nyeri Preoperasi pada Pasien Fraktur di RSUD Batang.”

#### B. Rumusan Masalah

Berdasarkan dari uraian yang terdapat dalam latar belakang diatas, dapat dirumuskan masalah Study kasus sebagai berikut apakah Pengaruh Terapi Relaksasi Benson Untuk Menurunkan Rasa Nyeri Pre Operasi Pada Pasien Fraktur”

#### C. Tujuan Study kasus

1. Tujuan Umum Mengetahui Pengaruh Terapi Relaksasi Benson Untuk Menurunkan Rasa Nyeri Pre Operasi Pada Pasien Fraktur DI RSUD Batang
2. Tujuan Khusus
  - a. Mengidentifikasi karakteristik responden Pasien Fraktur DI RSUD Batang
  - b. Mengidentifikasi tingkat nyeri pada pasien pre operatif sebelum diberikan terapi benson
  - c. Mengidentifikasi tingkat nyeri pada pasien pre operatif sesudah diberikan terapi bensin

d. Menganalisis Pengaruh Terapi Relaksasi Benson Untuk Menurunkan  
Rasa Nyeri Pre Operasi Pada Pasien Fraktur DI RSUD Batang

D. Manfaat Studi Kasus

1. Bagi institusi pendidikan

Study kasus ini dapat menjadi sumber wawasan dan pengetahuan tambahan yang berguna sebagai referensi kepustakaan bagi Universitas Widya Husada Semarang. Selain itu, Study kasus ini juga diharapkan memberikan pengetahuan praktis bagi mahasiswa, khususnya mahasiswa dan mahasiswi Fakultas Keperawatan, mengenai penerapan intervensi nonfarmakologis dalam manajemen nyeri pasien pre operasi..

2. Bagi perawat

Study kasus ini diharapkan dapat menjadi masukan dan sumber kritik maupun saran terkait penerapan terapi relaksasi Benson. Hal ini dapat membantu perawat meningkatkan kualitas asuhan keperawatan, khususnya dalam mengelola rasa nyeri dan nyeri pasien pre operasi, serta mendorong penerapan intervensi nonfarmakologis secara tepat dan sistematis.

3. Bagi peneliti

Study kasus ini memberikan bukti ilmiah yang rasional mengenai pengaruh terapi Benson dalam mengurangi nyeri pada pasien pre operasi. Study kasus ini dapat menjadi dasar untuk Study kasus lanjutan mengenai manajemen nyeri dan intervensi relaksasi, sekaligus memberikan kontribusi



bagi pengembangan ilmu keperawatan, khususnya pada bidang manajemen nyeri nonfarmakologis.



