

# IMPLEMENTASI TERAPI BENSON UNTUK MENGURANGI NYERI PADA PASIEN POST OPERASI ORIF RADIUS DISTAL SINISTRA HARI KE 0 DI RSUD WONOSARI

Zidan Setiawan  
NPM 243203024

## ABSTRAK

**Latar Belakang:** Nyeri pasca operasi merupakan masalah signifikan yang dihadapi oleh pasien setelah prosedur bedah, termasuk operasi *Open Reduction and Internal Fixation* (ORIF) pada fraktur radius distal. Manajemen nyeri yang tidak adekuat dapat menghambat pemulihan dan menurunkan kualitas hidup pasien. Terapi non-farmakologis, seperti terapi relaksasi Benson, menawarkan alternatif yang efektif dan aman untuk mengurangi nyeri.

**Tujuan:** Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui efektivitas implementasi terapi relaksasi Benson dalam menurunkan tingkat nyeri pada pasien pasca operasi ORIF radius distal sinistra hari ke-0 di RSUD Wonosari.

**Metode:** Penelitian ini menggunakan metode studi kasus pada seorang pasien laki-laki berusia 66 tahun (Tn. B) yang menjalani operasi ORIF fraktur radius distal sinistra. Pengumpulan data dilakukan melalui wawancara, observasi, dan pengukuran skala nyeri menggunakan *Numeric Rating Scale* (NRS) sebelum dan sesudah intervensi. Intervensi berupa terapi relaksasi Benson yang dikombinasikan dengan zikir, diberikan selama 10-15 menit, beberapa jam setelah operasi.

**Hasil:** Sebelum diberikan intervensi, pasien melaporkan nyeri dengan skala 5 (nyeri sedang). Setelah implementasi terapi relaksasi Benson, skala nyeri pasien mengalami penurunan menjadi 3 (nyeri ringan) pada hari pertama, 2 (nyeri ringan) pada hari kedua, dan 1 (nyeri sangat ringan) pada hari ketiga. Pasien juga melaporkan perasaan lebih tenang, rileks, dan mampu mengelola nyerinya secara mandiri.

**Kesimpulan:** Implementasi terapi relaksasi Benson terbukti efektif dalam menurunkan intensitas nyeri pada pasien pasca operasi ORIF fraktur radius distal sinistra. Terapi ini dapat menjadi intervensi keperawatan komplementer yang bermanfaat dalam manajemen nyeri akut.

**Kata Kunci:** Terapi Relaksasi Benson, Nyeri Akut, Pasca Operasi, Fraktur Radius Distal, Asuhan Keperawatan.

**THE IMPLEMENTATION OF BENSON'S RELAXATION THERAPY TO  
REDUCE PAIN IN POST-OPERATIVE ORIF PATIENTS WITH A LEFT  
DISTAL RADIUS FRACTURE ON DAY 0 AT WONOSARI REGIONAL  
HOSPITAL**

Zidan Setiawan  
NPM 243203024

**ABSTRACT**

**Background:** Post-operative pain is a significant problem for patients following surgical procedures, including Open Reduction and Internal Fixation (ORIF) for distal radius fractures. Inadequate pain management can impede recovery and reduce the patient's quality of life. Non-pharmacological therapies, such as Benson's relaxation therapy, offer an effective and safe alternative for pain reduction.

**Objective:** This study aimed to determine the effectiveness of implementing Benson's relaxation therapy in reducing pain levels in a patient on day 0 post-ORIF surgery for a left distal radius fracture at Wonosari Regional Hospital.

**Method:** This research employed a case study method involving a 66-year-old male patient (Mr. B) who underwent ORIF surgery for a left distal radius fracture. Data was collected through interviews, observation, and pain scale measurements using the Numeric Rating Scale (NRS) before and after the intervention. The intervention consisted of Benson's relaxation therapy combined with remembrance (dhikr), administered for 10-15 minutes, several hours after the surgery.

**Results:** Before the intervention, the patient reported a pain score of 5 (moderate pain). Following the implementation of Benson's relaxation therapy, the patient's pain score decreased to 3 (mild pain) on the first day, 2 (mild pain) on the second day, and 1 (very mild pain) on the third day. The patient also reported feeling calmer, more relaxed, and better able to manage his pain independently.

**Conclusion:** The implementation of Benson's relaxation therapy was proven effective in reducing pain intensity in a patient after ORIF surgery for a distal radius fracture. This therapy can serve as a beneficial complementary nursing intervention for acute pain management.

**Keywords:** Benson's Relaxation Therapy, Acute Pain, Post-Operative, Distal Radius Fracture, Nursing Care.