



## Studi Kasus

# Penurunan Intensitas Skala Nyeri Pasien Appendiks Post Appendiktomi Menggunakan Teknik Relaksasi Benson

Siti Waisani<sup>1</sup>, Khoiriyah Khoiriyah<sup>2</sup>

<sup>1,2</sup> Program Studi Pendidikan Profesi Ners, Fakultas Ilmu Keperawatan dan Kesehatan, Universitas Muhammadiyah Semarang

### Informasi Artikel

#### Riwayat Artikel:

- Submit 27 Februari 2020
- Diterima 21 Juli 2020

#### Kata kunci:

Post Appendectomy; Pain Scale; Benson's Relaxation Technique

### Abstrak

Based on the survey in Dr.Kariadi Hospital Semarang at Rajawali 2A Room was found 26 patients who underwent an appendectomy in July 2019. An appendectomy is an act of surgically removing the appendix. The response that arises after the appendectomy is pain. The pain is an unpleasant and very individual sensation that cannot be shared with others. Benson's relaxation technique is a therapy to relieve pain by trying to focus attention on a focus by saying the sentence that has been chosen repeatedly. To be able to apply nursing care for patients with post-appendectomy acute pain. The sampling technique used the inclusion and exclusion criteria that had been determined. The sample was 2 people. Benson's relaxation technique was performed before giving analgesics with a duration of 15 minutes every day for three days on 31 July-02 August 2019. Before and after Benson relaxation techniques were given, the pain scale was measured with a Numeric Rating Scale (NRS). The result obtained was the client experienced a decrease in the intensity of the pain scale with mild pain results, vital signs in the normal range; the client's expression seemed calm and relaxed. Benson relaxation techniques can reduce the intensity of the pain scale in patients of post-appendectomy.

## PENDAHULUAN

Appendektomi adalah pembedahan atau operasi pengangkatan apendiks (Haryono, 2012). Appendektomi merupakan pengobatan melalui prosedur tindakan operasi hanya untuk penyakit apendisitis atau penyingkiran/pengangkatan usus buntu yang terinfeksi. Appendektomi dilakukan sesegera mungkin untuk menurunkan risiko perforasi lebih lanjut seperti peritonitis atau abses (Marijata dalam Pristahayuningtyas, 2015).

Nyeri adalah sensasi yang tidak menyenangkan dan sangat individual yang tidak dapat dibagi kepada orang lain. Nyeri

dapat memenuhi seluruh pikiran seseorang, mengatur aktivitasnya, dan mengubah kehidupan orang tersebut (Berman & Koziar 2010). Stimulus nyeri dapat berupa stimulus yang bersifat fisik atau mental, sedangkan kerusakan dapat terjadi pada jaringan aktual atau pada fungsi ego individu (Potter & Perry, 2010).

Tindakan untuk mengatasi nyeri dengan terapi non farmakologi mencakup pendekatan secara fisik dan perilaku kognitif. Tujuan pendekatan secara fisik, agar nyeri berkurang, memperbaiki disfungsi fisik, mengubah respon fisiologis, serta mengurangi ketakutan yang berhubungan dengan imobilitas terkait

Corresponding author:

Siti Waisani

sitiwaisani@gmail.com

Ners Muda, Vol 1 No 1, April 2020

e-ISSN:

DOI: 10.26714/nm.v1i1.5488

nyeri. Perilaku kognitif memiliki tujuan untuk mengubah persepsi dan perilaku pasien terhadap nyeri, serta mengajarkan pasien untuk mengontrol nyeri lebih baik seperti menggunakan distraksi dengan tepat, berdoa, mendengarkan musik, pemberian relaksasi nafas dalam serta pemberian relaksasi imajinasi terbimbing (Perry & Potter, 2010).

Salah satu penatalaksanaan nyeri non farmakologi pada pasien post operasi adalah teknik rileksasi benson (Warsono et al., 2019). Dari hasil penelitian menyimpulkan bahwa teknik relaksasi benson dapat menurunkan skala nyeri pada pasien Post Operasi apendiksitis dari hasil penelitian dan beberapa hasil penelitian yang telah dipaparkan diatas yaitu setelah diberikan teknik relaksasi benson, sebagian besar skala nyeri mengalami perubahan yang signifikan dengan menurunnya skala nyeri menjadi skala nyeri ringan. Selain itu, teknik relaksasi benson dapat digunakan dimana saja tanpa mengganggu aktivitas yang lainnya (Rasubala et al., 2017). Relaksasi *benson* efektif untuk mengurangi nyeri pasca bedah. Relaksasi Benson dikembangkan dari metode respons relaksasi dengan melibatkan factor keyakinan (*faith factor*). Pasien melakukan relaksasi dengan mengulang kata atau kalimat yang sesuai dengan keyakinan responden sehingga menghambat impuls *noxious* pada system kontrol *descending* (*gate control theory*) dan meningkatkan kontrol terhadap nyeri (Data dkk, 2018).

Hasil penelitian tentang Pengaruh Tehnik Relaksasi Benson Terhadap penurunan Skala Nyeri Post Appendiktomi di RSUD Porsea didapatkan hasil analisa uji *t* pre eksperimen dan post eksperimen kelompok intervensi diperoleh nilai  $p=0.000$ , yang berarti nilai  $p < 0.05$  maka dapat disimpulkan ada perbedaan perbedaan skala nyeri post Appendixtomy di RSUD Porsea setelah dilakukan Teknik Relaksasi Benson (Manurung, 2019). Hasil Penelitian tentang Pengaruh Teknik Relaksasi Benson Terhadap Intensitas Nyeri *Post Sectio*

*Caesarea* Di Rsud Sumedang menunjukkan nilai median intensitas nyeri sebelum Teknik Relaksasi Benson 3,00 dan sesudah Teknik Relaksasi Benson 1,00. Berdasarkan hasil uji *Wilcoxon* didapatkan nilai  $p\text{-value}$   $0,000 < \alpha$  (0,05) sehingga dapat disimpulkan terdapat pengaruh terapi Relaksasi Benson terhadap intensitas nyeri pada pasien *Post Sectio Caesarea* (Edy Susanto, 2019).

Penelitian lain menyatakan bahwa nyeri pada ibu *pasca section caesarea* dengan menggunakan relaksasi benson lebih efektif untuk menurunkan skor nyeri dengan hasil uji statistika dengan menggunakan uji *Wilcoxon* didapatkan nilai  $p\text{ value}$  nyeri 0,000 berarti  $p\text{ value} < 0,05$  maka  $H_0$  ditolak (Anggara Ista Putra, 2018). Hasil penelitian tentang Pengaruh Terapi Relaksasi Benson Terhadap Intensitas Nyeri Pasien Post Operasi Benigna Prostat Hyperplasia didapatkan nilai  $p\text{ value}$  0,000 dimana  $p < \alpha$  (0,05) maka  $H_a$  diterima. Maka dapat disimpulkan bahwa ada pengaruh pemberian terapi relaksasi benson terhadap intensitas nyeri pasien post operasi benigna prostat hyperplasia di ruang Kamboja RSUD Kabupaten Buleleng (Dewi & Astriani, 2016).

Insiden appendicitis pada tahun 2018 mencapai 7 dari populasi penduduk dunia. Di Amerika Serikat appendicitis merupakan kedaruratan bedah abdomen yang paling sering dilakukan, dengan jumlah penderita pada tahun 2017 sebanyak 734.138 orang dan meningkat pada tahun 2018 yaitu sebanyak 739.177 orang (WHO, 2018). Hasil survey pada tahun 2018 Angka kejadian apendiktitis di sebagian besar wilayah indonesia hingga saat ini masih tinggi. Di Indonesia, jumlah pasien yang menderita penyakit apendiksitis berjumlah sekitar 7% dari jumlah penduduk di Indonesia atau sekitar 179.000 orang. Dari hasil Survey Kesehatan Rumah Tangga (SKRT) di indonesia, apendisitis akut merupakan salah satu penyebab dari akut abdomen dan beberapa indikasi untuk dilakukan operasi kegawatdaruratan

abdomen. Insidens apendiksitis di Indonesia menempati urutan tertinggi di antara kasus kegawatan abdomen lainnya (Depkes, 2018). Jawa Tengah tahun 2018, jumlah kasus apendiksitis dilaporkan sebanyak 5.980 dan 177 diantaranya menyebabkan kematian. Jumlah penderita apendiksitis tertinggi ada di Kota Semarang, yakni 970 orang. Hal ini mungkin terkait dengan diet serat yang kurang pada masyarakat modern (Dinkes Jateng, 2018). Berdasarkan hasil survey di RSUP Dr. Kariadi Semarang, tepatnya di Ruang Rajawali 2A terdapat sebanyak 26 pasien yang melakukan operasi appendiktomi pada bulan Juli 2019. Tujuan dari studi kasus ini yaitu mahasiswa mampu melakukan penerapan asuhan keperawatan pada pasien apendiks post appendiktomi dengan nyeri akut di ruang Rajawali 2A RSUP Dr. Kariadi Semarang.

## **METODE**

Studi ini merupakan jenis studi Kuantitatif dengan desain studi kasus menggunakan pendekatan asuhan keperawatan. Teknik pengambilan Sampel menggunakan kriteria inklusi dan kriteria eksklusi yang telah ditentukan. Sampel yang digunakan sebanyak 2 orang pasien apendiks post apendiktomi di Ruang Rajawali 2A RSUP Dr. Kariadi Semarang. Teknik relaksasi Benson dilakukan sebelum pemberian analgesik dengan durasi 15 menit setiap hari selama tiga hari pada tanggal 31 Juli – 02 Agustus 2019. Sebelum dan sesudah diberikan teknik relaksasi Benson dilakukan pengukuran skala nyeri dengan *Numeric Rating Scale* (NRS).

## **HASIL**

Studi kasus ini di mulai dari tanggal 31 Juli 2019 sampai dengan tanggal 3 Agustus 2019 di Ruang Instalasi Gawat Darurat (IGD) Rumah Sakit Roemani Muhammadiyah Semarang.

Berdasarkan tabel 1 dan gambar 1 menunjukkan bahwa terapi teknik relaksasi

benson dapat menurunkan intensitas skala nyeri pada pasien post appendiktomi dimana dalam asuhan keperawatannya adalah sebagai berikut:

### **Pasien Pertama:**

Pasien pertama mengatakan nyeri pada saat bergerak/aktivitas, Q: nyeri terasa seperti ditusuk – tusuk, R : nyeri terasa pada bagian post appendiktomi perut kanan bagian bawah, S : skala nyeri 5, T : Hilang timbul selama 5 menit. Pasien tampak meringis, tampak menahan sakit, tampak mengerutkan dahi dan pasien tampak memegang area yang sakit. TD130/90, N 98x/menit, RR 16x/menit, S37°C. Dari hasil pengkajian tersebut didapatkan diagnosa Keperawatan: Nyeri Akut b.d agen pencedera fisik (prosedur operasi) setelah ditemukan diagnosa keperawatan dilanjutkan intervensi serta implemmentasi pengukuran vital sign, mengidentifikasi lokasi, karakteristik, durasi, skala, frekuensi, kualitas dan intensitas nyeri, mengidentifikasi respon nyeri non verbal, memberikan terapi non farmakologi (terapi teknik relaksasi benson) serta kolaborasi dalam pemberian analgetik (ketorolac 30mg/8 jam). Untuk evaluasi dari tindakan pada tanggal 31 Juli sampai dengan 2 Agustus 2019 keluhan nyeri berangsur angsur hilang yang sebelumnya 5 sekarang tidak dikeluhkan nyeri lagi.

### **Pasien kedua:**

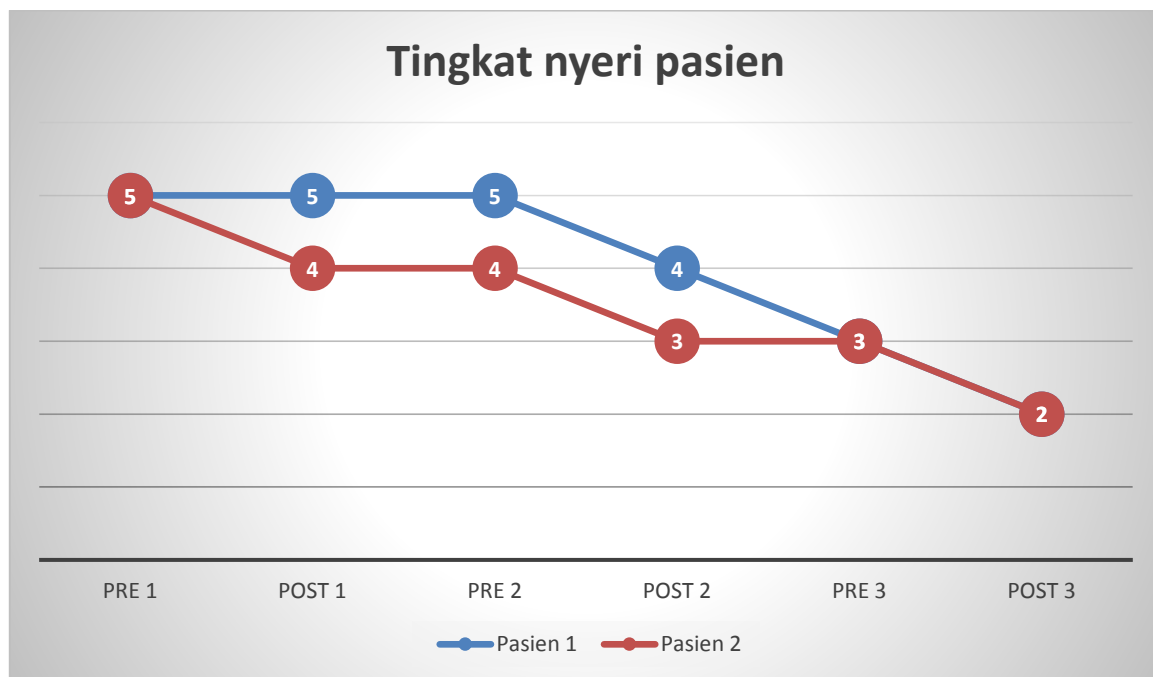
Pasien kedua pasien mengatakan nyeri pada saat bergerak/aktivitas, Q: nyeri terasa seperti ditusuk – tusuk, R: nyeri terasa pada bagian post appendiktomi perut kanan bagian bawah, S: skala nyeri 5, T: Hilang timbul selama 5 menit. Pasien tampak meringis, tampak menahan sakit, tampak mengerutkan dahi dan pasien tampak memegang area yang sakit. TD 128/90, N 94x/menit, RR. Dari hasil pengkajian tersebut didapatkan diagnosa Keperawatan : Nyeri Akut b.d agen pencedera fisik (prosedur operasi) setelah ditemukan diagnosa keperawatan

dilanjutkan intervensi serta implemementasi pengukuran vital sign, mengidentifikasi lokasi, karakteristik, durasi, skala, frekuensi, kualitas dan intensitas nyeri, mengidentifikasi respon nyeri non verbal, memberikan terapi non farmakologi (terapi teknik relaksasi benson) serta kolaborasi

dalam pemberian analgetik (ketorolac 30mg/8 jam IV dan PCT 500mg/8 jam Oral). Untuk evaluasi dari tindakan pada tanggal 31 Juli sampai dengan 2 Agustus 2019 keluhan nyeri berangsur angsur hilang yang sebelumnya 5 sekarang tidak dikeluhkan nyeri lagi.

Tabel 1  
Perbandingan Skala Nyeri dan Tanda - Tanda Vital Sebelum dan Sesudah dilakukan Terapi Teknik Relaksasi Benson pada Pasien Post Appendiktomi

Pasien	Hari ke-1		Hari ke-2		Hari ke-3	
	Pre	Post	Pre	Post	Pre	Post
	TTV	TTV	TTV	TTV	TTV	TTV
1	TD 130/87 mmHg, N 98x/m, RR 16x/m	TD 130/85 mmHg, N 96x/m, RR 16x/m	TD 128/85 mmHg, N 92x/m, RR 16x/m	TD 126/85 mmHg, N 88x/m, RR 16x/m	TD 120/82 mmHg, N 80x/m, RR 16x/m	TD 120/80 mmHg, N 78x/m, RR 16x/m
2	TD 125/90 mmHg, N 92x/m, RR 16x/m	TD 123/85 mmHg, N 92x/m, RR 16x/m	TD 120/87,5 mmHg, N 90x/m, RR 16x/m	TD 120/80 mmHg, N 86x/m, RR 16x/m	TD 120/80 mmHg, N 82x/m, RR 16x/m	TD 120/80 mmHg, N 80x/m, RR 16x/m



Gambar 1 perubahan nyeri pasien

**PEMBAHASAN**

**Pengkajian**

Setelah dilakukan pengkajian pada tanggal 31 Juli 2019 pukul 08.00 WIB, **pasien pertama** mengeluh nyeri perut kanan bawah, P : Pasien mengeluh nyeri pada saat bergerak/aktivitas, Q : Nyeri seperti ditusuk - tusuk, R : nyeri pada bagian post operasi perut kanan bawah, S : skala nyeri 5, T :

Hilang timbul selama 5 menit. Kesadaran composmentis, GCS 15 (E4,V5,M6), TD 130/90 mmHg, N 98x/menit, RR 16x/menit, S : 37°C, tampak lemah, pasien tampak meringis, pasien tampak menahan sakit, tampak mengerutkan dahi dan pasien tampak memegang area yang sakit, konjungtiva ananemis, reaksi pupil +/+, pupil isokor 2mm/2mm, CRT < 2 detik, terpasang infuse RL 20 tpm dan terpasang kateter/DC. Setelah saat dilakukan

pengkajian pada tanggal 31 Juli 2019 pukul 09.00 WIB, **Pasien kedua** mengeluh nyeri perut kanan bawah, P : Pasien mengeluh nyeri pada saat bergerak/aktivitas, Q : Nyeri seperti ditusuk - tusuk, R : Nyeri pada bagian post operasi perut kanan bawah, S : skala nyeri 5, T : Hilang timbul selama 5 menit. Kesadaran composmentis, GCS 15 (E4,V5,M6), TD 128/90 mmHg, N 94x/menit, RR 16x/menit, S : 37°C, tampak lemah, pasien tampak meringis, pasien tampak menahan sakit, tampak mengerutkan dahi dan lien tampak memegang area yang sakit, konjungtiva ananemis, reaksi pupil +/-, pupil isokor 2mm/2mm, CRT < 2 detik, terpasang infuse RL 20 tpm dan terpasang kateter/DC.

Pasien yang menjalani operasi appendiktomi pada umumnya mengeluh nyeri pada luka operasi yang akan bertambah saat digerakkan atau ditekan dan umumnya berkurang setelah diberi obat dan diistirahatkan. Nyeri dirasakan seperti ditusuk - tusuk dengan skala nyeri lebih dari lima (0-10). Nyeri akan terlokalisasi didaerah operasi dan pada umumnya menetap sepanjang hari (Bararah dan Jauhar, 2013). Data - data pengkajian yang terdapat pada pasien sejalan dengan gejala dan tanda mayor nyeri akut yaitu subjektif: mengeluh nyeri, objektif: tampak meringis, frekuensi nadi meningkat dan sulit tidur. Serta gejala dan tanda minor yaitu objektif : tekanan darah meningkat (SDKI, 2017).

Menurut penulis, pada pengkajian studi kasus ini penulis menemukan kesamaan pada keluhan utama yang dialami oleh kedua pasien, yaitu sama - sama mengeluh nyeri pada bagian post operasi perut kanan bawah. Dari semua keluhan yang dirasakan oleh kedua pasien merupakan gejala dari post operasi appendicitis, penyakit ini disebabkan karena adanya insisi atau lesi karena proses pembedahan yang mengakibatkan kerusakan integritas jaringan. Sehingga penulis menarik kesimpulan bahwa fakta sejalan dengan teori yang ada.

## Data Pemeriksaan Fisik

Hasil pemeriksaan fisik pada **pasien pertama** didapatkan, pemeriksaan abdomen, Inspeksi : **Terdapat luka post appendiktomi terbalut kassa pada perut kanan bawah kurang lebih 5cm, balutan tampak basah**, Auskultasi : Bising usus 15x/menit, Perkusi : tympani, Palpasi : Adanya nyeri tekan dan nyeri lepas skala 5 pada perut kanan bawah. Dan hasil pemeriksaan fisik pada **pasien kedua** didapatkan pemeriksaan abdomen, Inspeksi : **Terdapat luka post appendiktomi terbalut kassa pada perut kanan bawah kurang lebih 5cm, balutan tampak basah**, Auskultasi : Bising usus 12x/menit, Perkusi : tympani, Palpasi : Adanya nyeri tekan dan nyeri lepas skala 5 pada perut kanan bawah.

Penyembuhan luka dipengaruhi oleh beberapa faktor yaitu usia, nutrisi, cara perawatan luka yang benar. Luka pada post operasi akan mengalami penyembuhan dengan benar jika nutrisi tubuh tercukupi dan perawatan luka dilakukan dengan teknik steril (Potter & Perry, 2010).

Menurut penulis pada pengkajian studi kasus ini, penulis menemukan kesamaan adanya luka post appendiktomi terbalut kassa pada perut kanan bawah kurang lebih 5cm dan balutan tampak basah. Kedua pasien mengalami nyeri diperut akibat agen injuri fisik perlukaan operasi. Luka akan mengering sesuai dengan proses penyembuhan luka dengan tetap mempertahankan teknik steril dalam perawatan luka.

## Analisis Diagnosa Keperawatan

Berdasarkan data - data yang penulis dapatkan dari pengkajian kedua pasien yaitu mengarah pada penegakkan diagnose keperawatan nyeri akut berhubungan dengan agen pencedera fisik (prosedur operasi). Nyeri Akut adalah pengalaman sensorik atau emosional yang berkaitan dengan kerusakan jaringan actual atau

fungsional, dengan onset mendadak atau lambat dan berintensitas ringan hingga berat yang berlangsung kurang dari 3 bulan (SDKI, 2017).

Penulis memprioritaskan masalah keperawatan nyeri akut berhubungan dengan agen pencedera fisik (prosedur operasi) karena penulis menemukan adanya data subyektif : Pasien mengeluh nyeri, P : nyeri saat bergerak/aktivitas, Q: nyeri terasa seperti ditusuk – tusuk, R : nyeri terasa pada bagian post operasi/appendektomi perut kanan bagian bawah, S : skala nyeri 5, T : hilang timbul selama 5 menit. Data obyektif : Pasien tampak meringis, pasien tampak menahan sakit, tampak mengerutkan dahi, pasien tampak memegang area yang sakit. Hal ini sesuai dengan tinjauan teori yang dikemukakan oleh William & Wilkins (2011) bahwa tanda dan gejala pada pasien post operasi appendicitis yaitu nyeri perut pada bagian kanan bawah serta pada pengkajian keluhan utama nyeri dirasakan seperti ditusuk – tusuk. Penulis mengangkat diagnosa keperawatan nyeri akut berhubungan dengan agen pencedera fisik (prosedur operasi) karena antara teori dan data pengkajian yang ditemukan penulis telah sesuai, sehingga diagnosa tersebut sudah tepat untuk diangkat diagnosa.

### **Analisis Intervensi Keperawatan**

Pembahasan dari intervensi yang meliputi tujuan, kriteria hasil dan tindakan yaitu pada diagnosa keperawatan : Nyeri akut berhubungan dengan agen pencedera fisik (prosedur operasi). Pada kasus Nn. L dan Nn.M penulis melakukan rencana tindakan selama 3x7 jam diharapkan masalah nyeri akut dapat teratasi dengan kriteria hasil : Pasien menunjukkan ekspresi wajah rileks, pasien dapat tidur atau beristirahat secara adekuat, pasien menyatakan nyerinya berkurang 0 – 3, pasien tidak mengeluh kesakitan. Level indikator yang menjadi target pencapaian intervensi adalah observasi tanda - tanda vital dan skala nyeri.

Intervensi yang dilakukan adalah Monitor vital sign, untuk mengetahui keadaan umum pasien dan menentukan intervensi yang tepat. Identifikasi lokasi, karakteristik, durasi, skala, frekuensi, kualitas dan intensitas nyeri, mengindikasikan kebutuhan untuk intervensi dan juga tanda - tanda perkembangan/resolusi komplikasi. Identifikasi respon nyeri non verbal, untuk mengetahui adanya keluhan nyeri. Berikan terapi non farmakologi (terapi teknik relaksasi benson), untuk membantu mengurangi nyeri. Kolaborasi dalam pemberian analgetik, untuk mengurangi nyeri yang dirasakan (SIKI, 2018).

Berdasarkan penelitian yang telah dilakukan di RSUP. Prof. Dr. R.D. Kandou Manado dan RS TK III R.W. Mongosidi Telling Manado ditemukan bahwa terdapat pengaruh yang signifikan pada teknik relaksasi Benson terhadap skala nyeri pada pasien post operasi apendiksitis (Rasubala et al., 2017). Maka penulis juga melakukan intervensi yang sama kepada Nn.L dan Nn.M dengan tujuan untuk mengetahui apakah ada kesamaan hasil ataukah ada perbedaan hasil antara jurnal dengan tindakan nyata yang dilakukan oleh penulis. Setelah membaca dan menganalisa jurnal, penulis akhirnya melakukan intervensi kepada Nn. L dan Nn. M yang mengalami nyeri akut post appendektomi di rawat inap bedah wanita Rajawali 2A RSUP Dr. Kariadi Semarang. Penulis memilih untuk melakukan terapi relaksasi benson untuk mengurangi nyeri akut dengan skala 5/nyeri sedang. Terapi relaksasi benson dilakukan pada tanggal 31 Juli – 02 Agustus 2019. Kegiatan ini dilakukan selama tiga hari, dalam 2 kali implementasi sehari pada setiap kasus 1 dan kasus 2. Terapi relaksasi benson diberikan sebelum pemberian analgetik. Sebelum dan sesudah diberikan teknik relaksasi Benson dilakukan pengukuran skala nyeri dengan *Numeric Rating Scale* (NRS).

Alasan penulis mengambil intervensi terapi teknik relaksasi benson yaitu karena

hormon endorfin dan enkefalin ini adalah zat kimiawi endogen yang berstruktur seperti opioid, yang mana endorfin dan enkefalin dapat menghambat impuls nyeri dengan memblokir transmisi impuls didalam otak dan medulla spinalis (Smaltzer and Bare, 2014), dan dengan mengulang kata atau kalimat yang sesuai dengan keyakinan responden dapat menghambat impuls noxious pada system kontrol descending (gate control theory) dan meningkatkan kontrol terhadap rata-rata skor nyeri. Relaksasi benson lebih efektif menurunkan nyeri pasca bedah, hal ini dikarenakan relaksasi benson menghambat aktifitas saraf simpatik yang mengakibatkan penurunan terhadap konsumsi oksigen oleh tubuh dan selanjutnya otot-otot tubuh menjadi rileks sehingga menimbulkan perasaan tenang dan nyaman. Keuntungan dari relaksasi Benson selain mendapatkan manfaat dari relaksasi juga mendapatkan kemanfaatan dari penggunaan keyakinan seperti menambah keimanan dan kemungkinan akan mendapatkan pengalaman transendensi. Individu yang mengalami ketegangan dan kecemasan yang bekerja adalah sistem saraf simpatis, sedangkan pada waktu relaksasi yang bekerja adalah sistem saraf parasimpatis, dengan demikian relaksasi dapat menekan rasa tegang, cemas, insomnia, dan nyeri (Datuk, 2018). Menurut penulis intervensi keperawatan pada pasien pertama dan pasien kedua meliputi kelengkapan data serta data penunjang lainnya dan dilakukan menurut kondisi pasien, sehingga penulis tidak menemukan adanya kesenjangan antara teori dan praktik.

### **Analisis Implementasi Keperawatan**

Berdasarkan penelitian yang telah dilakukan di RSUP. Prof. Dr. R.D. Kandou Manado dan RS TK III R.W. Mongosidi Telling Manado ditemukan bahwa terdapat pengaruh yang signifikan pada teknik relaksasi Benson terhadap skala nyeri pada pasien post operasi apendiksitis (Rasubala et al., 2017). Hasil penelitian didapatkan Perhitungan statistik uji t berpasangan

dengan kepercayaan 95% terdapat perbedaan bermakna dengan  $p$  value 0,000. Terdapat pengaruh intervensi teknik relaksasi Benson untuk mengurangi nyeri pada pasien post operasi seksio sesaria (Batubara et al., 2016). Penelitian lain menyatakan ada pengaruh penurunan intensitas nyeri setelah diberikan teknik relaksasi benson Kesimpulan menunjukkan ada pengaruh yang signifikan pada pemberian teknik relaksasi benson terhadap penurunan intensitas nyeri pasien *post section caesarea* (Warsono et al., 2019). Hasil dari penelitian yang dilakukan menunjukkan nilai  $p$ -value sebesar 0,005 dengan  $\alpha$  (0,05). Oleh karena itu bisa diambil kesimpulan jika pemberian terapi relaksasi tehnik benson mampu mempengaruhi turunnya intensitas nyeri pada ibu post seksio sesarea (Yanti & Efi, 2018).

Menurut penulis, implementasi keperawatan yang diberikan pada pasien pertama dan pasien kedua hampir sama, hanya pemberian terapi farmakologi analgetik yang berbeda. Terapi farmakologi yang diberikan pada pasien pertama yaitu terapi analgetik ketorolac 30mg, sedangkan pada pasien kedua diberikan terapi analgetik ketorolac 30mg dan PCT 500mg. Terapi non farmakologi yang diberikan pada pasien pertama dan pasien kedua adalah terapi teknik relaksasi benson. Kesimpulan dan Analisa data yang didapat dari implementasi selama tiga hari. Kedua pasien mau dan mampu melakukan teknik relaksasi benson secara mandiri. Dan hasil yang didapat terapi relaksasi benson dapat menurunkan intensitas skala nyeri post appendiktomi, dari skala sedang menjadi skala ringan dengan skala nyeri 2.

Formula-formula tertentu yang dibaca berulang-ulang dengan melibatkan unsur keyakinan, keimanan terhadap agama, dan kepada Tuhan yang disembah akan menimbulkan respon relaksasi yang lebih kuat dibandingkan dengan relaksasi tanpa melibatkan unsur keyakinan terhadap hal-hal tersebut. Selain itu, efek penyembuhan

dari formula-formula seperti itu tidak terbatas pada penyembuhan tekanan darah tinggi dan penyakit jantung, ataupun kecemasan saja, tetapi pada tingkat mampu menghilangkan rasa nyeri (Solehati 2015).

### Analisis Evaluasi Keperawatan

Studi kasus yang dilakukan selama tiga hari dan enam kali pertemuan/implementasi dapat mengevaluasi hasil dari intervensi teknik relaksasi benson, sebelum tindakan intervensi teknik relaksasi benson. Kedua pasien mengatakan nyeri saat bergerak/aktivitas, nyeri terasa seperti ditusuk - tusuk, nyeri terasa pada bagian post operasi/appendektomi perut kanan bagian bawah, skala nyeri 5, nyeri terasa hilang timbul selama 5 menit. Hasil observasi kesadaran composmentis, Setelah dilakukan tindakan intervensi teknik relaksasi Benson didapat kedua pasien mengalami penurunan intensitas skala nyeri dengan hasil nyeri ringan, tanda-tanda vital dalam rentang normal, ekspresi pasien tampak tenang dan rileks. Pada kasus 1 dan 2, pasien mengalami nyeri akut post appendektomi. Diberikan terapi non - farmakologis yaitu teknik relaksasi benson dengan level indikator target pencapaian yaitu observasi tanda-tanda vital dan skala nyeri. **Pasien kedua** lebih cepat mengatakan nyeri ringan pada hari pertama pertemuan kedua dibandingkan **Pasien pertama** yang mengatakan nyeri ringan pada hari kedua pertemuan keempat, disebabkan karena **Pasien kedua** lebih sering berlatih teknik relaksasi Benson dibandingkan **Pasien pertama**. Hal ini juga dapat dikarenakan oleh peningkatan spiritual pada **Pasien kedua** yang mempersepsikan hubungan dengan Sang Pencipta atau kekuatan spiritualitas membantu mereka mengatasi rasa sakit dan sebagai sumber kebahagiaan, koneksi dan makna hidup.

Mendoakan adalah bagian dari terapi spiritualitas yang merupakan tindakan untuk mengurangi rasa sakit. Keyakinan kepada Yang Maha Kuasa bisa ampuh

mengobati seperti halnya obat - obatan. Aktivitas berdoa/mendoakan merupakan sumber yang efektif untuk mengatasi stress dan kecemasan serta nyeri yang ditandai dengan fungsi kardiovaskuler yang stabil, relaksasi otot serta suasana hati yang lebih damai dan tenang (Potter & Perry, 2010).

Selain itu hal tersebut sejalan dengan penelitian yang berjudul Pengaruh Teknik Relaksasi terhadap skala nyeri pada pasien Post Operasierasi di RSUP Prof Dr R.D Manado, menyatakan bahwa terdapat pengaruh yang signifikan pada teknik relaksasi benson terhadap skala nyeri pada pasien Post Operasi Appendisitis di Prof Dr R.D Manado dengan hasil menunjukkan terjadinya penurunan skala nyeri yang dipertegas oleh hasil nilai tengah yang sebelumnya 6,50 menjadi 3,00 serta interpretasi berubah dari nyeri sedang berubah menjadi nyeri ringan (Rasubala et al., 2017). Hasil studi kasus ini sejalan dengan penelitian yang menyatakan nilai *p value* sebesar  $0,000 < 0,05$  yang berarti  $H_0$  ditolak sedangkan  $H_a$  diterima, sehingga disimpulkan Ada pengaruh terapi relaksasi Benson terhadap skala nyeri pada pasien post operasi Benigna Prostat Hiperplasia (Arifianto et al., 2019). Penelitian lain menyatakan terapi kombinasi relaksasi Benson dan pemberian analgesik dapat mengurangi intensitas nyeri pada pasien paska tindakan TURP (Sueb, 2016). Hal tersebut dapat membuktikan bahwa penatalaksanaan non - farmakologis tindakan teknik relaksasi benson dapat menurunkan skala nyeri pada pasien pasca bedah Appendektomi.

Hasil studi kasus ini sejalan dengan teori yang menyatakan hormon endorfin dan enkefalin ini adalah zat kimiawi endogen yang berstruktur seperti opioid, yang mana endorfin dan enkefalin dapat menghambat impuls nyeri dengan memblok transmisi impuls didalam otak dan medulla spinalis (Smaltzer and Bare, 2014), dan dengan mengulang kata atau kalimat yang sesuai dengan keyakinan responden dapat menghambat impuls noxious pada system



kontrol descending (gate control theory) dan meningkatkan kontrol terhadap rata-rata skor nyeri. Relaksasi benson lebih efektif menurunkan nyeri pasca bedah (Datak, 2018), hal ini dikarenakan relaksasi benson menghambat aktifitas saraf simpatik yang megakibatkan penurunan terhadap konsumsi oksigen oleh tubuh dan selanjutnya otot-otot tubuh menjadi rileks sehingga menimbulkan perasaan tenang dan nyaman (Potter & Perry, 2010).

## SIMPULAN

Pasien memiliki keluhan utama nyeri pada perut kanan bagian bawah karena luka post operasi *appendiktomi*. Diagnosa Keperawatan utama pasien adalah nyeri akut berhubungan dengan agen pencedera fisik (prosedur operasi). Intervensi yang dilakukan pada kedua pasien adalah terapi non – farmakologis yaitu teknik relaksasi benson dengan level indicator target pencapaian yaitu observasi tanda-tanda vital dan skala nyeri. Impementasi yang dilakukan penulis pada nyeri akut berhubungan dengan agen pencedera fisik (prosedur operasi). Kegiatan ini dilakukan selama tiga hari, dalam 2 kali implementasi sehari pada kedua pasien. Terapi relaksasi benson diberikan sebelum pemberian analgetik. Sebelum dan sesudah diberikan teknik relaksasi Benson dilakukan pengukuran skala nyeri dengan *Numeric Rating Scale* (NRS). Hasil evaluasi yang didapat pada kedua pasien yaitu pasien mengalami penurunan intensitas skala nyeri dengan hasil nyeri ringan, tanda-tanda vital dalam rentang normal, ekspresi pasien tampak tenang dan rileks. Pasien kedua lebih cepat mengatakan nyeri ringan pada hari pertama pertemuan kedua dibandingkan pasien pertama yang mengatakan nyeri ringan pada hari kedua pertemuan keempat, disebabkan karena pasien kedua sering berlatih teknik relaksasi Benson dibandingkan pasien pertama.

## UCAPAN TERIMAKASIH

Peneliti mengucapkan terimakasih kepada semua pasien yang telah bersedia menjadi subjek studi kasus. Peneliti juga mengucapkan terimakasih kepada semua pihak yang telah membantu dalam penyelesaian artikel ini.

## REFERENSI

- Anggara Ista Putra. (2018). Efektifitas Relaksasi Benson Terhadap Penurunan Nyeri Pasien Pasca Sectio Caesarea. 3(32), 1–44.
- Anonim. (2011). Formularium Rsud Prof. Dr. Margono Soekarjo Purwokerto. Panitia Farmasi Dan Terapi Rsud Prof. Dr. Margono Soekarjo.
- Arifianto, A., Aini, D. N., & Sari, N. D. W. (2019). The Effect Of Benson Relaxation Technique On A Scale Of Postoperative Pain In Patients With Benign Prostate Hyperplasia At Rsud Dr. H Soewondo Kendal. *Media Keperawatan Indonesia*, 2(1), 1. <https://doi.org/10.26714/Mki.2.1.2019.1-9>
- Arifuddin A,Dkk. (2017). Faktor Risiko Kejadian Appendisitis Di Bagian Rawat Inap Rumah Sakit Umum Anutapura Palu. Diakses Dari [Http://journal.Ui.Ac.Id/Index.Php/Jkepi/Article/Viewfile/2406/18530](http://journal.ui.ac.id/index.php/jkepi/article/viewfile/2406/18530). Diperoleh Tanggal 2 Agustus 2019.
- Bararah, T Dan Jauhar. (2013). Asuhan Keperawatan Panduan Lengkap Menjadi Perawat Profesional . Jakarta : Prestasi Pustakaraya.
- Batubara, I., Indrani Harahap, E., & Siregar, R. (2016). Pengaruh Relaksasi Benson Terhadap Nyeri Pada Pasien Post Seksio Sesaria Di Rsud Kota Padangsidempuan. *Jurnal Ilmiah Panmed*, 10, 301–3014.
- Brunicardi Fc, et all. (2010). *The Appendix. Shcwartz's Principle Of Surgery.9th Ed.Usa* : Mcgrawhill Companies.
- Brunner & Suddarth. (2014). *Keperawatan Medikal Bedah*. Jakarta : Egc.
- Datak, Gad. (2018). Penurunan Nyeri Pasca Bedah Pasien Tur Prostat Melalui Relaksasi Benson. Diakses Dari [Http://journal.Ui.Ac.Id/Index.Php/Jkepi/Article/Viewfile/2405/1853](http://journal.ui.ac.id/index.php/jkepi/article/viewfile/2405/1853). Diperoleh Tanggal 2 Agustus 2019.
- Depkes Ri. (2018). Kasus Appendicitis Di Indonesia.Di Akses Dari : [Http://www.Artikelkedokteran.Com/Arsip/Kasus-Apendisitit-Di-Indonesia-Pada-Tahun-](http://www.artikelkedokteran.com/arsip/kasus-apendisitit-di-indonesia-pada-tahun-)

- 2018.Htmlkozier, B., Et Al.2010. Fundamental Keperawatan Konsep Proses Dan Praktik. Edisi Iii. Volume 1. Jakarta : Egc.
- Dewi, P. I. S., & Astriani, N. M. D. Y. (2016). Pengaruh Terapi Relaksasi Benson Terhadap Intensitas Nyeri Pasien Post Operasi. *Jurnal Kesehatan Midwinerslion*, 4(2), 46–50.
- Dinas Kesehatan Jawa Tengah. (2018). Profil Kesehatan Jawa Tengah Tahun 2018. Jawa Tengah : Dinkes Jawa Tengah.Lukman.2013. Intravena Terapi.[Http://Www.Sehatgroup.Com](http://www.sehatgroup.com). Di Akses Tanggal 3 Agustus 2019.
- Djuantoro, Dwi. (2013). *Care File : Ilmu Bedah*. Tangerang : Karisma Publishing Group.
- Edy Susanto, M. (2019). Pengaruh Teknik Relaksasi Benson Terhadap Intensitas Nyeri Post Sectio Caesarea Di Rsd Sumedang. *Journal Of Chemical Information And Modeling*, 53(9), 1689–1699.  
<https://doi.org/10.1017/Cbo9781107415324.004>
- Mansjoer, Arif. (2012). *Kapita Selekta Kedokteran*. Jakarta: Media Aesculapius.
- Manurung, M. (2019). Pengaruh Teknik Relaksasi Benson Terhadap Penurunan Skala Nyeri Post Appendixotomy Di Rsd Porsea. *Jurnal Keperawatan Priority*, 2(2), 61.  
<https://doi.org/10.34012/jukep.v2i2.541>
- Nurhayati. (2011). *Appendicitis*. Diperoleh Tanggal 3 Agustus 2019 Dari [Http://Nurhayatilies.Wordpress.Com](http://nurhayatilies.wordpress.com)
- Petroianu, Andy. (2012). *Diagnosis Of Acute Appendicitis*. *International Journal Of Surgery*.
- Potter,P.A., & Perry,A.G. (2010). *Fundamental Nursing Fundamental Keperawatan*. Volume 1. Jakarta : Salemba Medika.
- Rasubala, G. F., Kumaat, L., & Mulyadi, N. (2017). Pengaruh Teknik Relaksasi Benson Terhadap Skala Nyeri Pada Pasien Post Operasi Di Rsup.
- Prof. Dr. R.D. Kandou Dan Rs Tk.Iii R.W. Mongisidi Teling Manado. *Jurnal Keperawatan*, 5(1).
- Setyowati, H. & Green, C. W. (2012). *Terapi Alternatif*. Yogyakarta: Yayasan Spiritia.
- Smeltzer, Suzanne C & Bare, Brenda G. (2014). *Keperawatan Medikal Bedah*. Jakarta : Egc.
- Solehati Tetti, Kosasih Cecep Eli. (2015). *Konsep Dan Aplikasi Relaksasi Dalam Keperawatan Maternitas*. Bandung : Pt.Refika Aditama.Tim Pokja Sdki Dpp Ppni.2017. *Standar Diagnosis Keperawatan Indonesia Definisi Dan Indikator Diagnostik*. Jakarta : Dewan Pengurus Ppni.
- Sueb, C. T. (2016). Relaksasi Benson Dapat Menurunkan Nyeri Paska Trans-Urethral Resection Of The Prostate (Turp). *Keperawatan Soedirman*, 11(2), 17–22.
- Tim Pokja Siki Dpp Ppni. (2018). *Standar Intervensi Keperawatan Indonesia Definisi Dan Tindakan Keperawatan*. Jakarta : Dewan Pengurus Ppni.Tsamsuhidajat & Wong De Jong.2011. *Buku Ajar Ilmu Bedah*. Jakarta : Egc.
- Warsono, W., Fahmi, F. Y., & Iriantono, G. (2019). Pengaruh Pemberian Teknik Relaksasi Benson Terhadap Intensitas Nyeri Pasien Post Sectio Caesarea Di RS PKU Muhammadiyah Cepu. *Jurnal Ilmu Keperawatan Medikal Bedah*, 2(1), 44.  
<https://doi.org/10.32584/jikmb.v2i1.244>
- Wijaya, A.S Dan Putri, Y.M. (2013). *Keperawatan Medikal Bedah 2, Keperawatan Dewasa Teori Dan Contoh Askep*. Yogyakarta : Nuha Medika
- William Wilkins. (2014). *Kapita Selekta Penyakit*. Jakarta : EGC.
- Yanti, D., & Efi, K. (2018). Efektifitas Relaksasi Benson Terhadap Penurunan Intensitas Nyeri Luka Post Seksio Sesaria. *COPING (Community of Publishing in Nursing)*, 3(1), 1–7.