

BAB 1

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Terapi relaksasi Benson merupakan salah satu terapi non farmakologi yang menggunakan metode relaksasi pernafasan dengan melibatkan faktor keyakinan pasien, yang dapat menciptakan suatu lingkungan internal sehingga dapat membantu pasien mencapai kondisi kesehatan dan kesejahteraan yang lebih tinggi. Pratiwi, Ayubbana, and Fitri (2021). Adapun kelebihan Teknik relaksasi benson dibanding dengan teknik relaksasi yang lain, sebagaimana dijelaskan oleh Masturoh dan Anggita (2018), teknik relaksasi ini lebih mudah dilakukan bahkan dalam kondisi apapun serta tidak memiliki efek samping apapun. Valencia,V (2018) dan Giraldo,G (2019) lebih lanjut menjelaskan bahwa manfaat dari relaksasi benson terbukti memodulasi stres terkait kondisi seperti marah, cemas, disritmia jantung, nyeri kronik, depresi, hipertensi dan insomnia serta menimbulkan perasaan menjadi lebih tenang. Relaksasi Benson memiliki kelebihan untuk mengurangi dan menghilangkan tingkat nyeri, insomnia dan kecemasan.

Proses fisiologis dari Terapi Benson ini dapat mengurangi nyeri yang dirasakan dan dapat meningkatkan rentang gerak pada sendi Andari, Santri, dan Nurhayati (2021). Hal ini dikarenakan relaksasi benson akan menghambat aktifitas saraf simpatis yang dapat menurunkan konsumsi oksigen oleh tubuh dan selanjutnya otot-otot tubuh menjadi relaks sehingga menimbulkan perasaan tenang dan nyaman. Relaksasi Benson dapat mengurangi tingkat stress, kecemasan, rasa tidak nyaman, dan juga dapat menurunkan metabolisme, kontraksi jantung, tekanan darah, serta melepas hormon yang berpengaruh terhadap penurunan intensitas nyeri

Febiantri and Machmudah (2021). Terapi relaksasi Benson selama 3 hari sekitar 10-15 menit efektif dalam menurunkan nyeri pada klien Post Sectio Caesarea dari awalnya memiliki nyeri sedang yaitu 4-5 menurun hingga nyeri ringan yaitu 2-3. Pada penelitian yang terkait lainnya yang mendukung adalah penelitian

yang dilakukan oleh Manurung (2019) relaksasi benson menunjukkan bahwa adanya pengurangan rasa nyeri pada pasien dispepsia yang diberikan intervensi relaksasi benson sehingga pada penelitian ini merekomendasikan relaksasi benson sebagai bahan pertimbangan peneliti lain. Menurut penelitian Naili and Prasetyorini (2023) penerapan teknik relaksasi benson dapat meringankan skala nyeri pada pasien post op section caesarea dan juga membuat otot-otot menjadi rileks dan tidak tegang.

Dispepsia merupakan kumpulan gejala yang mengarah pada penyakit atau gangguan saluran pencernaan atas, diantara keluhan yang dirasakan pasien berupa rasa nyeri atau ketidaknyaman yang berpusat di epigastrium. Rasa tidak nyaman secara spesifik meliputi rasa cepat kenyang, rasa penuh, mual, muntah, kembung dibagian perut atas, regurgitasi, dan rasa panas yang menjalar di dada (Ashari, Yuniati, and Murti 2021).

Menurut hasil data dokumentasi register rawat inap di ruang Fresia lantai 4 RSUD Handayani Kotabumi, Lampung utara, pada tahun 2023 menunjukkan bahwa pasien rawat inap dengan diagnosa dispepsia terdapat 41 orang yang teridentifikasi. Data tersebut didapatkan penyakit dispepsia menduduki peringkat ke 8 dari 10 besar penyakit yang ada di ruang fresia 4 RSUD Handayani kotabumi, Lampung utara (Buku Register Rumah Sakit Umum Handayani, 2023)

Oleh karena itu peneliti tertarik untuk menerapkan terapi non farmakologi Terapi Relaksasi Benson untuk meringankan nyeri yang dirasakan oleh pasien, dan juga untuk memberikan dukungan

berupa mengurangi keluhan yang mengarah ketingkat kesembuhan berupa asuhan keperawatan dalam bentuk bantuan teknik relaksasi benson. Berdasarkan pertimbangan diatas maka laporan kasus ini diberi judul "Penerapan teknik relaksasi Benson pada pasien dispepsia dengan masalah keperawatan nyeri akut di ruang Fresia Lantai 4 Rumah Sakit Umum Handayani Kotabumi Lampung Utara”

A. Rumusan Masalah

Melihat bahaya yang disebabkan oleh penyakit dispepsia dapat menyebabkan kematian sampai tingginya yang terjadi sehingga penulis tertarik untuk melakukan penulisan karya tulis ilmiah dengan rumusan masalah yaitu “Bagaimanakah penerapan relaksasi Benson pada pasien dispepsia dengan masalah keperawatan nyeri akut di ruang Fresia Lantai 4 Rumah Sakit Umum Handayani Kotabumi Lampung Utara ”.

B. Tujuan Penulisan

1. Tujuan Umum

Dapat mengetahui pengaruh dan manfaat dari pemberian teknik relaksasi Benson pada pasien dispepsia dengan masalah keperawatan nyeri akut di ruang Fresia Lantai 4 Rumah Sakit Umum Handayani Kotabumi Lampung Utara.

2. Tujuan Khusus

- a. Menggambarkan data pada pasien dispepsia yang mengalami masalah keperawatan nyeri akut.
- b. Melakukan penerapan teknik relaksasi Benson pada pasien Dispepsia dengan masalah keperawatan nyeri akut.
- c. Melakukan evaluasi nyeri pasien setelah dilakukan tindakan relaksasi Benson kepada pasien Dispepsia.
- d. Menganalisis penerapan terapi relaksasi Benson terhadap nyeri akut pada pasien Dispepsia.

B. Manfaat Studi Kasus

1. Manfaat teoritis

Hasil dari studi kasus ini diharapkan dapat menambah pengetahuan wawasan, dan referensi mengenai relaksasi benson terhadap penurunan intensitas nyeri pada pasien dispepsia.

2. Manfaat Praktis

a. Manfaat bagi peneliti / Mahasiswa

Hasil dari studi kasus ini Diharapkan mampu menjadi sumber informasi untuk mengembangkan karya tulis ilmiah lebih lanjut mengenai relaksasi benson terhadap penurunan intensitas nyeri pada pasien dispepsia, sehingga metode ini dapat dikembangkan dan dimanfaatkan secara luas.

b. Manfaat bagi RSUD Handayani

Hasil dari studi kasus ini diharapkan mampu menjadi bahan informasi dan penerapan ilmu secara nyata mengenai relaksasi benson terhadap penurunan intensitas nyeri pada pasien dispepsia.

c. Manfaat bagi pasien dan keluarga

Hasil dari studi kasus ini diharapkan menjadi alternatif yang dapat dimanfaatkan oleh pasien dan keluarga untuk menerapkan mengenai relaksasi benson terhadap penurunan intensitas nyeri