

IMPLEMENTASI TEKNIK RELAKSASI BENSO PADA PASIEN KOLELITIASIS PASCA LAPAROTOMY DENGAN MASALAH NYERI AKUT DIRUANG MAWAR RUMAH SAKIT BALADHIKA HUSADA JEMBER

Dendi Astutiawan¹, Wahyudi Widada²

dendiaastutiawan@gmail.com¹, wahyudiwidada@unmuhjember.ac.id²

Universitas Muhammadiyah Jember

ABSTRAK

Nyeri pada kolelitiasis disebabkan oleh cairan empedu yang tidak bisa dilepaskan keusus kecil, sehingga timbul rasa nyeri pada area right hypochondriac sampai area epigastrik, rasa nyeri akan bertambah jika menarik nafas dalam dan disertai mual. pasien yang mengalami kolelitiasis pasca operasi laparotomi sebagian besar mengalami nyeri sedang skala 4-6, hal tersebut akan menimbulkan masalah nyeri akut pada area luka operasi, dimana nyeri akan timbul pada saat pasien melakukan mobilisasi. Tujuan dari studi kasus ini adalah menurunkan skala nyeri pada pasien Kolelitiasis Pasca Laparotomi melalui implementasi teknik relaksasi benson diruang mawar Rumah Sakit Baladhika Husada Jember. Metode penelitian ini menggunakan studi kasus deskriptif dengan bentuk studi kasus mendalam untuk mengeksplorasi masalah asuhan keperawatan Nyeri akut pada klien yang dengan Kolelitiasis Pasca Laparotomi Diruang Rumah Sakit Baladhika Husada jember. Hasil pengumpulan data dilakukan dengan cara wawancara, observasi, pemeriksaan fisik, studi dokumentasi dan pemberian implementasi teknik relaksasi benson selama 15 menit dan dapat dilakukan kembali jika pasien ingin melakukannya, implementasi relaksasi benson ini dimulai sejak tanggal 02 Oktober sampai dengan 11 Oktober 2024. Evaluasi dilaksanakan setelah implementasi hingga pasien pulang atau KRS. Hasil implementasi menunjukkan bahwa sebelum melaksanakna implementasi teknik relaksasi benson skala nyeri pasien dengan score 5, sedangkan skala nyeri setelah dilaksanakan teknik relaksasi benson mendapat hasil 2-3 yang dilaksanakan selama 3x24 jam.

Kata Kunci: Nyeri Akut, Kolelitiasis, Relaksasi Benson.

ABSTRACT

Pain in cholelithiasis is caused by bile fluid that cannot be released into the small intestine, resulting in pain in the right hypochondriac area to the epigastriac area, the pain will increase if you take a deep breath and is accompanied by nausea. Most patients who experience cholelithiasis after laparotomy surgery experience moderate pain on a scale of 4-6, this will cause acute pain problems in the surgical wound area, where pain will arise when the patient mobilizes. Aim: of this case study is to reduce the pain scale in post-laparotomy cholelithiasis patients through the implementation of the Benson relaxation technique in the rose room at the Baladhika Husada Hospital, Jember. Method: uses a descriptive case study in the form of an in-depth case study to explore the problem of nursing care for acute pain in clients with post-laparotomy cholelithiasis in the Baladhika Husada Hospital, Jember. Results: of data collection were carried out by means of interviews, observations, physical examinations, documentation studies and providing implementation of the Benson relaxation technique for 15 minutes and can be done again if the patient wants to do it. The implementation of Benson relaxation starts from October 2 to October 11 2024. The evaluation was carried out after implementation until the patient returns home or KRS. The implementation results show that before implementing the Benson relaxation technique, the patient's pain scale was 5, while the pain scale after implementing the Benson relaxation technique received a result of 2-3 which was carried out for 3x24 hours.

Keywords: Acute Pain, Cholelithiasis, Benson Relaxation.

PENDAHULUAN

Nyeri pada kolelitiasis disebabkan oleh cairan empedu yang tidak bisa dilepaskan keusus kecil, sehingga timbul rasa nyeri pada area right hypochondriac sampai area epigastrik, rasa nyeri akan bertambah jika menarik nafas dalam dan disertai mual (Adhata et al., 2022) . Epidemiologi kolelitiasis atau batu empedu yang terjadi dinegara maju mencapai 10–15% dari seluruh orang dewasa, dimana prevalensi kolelitiasis mayoritas berjenis kolelitiasis kolesterol. Sedangkan angka kejadian kolelitiasis di negara-negara Asia berkisar antara 3–10%(Pramudita, 2023). Dalam penelitian yang dilaksanakan oleh Renaldi et al, pasien yang mengalami kolelitiasis pasca operasi laparotomy sebagian besar mengalami nyeri sedang skala 4-6 sebanyak 31 orang dengan persentase 86.6%, Nyeri ringan skala 1-3 sebanyak 4 orang dengan persentase 11.4% (Renaldi et al., 2020). Dalam mengobati kolelitiasis sendiri terdapat 2 macam cara yaitu non-bedah dan melalui pembedahan, pada penderita kolelitiasis yang dilakukan proses pembedahan yang memiliki indikasi kolelitiasis simptomatik, sedangkan tatalaksana non-bedah dengan cara mengatur diet, dan penggunaan obat-obatan farmakologi atau non-farmakologi (Adhata et al., 2022). Pelaksanaan operasi laparotomi bertujuan untuk melaksanakan tindakan Cholecystectomy pada klien kolelitiasis, tindakan tersebut akan menimbulkan masalah nyeri akut pada area luka post op, dimana nyeri akan timbul pada saat pasien melakukan mobilisasi (Nurjannah & Sani, 2020). Pendekatan manajemen nyeri bisa dilaksanakan dengan dua metode yaitu menggunakan metode farmakologi dan non-farmakologi, metode farmakologi akan diberikan obat-obatan, sedangkan metode non-farmakologi dalam pelaksanaannya tidak membutuhkan obat-obatan dan dapat dilaksanakan oleh perawat (Heriyanda et al., 2023). Teknik relaksasi benson merupakan suatu teknik pernafasan yang melibatkan kepercayaan dan keyakinan klien sehingga dapat menurunkan konsumsi oksigen dalam tubuh yang akan berdampak pada rileksnya otot-otot, hal ini akan menimbulkan rasa tenang dan nyaman (Melina, 2022). Teknik relaksasi benson hanya memerlukan 4 faktor dasar dalam melaksanakannya, lingkungan yang tenang, secara sadar klien dapat mengendorkan otot-otonya, fokus pada ucapan yang dipilih, dan klien dapat mengabaikan terhadap pikiran yang dapat mengganggu (Renaldi et al., 2020).

METODOLOGI

Desain penelitian yang dilaksanakan menggunakan metode studi kasus deskriptif dengan bentuk studi kasus mendalam. Kasus yang diangkat adalah seorang laki-laki usia 54 tahun yang dirawat di ruang mawar Rumah Sakit Baladika Husada Jember. Pasien sudah melaksanakan operasi laparotomi dan mempunyai masalah nyeri akut.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Hasil

Hasil pengkajian menunjukkan bahwasanya Klien mengeluh nyeri pada bagian perut yang di akibatkan oleh tindakan infasif yaitu operasi, pasien merasakan nyeri seperti ditusuk. Posisi luka pasca operasi yaitu vertical mulai dari bagian epigastrik hingga umbilicus dengan skala nyeri 5 dan nyeri akan dirasakan pada saat klien bergerak, dan juga mendapatkan data objektif sebagai berikut Tampak meringis pada saat bergerak dan setelah bergerak, Pasien tampak gelisah setelah melakukan pergerakan, Pasien bersikap protektif pada saat perawat ingin melihat luka operasi (membuka baju dan untuk pemeriksaan area luka), hasil TTV Td: 125/86 mmHg, N: 82 x/menit, Suhu: 36 °C, RR: 20x/menit. Dari hasil pengkajian yang sudah dilaksanakan dilakukan perencanaan untuk mengurangi rasa nyeri yang dialami dengan berfokus pada tindakan terapeutik pemberian teknik relaksasi benson. Perencanaan yang ditentukan untuk menyelesaikan masalah keperawatan yang dialami oleh Tn. N ini

ditentukan pencapaian tujuan asuhan keperawatan dengan waktu 3x24 jam. Perencanaan yang dibentuk menggunakan manajemen Nyeri dengan kriteria hasil kriteria hasil, skala nyeri menurun dari nilai 5 hingga menjadi skala 2, wajah tidak tampak meringis, tidak gelisah, tidak bersikap protektif dan nadi 60-100 x/menit.

Tabel 1. Intervensi Keperawatan

Kategori	Data Subjektif	Data Objektif	Diagnosa keperawatan	Tujuan dan Kriteria Hasil	Intervensi Keperawatan
Psikologis	Pasien mengatakan nyeri pada saat bergerak di area luka operasi. P: Tindakan infasif Q: seperti ditusuk R: perut S: Skala 5 T: pada saat bergerak	1. Tampak meringis pada saat bergerak dan setelah bergerak 2. Pasien tampak gelisah setelah melakukan pergerakan 3. Pasien bersikap protektif pada saat perawat ingin melihat luka operasi (membuka baju dan pemeriksaan area luka) 4. TTV : Td: 125/86 mmHg N: 82 x/menit Suhu: 36 °C RR: 20x/menit	Nyeri akut b.d tindakan invasif operasi d.d pasien mengeluh nyeri pada area luka pasca operasi dan wajah tampak meringis dan gelisah.	SLKI : Tingkat nyeri (L. 08006) Tingkat nyeri menurun dalam 3x24 jam KH : - Skala nyeri menurun dari skala 5 hingga menjadi skala 2. - Tidak tampak meringis - Tidak gelisah - Tidak bersikap protektif. - Frekuensi nadi 60-100 x/menit	Manajemen nyeri SIKI (I.08238) <i>Observasi</i> - Identifikasi lokasi, karakteristik, durasi, frekuensi, kualitas, intensitas nyeri - Identifikasi skala nyeri <i>Terapeutik</i> - Berikan Teknik nonfarmakologis untuk mengurangi nyeri (Teknik relaksasi benson) - Kontrol lingkungan yang memperberat rasa nyeri <i>Edukasi</i> - Jelaskan penyebab, periode, dan pemicu nyeri - Jelaskan strategi meredakan nyeri menggubakan Teknik relaksasi benson <i>Kolaborasi</i> - Kolaborasi pemberian analgetik, jika perlu

Pembahasan

Pembahasan harus menyajikan Implementasi yang dilaksanakan berfokus pada Tindakan terapiutik yaitu melaksanakan Teknik nonfarmakologis untuk mengurangi nyeri menggunakan teknik relaksasi benson selama 15 menit. Dalam pelaksanaan Tn. N memilih bacaan istighfar, dimana Tn. N akan fokus membaca istighfar dan waktu yang sama

mengkombinasikan dengan teknik nafas dalam, hal tersebut dilakukan selama 3x24 secara berulang. yang dimana hasil dari teknik relaksasi benson dapat dilihat pada tabel implementasi dibuktikan bahwasnya pada hari pertama skala nyeri 5, hari kedua skala nyeri menurun menjadi 4, hari ketiga Tn. N mengatakan skala nyeri yang dialami menurun yaitu 2-3. Dari hasil implementasi didapatkan bahwasnya teknik relaksasi benson mampu menurunkan tingkat nyeri yang dialami oleh Tn. N.

Terapi nonfarmakologi ialah pengobatan tanpa menggunakan obat-obatan salah satunya teknik relaksasi benson Teknik relaksasi benson merupakan suatu teknik pernafasan yang melibatkan kepercayaan dan keyakinan klien sehingga dapat menurunkan konsumsi oksigen dalam tubuh yang akan akan berdampak pada rileksnya otot-otot, hal ini akan menimbulkan rasa tenang dan nyaman (Melina, 2022). Teknik relaksasi benson hanya memerlukan 4 faktor dasar dalam melaksanakannya, lingkungan yang tenang, secara sadar klien dapat mengendorkan otot-otonya, fokus pada ucapan yang dipilih, dan klien dapat mengabaikan terhadap pikiran yang dapat mengganggu (Renaldi et al., 2020).

Teknik relaksasi benson merupakan terapi pendamping dari terapi medis, teknik ini dapat digunakan pada saat Tn. N mau melakukan pergerakan maupun setelah bergerak, dimana teknik relaksasi benson ini akan membantu merilekskan otot yang tegang yang mengakibatkan nyeri pada bagian perut Tn.N sehingga pasien merasa nyaman dan juga nyeri yang dialami pada saat bergerak atau setelah bergerak menjadi menurun.

KESIMPULAN

Hasil penelitian ini tentang implementasi keperawatan yang dilaksanakan dalam waktu 3x 24 jam mendapatkan hasil sebagai berikut: hari pertama skala nyeri 5, hari kedua skala nyeri menurun menjadi 4, hari ketiga Tn. N mengatakan skala nyeri yang dialami menurun yaitu 2-3 dan juga. Hasil tersebut menunjukkan masalah keperawatan yang dialami oleh Tn. N teratasi sesuai dengan tujuan dan kriteria hasil yang sudah ditentukan dengan mengimplementasikan teknik relaksi benson sebagai terapi pendamping dari terapi medis. skala 5 menjadi skala 2-3, tidak ada eksrepisi wajah meringis pada saat mau bergerak maupun setelah bergerak, tidak gelisah setelah bergerak, tidak bersikap protektif pada saat akan dilakukan pemeriksaan, nadi normal diantar 60-100 x/menit.

DAFTAR PUSTAKA

- Adhata, A. R., Mustofa, S., & Soleha, T. U. (2022). Diagnosis dan Tatalaksana Kolelitiasis. *Medical Profession Journal of Lampung*, 12(1), 75–78. <https://doi.org/10.53089/medula.v12i1.401>
- Aji, S. P., Arania, R., & Maharyunu, E. (2021). Hubungan Usia, Jenis Kelamin, Dan Kadar Bilirubin Dengan Kolelitiasis. *Jurnal Wacana Kesehatan*, 5(2), 583. <https://doi.org/10.52822/jwk.v5i2.152>
- Arianti. (2022). Asuhan Keperawatan Perioperatif pada Pasien Cholelithiasis Dengan Tindakan Kolesitektomi Laparaskopi di RSUD Jendral Ahmad Yani Metro Tahun 2022. 6–34. <https://repository.poltekkes-tjk.ac.id/id/eprint/2828/>
- Febyan, & Ruswandi. (2020). Cholelithiasis: A Brief Review on Diagnostic Approach and Management in Clinical Practice. *Advanced Research in Gastroenterology & Hepatology*, 15(3). <https://doi.org/10.19080/argh.2020.15.555913>
- Heriyanda, Mardhatillah, & Saputra. (2023). Perbandingan Teknik Relaksasi Genggam Jari Dengan Teknik Relaksasi Benson Terhadap Penurunan Nyeri Pada Pasien Post Operasi Apendiktomi. *Getsempena Health Science Journal*, 2(2), 83–92. <https://doi.org/10.46244/ghsj.v2i2.2253>
- Melina, N. M. (2022). Pengaruh Kombinasi Teknik Relaksasi Benson dan Natural Sound Terhadap Intensitas Nyeri Pasien Pasca Operasi Laparotomi di RSUD Dr. H. Abdul Moeloek Provinsi Lampung Tahun 2022. *Jurnal PolteKes Tanjung Kuryang*, 9–36. <https://repository.poltekkes-tjk.ac.id/id/eprint/2941/>
- Nikamatur, R., & Walid, S. (2021). *Proses Keperawatan Berbasis KKNI* (A. M. Rofiq (ed.); 2nd

- ed.). PT. Literindo Berkah Karya.
- Nurjannah, S. U., & Sani, F. N. (2020). Asuhan Keperawatan Pada Pasien Post Operasi Cholelithiasis Dalam Pemenuhan Kebutuhan Rasa Aman Dan Nyaman (Nyeri). Doctoral Dissertation, 3(2), 58–66. https://eprints.ukh.ac.id/id/eprint/1022/1/Naspub_Siti_Umi_Nurjannah_P17252_OK.pdf
- Okta, R. (2022b). Asuhan Keperawatan Perioperatif pada pasien Cholelitiasis dengan Tindakan Kolesitektomi di Rumah Sakit Mardi Waluyo Kota Metro Tahun 2022. Politeknik Kesehatan Tanjungkarang, 1–5. <https://repository.poltekkes-tjk.ac.id/id/eprint/2751/2/Abstrak.pdf>
- PPNI, T. P. S. D. (2017). Standar Diagnosis Keperawatan Indonesia (Cetakan II). DPP PPNI.
- Pramudita, biandi M. (2023). Epidemiologi Kolelitiasis. <https://www.alomedika.com/penyakit/gastroenterohepatologi/kolelitiasis/epidemiologi>
- Rachma Dini, T. M., & Widada, W. (2023). Asuhan Keperawatan pada Pasien Luka Bakar Derajat II dengan Diagnosis Keperawatan Nyeri Akut. *Health & Medical Sciences*, 1(3), 1–6. <https://doi.org/10.47134/phms.v1i3.49>
- Renaldi, A., Doli, J., & Donsu, T. (2020). Relaksasi Benson terhadap Tingkat Persepsi Nyeri pada Pasien Post Laparatomy di RSUD Nyi Ageng Serang. 9(1), 50–59. <https://doi.org/10.29238>
- Sirintawat, N., Sawang, K., Chaiyasamut, T., & Wongsirichat, N. (2017). Pain measurement in oral and maxillofacial surgery. *Journal of Dental Anesthesia and Pain Medicin*17(4), 253. <https://doi.org/10.17245/jdapm.2017.17.4.253>
- Susilo, J., Wibowo, B. T., Tinasari, Y., Salim, M. N., Masyitha, D., Rahmi, E., Isa, M., Herialfian, H., Fakhurrazi, F., Karmil, T. F., & Gani, F. A. (2022). 4. Case Study: Gallstones (Cholelithiasis) in Long-tailed Macaques (*Macaca fascicularis*). *Jurnal Medika Veterinaria*, 15(2), 122–127. <https://doi.org/10.21157/j.med.vet.v15i2.25204>
- Wikipedia. (2024). Kantong empedu. Wikimedia Foundation. https://id.wikipedia.org/wiki/Kantong_empedu
- Zahara, N. (2022). Asuhan Keperawatan Perioperatif pada Pasien Cholelithiasis Dengan Pre dan Post Operasi Cholelithiasis di ruangan RSUD Curup tahun 2022. 1–113. https://eprints.ukh.ac.id/id/eprint/1022/1/Naspub_Siti_Umi_Nurjannah_P17252_OK.pdf