

**PENERAPAN *EVIDENCE BASED NURSING* DENGAN INTERVENSI  
RELAKSASI BENSON UNTUK MENURUNKAN NYERI PADA  
PASIEN TRAUMA DI INSTALASI GAWAT DARURAT (IGD)  
RSUD TARAKAN**

**Ummi Nurahmah**

**Abstrak**

Trauma ekstremitas atau dapat disebut dengan istilah hilangnya konstitunitas pada tulang, ditentukan dengan jenis dan luasnya, bersifat total Sebagian pada bagian anggota gerak baik anggota gerak atas maupun anggota gerak bawah. Pada fraktur ditemui manifestasi seperti: pembengkakan, memar, spasme otot, ketegangan, gerakan abnormal, perubahan neurovaskular, syok Fragmen tulang dan juga nyeri dimana nyeri pada pasien patah tulang akan selalu mengiringi fraktur, intensitas dan keparahan dari nyeri akan berbeda pada masing-masing klien dan biasanya nyeri timbul terus-menerus. Nyeri dapat diatasi dengan berbagai cara, mulai dari cara farmakologi dengan menggunakan obat-obatan anti nyeri seperti aspirin, ibu profen, ketorolac, asetaminofen dan lain-lain sedangkan dengan cara non farmakologi seperti Relaksasi Benson. Tujuan penelitian adalah untuk mengetahui pengaruh pemberian relaksasi benson pada pasien fraktur yang merasakan nyeri walaupun sudah diberikan terapi farmakologi dan memandirikan pasien dalam mengurangi nyeri di RSUD Tarakan. Jumlah responden yang terlibat dalam penelitian ini berjumlah 2 orang dengan 1 orang diberikan intervensi sementara 1 yang lainnya tidak diberikan intervensi. Pengukuran tingkat nyeri menggunakan skala numbering dan pengkajian nyeri menggunakan PQRST. Hasil penelitian didapatkan adanya perbedaan yang signifikan terhadap pasien yang mendapatkan relaksasi benson dalam mengatasi nyeri, sehingga direkomendasikan Peneliti untuk dapat diterapkan sebagai terapi komplementer.

**Kata Kunci:** Relaksasi Benson, Nyeri, Trauma, Fraktur

**APPLICATION OF EVIDANCE BASED NURSING WITH  
BENSON RELAXATION TO RELIVE PAIN IN INSTALATON  
CARE UNITE AT RSUD TARAKAN**

**Ummi Nurahmah**

**Abstrac**

Extremism trauma or can be called loss of constitution to the bone, is determined by its type and extent, based in part on the top or bottom. Among the manifestations such as swelling, bruising, muscle spasms, tension, abnormal movements, neurovascular changes, bone fragments and also pain where the pain in a fracture patient is always concurrent, the intensity and severity of the pain will vary with each client and is usually constant. Pain can be treated in various ways, starting with pharmacological methods by using anti-pain drugs such as aspirin, mother profen, ketorolak, acetone and others while non-pharmacological methods such as benzene relaxation. The purpose of this study was to determine the effect of Benson's relaxation on fracture patients who feel pain despite pharmacological therapy and to make the patient independent to reduce pain in Tarakan Hospital. The number of respondents involved in this study were 2 people with 1 person being given the intervention while the others were not given the intervention. Measurement of pain level was used on a numerical scale and pain assessment by PQRST. Studies have produced significant differences in patients who have received Benson relaxation in pain, so the authors recommend that it be applied as a complementary therapy.

**Keywords:** Benson relaxation, Fracture, Pain, Trauma