



KARYA ILMIAH AKHIR

**IMPLEMENTASI TEKNIK RELAKSASI BENSON UNTUK MENGURANGI
NYERI PADA PASIEN POST *CHOLECYSTECTOMY* DI RUANG DAHLIA
RSU Dr. H. KOESNADI BONDOWOSO**

Diajukan Untuk Memenuhi Salah Satu Persyaratan Dalam Menyelesaikan
Program Profesi "Ners"

Oleh:
Roudhotul Jannah, S.Kep.
25.0103.1059

**PROGRAM STUDI PROFESI NERS
FAKULTAS ILMU KESEHATAN
UNIVERSITAS MUHAMMADIYAH JEMBER
TAHUN 2026**

KARYA ILMIAH AKHIR

**IMPLEMENTASI TEKNIK RELAKSASI BENSON UNTUK MENGURANGI
NYERI PADA PASIEN POST *CHOLECYSTECTOMY* DI RUANG DAHLIA
RSU Dr. H. KOESNADI BONDOWOSO**

Diajukan Untuk Memenuhi Salah Satu Persyaratan Dalam Menyelesaikan
Program Profesi "Ners"

Oleh:

**Roudhotul Jannah, S.Kep.
25.0103.1059**

**PROGRAM STUDI PROFESI NERS
FAKULTAS ILMU KESEHATAN
UNIVERSITAS MUHAMMADIYAH JEMBER
TAHUN 2026**



UNIVERSITAS MUHAMMADIYAH JEMBER

FAKULTAS ILMU KESEHATAN

Jl. Karimata No. 49 Jember 68121 Jawa Timur Indonesia

Kotak Pos 104 Telp. 0331-336728 Fax. 0331-337957

Website : <http://www.unmuhjember.ac.id> E-mail: fikes@unmuhjember.ac.id



SURAT PERNYATAAN KEABSAHAN KARYA ILMIAH

Yang bertanda tangan di bawah ini :

Nama : Roudhotul Jannah
NIM : 2501031059
Tempat, tanggal lahir : Jember, 04 Maret 2002
Agama : Islam
Jenis Kelamin : Perempuan
Alamat : Perumahan Citra Raya Residence, Jln. Bung Cina, RT.36/RW.08, Jurang
Kuda Tenggir, Sekar Putih, Tegal Ampel, Bondowoso
Jurusan/Program Studi : Profesi Ners
Fakultas : Ilmu Kesehatan
Universitas : Universitas Muhammadiyah Jember

Dengan ini menyatakan bahwa Karya Ilmiah Akhir, dengan Judul di bawah ini :

IMPLEMENTASI TEKNIK RELAKSASI BENSON UNTUK MENGURANGI NYERI PADA PASIEN POST *CHOLECYSTECTOMY* DI RUANG DAHLIA RSU Dr. H. KOESNADI BONDOWOSO

1. Penelitian dengan judul tersebut di atas benar-benar telah saya lakukan sebagaimana yang sudah ditulis dalam metode penelitian.
2. Adalah benar **karya saya sendiri atau bukan plagiat hasil karya orang lain** dan saya ajukan sebagai bahan ujian akhir skripsi.
3. Apabila dikemudian hari terbukti bahwa karya ilmiah ini **bukan** karya saya sendiri atau plagiat hasil karya orang lain, maka saya bersedia menerima sanksi sesuai ketentuan perundang-undangan yang berlaku

Demikian surat pernyataan ini saya buat untuk dipergunakan sebagaimana mestinya.

Jember, 06 Juli 2026

Yang Membuat Pernyataan,



(Roudhotul Jannah)

NIM. 2501031059

LEMBAR PERSETUJUAN PEMBIMBING

IMPLEMENTASI TEKNIK RELAKSASI BENSON UNTUK MENGURANGI NYERI PADA PASIEN POST *CHOLECYSTECTOMY* DI RUANG DAHLIA RSU Dr.H. KOESNADI BONDOWOSO

Oleh:

Roudhotul Jannah, S.Kep

NIM: 25.0103.1059

Dewan Penguji Ujian Karya Ilmiah Akhir (KIA) Pada Program Studi Profesi Ners
Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas Muhammadiyah Jember

Jember, 06 Juli 2026

Pembimbing,



Ns.Dwi Yunita Haryanti, S.Kep.,M.Kes.

NPK.1982061911203699

LEMBAR PENETAPAN PENGUJI

IMPLEMENTASI TEKNIK RELAKSASI BENSON UNTUK MENGURANGI NYERI PADA PASIEN POST *CHOLECYSTECTOMY* DI RUANG DAHLIA RSU Dr.H. KOESNADI BONDOWOSO

Oleh:
Roudhotul Jannah, S.Kep
NIM: 25.0103.1059

Dewan Penguji Ujian Karya Ilmiah Akhir (KIA) Pada Program Studi Profesi Ners
Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas Muhammadiyah Jember

Jember, 06 Juli 2026

Penguji,

1. Penguji I : Ns.Ginangjar Sasmito Adi, M.Kep., Sp.Kep.MB (.....)
NPK.1990021011509368
2. Penguji II : Ns.Sasmiyanto, S.Kep., M.Kes (.....)
NPK.1979041610305358
3. Penguji III : Ns.Dwi Yunita Haryanti, S.Kep., M.Kes. (.....)
NPK.1982061911203699

Mengetahui,
Dekan Fakultas Ilmu Kesehatan
Universitas Muhammadiyah Jember

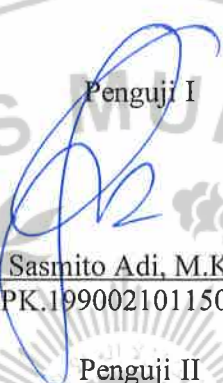
Ns. Sri Wahyuni Adriani, S.Kep., M.Kep., Sp.Kep. Kom.
NPK. 19880303 11703821

PENGUJI KARYA ILMIAH AKHIR

Dewan Penguji Ujian Sidang Karya Ilmiah Akhir Pada Program Studi Profesi Ners
Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas Muhammadiyah Jember

Jember, 06 Juli 2026

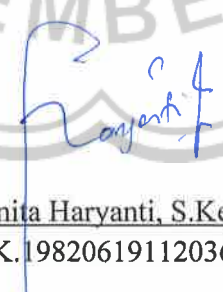
Penguji I


Ns. Ginanjar Sasmito Adi, M.Kep., Sp.Kep.MB
NPK.1990021011509368

Penguji II


Ns. Sasmiyanto, S.Kep., M.Kes
NPK.1979041610305358

Penguji III


Ns. Dwi Yunita Haryanti, S.Kep., M.Kes.
NPK.1982061911203699

MOTTO

“Allah tidak membebani seseorang melainkan sesuai dengan kesanggupannya”

(Q.S Al-Baqarah: 286)

“Man jadda wajada”

(Ibnu Hajar)

”Hidup adalah sebuah perjalanan, nikmati setiap langkah dan prosesnya”

-Roudhotul Jannah-



KATA PENGANTAR

Puji syukur kehadiran Allah SWT atas taufik, hidayah, serta karunia-Nya sehingga penulis dapat menyelesaikan Karya Ilmiah Akhir (KIA). Karya Ilmiah Akhir menjadi salah satu syarat mendapatkan gelar Ners pada Program Studi Profesi Ners Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas Muhammadiyah Jember. Ketika penyelesaian Karya Ilmiah Akhir ini, penulis menyadari terdapat kendala yang dirasakan. Namun, berkat bantuan dan dukungan berbagai pihak, Karya Ilmiah Akhir ini dapat terselesaikan. Sehingga, penulis menyampaikan ucapan terima kasih yang sebesar-besarnya kepada:

- 1) Dr. Hanafi M.Pd., selaku Rektor Universitas Muhammadiyah Jember
- 2) Ns. Sri Wahyuni A, M.Kep., Sp.Kep.Kom selaku Dekan Fakultas Ilmu Kesehatan Muhammadiyah Jember
- 3) Ns. Ginanjar Sasmito Adi, M.Kep., Sp.Kep.MB selaku Ketua Program Studi Profesi Ners Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas Muhammadiyah Jember
- 4) Ns. Dwi Yunita Haryanti, S.Kep., M.Kes., selaku dosen pembimbing atas waktu, tenaga, pikiran, serta dengan penuh kesabaran dalam arahan, bimbingan, dan motivasi penulis selama penyusunan Karya Ilmiah Akhir ini.
- 5) Direktur RSUD dr. H. Koesnadi Bondowoso beserta seluruh atas izin, serta bantuan kepada penulis dalam melakukan penelitian di instansi tersebut.
- 6) Orang tua tercinta, Bapak Saifi dan Ibu Hj. Murni, kakak, dan suami tercinta, dan seluruh keluarga yang senantiasa memberikan doa, kasih sayang, dukungan moral maupun material, semangat, motivasi, serta pengorbanan yang tiada henti kepada penulis.

- 7) Seluruh dosen dan staf Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas Muhammadiyah Jember atas ilmu, pengalaman, dan bantuan selama masa pendidikan.
- 8) Teman-teman Program Studi Profesi Ners Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas Muhammadiyah Jember atas dukungan, semangat, serta kerja sama selama proses pendidikan dan penyusunan Karya Ilmiah Akhir ini.
- 9) Semua pihak yang tidak dapat penulis sebutkan satu per satu secara langsung maupun tidak langsung dalam penyusunan Karya Ilmiah Akhir ini.

Penulis menyadari Karya Ilmiah Akhir ini perlu dikembangkan. Sehingga, penulis mengharapkan kritik dan saran yang membangun demi perbaikan dan penyempurnaan karya ini di masa mendatang. Semoga Karya Ilmiah Akhir ini dapat menyajikan manfaat bagi penulis, institusi pendidikan, profesi keperawatan, serta pembaca.

Jember, 06 Juli 2026

Peneliti

DAFTAR ISI

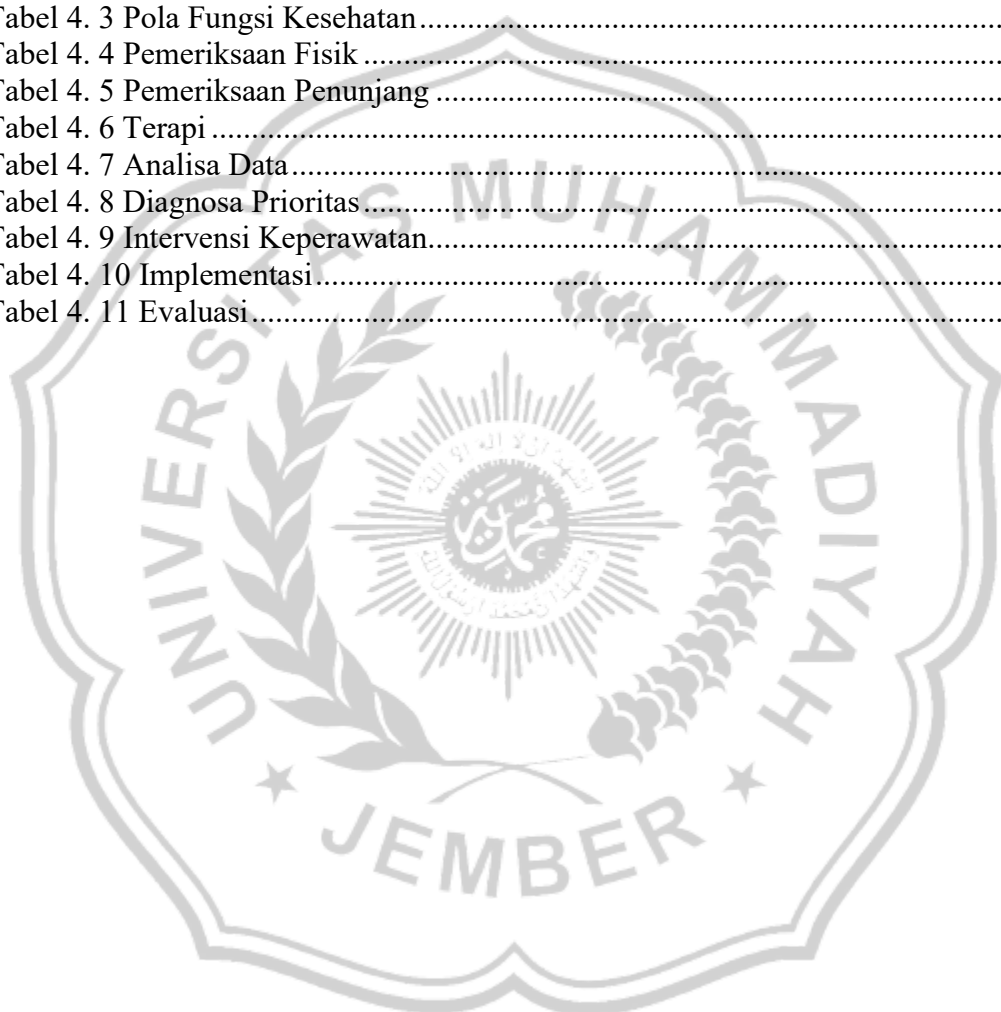
KARYA ILMIAH AKHIR	i
KARYA ILMIAH AKHIR	ii
SURAT PERNYATAAN	iii
LEMBAR PERSETUJUAN PEMBIMBING	iv
LEMBAR PENETAPAN PENGUJI	v
PENGUJI KARYA ILMIAH AKHIR	vi
MOTTO	vii
KATA PENGANTAR.....	viii
DAFTAR ISI.....	x
DAFTAR TABEL.....	xii
DAFTAR LAMPIRAN	xiii
ABSTRAK	xiv
ABSTRACT	xv
BAB I PENDAHULUAN	1
1.1 Latar Belakang	1
1.2 Rumusan Masalah	2
1.3 Tujuan	2
1.4 Manfaat	3
BAB II TINJAUAN PUSTAKA.....	5
2.1 Konsep Kolelitiasis dan <i>Cholecystectomy</i>	5
2.2 Konsep Nyeri	14
2.3 Konsep Teknik Relaksasi Benson.....	17
2.4 Konsep Asuhan Keperawatan	20
2.5 Keaslian Penelitian.....	30
BAB III METODE PENELITIAN	32
3.1 Jenis Dan Rancangan Penelitian.....	32
3.2 Subyek Penelitian dan Sampling.....	32
3.3 Fokus Penelitian	33
3.4 Lokasi Dan Waktu Penelitian.....	33
3.5 Instrumen Penelitian.....	33
3.6 Analisa Data Dan Penyajian Data	33
3.7 Metode Pengumpulan Data	34
3.8 Etika Penelitian.....	35

BAB IV HASIL DAN PEMBAHASAN.....	37
4.1 Hasil.....	37
4.2 Pembahasan	53
BAB V KESIMPULAN DAN SARAN	60
5.1 Kesimpulan	60
5.2 Saran.....	61
DAFTAR PUSTAKA.....	62



DAFTAR TABEL

Tabel 2. 1 Pemenuhan Kebutuhan Nutrisi	22
Tabel 2. 2 Pemeriksaan Fisik	23
Tabel 2. 3 Rencana Keperawatan.....	25
Tabel 2. 4 Keaslian Penelitian.....	30
Tabel 4. 1 Identitas Klien	37
Tabel 4. 2 Riwayat Kesehatan.....	37
Tabel 4. 3 Pola Fungsi Kesehatan.....	38
Tabel 4. 4 Pemeriksaan Fisik	40
Tabel 4. 5 Pemeriksaan Penunjang	42
Tabel 4. 6 Terapi	42
Tabel 4. 7 Analisa Data.....	43
Tabel 4. 8 Diagnosa Prioritas	46
Tabel 4. 9 Intervensi Keperawatan.....	48
Tabel 4. 10 Implementasi.....	49
Tabel 4. 11 Evaluasi.....	52



DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran 1 Standar Operasional Prosedur (SOP) Relaksasi Benson	65
Lampiran 2 Lembar Konsultasi	67
Lampiran 3 Dokumentasi	68

