

ABSTRAK

UNIVERSITAS MUHAMMADIYAH JEMBER
PROGRAM STUDI PROFESI NERS
FAKULTAS ILMU KESEHATAN

Karya Ilmiah Akhir, Juni 2026
Pandu Wibowo, S.Kep

Efektifitas Terapi Relaksasi Benson dalam Mengatasi Nyeri pada Pasien Stemi di Ruang ICCU RSD dr. Soebandi Jember
xvi+ 94 hal+ 5 tabel+ 4 bagan + 22 lampiran

Abstrak

Introduksi: Nyeri dada merupakan gejala utama pada pasien *ST-Elevation Myocardial Infarction* (STEMI) akibat iskemia miokard. Penanganan nyeri yang cepat, efektif, dan komprehensif merupakan bagian penting dalam asuhan keperawatan. Salah satu intervensi nonfarmakologis yang dapat diterapkan adalah terapi relaksasi Benson. **Tujuan:** Penelitian ini bertujuan untuk mendeskripsikan implementasi terapi relaksasi Benson pada pasien STEMI yang mengalami nyeri dada di ruang ICCU RSD dr. Soebandi Jember. **Metode:** Penelitian ini menggunakan desain studi kasus deskriptif dengan pendekatan implementasi asuhan keperawatan. Pengumpulan data dilakukan melalui wawancara, observasi, pemeriksaan fisik, pengukuran skala nyeri menggunakan *Numeric Rating Scale* (NRS), pengukuran tekanan darah, terapi relaksasi benson, dan dokumentasi. **Hasil dan Diskusi:** Hasil penelitian menunjukkan adanya penurunan intensitas nyeri pada seluruh pasien setelah diberikan terapi relaksasi Benson. Pada pasien 1, skala nyeri menurun dari 6 menjadi 2 disertai perubahan tekanan darah dari 108/72 mmHg menjadi 110/80 mmHg. Pada pasien 2, skala nyeri menurun dari 7 menjadi 3 dengan tekanan darah dari 142/79 mmHg menjadi 135/80 mmHg. Pada pasien 3, skala nyeri menurun dari 6 menjadi 3 dengan tekanan darah dari 125/90 mmHg menjadi 115/70 mmHg. Selain penurunan intensitas nyeri, pasien tampak lebih rileks dan mampu mengontrol pernapasan selama terapi. **Kesimpulan:** Implementasi terapi relaksasi Benson bisa menjadi terapi nonfarmakologis yang terbukti berpengaruh dalam menurunkan intensitas nyeri dada pada pasien STEMI serta dapat digunakan sebagai terapi pendamping dalam pemberian asuhan keperawatan. **Kata Kunci :** Terapi Relaksasi Benson, Nyeri, STEMI, Keperawatan Gawat Darurat.

ABSTRACT

MUHAMMADIYAH UNIVERSITY OF JEMBER
NERS PROFESSIONAL STUDY PROGRAM
FACULTY OF HEALTH SCIENCES

Final Scientific Paper, July 2026

Pandu Wibowo, S.Kep.

xvi + 94 pages + 5 tables + 4 diagrams + 22 appendices

The Effectiveness of Benson Relaxation Therapy in Relieving Pain in STEMI Patients in the ICCU of dr. Soebandi Regional Hospital, Jember

Abstract

Introduction: Chest pain is the primary symptom in patients with ST-Elevation Myocardial Infarction (STEMI) resulting from myocardial ischemia. Rapid, effective, and comprehensive pain management is a crucial component of nursing care. One non-pharmacological intervention that can be implemented is Benson's relaxation therapy. **Objective:** This study aims to describe the implementation of Benson's relaxation therapy for STEMI patients experiencing chest pain in the ICCU of Dr. Soebandi Regional General Hospital, Jember. **Method:** This study employed a descriptive case study design with a nursing care implementation approach. Data collection was conducted through interviews, observation, physical examinations, pain scale assessment using the Numeric Rating Scale (NRS), blood pressure measurement, Benson relaxation therapy, and documentation. **Results and Discussion:** The study results showed a decrease in pain intensity in all patients following the administration of Benson relaxation therapy. For Patient 1, the pain scale dropped from 6 to 2, accompanied by a change in blood pressure from 108/72 mmHg to 110/80 mmHg. For Patient 2, the pain scale decreased from 7 to 3, with blood pressure shifting from 142/79 mmHg to 135/80 mmHg. For Patient 3, the pain scale decreased from 6 to 3, with blood pressure changing from 125/90 mmHg to 115/70 mmHg. In addition to the reduction in pain intensity, the patients appeared more relaxed and were able to control their breathing during the therapy. **Conclusion:** The implementation of Benson relaxation therapy can serve as a non-pharmacological intervention proven effective in reducing chest pain intensity in STEMI patients and can be utilized as an adjunct therapy in nursing care.

Keywords : *Benson Relaxation Therapy, Pain, STEMI, Emergency Nursing.*