



**STIKES BETHESDA YAKKUM YOGYAKARTA**

**SKRIPSI**

**PENGARUH RELAKSASI BENSON TERHADAP PERUBAHAN**

**NYERI PASIEN PASCA OPERASI HEMOROID**

**DI RS MARDI WALUYO METRO**

**TAHUN 2024**

**CHRISTIAN YOGA KURNIAWAN**

**NIM 2306020**

**PROGRAM STUDI SARJANA KEPERAWATAN**

**SEKOLAH TINGGI ILMU KESEHATAN BETHESDA YAKKUM**

**YOGYAKARTA TAHUN 2023/2024**

**PENGARUH RELAKSASI BENSON TERHADAP PERUBAHAN  
NYERI PASIEN PASCA OPERASI HEMOROID  
DI RS MARDI WALUYO METRO  
TAHUN 2024**

**SKRIPSI**

**Diajukan sebagai salah satu syarat untuk memperoleh gelar  
Sarjana Ilmu Keperawatan**

**CHRISTIAN YOGA KURNIAWAN  
NIM 2306020**

**PROGRAM STUDI SARJANA KEPERAWATAN  
SEKOLAH TINGGI ILMU KESEHATAN BETHESDA YAKKUM  
YOGYAKARTA TAHUN 2023/2024**

## **PERNYATAAN KEASLIAN**

Saya menyatakan dengan sesungguhnya bahwa skripsi yang berjudul : “Pengaruh Relaksasi Benson Terhadap Perubahan Nyeri Pasien Pasca Operasi Hemoroid di RS Mardi Waluyo Metro Tahun 2024” yang saya kerjakan untuk melengkapi sebagian persyaratan menjadi Sarjana Keperawatan Program Studi Sarjana Keperawatan STIKES Bethesda Yakkum Yogyakarta, bukan merupakan tiruan atau duplikasi dari skripsi kesarjanaan di lingkungan institusi maupun di Perguruan Tinggi atau instansi manapun, kecuali bagian yang sumber informasinya dicantumkan sebagaimana mestinya.

Jika dikemudian hari didapati hasil skripsi ini adalah hasil tiruan dari skripsi lain, saya bersedia dikenai sanksi yaitu pencabutan gelar kesarjanaan saya.

Yogyakarta, Desember 2024

**CHRISTIAN YOGA KURNIAWAN**

**NIM 2306020**

**LEMBAR PERSETUJUAN**

**SKRIPSI**

**PENGARUH RELAKSASI BENSON TERHADAP PERUBAHAN NYERI**

**PASIEN PASCA OPERASI HEMOROID DI RS MARDI WALUYO**

**METRO TAHUN 2024**

**Skripsi ini telah diperiksa oleh pembimbing dan disetujui untuk  
dilaksanakan sidang skripsi**

**Yogyakarta, 20 Januari 2025**

**Pembimbing : Nurlia Ikaningtyas, S.Kep., Ns., M.kep., Sp.Kep.MB, Ph.D.NS**

## LEMBAR PENGESAHAN



Skripsi ini telah dipertahankan tim penguji sidang pada: 20 Januari 2025

**Ketua Penguji**

Enik Listyaningsih, SKM, MPH

**Penguji I**

Diah Pujiastuti, S.Kep., Ns., M.Kep

**Penguji II**

Nurlia Ikaningtyas, S.Kep., Ns., M.Kep., Sp.Kep.MB,

Ph.D.NS

**Mengesahkan,**

**Ketua STIKES Bethesda Yakkum  
Yogyakarta**

**Mengetahui,**

**Ketua Program Studi Sarjana  
Keperawatan**



Nurlia Ikaningtyas, S.Kep., Ns., M.Kep.,  
Sp.Kep.MB., Ph.D., NS)

(Indah Prawesti, S.Kep., Ns., M.Kep)

## **MOTTO DAN PERSEMBAHAN**

### **MOTTO:**

**“Sesudah kesulitan pasti ada kemudahan”**

Puja dan Puji syukur kepada Tuhan yang senantiasa memberikan cinta kasih dan juga pertolongannya sehingga peneliti dapat di berikan kemudahan dalam menyelesaikan skripsi ini. Saya persembahkan karya sederhana ini kepada:

1. Ibu dan Bapak yang saya hormati dan sayangi yang selalu senantiasa mendoakan saya.
2. Dosen pembimbing yang saya hormati dan saya sayangi yang sudah senantiasa membimbing jalannya proses skripsi ini.
3. Tim penguji yang saya hormati yang senantiasa memberikan masukan dan arahan terhadap skripsi yang saya buat ini.
4. Seluruh dosen pengajar STIKES Bethesda Yakkum Yogyakarta, program studi Sarjana Keperawatan yang saya hormati dan saya banggakan yang telah memberikan ilmu pengetahuan.
5. Seluruh teman-teman yang saya cintai yang sudah setia berjuang bersama untuk menyelesaikan tugas akhir ini.

## ABSTRAK

**CHRISTIAN YOGA KURNIAWAN. “ Pengaruh Relaksasi Benson Terhadap Perubahan Nyeri Pasien Pasca Operasi Hemoroid di RS Mardi Waluyo Metro Tahun 2024”.**

**Latar Belakang.** Hemoroid ditandai dengan sebuah pembesaran dipembuluh darah anus dan *rectum*. Hemoroid dialami oleh 4,4% penduduk dunia. Pengobatan hemoroid saat ini melalui operasi, namun tindakan tersebut dapat menimbulkan gangguan rasa nyaman nyeri yang dapat mengganggu proses pemulihan. Salah satu terapi yang diyakini dapat membantu menurunkan nyeri adalah relaksasi Benson.

**Tujuan.** Mengetahui pengaruh relaksasi Benson terhadap perubahan nyeri pasien pasca operasi hemoroid di RS Mardi Waluyo Metro Tahun 2024.

**Metode.** Desain penelitian ini yaitu studi eksperimen, rancangan *one group pretest posttest*. Jumlah sampel 15 pasien dengan teknik *purposive sampling*. Pengumpulan data dilakukan menggunakan lembar observasi dan *numeric rating scale*. Analisis data menggunakan *paired t test*.

**Hasil.** Distribusi frekuensi karakteristik pasien pasca operasi hemoroid di RS. Mardi Waluyo Metro sebagian besar berusia  $\geq 45$  tahun (80,0%), jenis kelamin laki-laki (60,0%) tingkat pendidikan menengah (86,7%) pekerjaan tani (53,3%). Skor rata-rata nyeri pasien pasca operasi hemoroid sebelum pemberian relaksasi Benson yaitu  $5,53 \pm 1,407$  dan setelah intervensi  $2,87 \pm 1,552$  dengan selisih rata-rata  $2,667 \pm 1,234$ . Hasil analisis didapatkan *p-value* 0,000 ( $p < 0,001$ ).

**Kesimpulan.** Ada pengaruh relaksasi Benson terhadap perubahan nyeri pasien pasca operasi hemoroid di Rumah Sakit Mardi Waluyo Metro tahun 2024

**Saran.** Terapi relaksasi Benson hendaknya dapat dijadikan salah satu terapi pendamping untuk mengatasi masalah nyeri pada pasien pasca operasi.

**Kata Kunci** : Relaksasi Benson, nyeri, pasca operasi hemoroid

xvi+ 63 halaman +7 tabel + 2 skema + 13 lampiran

**Kepustakaan** : 39 (2018-2024)

## ABSTRACT

**CHRISTIAN YOGA KURNIAWAN.** *“The Effect of Benson Relaxation on Changes in Pain in Post-Hemorrhoid Surgery Patients at Mardi Waluyo Metro Hospital in 2024”.*

**Background.** Hemorrhoids are a disease characterized by an enlargement of the blood vessels in the anus and rectum. Hemorrhoids are experienced by 4.4% of the world's population. The main treatment for hemorrhoids today is through surgery, but this action can cause discomfort and pain that can interfere with the recovery process. One therapy that is believed to help reduce pain is Benson relaxation.

**Objective.** To determine the effect of Benson relaxation on changes in pain in patients after hemorrhoid surgery at Mardi Waluyo Metro Hospital in 2024.

**Method.** The design of this study is an experimental study, one group pretest posttest design. The number of samples is 15 patients with a purposive sampling technique. Data collection was carried out using observation sheets and numeric rating scales. Data analysis using a paired t test.

**Results.** Frequency distribution of characteristics of post-hemorrhoid surgery patients at Mardi Waluyo Metro Hospital, most of whom are  $\geq 45$  years old (80.0%), male gender (60.0%), secondary education level (86.7%), farming occupation (53.3%). The average pain score of post-hemorrhoid surgery patients before Benson relaxation was  $5.53 \pm 1.407$  and after the intervention was  $2.87 \pm 1.552$  with an average difference of  $2.667 \pm 1.234$ . The results of the analysis obtained a p-value of 0.000 ( $p < 0.001$ ).

**Conclusion.** There is an effect of Benson relaxation on changes in pain in post-hemorrhoid surgery patients at Mardi Waluyo Metro Hospital in 2024

**Suggestion.** Benson relaxation therapy should be used as a complementary therapy to overcome pain problems in post-operative patients.

**Keywords:** Benson relaxation, pain, post-hemorrhoid surgery  
xvi + 63 pages + 7 tables + 2 schemes + 13 attachments

**Bibliography:** 39 (2018-2024)



## PRAKATA

Puji Tuhan atas segala kasih dan berkat-Nya. Segala hormat kemuliaan yang tak terhingga ditujukan kehadiran Bapa Surgawi yang telah memberikan berkat, anugerah dan penguatan yang luar biasa selama menjalani proses pembuatan skripsi ini, sehingga peneliti dapat menyelesaikan skripsi dengan judul **“Pengaruh Relaksasi Benson Terhadap Perubahan Nyeri Pasien Pasca Operasi Hemoroid di RS Mardi Waluyo Metro Tahun 2024”**

Skripsi ini disusun untuk memenuhi salah satu syarat dalam menempuh Program Sarjana Keperawatan di STIKES Bethesda Yakkum Yogyakarta. Selama proses penyusunan skripsi ini, peneliti banyak mendapatkan bantuan dan dukungan dari berbagai pihak, untuk itu peneliti mengucapkan terima kasih kepada yang terhormat:

1. Nurlia Ikaningtyas, S. Kep., Ns., M. Kep., Sp.Kep.MB., Ph.D.NS selaku Ketua Stikes Bethesda Yakkum Yogyakarta sekaligus selaku pembimbing yang telah menyediakan waktu untuk membimbing dan memberikan masukan serta arahan bagi saya selaku peneliti
2. drg. Budiono, MARS selaku Direktur Rumah Sakit Mardi Waluyo Metro Lampung
3. Ethic Palupi, S.Kep., Ns., MNS selaku Waket I Bidang Akademik
4. Indah Prawesti, S.Kep., Ns., M.Kep selaku Kaprodi Sarjana Keperawatan
5. Ignasia Yunita Sari, S.Kep.,Ns., M.Kep selaku Koordinator Skripsi
6. Enik Listyaningsih, SKM, MPH selaku ketua penguji

7. Diah Pujiastuti, S.Kep., Ns., M.Kep selaku penguji I
8. Segenap staf dan karyawan STIKES Bethesda Yakkum Yogyakarta yang telah membantu dalam proses administrasi penyusunan skripsi ini.
9. Kedua orangtuaku yang selalu memberikan dukungan dan motivasi
10. Teman-teman mahasiswa TIKES Bethesda Yakkum Yogyakarta Program RPL tahun 2023 yang telah berjuang bersama dan memberikan dukungan serta semangat dalam penyusunan skripsi ini

Peneliti menyadari dalam penyusunan skripsi ini masih banyak kekurangan, untuk itu peneliti meminta saran dan kritikan yang membangun demi perbaikan selanjutnya. Semoga skripsi ini bermanfaat bagi semua pihak yang membaca. Tuhan memberkati.

Yogyakarta, Desember 2024

Peneliti

**Christian Yoga Kurniawan**

## DAFTAR ISI

|                                     |      |
|-------------------------------------|------|
| HALAMAN SAMPUL DEPAN .....          | i    |
| HALAMAN JUDUL .....                 | ii   |
| PERNYATAAN KEASLIAN .....           | iii  |
| LEMBAR PERSETUJUAN .....            | iv   |
| LEMBAR PENGESAHAN .....             | v    |
| MOTTO DAN PERSEMBAHASAN .....       | vi   |
| ABSTRAK .....                       | vii  |
| <i>ABSTRACT</i> .....               | viii |
| PRAKATA .....                       | ix   |
| DAFTAR ISI .....                    | xi   |
| DAFTAR TABEL .....                  | xiii |
| DAFTAR SKEMA .....                  | xiv  |
| DAFTAR LAMPIRAN .....               | xv   |
| BAB I PENDAHULUAN .....             | 1    |
| A. Latar Belakang .....             | 1    |
| B. Rumusan Masalah penelitian ..... | 4    |
| C. Tujuan Penelitian .....          | 5    |
| D. Manfaat Penelitian .....         | 5    |
| E. Keaslian Penelitian .....        | 7    |
| BAB II KAJIAN TEORI .....           | 10   |
| A. Landasan Teori .....             | 10   |
| B. Kerangka Teori .....             | 36   |

|                                          |           |
|------------------------------------------|-----------|
| C. Kerangka Konsep .....                 | 37        |
| D. Hipotesis .....                       | 38        |
| E. Variabel Penelitian .....             | 38        |
| <b>BAB III METODE PENELITIAN .....</b>   | <b>41</b> |
| A. Desain Penelitian .....               | 41        |
| B. Waktu dan Tempat Penelitian .....     | 41        |
| C. Populasi dan Sampel .....             | 42        |
| D. Alat Ukur Penelitian .....            | 43        |
| E. Uji Validitas dan Reliabilitas .....  | 44        |
| F. Etika Penelitian .....                | 44        |
| G. Prosedur Pengumpulan Data .....       | 46        |
| H. Tahap Pengelolaan Data .....          | 47        |
| I. Analisis Data .....                   | 49        |
| <b>BAB IV HASIL DAN PEMBAHASAN .....</b> | <b>50</b> |
| A. Hasil Penelitian .....                | 50        |
| B. Pembahasan .....                      | 54        |
| C. Keterbatasan Penelitian .....         | 63        |
| <b>BAB V KESIMPULAN DAN SARAN .....</b>  | <b>64</b> |
| A. Kesimpulan .....                      | 64        |
| B. Saran .....                           | 65        |
| <b>DAFTAR PUSTAKA</b>                    |           |
| <b>LAMPIRAN-LAMPIRAN</b>                 |           |

## DAFTAR TABEL

|                                                                                                                                                                                | Halaman |
|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------|
| Tabel 1. Keaslian Penelitian .....                                                                                                                                             | 7       |
| Tabel 2. Definisi Operasional .....                                                                                                                                            | 39      |
| Tabel 3. Distribusi Frekuensi Karakteristik Pasien Pasca Operasi Hemoroid<br>di RS. Mardi Waluyo Metro tahun 2024 .....                                                        | 48      |
| Tabel 4. Distribusi Skor Rata-rata Nyeri pasien Pasca Operasi Hemoroid<br>Sebelum ( <i>Pretest</i> ) Pemberian Relaksasi Benson di RS. Mardi<br>Waluyo Metro tahun 2024 .....  | 49      |
| Tabel 5. Distribusi Skor Rata-rata Nyeri pasien Pasca Operasi Hemoroid<br>Setelah ( <i>Posttest</i> ) Pemberian Relaksasi Benson di RS. Mardi<br>Waluyo Metro tahun 2024 ..... | 50      |
| Tabel 6. Uji Normalitas Skor Nyeri Pasien Pasca Operasi Hemoroid .....                                                                                                         | 51      |
| Tabel 7. Pengaruh Relaksasi Benson terhadap Perubahan Nyeri Pasien<br>Pasca Operasi Hemoroid di RS. Mardi Waluyo Metro tahun 2024.                                             | 51      |

## DAFTAR SKEMA

|                                | Halaman |
|--------------------------------|---------|
| Skema 1. Kerangka Teori .....  | 36      |
| Skema 2. Kerangka Konsep ..... | 36      |

STIKES BETHESDA YAKKUM

## DAFTAR LAMPIRAN

- Lampiran 1. Permohonan Studi Awal
- Lampiran 2. Surat Balasan Izin Studi Awal
- Lampiran 3. Pergantian Judul Skripsi
- Lampiran 4. Surat Permohonan *Ethical Clearance*
- Lampiran 5. Surat *Ethical Clearance*
- Lampiran 6. Surat Permohonan Izin Penelitian
- Lampiran 7. Surat Izin Penelitian
- Lampiran 8. *Informed Consent*
- Lampiran 9. Lembar Observasi
- Lampiran 10. SOP Relaksasi Benson
- Lampiran 11. Hasil Uji Similaritas
- Lampiran 12. Hasil Analisis
- Lampiran 13. Lembar Konsultasi