



**PEMBERIAN TERAPI RELAKSASI BENSON UNTUK MENGURANGI NYERI
PADA PASIEN PERITONITIS DI RUANG INTERMEDIATE CARE (IMC) RS
BETHESDA YOGYAKARTA TAHUN 2024: CASE REPORT**

NASKAH PUBLIKASI

**Diajukan dalam Rangka Memenuhi Persyaratan Memperoleh
Gelar Ners**

**BENEDIKTUS FERY ANDI PRADANA
NIM : 2304069**

**PRODI PENDIDIKAN PROFESI NERS
STIKES BETHESDA YAKKUM YOGYAKARTA
2024**

NASKAH PUBLIKASI

PEMBERIAN TERAPI RELAKSASI BENSON UNTUK MENGURANGI NYERI
PADA PASIEN PERITONITIS DI RUANG INTERMEDIATE CARE (IMC) RS
BETHESDA YOGYAKARTA TAHUN 2024: CASE REPORT

Oleh:
BENEDIKTUS FERY ANDI PRADANA
NIM : 2304069

Telah Melakukan Tahap Ujian pada Tanggal 14 Desember 2024

Mengetahui,

Ketua Program Studi Pendidikan
Profesi Ners

Dosen Pembimbing



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

Christina Yeni Kustanti, S.Kep., Ns.,
M.Pall.C., Ph.D

STIKES BETHESDA YAKKUM

“Benson Relaxation Therapy for Pain Reduction in Peritonitis Patients in the Intermediate Care Room (IMC) Bethesda Hospital Yogyakarta 2024: Case Report”

¹Benediktus Fery Andi Pradana; ²Christina Yeni Kustanti; ³Mulyani Her Krisnamurti
STIKES Bethesda Yakkum Yogyakarta

BENEDIKTUS FERY ANDI PRADANA. “Benson Relaxation Therapy for pain reduction in peritonitis patients in the Intermediate Care Room (IMC) Bethesda Hospital Yogyakarta 2024”

Background: Peritonitis is a serious medical condition that occurs when there is inflammation of the peritoneum, which is the thin layer lining the abdomen and the organs within it. Based on the data you mentioned, peritonitis has a high mortality rate both globally and in Indonesia. Benson therapy is an effective approach to managing stress, anxiety, and other medical conditions related to physical and emotional tension.

Objective: This case report aims to identify case studies related to the provision of Benson Relaxation Therapy for pain reduction in peritonitis patients in the Intermediate Care Room (IMC) Bethesda Hospital Yogyakarta 2024.

Method: This case study was conducted and reported using the case report method by performing interventions over 2 days. The participant was one patient with peritonitis who experienced pain in the IMC room of Bethesda Hospital Yogyakarta. The measurement tool used was a patient observation sheet.

Result: The implementation resulted in a decrease in the pain scale from an initial pain level of 6 to a level of 3 in the patient.

Conclusion: There was a decrease in the pain scale in the patient with peritonitis after the Benson relaxation therapy intervention was performed.

Suggestion: It is hoped that future research can carry out non-pharmacological nursing actions, namely Benson relaxation therapy, for pain scale reduction, for example, aimed at patients with other pain issues.

Keywords: Benson relaxation therapy – Pain – Peritonitis

v + 49 pages + 3 tables + 3 images + 7 appendices

Bibliography: 16, 2012 2023

Student of Professionr of Nursing, Bethesda Institute for Health Science
Lecture of Nursing Program, Bethesda Institute for Health Science

“Pemberian Terapi Relaksasi Benson Untuk Pengurangan Nyeri Pada Pasien Peritonitis Di ruang Intermediate Care (IMC) Rs Bethesda Yogyakarta Tahun 2024 : Case Report”

¹Benediktus Fery Andi Pradana; ²Christina Yeni Kustanti; ³Mulyani Her Krisnamurti
STIKES Bethesda Yakkum Yogyakarta

BENEDIKTUS FERY ANDI PRADANA. “Pemberian Terapi Relaksasi Benson Untuk Pengurangan Nyeri Pada Pasien Peritonitis Di ruang Intermediate Care (IMC) Rs Bethesda Yogyakarta Tahun 2024 : Case Report”

Latar Belakang: Peritonitis adalah kondisi medis serius yang terjadi ketika terjadi peradangan pada peritoneum, yaitu lapisan tipis yang melapisi perut dan organ-organ di dalamnya. Berdasarkan data yang Anda sebutkan, peritonitis memiliki angka mortalitas yang tinggi baik secara global maupun di Indonesia. Terapi benson merupakan pendekatan yang efektif untuk mengelola stres, kecemasan, dan kondisi medis lainnya yang terkait dengan ketegangan fisik dan emosional.

Tujuan: *Case report* ini bertujuan untuk mengidentifikasi studi kasus terkait Pemberian Terapi Relaksasi Benson Untuk Pengurangan Nyeri Pada Pasien Peritonitis Di ruang Intermediate Care (IMC) Rs Bethesda Yogyakarta Tahun 2024.

Metode: Studi kasus ini dilaksanakan dan dilaporkan dengan metode *case report* dengan melakukan intervensi selama 2 hari. Partisipan sejumlah satu orang pasien dengan Peritonitis yang mengalami keluhan nyeri di Ruang IMC RS Bethesda Yogyakarta. Alat ukur yang digunakan yaitu lembar observasi pasien.

Hasil: Implementasi yang dilakukan dengan hasil terdapat penurunan skala nyeri yang semula nyeri pada skala 6 menjadi skala 3 pada pasien.

Kesimpulan: Terdapat penurunan skala nyeri pada pasien dengan Peritonitis setelah dilakukan tindakan terapi relaksasi Benson.

Saran: Diharapkan penelitian selanjutnya dapat melakukan tindakan keperawatan non farmakologi yaitu tindakan terapi relaksasi Benson terhadap penurunan skala nyeri, misalnya ditujukan untuk pasien dengan masalah nyeri lainnya.

Kata Kunci: tindakan terapi relaksasi Benson. – Nyeri – Peritonitis
v + 49 halaman + 3 tabel + 3 gambar + 7 lampiran

Kepustakaan: 16, 2012-2023

¹ Mahasiswa Prodi Pendidikan Ners, STIKES Bethesda Yakkum Yogyakarta

² Dosen Prodi Pendidikan Ners, STIKES Bethesda Yakkum Yogyakarta

A. PENDAHULUAN

Peritonitis adalah peradangan pada peritoneum, selaput serosa yang melapisi sebagian besar abdomen. Peritonitis dapat terjadi akibat komplikasi kebocoran usus yang berlubang dan bakteri di rongga perut, dan merupakan membran yang sangat sensitif yang dapat dengan cepat mengancam jiwa. Gejala peritonitis biasanya disertai dengan komplikasi berbahaya dari organ lain yang ada di dalam perut.

Menurut data dari World Health Organization (WHO), sekitar 9.661 orang meninggal dunia akibat peritonitis setiap tahunnya, dengan angka mortalitas mencapai 5,9 juta orang per tahun. Di Indonesia, angka kejadian peritonitis juga terbilang tinggi. Berdasarkan survei tahun 2015, sekitar 9% dari total penduduk Indonesia atau sekitar 179.000 orang menderita peritonitis. Bahkan beberapa penelitian menunjukkan bahwa angka mortalitas peritonitis di Indonesia dapat mencapai 60%. Kementerian Kesehatan Republik Indonesia dalam laporan tahun 2012 juga mencatat bahwa sekitar 5.980 penduduk di Daerah Istimewa Yogyakarta (DIY) menderita peritonitis.

Peritonitis dibagi menjadi tiga jenis berdasarkan penyebabnya: pertama, peritonitis primer yang disebabkan oleh infeksi bakteri yang masuk melalui aliran darah atau kelenjar getah bening; kedua, peritonitis sekunder yang timbul akibat infeksi bakteri yang berasal dari organ pencernaan lain seperti apendisitis, divertikulitis, salpingitis, dan sebagainya. Ketiga, peritonitis yang disebabkan oleh pemasangan benda asing di rongga abdomen, seperti pada prosedur continuous ambulatory peritoneal dialysis, yang dapat menimbulkan infeksi akibat prosedur tersebut

Terapi Benson merupakan pendekatan yang efektif untuk mengelola stres, kecemasan, dan kondisi medis lainnya yang terkait dengan ketegangan fisik dan emosional. Dengan meningkatkan kemampuan tubuh untuk merespons stres dengan cara yang lebih sehat, teknik ini berfungsi sebagai alat penting dalam pengelolaan kesehatan mental dan fisik. Meskipun teknik ini sangat sederhana dan dapat dipraktikkan secara mandiri, manfaat jangka panjang dapat dirasakan ketika teknik ini dilakukan secara konsisten

B. METODE PENELITIAN

Metode penelitian yang digunakan dalam intervensi adalah *case report* dengan menggunakan pendekatan *pre* dan *posttest design*. Intervensi ini menggambarkan terkait pemberian tindakan Pemberian Terapi Relaksasi Benson terhadap penurunan skala nyeri pada pasien Peritonitis. Penelitian dilaksanakan di ruang IMC Rumah Sakit Bethesda Yogyakarta pada tanggal 29 & 30 November 2024. Partisipan dalam *case report* ini sejumlah satu orang. Sebelum tindakan pada pasien dilakukan observasi data penunjang terkait pernapasan pasien, kemudian tindakan Pemberian Terapi Relaksasi Benson dilakukan selama 5 menit dengan cara menarik napas panjang dan menghembuskan napas melalui mulut dan mengucapkan kata kata yang menenangkan. Setelah tindakan tersebut, diberikan jeda selama 5 menit, kemudian dilakukan evaluasi kembali terkait skala nyeri pasien.

C. HASIL

Hasil intervensi Pemberian Terapi Relaksasi Benson pada pasien Peritonitis dilakukan selama 2 hari di ruang IMC Rumah Sakit Bethesda Yogyakarta Tahun 2024. Hasil penilaian sebagai berikut:

Tabel 1. Observasi Pasien Hari Pertama

TABEL OBSERVASI PASIEN			
Nama Pasien	: Ny.P		
Hari dan Tanggal	: Sabtu, 30 November 2024		
Usia	: 57 Tahun		
DATA PENUNJANG	WAKTU		
	Sebelum Intervensi Jam: 09.00	Selama Intervensi Jam: 09.05 -09.10	Sesudah Intervensi Jam: 10.00
Skala Nyeri	6	6	3
Nadi	128x/menit	125x/menit	121x/menit
Respiration rate	26x/mnt	25x/mnt	22x/mnt

Sumber: Data Primer Terolah, 2024

Tabel 2. Observasi Pasien Hari Kedua

TABEL OBSERVASI PASIEN			
Nama Pasien	: Ny P		
Hari dan Tanggal	: Minggu, 1 Desember 2024		
Usia	: 57 Tahun		
DATA PENUNJANG	WAKTU		
	Sebelum Intervensi Jam: 07.35	Selama Intervensi Jam: 07.40 – 07.45	Sebelum Intervensi Jam: 07.50
Skala Nyeri	1	1	1

Nadi	100x/menit	97x/menit	101x/menit
Respiration rate	20x/mnt	18x/mnt	18x/mnt

Sumber: Data Primer Terolah, 2024

Analisa data:

Pada tabel 1 dan 2, hasil tindakan Terapi Relaksasi Benson dengan menggunakan lembar observasi dengan penjabaran sebagai berikut:

1. Hasil hari pertama

Observasi didukung oleh data penunjang dari pasien. Pada saat sebelum dilakukan intervensi skala nyeri pasien ada di skala 6, nadi 128x/menit dan RR 26x/mnt. Kemudian intervensi dilakukan selama 5 menit dengan melakukan tindakan Terapi Relaksasi Benson. Setelah dilakukan intervensi diberikan jeda waktu 5 menit untuk dilanjutkan observasi didapatkan hasil skala nyeri menjadi, nadi 121x/menit dan RR 22x/mnt.

2. Hasil hari kedua

Observasi hari kedua didukung oleh data penunjang dari pasien. Pada saat sebelum dilakukan intervensi skala nyeri pasien ada di skala 1, nadi 100x/menit dan RR 20x/mnt. Kemudian intervensi dilakukan selama 5 menit dengan melakukan tindakan Terapi Relaksasi Benson. Setelah dilakukan intervensi diberikan jeda waktu 5 menit untuk dilanjutkan observasi didapatkan hasil skala nyeri menjadi 1, nadi 101x/menit dan RR 18x/mnt

D. PEMBAHASAN

Penulis ini melakukan pengkajian pada tanggal 30 November 2024 dengan responden Ny.P dengan nyeri pada kasus Peritonitis. Relaksasi Benson adalah teknik non-farmakologis yang menggabungkan elemen meditasi dan relaksasi untuk mengurangi stres dan nyeri. Teknik ini melibatkan pengaturan pernapasan, pengulangan kata atau frasa yang menenangkan (seperti doa atau afirmasi), dan penciptaan suasana relaksasi fisik dan mental. Dalam konteks manajemen nyeri, relaksasi Benson telah terbukti efektif untuk berbagai kondisi pasca-operasi dan nyeri kronis. Nyeri merupakan pengalaman sensorik yang bersifat multidimensional. Intensitasnya dapat berkisar dari ringan, sedang, hingga berat, dengan variasi kualitas seperti tumpul, terbakar, atau tajam. Penyebaran nyeri dapat bersifat dangkal, dalam, atau lokal. Durasi nyeri juga sangat beragam, mencakup sementara, intermiten, hingga persisten, yang dipengaruhi oleh berbagai faktor individual dan situasional. Setelah dilakukan relaksasi benson skala nyeri pasien berkurang diskala 3 yang dimana berkurang dari sebelum dilakukan relaksasi benson yaitu di skala 6. Skala nyeri terus berangsur turun hingga pada evaluasi terakhir didapatkan skala nyeri pasien 1. Selain dari skala nyeri penurunan juga terjadi pada nadi dan RR pasien yang semula nadi pasien ada pada 125x/menit di jam 10.00 menjadi 100x/menit pada jam 14.00 lalu untuk RR pasien yang semula di jam 10.00 ada pada 22x/menit menjadi 18x/menit di jam 14.00

Peneliti berasumsi bahwa relaksasi benson sangat efektif untuk menurunkan skala nyeri pasien. Pasien mengatakan setelah diberikan terapi relaksasi benson merasakan nyeri berkurang, sehingga pasien dapat beristirahat dengan nyaman.

E. KESIMPULAN DAN SARAN

Pemberian relaksasi benson cukup efektif digunakan pada pasien dengan diagnosa abdominal pain peritonitis dan masalah nyeri akut. Pemberian relaksasi benson dilakukan selama 4 jam dan dilakukan observasi nyeri 1 jam sekali di Ruang IMC. Terdapat penurunan yang sangat signifikan pada skala nyeri pasien. Skala nyeri sebelum diberikan intervensi yaitu 6 dan turun pada skala 3 setelah dilakukan relaksasi benson dan terus menerus turun pada skala 1.

Saran bagi peneliti selanjutnya diharapkan dapat menjadi acuan bagi peneliti selanjutnya khususnya berkaitan dengan pemberian relaksasi benson terhadap penurunan skala nyeri pada pasien abdominal pain peritonitis.

F. UCAPAN TERIMAKASIH

1. dr. Edy Wibowo, Sp.M.(K)., MPH. selaku Direktur Rumah Sakit Bethesda Yogyakarta.
2. Seluruh karyawan IMC Rumah Sakit Bethesda Yogyakarta yang membantu dalam penyelesaian penyusunan Karya Akhir Ilmiah.

G. DAFTAR PUSTAKA

1. Alvarado, M. A., McGowan, R. H., & Gaglio, M. (2018). Effects of Benson's relaxation technique on anxiety in cancer patients: A randomized controlled trial. *Journal of Psychosocial Oncology*, 36(1), 52-62.
2. Bahrudin, M. (2018). Patofisiologi Nyeri (Pain). *Saintika Medika*, 13(1), 7. <https://doi.org/10.22219/sm.v13i1.5449>
3. Benson, H. (1975). The Relaxation Response. *Morrow*.
4. Ibrahim, M. N. (2022). Effect of Benson Relaxation Technique on Pain, Vital Signs, Sleep Quality and Anxiety Among Patients After Spinal Surgery. *Egyptian Journal of Health Care*, 2205.
5. Kementerian Kesehatan RI. (2017). Keputusan Menteri Kesehatan RI No. HK.01.07 tentang Pedoman Nasional Pelayanan Kedokteran Tata Laksana Infeksi Intraabdominal. Jakarta: Sekretariat Jendral Kementerian Kesehatan.
6. Kementerian Kesehatan RI. (2020). Profil kesehatan indonesia tahun 2019. Jakarta: Sekretariat Jendral Kementerian Kesehatan.

7. Kementerian Kesehatan RI. (2022). Mengenal ileus paralitik. RSUP dr. Soeradji: Tim Promkes RSST.
https://yankes.kemkes.go.id/view_artikel/522/-_mengenal-ileus-paralitik.
8. Kementerian Kesehatan RI. (2023). Pentingnya mobilisasi dini pada pasien post operasi laparatomi. Jakarta: Sekretariat Jendral Kementerian Kesehatan. https://yankes.kemkes.go.id/view_artikel/2887/pentingnya-mobilisasi-dinipada-pasien-post-operasi-laparotomi.
9. Lin, C. C., Chen, Y. L., & Hsu, Y. L. (2020). The effects of Benson relaxation technique on the quality of life in patients with chronic illness: A meta-analysis. *Journal of Clinical Nursing*, 29(11-12), 2029-2039.
10. Mananna, A., et al. (2021). Diagnosis akut abdomen akibat peritonitis. *E-Clinic*. 9(1), 33-39. <https://doi.org/10.35790/ecl.9.1.2021.31853>.
11. Marques, H. S., et al. (2021). Tertiary peritonitis: A disease that should not be ignored. *World journal of clinical cases*, 9(10), 2160–2169. <https://doi.org/10.12998/wjcc.v9.i10.2160>
12. Noorisa et al. (2021). Aplikasi Asuhan Keperawatan Berdasarkan Diagnosa Medis. Jilid 2. Jakarta : EGC.
13. Okaniawan, P., E., P., et al. (2022). Diagnosis dan pendekatan terapi pasien peritonitis. *Ganesha Medicina Journal*. 2(2).
<https://ejournal.undiksha.ac-.id/index.php./GM/article/view/52053/23132>
14. Padila. (2022). Keperawatan Medial Bedah. Yogyakarta: Nuha Medika.
15. Rohmani & Hugo, K. B. (2022). Effect of chewing gum on postoperative ileus reduction and improving gastrointestinal motility in postoperative abdominal patients at Jayapura city hospital. *Science Midwifery*. 10(1).
16. Seaward, B. L. (2012). Managing Stress: Principles and Strategies for Health and Well-Being. *Jones & Bartlett Publishers*.