



**NASKAH PUBLIKASI**

**TERAPI RELAKSASI BENSON KOMBINASI AROMATERAPI LAVENDER  
UNTUK MENURUNKAN NYERI PADA PASIEN POST OPERASI  
LAPARATOMY APPENDICOTOMY : CASE REPORT**

**OLEH:**

**CHRISTIAN ANDY KUSUMA**

**NIM: 2404005**

**PROGRAM STUDI PENDIDIKAN PROFESI NERS**

**STIKES BETHESDA YAKKUM**

**YOGYAKARTA**

**2025**

## HALAMAN PENGESAHAN

NASKAH PUBLIKASI

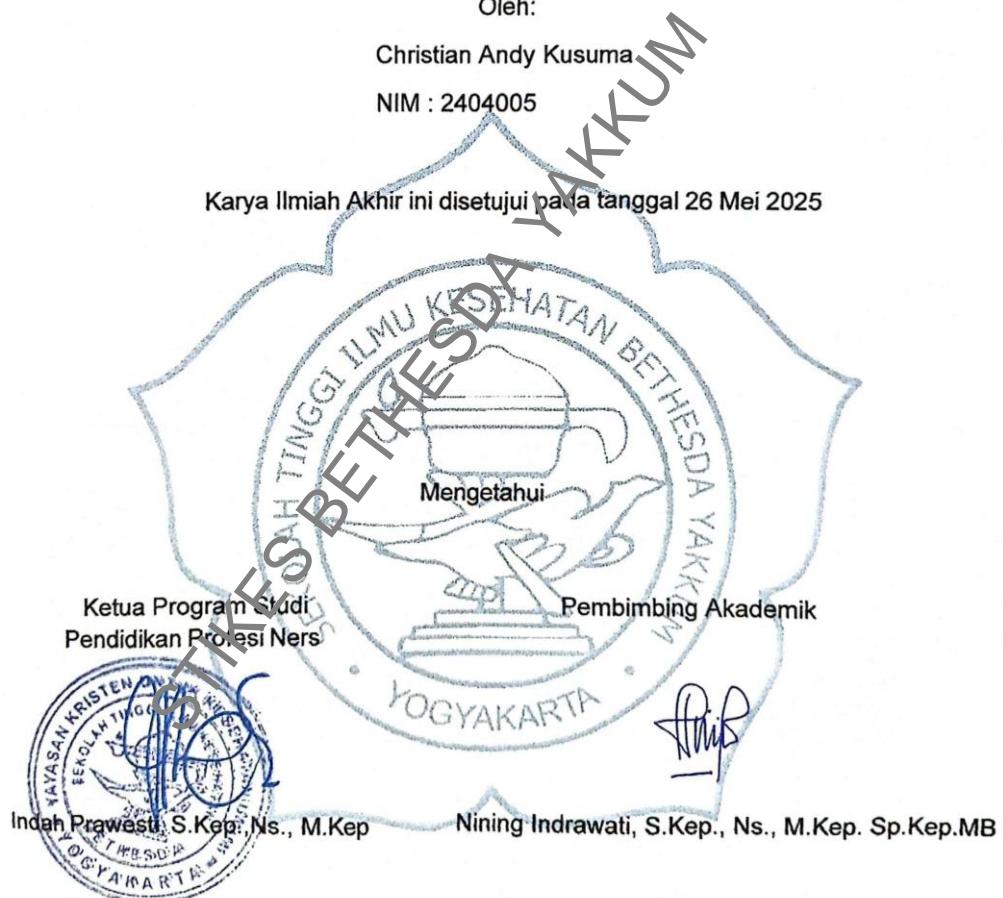
TERAPI RELAKSASI BENSON KOMBINASI AROMATERAPI LAVENDER  
UNTUK MENURUNKAN NYERI PADA PASIEN POST OPERASI LAPARATOMY  
APPENDICTOMY: CASE REPORT

Oleh:

Christian Andy Kusuma

NIM : 2404005

Karya Ilmiah Akhir ini disetujui pada tanggal 26 Mei 2025



**TERAPI RELAKSASI BENSON KOMBINASI AROMATERAPI LAVENDER  
PADA PASIEN POST OPERASI LAPARATOMY APPENDICOTOMY  
: CASE REPORT**  
**Christian Andy Kusuma<sup>1</sup>, Nining Indrawati<sup>2</sup>**

**ABSTRAK**

**Latar Belakang:** *Appendicitis* merupakan salah satu penyakit infeksi yang paling sering ditemukan pada infeksi yang terjadi di abdomen dan membutuhkan tindakan pembedahan secara darurat. Data yang diperoleh di Rumah Sakit Kristen Ngesti Waluyo, jumlah pasien dengan gangguan nyeri pencernaan pada triwulan 1 tahun 2025 sebanyak 87 pasien. Penatalaksanaan untuk mengatasi kasus *appendicitis* adalah dengan dilakukan proses operasi yaitu *appendectomy*. Tindakan ini dilakukan dengan tujuan menurunkan *perforasi* lebih lanjut. Efek yang akan dialami pada pasien setelah pembedahan yaitu nyeri. Salah satu teknik non farmakologi yang digunakan dalam penangan nyeriialah teknik relaksasi benson yang dikombinasikan dengan aromaterapi lavender. **Gejala Utama:** Ny. R usia 22 tahun dengan diagnosa medis *appendicitis* akut menjalani operasi *laparotomy appendectomy*, setelah operasi mengeluh daerah operasi terasa nyeri dengan skala 3, pasien terlihat meringis menahan nyeri, Diagnosis keperawatan yang muncul yaitu nyeri akut berhubungan dengan agen pencedera fisik (prosedur operasi). **Intervensi:** Terapi relaksasi benson kombinasi dengan aromaterapi lavender yang dilakukan pada tanggal 30 April – 02 Mei 2025 selama 10 menit sekali sehari, sebelum dan sesudah terapi dilakukan pengukuran skala nyeri menggunakan *Numeric Rating Scale (NRS)*. **Outcome:** Pasien mengalami penurunan skala nyeri setelah dilakukan terapi dari skala 3 menjadi 1 pada pasien post operasi *laparotomy appendectomy*.

**Kesimpulan:** Terapi relaksasi benson kombinasi aromaterapi lavender dapat menurunkan skala nyeri pada pasien post operasi *laparotomy appendectomy*.

**Kata Kunci:** Nyeri – Relaksasi benson – Aromaterapi lavender  
xv + 98 hal + 3 tabel + 1 grafik + 1 skema + 4 gambar + 9 lampiran  
kepustakaan: 27, 2019-2024

<sup>1</sup>Mahasiswa Pendidikan Profesi Ners, STIKES Bethesda Yakkum Yogyakarta

<sup>2</sup>Dosen Prodi Pendidikan Profesi Ners, STIKES Bethesda Yakkum Yogyakarta

**RELAXATION THERAPY BENSON COMBINATION LAVENDER  
AROMATHERAPY IN PATIENTS POSTOPERATIVE LAPARATOMY  
APPENDICOTOMY : CASE REPORT**  
**Christian Andy Kusuma<sup>1</sup>, Nining Indrawati<sup>2</sup>**

**ABSTRACT**

**Background:** Appendicitis is one of the most common infectious diseases found in infections that occur in the abdomen and requires emergency surgery. Data obtained at Ngeshi Waluyo Christian Hospital, the number of patients with digestive pain disorders in the 1st quarter of 2025 was 87 patients. Management to overcome appendicitis cases is to carry out a surgical process, namely appendicitis. This action is performed with the aim of further lowering perforation. The effect that will be experienced in patients after surgery is pain. One of the non-pharmacological techniques used in pain management is the benzone relaxation technique combined with lavender aromatherapy. **Main Symptoms:** Mrs. R aged 22 years with a medical diagnosis of acute appendicitis underwent appendectomy laparotomy surgery, after the surgery complained of painful surgery area on a scale of 3, the patient was seen grimacing in pain. The nursing diagnosis that emerged was that acute pain was related to physical pain agents (surgical procedures). **Intervention:** Benson relaxation therapy in combination with lavender aromatherapy was conducted on April 30 – May 02, 2025 for 10 minutes once a day, before and after therapy pain scale measurements were carried out using the Numeric Rating Scale (NRS). **Outcome:** The patient experienced a decrease in pain scale after therapy from 3 to 1 in patients with postoperative appendectomy laparatomy.

**Conclusion:** Combination of lavender aromatherapy benzon relaxation therapy may lower the pain scale in postoperative laparatomy appendectomy patients.

**Keywords:** Pain – Benson relaxation – Lavender aromatherapy  
XV + 98 items + 3 tables + 1 chart + 1 schematic + 4 pictures + 9 appendices  
Literature: 27, 2019-2024

<sup>1</sup>Nurse Professional Education Student, STIKES Bethesda Yakkum Yogyakarta

<sup>2</sup>Lecturer of Nurse Professional Education Study Program, STIKES Bethesda Yakkum Yogyakarta

## A. Latar Belakang

Appendicitis merupakan penyakit infeksi yang terjadi didaerah kanan rongga abdomen dan memerlukan tindakan operasi secara darurat. Apendisisitis disebabkan adanya infeksi yang diakibatkan sumbatan yang berasal dari endapan sisa makanan yang tidak dapat dicerna dan dikeluarkan melalui apendiks, fekalit dan hyperplasia folikel limfoid karena adanya proses peradangan pada bagian usus buntu. Bila appendicitis tidak ditangani dengan tepat dapat menyebabkan terjadinya komplikasi yang berakibat terjadinya perforasi<sup>1</sup>.

Data yang diperoleh di Rumah Sakit Kristen Ngesi Waluyo, jumlah pasien dengan gangguan nyeri pencernaan pada triwulan 1 tahun 2025 sebanyak 87 pasien.

Gejala yang muncul pada pasien apendisisitis dengan perforasi dapat berupa demam tinggi, nyeri hebat pada seluruh area abdomen dan distensi abdomen<sup>2</sup>.

Efek yang akan dialami pada pasien setelah pembedahan yaitu nyeri<sup>3</sup>. Seseorang yang merasakan nyeri akan berdampak dalam kegiatan aktivitas sehari-hari, jika nyeri tersebut tidak segera ditangani maka dapat menyebabkan syok neurogenik dan mengakibatkan respon fisiologisnya terganggu terhadap kesejahteraan pasien<sup>4</sup>.

Salah satu teknik yang sering digunakan dalam penanganan nyeri adalah teknik relaksasi benson<sup>5</sup>. Teknik relaksasi benson merupakan metode teknik relaksasi yang diciptakan oleh Herbert Benson yang mengkaji beberapa manfaat doa dan meditasi bagi Kesehatan<sup>6</sup>.

Relaksasi ini merupakan gabungan antara teknik respons relaksasi dan sistem keyakinan individu atau *faith factor*. Fokus dari relaksasi ini pada ungkapan tertentu yang diucapkan berulang ulang dengan menggunakan ritme yang teratur disertai sikap yang pasrah<sup>7</sup>. Ungkapan yang digunakan dapat berupa nama Tuhan atau kata-kata yang memiliki makna menenangkan bagi pasien itu sendiri.

Relaksasi benson dapat dikombinasikan dengan pemberian aromaterapi salah satunya yaitu aromaterapi lavender. Mekanisme terapi aromaterapi lavender dapat menurunkan nyeri post operasi dimana aromaterapi lavender mengandung linalyl asetat dan linalool dimana linalyl asetat berfungsi dapat melonggarkan sistem kerja saraf otot yang sedang dalam kondisi tegang dan linalool memiliki manfaat sebagai efek relaksasi dan sedative, sehingga ketika minyak esensial terhirup, sel-sel reseptor penciuman dirangsang dan impuls ditransmisikan ke pusat emosional otak. Pemberian terapi aromaterapi lavender dapat membuat relaksasi saraf dan otot yang tegang, sedangkan secara psikologis dapat merilekskan pikiran, menurunkan ketegangan dan kecemasan serta memberi ketenangan<sup>8</sup>. Pemberian terapi relaksasi benson dan aromaterapi lavender merupakan dua terapi nonfarmakologis yang belum banyak diberikan kepada pasien dengan nyeri akut terutama akibat tindakan post operasi laparatomy appendiktomy.

## B. Laporan Kasus Kelolaan Utama

### 1. Informasi terkait pasien

Pasien merupakan seorang wanita berinisial R berusia 22 tahun, berstatus kawin, berpendidikan tamat SMA, beragama Islam, berasal dari kendal jawa tengah, asli suku jawa dan mempunyai pekerjaan sebagai wiraswasta, Pasien menjalani operasi lapparatomy appendictomy.

### 2. Manifestasi Klinis

pasien memiliki tingkat kesadaran compositis GCS 15 (E:4, V:5, M:6), mengalami nyeri perut sebelah kanan. pemeriksaan USG abdomen dengan hasil: mild cystitis, non visualized appendix, masih mungkin retrocecal, adanya appendicitis belum dapat disingkirkan. Direncanakan operasi Laparatomy appendictomy. TTV, TD:113/68mmhg, N:90X/mnt, S; 37,2°C, Spo2: 98%.

### 3. Perjalanan Penyakit

Pada tanggal 29 April 2025 jam 12:00 WIB pasien datang ke poliklinik Rumah Sakit Kristen Ngesti Waluyo dengan Keluhan nyeri perut sebelah kanan yang dirasakan sudah 1 bulan, kemudian pasien dilakukan pemeriksaan oleh dokter bedah dan dilakukan operasi laparatomy

appendectomy dengan persetujuan pasien dan keluarga. Operasi dilakukan pukul 14:00 WIB dan selesai pukul 15:00 WIB. kemudian pukul 18:00 WIB dilakukan pengkajian post operasi dan ditemukan keluhan : O: Pasien mengatakan nyeri pada area operasi dan terasa ketika kedua kaki sudah mulai bisa digerakkan, P: Pasien mengatakan merasa nyeri ketika menggerakkan badan, Q: Pasien mengatakan nyeri seperti ditusuk-tusuk, R: Pasien mengatakan nyerinya tidak menjalar, S: Pasien mengatakan skala nyeri 3, T: Pasien mengatakan nyerinya menetap, U: Pasien mengatakan nyeri muncul karena dilakukan pembedahan, V: Pasien mengatakan ingin cepat sembuh dan pulang kerumah.

Hasil TTV: TD: 123/82mmhg, N: 84 x/mnt, S: 36,4°C, Spo2: 98%, RR: 20 x/mnt, terdapat luka dibawah pusar tertutup kassa steril dan hypafix dengan panjang 15 cm, balutan tidak rembes darah maupun nanah.

4. Etiologi, faktor risiko penyakit & patofisiologi

Keluhan nyeri perut sebelah kanan, yang dirasakan sudah 1 bulan, didapatkan data hasil TTV, TD:113/68mmhg, N:90X/mnt, S: 37,4°C, Spo2: 98%, kemudian pasien dilakukan pemeriksaan USG abdomen dengan hasil: mild cystitis, non visualized appendix, masih mungkin retrocecal, adanya appendicitis belum dapat disingkirkan. Peradangan yang timbul meluas dan mengenai peritonium setempat sehingga menimbulkan nyeri di abdomen kanan bawah, keadaan ini disebut appendisisitis supuratif akut. Bila dinding yang telah rapuh ini pecah akan terjadi appendisisitis perforasi<sup>9</sup>.

5. Pemeriksaan Diagnostik

Pemeriksaan USG abdomen Kesan : mild cystitis, non visualized appendix, masih mungkin retrocecal, adanya appendicitis belum dapat disingkirkan, Pemeriksaan laboratorium darah leukosit: 11,83 ribu/ul.

Pengkajian keperawatan yang dilakukan pada pasien didapatkan hasil :

- a. Pola Nutrisi metabolismik : tidak ada keluhan
- b. Pola eliminasi: BAB :1x hari sekali, BAK : 5-6 x sehari
- c. Pola aktivitas istirahat tidur : tidak ada keluhan
- d. Pola kebersihan diri : mandi sehari 2x

- e. Pola Pemeliharaan kesehatan: Pasien tidak mengalami perubahan kebiasaan dalam pemeliharaan kesehatan, pasien masih kurang pengetahuan tentang penyakit dan perawatan yang dibutuhkan.
- f. Pola reproduksi – seksualitas: Pasien tidak memiliki keluhan.
- g. Pola kognitif persepsi sensori  
Pasien mengalami perubahan selama sakit, yaitu mengalami nyeri perut daerah operasi. O: Pasien mengatakan nyeri pada area operasi dan terasa ketika kedua kaki sudah mulai bisa digerakkan, P: Pasien mengatakan merasa nyeri ketika menggerakkan badan, Q: Pasien mengatakan nyeri seperti ditusuk-tusuk, R: Pasien mengatakan nyerinya tidak menjalar, S: Pasien mengatakan skala nyeri 3, T: Pasien mengatakan nyerinya menetap, U: Pasien mengatakan nyeri muncul karena dilakukan pembedahan, V: Pasien mengatakan ingin cepat sembuh dan pulang kerumah
- h. Pola konsep diri  
Pasien tidak merasakan perubahan signifikan sebelum dan sesudah sakit
- i. Pola coping  
Pasien mempunyai support system dan mekanisme coping yang baik
- j. Pola nilai dan keyakinan  
Pasien tidak mengalami gangguan pada pola nilai dan keyakinan.

## 6. Intervensi terapeutik

Terapi farmakologis dan non farmakologis diberikan kepada Ny.R

- a. Farmakologi
  - 1) Ringer Laktat (RL) 500ml 20 tpm
  - 2) Ketorolac 2x30mg melalui IV
  - 3) Anbacim 3 x 1 gram IV
- b. Nonfarmakologi  
Intervensi yang dilakukan adalah pemberian terapi relaksasi benson kombinasi aromaterapi lavender dengan media diffuser yang dilakukan sehari sekali dengan waktu 10-15 menit selama 3 hari. Terapi relaksasi benson merupakan teknik relaksasi

pernapasan yang dimulai dengan masuknya oksigen ke dalam saluran nafas hingga paru-paru selanjutnya diedarkan ke seluruh tubuh untuk memenuhi kebutuhan seluruh jaringan tubuh akan oksigen. Saat kebutuhan oksigen tubuh terpenuhi maka individu akan berada dalam seimbang dan mengakibatkan keadaan rileks secara umum. Aromaterapi lavender merangsang kerja sel neurokimia karena aroma yang menyenangkan akan menstimulus pengeluaran enkafelin yang berfungsi sebagai penghilang rasa sakit alami dan menghasilkan perasaan yang tenang<sup>10</sup>. Aromaterapi lavender yang diaplikasikan dalam menangani nyeri memberikan efek yang baik dalam penurunan nyeri. Aromaterapi lavender bekerja mempengaruhi tidak hanya fisik tapi juga tingkat emosi. Kandungan yang terdiri dari linalyl acetate, linalool dan 1,8-cincole dapat menurunkan, mengendorkan, dan melemaskan seseorang yang mengalami spasme pada otot. Minyak esensial lavender yang masuk ke rongga hidung melalui penghirupan akan bekerja lebih cepat, karena molekul esensial mudah menguap oleh hipotalamus, aroma tersebut didikan dan dikonversikan oleh tubuh dan menjadi suatu aksi dengan pelepasan substansi neurokimia berupa zat endorphin dan serotonin, sehingga dapat berpengaruh langsung pada organ penciuman dan dipersepsi oleh otak untuk memberi reaksi membuat perubahan fisiologis pada tubuh, pikiran, jiwa dan memberikan efek yang menenangkan bagi tubuh<sup>11</sup>.

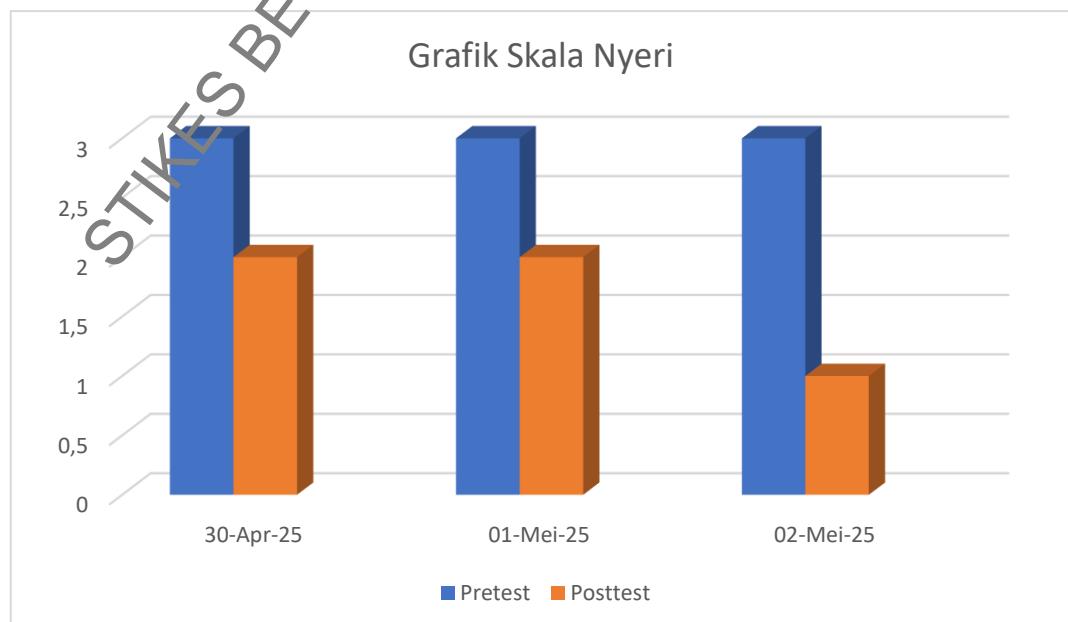
## 7. *Outcome*

Pasien mengatakan setelah dilakukan terapi relaksasi benson kombinasi aromaterapi selama 3 hari, nyeri post operasi berkurang, pada awal skala nyeri 3 menjadi skala 1. Tidak ada efek samping dan reaksi alergi wewangian lavender selama proses terapi. Luaran aktual yang telah dicapai selama intervensi : keluhan nyeri menurun, meringis menurun.

**Table 3 Nilai skala nyeri sebelum dan sesudah intervensi relaksasi benson kombinasi aromaterapi lavender untuk pasien post operasi laparatomy appendectomy di Rumah Sakit Kristen Ngesti Waluyo Parakan Temanggung 2025**

No	Tanggal	Pukul	Tingkat	
			Nyeri	
			Pretest	Posttest
1	30 April 2025	08.00	3	2
2	1 Mei 2025	08.00	3	2
3	2 Mei 2025	08.00	3	1

**Grafik 1. Skala nyeri sebelum dan sesudah intervensi relaksasi benson kombinasi aromaterapi lavender untuk pasien post operasi laparatomy appendectomy di Rumah Sakit Kristen Ngesti Waluyo Parakan Temanggung 2025**



## **PEMBAHASAN**

Pasien merupakan seorang perempuan berinisial R, berusia 22 tahun menjalani operasi laparatomy appendectomy, Sesuai dengan data ditemukan bahwa pasien mengatakan nyeri pada daerah yang dioperasi dengan skala nyeri 3, ekspresi meringis.

Nyeri setelah operasi yang tidak ditangani selama proses perawatan maka akan mengakibatkan respon fisiologisnya terganggu terhadap kesejahteraan pasien<sup>4</sup>.

Diagnosis keperawatan yang muncul pada pasien kelolaan yaitu nyeri akut (D.0077) berhubungan dengan agen pencedera fisik (prosedur operasi), Rencana tindakan nonfarmakologis yang dilakukan untuk mengurangi nyeri dengan teknik relaksasi benson kombinasi aromaterapi lavender menggunakan media diffuser dengan waktu pelaksanaan 10-15 menit.

Sebelum dilakukan intervensi pada tanggal Pada tanggal 30 April pukul 08.00 WIB didapatkan skala nyeri 3, dan setelah diberikan intervensi selama 10 menit, skala nyeri 2, tanggal 1 Mei 2025 pukul 08.00 WIB sebelum dilakukan intervensi didapatkan skala nyeri 3, sesudah intervensi selama 10 menit skala nyeri 2, tanggal 2 Mei 2025 pukul 08.00 WIB sebelum dilakukan intervensi didapatkan skala nyeri 3, sesudah intervensi selama 10 menit skala nyeri 1.

Penelitian yang dilakukan oleh Kurniawan (2024) di RSUD DR. H. ABDUL MOELOEK menemukan bahwa terapi relaksasi benson untuk pasien post operasi laparatomy appendectomy yang dilakukan sehari 3 kali dalam waktu 3 hari dapat menurunkan tingkat nyeri yang semula hebat menjadi ringan.

Penelitian lain oleh Putri (2023) tentang aromaterapi lavender Selain dapat menurunkan rasa nyeri, aromaterapi lavender juga bisa membuat perasaan klien menjadi rileks dan tenang. Penulis pada hal ini melakukan tindakan relaksasi dengan waktu 1 kali sehari selama 3 hari dan dapat disimpulkan bahwa nilai rata-rata tingkat nyeri sebelum dilakukan intervensi relaksasi benson kombinasi aromaterapi lavender untuk pasien laparatomy appendectomy pada skala nyeri 3 dan sesudah dilakukan intervensi relaksasi

benson kombinasi aromaterapi lavender untuk pasien post operasi laparatomy appendectomy terjadi penurunan pada skala nyeri 2 dan 1.

Disarankan kepada perawat dapat menerapkan pemberian aromaterapi ini pada ruangan yang tertutup sehingga aroma/uap lavender lebih terasa, dan usahakan jarak diffuser dengan pasien maksimal 1 meter.

Pelaksanaan tindakan dimulai dengan menyiapkan tempat terapi (tempat tidur atau tempat duduk harus bersih dan rapi), menyiapkan alat dan bahan untuk terapi (alat dan bahan harus tertata rapi di atas meja di dekat tempat terapi), dan menyiapkan diri (cuci tangan, desinfektan, dan pakaian yang rapi). Fase kedua, pasien menerima terapi benson, yang mencakup memulai dengan napas dalam sambil menghirup aroma terapi lavender yang dihembuskan diffuser lalu hembuskan nafas dengan mengucap kata yang dinyakini pasien (subhanallah...) . Pada fase ketiga, evaluasi dilakukan dengan menanyakan keadaan pasien setelah terapi, mulai dari skala nyeri yang dirasakan, melihat ekspresi wajahnya, Penulis menggunakan media diffuser dan oil lavender, terapi ini dilakukan selama 10 menit.

Terapi relaksasi benson merupakan teknik relaksasi pernapasan yang dimulai dengan masuknya oksigen ke dalam saluran nafas hingga paru-paru selanjutnya diedarkan ke seluruh tubuh untuk memenuhi kebutuhan seluruh jaringan tubuh akan oksigen. Saat kebutuhan oksigen tubuh terpenuhi maka individu akan berada dalam seimbang dan mengakibatkan keadaan rileks secara umum.

Aromaterapi lavender merangsang kerja sel neurokimia karena aroma yang menyenangkan akan menstimulus pengeluaran enkafelin yang berfungsi sebagai penghilang rasa sakit alami dan menghasilkan perasaan yang tenang. Aromaterapi lavender yang diaplikasikan dalam menangani nyeri memberikan efek yang baik dalam penurunan nyeri<sup>10</sup>.

Aromaterapi lavender bekerja mempengaruhi tidak hanya fisik tapi juga tingkat emosi. Kandungan yang terdiri dari linalyl acetate, linalool dan 1,8-cincole dapat menurunkan, mengendorkan, dan melemaskan seseorang yang mengalami spasme pada otot. Minyak esensial lavender yang masuk ke rongga hidung melalui penghirupan akan bekerja lebih cepat, karena molekul esensial mudah menguap oleh hipotalamus, aroma tersebut diolah dan

dikonversikan oleh tubuh dan menjadi suatu aksi dengan pelepasan substansi neurokimia berupa zat endorphin dan serotonin, sehingga dapat berpengaruh langsung pada organ penciuman dan dipersepsi oleh otak untuk memberi reaksi membuat perubahan fisiologis pada tubuh, pikiran, jiwa dan memberikan efek yang menenangkan bagi tubuh<sup>11</sup>.

Setelah Ny. R mendapatkan terapi relaksasi benson kombinasi aromaterapi lavender, yang dilakukan oleh penulis dengan media diffuser, keluhan skala nyeri menurun, ekspresi meringis menurun. Ini karena Perasaan rileks yang timbul akan ditransmisikan ke otak bagian hipotalamus sehingga menghasilkan *Corticotropin Releasing Factor* (CRF) yang akan merangsang kelenjar pituitary untuk meningkatkan produksi Proopiomelanocortin (PMOC) yang mengakibatkan kelenjar adrenal memproduksi encefalon lebih banyak. Selain itu, kelenjar pituitary juga menghasilkan beta-endorphin sebagai neurotransmitter yang mempengaruhi suasana hati menjadi rileks. Sehingga meningkatnya jumlah encefalon dan beta-endorphin pada individu akan berakibat munculnya perasaan nyaman dan rileks<sup>11</sup>. Mekanisme terapi aromaterapi lavender dapat menurunkan nyeri post operasi dimana aromaterapi lavender mengandung linalyl asetat dan linalool dimana linalyl asetat berfungsi dapat melonggarkan sistem kerja saraf otot yang sedang dalam kondisi tegang dan linalool memiliki manfaat sebagai efek relaksasi dan sedative, sehingga ketika minyak esensial terhirup, sel-sel reseptor penciuman dirangsang dan impuls ditransmisikan ke pusat emosional otak. Pernyataan ini terbukti bahwa terjadi penurunan skala nyeri setelah Ny. R mendapatkan terapi relaksasi benson kombinasi aromaterapi lavender yang dilakukan oleh penulis dengan media diffuser pada pasien post operasi laparatomy appendectomy.

Hasil observasi yang didapatkan dalam bahwa skala nyeri sebelum dilakukan intervensi terapi akupresur sebesar 3 dan sesudah dilakukan intervensi terjadi penurunan skala nyeri 2 dan 1.

Sesuai dengan penelitian sebelumnya yang dilakukan oleh Kurniawan (2024) nilai pretest tingkat nyeri berat menjadi ringan saat posttest.

Penelitian yang dilakukan putri (2023) menunjukkan Hasil setiap pemberian aromaterapi lavender terjadi penurunan dengan range rata rata kedua klien mengalami penurunan 1 range.

Penulis berasumsi bahwa terapi relaksasi benson kombinasi aromaterapi lavender pada pasien post operasi laparatomy appendectomy dapat menurunkan nyeri pada pasien post operasi jika dilakukan dengan tepat pada ruangan tertutup dan jarak maksimal diffuser dengan pasien 1 meter.

### **PASIEN PERSPECTIVE**

Pasien mengatakan setelah dilakukan tindakan terapi relaksasi benson kombinasi aromaterapi lavender mengatakan nyeri berkurang dan lebih rileks. Pasien berpendapat bahwa terapi relaksasi benson kombinasi aromaterapi lavender dapat dilakukan dirumah dengan media yang sudah disiapkan sebelumnya dan bermanfaat bagi pasien untuk menurunkan nyeri terutama setelah operasi dan juga membuat rileks dan nyaman. Terapi ini mudah dilakukan dan sangat bermanfaat untuk pasien post operasi laparatomy appendectomy dengan tahapan sederhana yang diulang ulang dan minyak lavender yang mudah didapat.

### **KESIMPULAN**

1. Terapi relaksasi benson kombinasi aromaterapi lavender pada pasien post operasi laparatomy appendectomy dengan media diffuser dan oil lavender yang dilakukan 3 kali selama 3 hari dengan waktu pelaksanaan 10 menit.
2. Hasil akhir implementasi dapat Disimpulkan bahwa nilai rata-rata tingkat nyeri sebelum dilakukan intervensi relaksasi benson kombinasi aromaterapi lavender untuk pasien post operasi laparatomy appendectomy pada skala nyeri 3 dan sesudah dilakukan intervensi terjadi penurunan pada skala nyeri 2 dan 1.

## **INFORMED CONSENT**

Studi kasus ini dilakukan pada pasien Ny. R sebagai partisipan. Penulis terlebih dahulu memberikan *informed consent* kepada partisipan dan keluarga terkait tujuan dilakukan studi kasus, informasi yang dibutuhkan, serta manfaat dilakukannya studi kasus. Penulis juga telah menjelaskan bahwa informasi dari pasien akan dijaga kerahasiaannya, dan Ny. R diberikan kebebasan untuk memilih bersedia ataupun menolak untuk menjadi partisipan. Setelah pasien menandatangani surat pernyataan kesediaan menjadi partisipan, tahap selanjutnya penulis melakukan studi kasus.

## **DAFTAR PUSTAKA**

1. Mirantika, N., Danial, & Suprapto, B. (2021). Hubungan antara usia, lama keluhan nyeri abdomen, nilai leukosit, dan rasio neutrofil limfosit dengan kejadian apendisisis akut perforasi di RSUD Abdul Wahab Sjahranie Samarinda. *Jurnal Sains dan Kesehatan*, 3(4), 576–585.
2. Hartawan. (2020). Karakteristik kasus apendisisis di Rumah Sakit Umum Pusat Sanglah Denpasar Bali 2018. *Jurnal Medika Udayana*, 9(10), 6–10. <https://ocs.unud.ac.id/index.php/eum/article/view/67019/37307>
3. Wafa, O., Faradisi, F., & Fajriyah, N. N. (2021). Pengaruh teknik relaksasi genggam jari terhadap penurunan nyeri pasien post operasi appendiktomi: Literature review. *Prosiding Seminar Nasional Kesehatan*, 1, 996–1004. <https://doi.org/10.48144/prosiding.v1i.780>
4. Tarwiyah, M., & Rasyidah. (2022). Teknik relaksasi genggam jari terhadap skala nyeri pasien post operasi. *JINTAN: Jurnal Ilmu Kesehatan*, 2(1). <https://doi.org/10.51771/jintan.v2i1.216>
5. Suwanto, A. W., Sugiyorini, E., & Wiratmoko, H. (2020). Efektivitas relaksasi Benson dan slow stroke back massage terhadap penurunan kecemasan pada pasien hemodialisa. *Indonesian Journal for Health Sciences*, 4(2), 91. <https://doi.org/10.24269/ijhs.v4i2.2309>
6. Wulandari, D. K., Ruslinawati, H., & Elsiyana. (2022). Efektivitas terapi relaksasi slow deep breathing dan relaksasi Benson terhadap skala nyeri

pada pasien post operasi benign prostatic hyperplasia di RS Bhayangkara Banjarmasin. *Jurnal Keperawatan Sriwijaya*, 9(2), 71–80. <https://doi.org/10.32539/jks.v9i2.149>

7. Noviariska, N., Mudzakkir, M., & Wijayanti, E. T. (2022). Penerapan terapi relaksasi Benson untuk mengurangi nyeri pada pasien gastritis di RSU Lirboyo Kota Kediri. *Prosiding Seminar Nasional Kesehatan, Sains dan Pembelajaran*, 2(1), 351–357.
8. Putri, A. P., & Prasetyawan, R. D. (2023). Penerapan pemberian aromaterapi lavender pada asuhan keperawatan klien post op apendiktomi dengan masalah keperawatan nyeri akut. *Jurnal Ilmiah Keperawatan*.
9. Mansjoer, A. (2018). *Kapita selekta kedokteran* (Edisi ke-3, Jilid 2). Jakarta: Media Aesculapis Fakultas Kedokteran Universitas Indonesia.
10. Rahmayani, S. N., & Machmudah, M. (2022). Penurunan nyeri post sectio caesarea menggunakan aroma terapi lavender di Rumah Sakit Permata Medika Ngaliyan Semarang. *Jurnal Ners Muda*, 3(3), 292–298.
11. Rosselini, R. (2022). Literature review efektivitas aromaterapi lavender dalam menurunkan nyeri pada pasien operasi sectio caesarea. *Jurnal Kesehatan dan Pembangunan*, 12(23), 70–83.