

**IMPLEMENTASI TERAPI RELAKSASI BENSON PADA
PASIEEN PASCA OPERASI APENDIKTOMI DENGAN
MASALAH KEPERAWATAN NYERI AKUT
DI RSUD KABUPATEN CIAMIS**

KARYA TULIS ILMIAH



**META NUROKTAVIA
NIM : 110251230005**

**PROGRAM STUDI DIPLOMA III KEPERAWATAN
FAKULTAS ILMU KESEHATAN
UNIVERSITAS BAKTI TUNAS HUSADA
2026**

**IMPLEMENTASI TERAPI RELAKSASI BENSON PADA
PASIEEN PASCA OPERASI APENDIKTOMI DENGAN
MASALAH KEPERAWATAN NYERI AKUT
DI RSUD KABUPATEN CIAMIS**

**Diajukan sebagai salah satu syarat untuk memperoleh gelar
Ahli Madya Keperawatan**

KARYA TULIS ILMIAH



**META NUROKTAVIA
NIM : 11025123005**

**PROGRAM STUDI D-III KEPERAWATAN
FAKULTAS ILMU KESEHATAN
UNIVERSITAS BAKTI TUNAS HUSADA
2026**

**PROGRAM STUDI D III KEPERAWATAN
FAKULTAS ILMU KESEHATAN
UNIVERSITAS BAKTI TUNAS HUSADA**

Karya Tulis Ilmiah, Juni 2026

Meta Nuroktavia

xvi + 73 pages + 12 tabels + 2 pictures

Implementasi Terapi Relaksasi Benson Pada Pasien Pasca Operasi Apendiktomi Dengan Masalah Keperawatan Nyeri Akut Di RSUD Kabupaten Ciamis

ABSTRAK

Latar Belakang: Apendisitis merupakan peradangan pada apendiks vermiformis yang menjadi salah satu penyebab utama nyeri perut akut dan memerlukan tindakan operasi apendiktomi. Nyeri pascaoperasi merupakan keluhan yang umum terjadi akibat kerusakan jaringan selama prosedur pembedahan, yang jika tidak dikelola dapat mengganggu proses pemulihan pasien. Terapi relaksasi Benson merupakan intervensi nonfarmakologis yang menggabungkan teknik pernapasan dalam dengan pengulangan kata atau frasa yang menenangkan untuk membantu mengurangi persepsi nyeri dan meningkatkan relaksasi. **Tujuan:** Studi kasus ini bertujuan untuk mengidentifikasi respons pasien pascaoperasi apendiktomi dengan masalah keperawatan nyeri akut terhadap pemberian terapi relaksasi Benson, meliputi perubahan skala nyeri, dan perubahan tanda-tanda vital sebelum dan sesudah intervensi. **Metode:** Metode yang digunakan adalah studi kasus deskriptif pada dua pasien pascaoperasi apendiktomi dengan masalah keperawatan nyeri akut di RSUD Kabupaten Ciamis. Intervensi terapi relaksasi Benson diberikan selama 10-15 menit per sesi, satu kali sehari selama 3 hari berturut-turut. Pengukuran skala nyeri menggunakan *Numeric Rating Scale* (NRS) dan tanda-tanda vital (tekanan darah, nadi, respirasi) dilakukan sebelum dan sesudah intervensi. **Hasil:** Hasil menunjukkan penurunan skala nyeri pada kedua responden. Responden 1 mengalami penurunan dari skala 6 (nyeri sedang) menjadi skala 3 (nyeri ringan), sedangkan Responden 2 mengalami penurunan dari skala 6 (nyeri sedang) menjadi skala 2 (nyeri ringan). Tanda-tanda vital juga menunjukkan perbaikan dengan penurunan tekanan darah, frekuensi nadi, dan frekuensi pernapasan mendekati normal pada kedua responden. **Kesimpulan:** Terapi relaksasi Benson efektif dalam menurunkan intensitas nyeri akut dan menstabilkan tanda-tanda vital pada pasien pascaoperasi apendiktomi. Intervensi ini disarankan sebagai tindakan keperawatan nonfarmakologis yang aman, sederhana, dan dapat dilakukan secara mandiri untuk membantu mengurangi nyeri serta meningkatkan kenyamanan pasien selama masa pemulihan. **Saran:** Perawat diharapkan dapat menerapkan terapi relaksasi Benson sebagai intervensi pendukung dalam asuhan keperawatan pasien pascaoperasi apendiktomi untuk membantu menurunkan nyeri akut, menstabilkan tanda-tanda vital, serta meningkatkan kenyamanan pasien selama proses pemulihan.

Kata Kunci: Apendiktomi, Nyeri Akut, Terapi Relaksasi Benson

D III NURSING STUDY PROGRAM
FACULTY OF HEALTH SCIENCES
BAKTI TUNAS HUSADA UNIVERSITY

Scientific Paper, June 2026

Meta Nuroktavia

xvi + 73 pages + 12 tabels + 2 pictures

Implementation of Benson Relaxation Therapy in Post-Appendectomy Patients with Acute Pain Nursing Problems at Dadi Family Hospital, Ciamis

ABSTRACT

Background: Appendicitis is an inflammation of the vermiform appendix which is one of the main causes of acute abdominal pain and requires appendectomy surgery. Postoperative pain is a common complaint due to tissue damage during the surgical procedure, which if not managed can interfere with the patient's recovery process. Benson relaxation therapy is a non-pharmacological intervention that combines deep breathing techniques with repetition of calming words or phrases to help reduce pain perception and increase relaxation. **Objective:** This case study aims to identify the response of post-appendectomy patients with acute pain nursing problems to the administration of Benson relaxation therapy at Ciamis District General Hospital, including respondent characteristics, changes in pain scale, and changes in vital signs before and after the intervention. **Methods:** The method used was a descriptive case study on two post-appendectomy patients with acute pain nursing problems at Ciamis District General Hospital. Benson relaxation therapy intervention was given for 10-15 minutes per session, once daily for 3 consecutive days. Pain scale measurement using Numeric Rating Scale (NRS) and vital signs (blood pressure, pulse, respiration) were performed before and after the intervention. **Results:** The results showed a decrease in pain scale in both respondents. Respondent 1 experienced a decrease from scale 6 (moderate pain) to scale 3 (mild pain), while Respondent 2 experienced a decrease from scale 6 (moderate pain) to scale 2 (mild pain). Vital signs also showed improvement with decreased blood pressure, pulse rate, and respiratory rate approaching normal in both respondents. **Conclusion:** Benson relaxation therapy is effective in reducing acute pain intensity and stabilizing vital signs in post-appendectomy patients. This intervention is recommended as a safe, simple, and independently applicable nursing non-pharmacological intervention to help reduce pain and improve patient comfort during the recovery period. **Recommendation:** Nurses are encouraged to implement Benson relaxation therapy as a supportive intervention in the nursing care of post-appendectomy patients to help reduce acute pain, stabilize vital signs, and improve patient comfort during the recovery process.

Keywords: Appendectomy, Acute pain, Benson Relaxation Therapy