

**PENGARUH TEKNIK RELAKSASI BENSON DAN AKUPRESSURE LI-4  
DENGAN BATU ES TERHADAP TINGKAT NYERI PADA PASIEN  
POST OPERASI HERNIOTOMY DI RUANG BANGAU  
RUMAH SAKIT DAERAH KALISAT JEMBER**

**KARYA ILMIAH AKHIR**



**DISUSUN OLEH :  
HANDI MARTA JOHANDONO  
NIM : 24101157**

**PRGRAM STUDI PROFESI NERS  
FAKULTAS ILMU KESEHATAN  
UNIVERSITAS dr. SOEBANDI JEMBER**

**2025**



## LEMBAR PENGESAHAN

### **PENGARUH TEKNIK RELAKSASI BENSON DAN AKUPRESSURE LI-4 DENGAN BATU ES TERHADAP TINGKAT NYERI PADA PASIEN POST OPERASI HERNIOTOMY DI RUANG BANGAU RUMAH SAKIT DAERAH KALISAT JEMBER**

## KARYA ILMIAH AKHIR NERS

Disusun Oleh :

**HANDI MARTA JOHANDONO**

**NIM. 24101157**

Telah berhasil dipertahankan di hadapan Dewan Penguji dalam ujian sidang karya ilmiah akhir ners pada tanggal 10 September 2025 dan telah di terima sebagai bagian persyaratan yang diperlukan untuk meraih gelar Ners pada Program Studi Profesi Ners Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas dr. Soebandi Jember

### DEWAN PENGUJI

Penguji 1 : Andi Eka Pranata, S. ST.,S.Kep.,Ners. M. Kes

NIDN. 0722098602

(  )

Penguji 2 : Ahmad Miftahul Huda, S.Kep.Ners.

NIP 199407042019031008

(  )

Penguji 3 : Hella Meldy Tursina, S.Kep.,Ns.,M.Kep.

NIDN. 0706109104

(  )

Ketua Program Studi Profesi Ners

  


(Emi Eliya Astutik, S.Kep.,Ns.,M.Kep.)

NIK. 19870220 201601 2 101

## ABSTRAK

### PENGARUH TEKNIK RELAKSASI BENSON DAN AKUPRESSURE LI-4 DENGAN BATU ES TERHADAP TINGKAT NYERI PADA PASIEN POST OPERASI HERNIOTOMY DI RUANG BANGAU RUMAH SAKIT DAERAH KALISAT JEMBER

Handi Marta Johandono\*,Hella Meldy Tursina\*

Program Study Ners,Fakultas Ilmu Kesehatan,Universitas dr.Soebandi Jember

Email : [info@uds.ac.id](mailto:info@uds.ac.id)

\*Korespondensi penulis: @gmail.com

*Korespondensi penulis :*

Received :

Accepted :

Published :

---

#### Abstrak

**Latar Belakang.** Nyeri post operasi adalah masalah umum yang sering dialami oleh pasien pasca menjalani tindakan bedah, termasuk herniotomi. Pengelolaan nyeri yang tidak adekuat dapat menghambat proses pemulihan dan menurunkan kualitas hidup pasien. Kombinasi terapi non-farmakologis seperti Teknik Relaksasi Benson dan Akupresur pada titik LI-4 (Hegu) dengan penggunaan Batu Es menawarkan potensi sebagai intervensi komplementer untuk mengurangi intensitas nyeri. **Tujuan.** Penelitian ini bertujuan untuk mengidentifikasi dan menganalisis pengaruh penerapan kombinasi Teknik Relaksasi Benson dan Akupresur LI-4 dengan Batu Es terhadap tingkat nyeri pada pasien post operasi herniotomy. **Metode** Penelitian ini menggunakan rancangan studi kasus (case study). Subjek penelitian adalah pasien post operasi herniotomi yang dirawat di Ruang Bangau Rumah Sakit Daerah Kalisat Jember. Intervensi berupa kombinasi Teknik Relaksasi Benson dan Akupresur LI-4 dengan Batu Es diberikan kepada subjek. Pengukuran tingkat nyeri dilakukan menggunakan instrumen pengukuran nyeri yang valid sebelum dan sesudah intervensi. Penelitian ini dilaksanakan pada tanggal 25 -28 Juni 2025. **Hasil dan Kesimpulan.** Hasil penelitian menunjukkan adanya **penurunan tingkat nyeri** pada pasien post operasi herniotomi setelah diberikan intervensi kombinasi Teknik Relaksasi Benson dan Akupresur LI-4 dengan Batu Es. **Kesimpulan** dari studi kasus ini adalah terdapat **pengaruh** positif dan signifikan dari penerapan kombinasi Teknik Relaksasi Benson dan Akupresur LI-4 dengan Batu Es terhadap penurunan tingkat nyeri pada pasien post operasi herniotomi di Ruang Bangau Rumah Sakit Daerah Kalisat Jember. Intervensi non-farmakologis ini direkomendasikan untuk dipertimbangkan sebagai bagian dari manajemen nyeri standar pada pasien pasca operasi.

Kata kunci : Teknik Relaksasi Benson,Akupressure LI 4 dengan Batu es, Herniotomy