

IMPLEMENTASI TEKNIK RELAKSASI BENSON DALAM
MENURUNKAN INTENSITAS NYERI PADA PASIEN BATU GINJAL
DI RUANG ESWL RUMAH SAKIT BHAYANGKARA LUMAJANG

KARYA ILMIAH AKHIR NERS



Oleh:
Andry Yatma Machdhy
NIM. 24101140

PROGRAM STUDI ILMU KEPERAWATAN
FAKULTAS ILMU KESEHATAN
UNIVERSITAS dr. SOEBANDI
JEMBER
2025

LEMBAR PENGESAHAN

IMPLEMENTASI TEKNIK RELAKSASI BENSON DALAM MENURUNKAN INTENSITAS NYERI PADA PASIEN BATU GINJAL DI RUANG ESWL RUMAH SAKIT BHAYANGKARA LUMAJANG

KARYA ILMIAH AKHIR NERS (KIAN)

Disusun Oleh:
Andry Yatma Machdhy
NIM.24101140

Telah berhasil dipertahankan di hadapan Dewan Penguji dalam ujian sidang karya ilmiah akhir ners pada tanggal 08 September 2025 dan telah di terima sebagai bagian persyaratan yang di perlukan untuk meraih gelar Ners pada Program Studi Profesi Ners Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas dr. Soebandi Jember

DEWAN PENGUJI

Penguji 1	<u>Yugi Hari C P, S.Kep.,Ns,M.Si</u> NIDN. 0708079002	(.....)
Penguji2	<u>Dwi Novi Andrianto,S.Kep.,Ns</u> NIP. 197711202006011007	(.....)
Penguji 3	<u>Hendra Dwi Cahyono,S.Kep.Ns., M.Kep</u> (.....) NIDN. 724039301	(.....)

Menyetujui,
Ketua Program Studi Profesi Ners

(Emi Eliya Astutik, S.Kep.,Ns.,M.Kep)
NIDN. 720028703

ABSTRAK

IMPLEMENTASI TEKNIK RELAKSASI BENSON DALAM MENURUNKAN INTENSITAS NYERI PADA PASIEN BATU GINJAL DI RUANG ESWL RUMAH SAKIT BHAYANGKARA LUMAJANG

Pendahuluan: Batu ginjal adalah penyakit yang disebabkan oleh mengerasnya kandungan garam dan mineral di dalam organ tubuh tersebut hingga berbentuk menyerupai batu. Nyeri dapat diatasi dengan intervensi nyeri terutama pada nyeri yang dialami pasien bayu ginjal ketika dilakukan tindakan ESWL yaitu pemberian terapi non farmakologis berupa teknik relaksasi benson. Studi kasus ini bertujuan untuk mendapatkan gambaran mengenai penerapan teknik relaksasi benson sebagai intervensi manajemen nyeri, manfaat dari teknik relaksasi benson dapat meningkatkan kondisi rileks dalam tubuh dalam memicu perasaan nyaman dan meningkatkan rasa percaya diri pasien bahwa tindakan ini dapat berhasil. **Metode:** Penelitian ini menggunakan pendekatan studi kasus deskriptif dengan subjek dua pasien batu ginjal yang dilakukan ESWL yang mengalami nyeri dengan intensitas nyeri sedang hingga ringan. Intervensi teknik relaksasi benson dilakukan selama 15 menit sebelum dan pada saat dilakukan ESWL. **Hasil:** Dari hasil penelitian menunjukkan adanya penurunan intensitas nyeri pada kedua pasien setelah dilakukan implementasi relaksasi benson. Pada pasien pertama dari skala nyeri 6 menjadi 2 sedangkan pada pasien kedua dari skala nyeri 8 menjadi 3. Terapi ini juga meningkatkan relaksasi psikologis. **Kesimpulan:** Berdasarkan hasil penelitian dapat disimpulkan bahwa ada pengaruh teknik relaksasi benson dalam menurunkan intensitas nyeri pada pasien batu ginjal yang dilakukan ESWL di ruang ESWL Rs.Bhayangkra Lumajang. **Saran:** Tenaga kesehatan mengintegrasikan metode yang sederhana dan beresiko rendah dalam praktik keprawatan rutin.