

**IMPLEMENTASI TERAPI RELAKSASI BENSON
TERHADAP PENURUNAN INTENSITAS NYERI
AKUT PADA PASIEN STEMI DI RUANG ICU
RS BHAYANGKARA BONDOWOSO**

KARYA ILMIAH AKHIR NERS



**Oleh : Maulidatil Hasanah
NIM :25101214**

**PROGRAM STUDI PROFESI NERS
FAKULTAS ILMU KESEHATAN
UNIVERSITAS dr.SOEBANDI
JEMBER
2026**

**IMPLEMENTASI TERAPI RELAKSASI BENSON
TERHADAP PENURUNAN INTENSITAS NYERI
AKUT PADA PASIEN STEMI DI RUANG ICU
RS BHAYANGKARA BONDOWOSO**

KARYA ILMIAH AKHIR

Diajukan guna melengkapi tugas akhir dan memenuhi salah satu syarat untuk menyelesaikan Pendidikan di Program Studi Profesi Ners dan Memperoleh Gelar Ners (Ns)



**Oleh : Maulidatil Hasanah
NIM : 25101214**

**PROGRAM STUDI PROFESI NERS
FAKULTAS ILMU KESEHATAN
UNIVERSITAS dr.SOE BANDI
JEMBER
2026**

LEMBAR PENGESAHAN

IMPLEMENTASI TERAPI RELAKSASI BENSON TERHADAP PENURUNAN INTENSITAS NYERI AKUT PADA PASIEN STEMI DI RUANG ICU RS BHAYANGKARA BONDOWOSO

KARYA ILMIAH AKHIR NERS

Disusun Oleh:

Maulidatil Hasanah, S.Kep

NIM. 25101214

Telah berhasil dipertahankan di hadapan Dewan Penguji dalam ujian sidang karya ilmiah akhir ners pada tanggal Bulan 06 Tahun 2026 dan telah diterima 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	Rida Darotin, S.Kep., Ns., M.Kep. NIDN. 713078604	()
Penguji 2	Syofiaroma Dewi Candra, S.Kep., Ns. NIT. 6442231007017	()
Penguji 3	Guruh Wirasakti, S.Kep., Ns., M.Kep. NIDN. 0705058706	()

Ketua Program Studi Profesi Ners



Emi Eliya Astutik, S.Kep., Ns., M.Kep.
NIDN. 0720028703

ABSTAK

IMPLEMENTASI TERAPI RELAKSASI BENSON TERHADAP PENURUNAN INTENSITAS NYERI AKUT PADA PASIEN STEMI DI RUANG ICU RS BHAYANGKARA BONDOWOSO

Maulidatil Hasanah*, Guruh Wirasakti**

Program Studi Profesi Ners, Fakultas Ilmu Kesehatan, Universitas dr. Soebandi Jember, email

info@uds.ac.id

*Korespondensi Penulis : maulidatihasanah1@gmail.com

**Korespondensi Penulis : guruhwirasakti@uds.ac.id

Received :

Accepted :

Published :

Abstrak

Pendahuluan : ST-Elevation Myocardial Infarction (STEMI) merupakan kondisi akut akibat oklusi arteri koroner yang menimbulkan nyeri dada hebat dan peningkatan aktivitas saraf simpatis. Nyeri yang tidak terkontrol dapat memperburuk kondisi pasien sehingga diperlukan intervensi tambahan selain terapi medis. Salah satu intervensi nonfarmakologis yang dapat digunakan adalah terapi relaksasi Benson. Penelitian ini bertujuan mengetahui pengaruh terapi relaksasi Benson terhadap penurunan intensitas nyeri pada pasien STEMI. **Metode:** Penelitian ini menggunakan desain studi kasus (*case study intervensional*) pada Tn. H dengan diagnosis STEMI yang dirawat di ICU Rumah Sakit Bhayangkara Bondowoso. Terapi relaksasi Benson diberikan satu kali sehari selama 10 menit selama tiga hari berturut-turut sebagai pendamping terapi medis. Intensitas nyeri diukur menggunakan *Numeric Rating Scale* (NRS) sebelum dan sesudah dilakukan terapi dievaluasi satu kali sehari selama 3 hari, sedangkan parameter hemodinamik yang diamati meliputi tekanan darah dan denyut nadi. **Hasil:** Setelah pemberian terapi relaksasi Benson, terjadi penurunan intensitas nyeri secara bertahap dari skala 7 menjadi 4 pada hari pertama, dari skala 3 menjadi 2 pada hari kedua, dan dari skala 2 menjadi 0 pada hari ketiga. Selain itu, terjadi perbaikan parameter hemodinamik yang ditandai dengan penurunan tekanan darah dari 150/90 mmHg menjadi 118/72 mmHg dan denyut nadi dari 102 kali/menit menjadi 79 kali/menit. Pasien juga melaporkan peningkatan kenyamanan selama perawatan. **Kesimpulan:** Pada kasus ini, terapi relaksasi Benson menunjukkan manfaat dalam menurunkan intensitas nyeri serta memperbaiki parameter hemodinamik pada pasien STEMI, sehingga dapat dipertimbangkan sebagai intervensi pendamping terapi medis.

Kata Kunci : STEMI, nyeri akut, relaksasi Benson, terapi non-farmakologis, ICU

*Peneliti

**Pembimbing