



Penerapan Terapi *Benson* Terhadap Penurunan Nyeri Dada Pada Pasien STEMI

Hayatul Hasma¹, Yenny Safitri², Ridha Hidayat³

^{1,2,3}Profesi Ners, Fakultas Ilmu Kesehatan, Universitas Pahlawan Tuanku Tambusai

hayatulhasma23@gmail.com, yennysafitri@universitaspahlawan.ac.id, hidayat22131120@gmail.com

Abstrak

Masalah utama pada penderita STEMI biasanya nyeri dada yang diakibatkan penyumbatan aliran darah ke koroner yang dimanifestasikan dengan nyeri dada akut. Tujuan karya ilmiah ini adalah untuk mendapatkan gambaran asuhan keperawatan dengan pemberian terapi *benson*. Penelitian ini menggunakan metode studi kasus yang dilakukan secara deskriptif dengan pendekatan asuhan keperawatan. Penelitian ini dilakukan pada tanggal 15-17 April 2025 dengan sampel yaitu satu responden yang dilakukan di ruangan CVCU RSUD Arifin Achmad Provinsi Riau. Pada Tn. N keluhan utama pasien mengatakan nyeri dada, nyeri dirasakan hilang timbul, pasien mengungkapkan keluhan nyeri dirasakan sudah lama sekitar 1 tahun belakangan ini, nyeri sering kali dirasakan pada pagi hari terutama ketika udara dingin, skala nyeri 6, dari keluhan yang dirasakan oleh pasien maka dirumuskan diagnosa nyeri akut b.d agen pencedera fisiologis. Salah satu intervensi yang tepat untuk menurunkan skala nyeri pada Tn. N adalah terapi *benson*. Implementasi dilakukan selama 3 hari berturut-turut yang dilakukan selama 10-15 menit. Hasil asuhan keperawatan ini didapatkan adanya penurunan skala nyeri dengan pengukuran skala nyeri dengan *Numeric Rating Scale* (NRS) yaitu skala nyeri 3. Hal ini menunjukkan bahwa terapi *benson* dapat menurunkan skala nyeri pada pasien tersebut. Diharapkan pasien dan keluarga mengaplikasikan terapi *benson* secara rutin dengan harapan nyeri hilang.

Kata Kunci: nyeri dada, STEMI, terapi *benson*

Abstract

The main problem in STEMI patients is usually chest pain caused by blockage of blood flow to the coronary artery, manifested by acute chest pain. The purpose of this scientific work is to obtain an overview of nursing care with the administration of Benson therapy. This study used a descriptive case study method with a nursing care approach. The study was conducted on April 15-17, 2025, with one respondent in the CVCU room of Arifin Achmad Provincial Hospital in Riau. Mr. N's main complaint was chest pain, which came and went. The patient reported that he had been experiencing pain for about a year, often in the morning, especially when the air was cold. The pain scale was 6. Based on the patient's complaints, the diagnosis was acute pain due to physiological injury. One appropriate intervention to reduce the pain scale for Mr. N was Benson therapy. The intervention was implemented for three consecutive days, each session lasting 10–15 minutes. The results of this nursing care showed a decrease in pain intensity, measured using the *Numeric Rating Scale* (NRS), with a pain intensity of 3. This indicates that Benson therapy can reduce pain intensity in this patient. It is hoped that the patient and family will apply Benson therapy regularly with the expectation that the pain will subside.

Keywords: chest pain, STEMI, benson therapy

✉Corresponding author :

Address : Indragiri Hulu, Riau

Email : hayatulhasma23@gmail.com

Phone : 082290155601

ISSN 2985-4822 (Media Online)

PENDAHULUAN

Penyakit kardiovaskular merupakan jenis penyakit tidak menular yang menyerang jantung dan pembuluh darah, termasuk diantaranya penyakit jantung koroner. Berdasarkan hasil pemeriksaan sindrom koroner akut terbagi menjadi tiga yaitu: *Unstabil Angina Pectoris* (UAP), *infark miokard akut* dengan *non elevasi Segmen ST* (NSTEMI) dan *infark miokard akut* dengan *elevasi segmen ST* (STEMI) (Saskia & Rasyid, 2022).

ST-elevasi miokard infark merupakan keadaan klinis yang muncul akibat tersumbatnya arteri koroner secara menyeluruh oleh trombus intrakoronar yang berkepanjangan sehingga menyebabkan terjadinya kerusakan plak aterosklerotik pada dinding koroner epikardial (Siregar et al., 2020). Di Indonesia, penyakit STEMI ini menempati posisi kedua sebagai penyebab kematian tertinggi setelah stroke. Kondisi STEMI tergolong keadaan darurat medis yang membahayakan nyawa, akibat terjadinya oklusi trombotik total pada arteri yang memicu serangan jantung (Tiara Nurbaiti Nusa et al., 2023)

Menurut WHO (*World Health Organization*) pada tahun 2021 penyakit jantung tetap merupakan penyebab kematian paling dominan di seluruh dunia yaitu diperkirakan 18,6 juta jiwa kehilangan nyawa akibat penyakit kardiovaskular. Jumlah kematian akibat penyakit kardiovaskular diproyeksikan terus meningkat dan diperkirakan akan mencapai 24,2 juta jiwa pada tahun 2030. *Global Registry of Acute Coronary Events* (GRACE) melaporkan bahwa sekitar 38% kasus Sindrom Koroner Akut tergolong STEMI. Menurut *American Heart Association* (AHA) pada tahun 2019 terdapat 789 ribu orang mengalami infark miokard.

Menurut data Riset Kesehatan Dasar tahun 2018, prevalensi STEMI di Indonesia mencapai 1,5%, setara dengan sekitar 1.017.290 individu. Pada seluruh kelompok usia, prevalensi STEMI pada perempuan tercatat sebesar 1,5% atau sekitar 506.576 orang, sedangkan pada laki-laki sebesar 1,3% atau sekitar 510.714 orang. Berdasarkan data dari *Medical Record* di ruangan Casrdiovaskular Care Unit (CVCU) RSUD Arifin Achmad Provinsi Riau tercatat sebanyak 359 kasus Sindrom Koroner Akut (SKA) tersebut terdiri dari 211 kasus pasien STEMI. Sedangkan menurut data dari RSUD Arifin Achmad Pekanbaru pada bulan Januari-Juni tahun 2025 tercatat sebanyak 189 kasus SKA. Dari 189 kasus SKA tersebut terdiri dari kasus STEMI sebanyak 117 kasus.

Masalah utama pada STEMI adalah nyeri dada yang diakibatkan oleh penyumbatan aliran darah ke koroner yang dimanefestasikan mengeluhkan nyeri dada yang muncul secara akut. Pasien dengan STEMI dapat mengalami nyeri hebat, yang ditunjukkan dengan skala nyeri lebih dari 7 pada skala 0 hingga 10. Diketahui bahwa diagnosa keperawatan yang paling sering muncul pada pasien dengan infark miokard akut adalah nyeri akut, dengan prevalensi sebesar 3%. Nyeri dada yang tidak tertangani dengan baik dapat memicu dampak fisiologis maupun psikologis, seperti ketidaknyamanan, peningkatan tekanan darah, dan perasaan cemas, serta gangguan irama jantung. Keadaan ini dapat memperberat kinerja jantung sekaligus meningkatkan kebutuhan oksigen di jaringan miokardium, yang pada akhirnya memperparah iskemia miokard serta menambah tekanan di area dada (Hapsari et al., 2022).

Pada pasien STEMI dampak negatif yang ditimbulkan dari penyakit ini berdampak pada ekonomi karena meningkatnya pengeluaran untuk tindakan medis dan perawatan di institusi rumah sakit, serta kebutuhan biaya yang diperlukan selama masa pemulihan pasien di rumah. Dampak lebih lanjut adalah timbulnya rasa nyeri di dada yang jika tidak ditangani akan menyebabkan kerusakan jantung permanen dan mengakibatkan kematian (Shang et al., 2022).

Penanganan yang efektif terhadap nyeri dada pada pasien STEMI sangat berpengaruh terhadap prognosis penyakit. Nyeri dapat ditangani dengan pendekatan medis maupun keperawatan, perawat dapat melakukan intervensi secara mandiri melalui pemberian terapi non-farmakologis, seperti terapi *benson* (Roslianti et al., 2022). Terapi *Benson* merupakan metode pernapasan yang umum diterapkan di rumah sakit untuk membantu mengatasi nyeri pada pasien. Berbeda dengan teknik relaksasi lain, terapi ini tidak melibatkan tekanan pada otot, sehingga menjadi sangat cocok digunakan untuk membantu menurunkan tingkat nyeri pada penderita STEMI. Selain itu, terapi benson juga efektif dalam menurunkan tingkat stres, kecemasan, ketidaknyamanan, kontraksi jantung, serta merangsang pelepasan hormon yang berperan dalam menurunkan intensitas nyeri (Wati & Sudrajat, 2023).

Menurut penelitian yang dilakukan oleh (Fahdilah et al., 2024) terhadap dua pasien di Rumah Sakit Tentara TK 01.07.01 Pematang Siantar, ditemukan adanya penurunan tingkat nyeri, yakni tingkat nyeri berkurang dari angka 7 menjadi 6 pada pasien pertama, dan dari 6 menjadi 1 pada pasien kedua. Penelitian serupa oleh (Legha & Mukin, 2023). Di RSUD dr. T. C. Hillers Maumere menunjukkan bahwa terapi *benson* yang diberikan selama tiga hari dengan durasi 30 menit setiap sesi efektif menurunkan nyeri dada dari skala 6 menjadi 3.

Penelitian yang dilakukan oleh (Fahdilah et al., 2024) menjelaskan bahwa setelah dilakukan terapi *benson* kepada 2 klien, maka didapatkan pada klien 1 terdapat penurunan nyeri dari skala 7 ke skala 6 pada klien pertama, dan dari skala 6 ke skala 1 pada klien kedua. Oleh karena itu, dapat disimpulkan bahwa terapi *benson* efektif digunakan pada pasien STEMI untuk mengurangi tingkat intensitas nyeri.

Selanjutnya dari pengkajian awal pada 15 April 2025 kepada Tn. N di RSUD Arifin Ahmad, didapatkan hasil bahwa pasien mengatakan nyeri dada, nyeri dirasakan hilang timbul, pasien mengungkapkan keluhan nyeri dirasakan sudah lama sekitar 1 tahun belakangan ini. Pasien mengatakan nyeri sering kali dirasakan pada pagi hari terutama ketika udara dingin. Pasien mengatakan sudah beberapa kali berobat ke Puskesmas untuk mendapatkan obat pereda nyeri yang dirasakan. Keluhan nyeri berat terasa bila beraktivitas berlebihan skala nyeri pasien 7, pasien tampak memegang area yang nyeri yaitu

Penerapan Terapi Benson Terhadap Penurunan Nyeri Dada Pada Pasien STEMI

dada pasien tampak meringis mengekspresikan nyeri yang dirasakan, pasien tampak gelisah dan pasien sulit tidur karena dada terasa nyeri, pasien tampak lemah. Karya ilmiah ini bertujuan untuk mengevaluasi efektivitas intervensi terapi *benson* dalam mengurangi nyeri dada pada pasien STEMI di RSUD Arifin Ahmad.

Sehubungan dengan penjelasan tersebut, peneliti berinisiatif untuk melakukan penelitian mengenai “Asuhan Keperawatan pada Tn. N dengan Penerapan Terapi *Benson* Terhadap Penurunan Nyeri Dada pada Pasien Stemi di Ruang CVCU RSUD Arifin Ahmad Provinsi Riau”.

METODE

Karya Ilmiah Akhir Ners ini menggunakan desain studi kasus yang dilakukan secara deskriptif. Penelitian studi kasus ini dimulai dari pengkajian, diagnosa, intervensi, implementasi dan evaluasi. Penelitian ini dilakukan pada tanggal 15-17 April 2025. Studi kasus ini berfokus pada asuhan keperawatan pada Tn. N dengan pemberian asuhan keperawatan pada Tn. N dengan penerapan terapi *benson* terhadap penurunan nyeri dada pada pasien STEMI di ruangan CVCU RSUD Arifin Achmad Provinsi Riau.

HASIL

Pengkajian

Berdasarkan hasil pengkajian, idapatkan hasil bahwa Tn. N umur 63 tahun pendidikan terakhir SMP, saat ini Tn. K berstatus belum menikah. Saat dilakukan pengkajian Tn. N mengeluh nyeri dada, nyeri dirasakan hilang timbul, pasien mengungkapkan keluhan nyeri di rasakan sudah lama sekitar 1 tahun belakangan ini. Pasien mengatakan nyeri sering kali dirasakan pada pagi hari terutama ketika udara dingin. Pasien mengatakan sudah beberapa kali berobat ke puskesmas untuk mendapatkan obat pereda nyeri yang dirasakan. Keluhan nyeri berat terasa bila beraktivitas berlebihan skala nyeri pasien 6, pasien tampak memegang area yang nyeri yaitu dada pasien tampak meringis mengekspresikan nyeri yang dirasakan, pasien tampak gelisah dan pasien sulit tidur karna dada terasa nyeri, pasien tampak lemah. Setelah dilakukan pemeriksaan didapatkan data TD : 140/80 mmHg, Nadi : 75x/ menit, RR : 20x/menit.

Pasien mengatakan sering kali mengalami keluhan yang sama seperti yang dirasakan saat ini, beberapa kali belakangan ini datang ke RSUD Arifin Achmad Pekanbaru untuk memeriksa kondisi kesehatannya saat ini. Psien mengatakan tidak tahu dengan metode terapi relaksasi benson dapat mengurangi nyeri dada untuk pasien stmi, pasien tidak tahu penanganan untuk mengurangi nyeri dada.

Tabel 1. Analisa Data

No	Data	Penyebab	Masalah Keperawatan
1	DS : 1. Pasien mengatakan nyeri dada 2. Pasien mengatakan nyeri dirasakan sudah sekitar 1 tahun belakangan 3. Pasien mengatakan nyeri sering kali dirasakan pagi hari terutama ketika udara dingin 4. Pasien mengatakan nyeri terasa berat saat beraktivitas 5. Pasien mengatakan nyeri hilang timbul DO : 1. Pasien tampak meringis 2. Pasien tampak gelisah 3. Pasien tampak memegang area yang nyeri 4. Skala nyeri 6 5. TD : 140/80 mmHg Nadi : 75x/menit	Agen pencedera fisiologis	Nyeri Akut
2	DS : 1. Pasien mengatakan nyeri dada 2. Pasien mengatakan nyeri dada terasa berat ketika udara dingin 3. Pasien mengatakan nyeri terasa berat saat beraktivitas DO : a. Pasien tampak lemah b. Pasien tampak meringis c. Pasien tampak memegang area nyeri d. TD : 140/80mmHg Nadi : 75x/ menit RR : 20x/ menit	Perubahan irama jantung	Penurunan curah jantung

Diagnosa Keperawatan

- 1. Nyeri akut b.d agen pencedera fisiologis (D.0077)
- 2. Penurunan curah jantung b.d perubahan irama jantung (D.0008)

Intervensi Keperawatan

No	Diagnosa Keperawatan (SDKI)	Intervensi dan Kriteria Hasil (SLKI)	Intervensi (SIKI)
1.	Nyeri akut b.d agen pencedera fisiologis	Setelah dilakukan tindakan keperawatan selama 3x24 jam, diharapkan tingkat nyeri menurun , dengan kriteria hasil : a. Keluhan nyeri : menurun b. Meringis : menurun c. Sikap protektif : menurun d. Gelisah : menurun	Manajemen Nyeri Observasi a. Identifikasi lokasi, durasi, karakteristik, frekuensi, intensitas nyeri b. Identifikasi skala nyeri c. Identifikasi faktor yang memperberat dan memperingan nyeri d. Identifikasi pengaruh nyeri pada kualitas hidup Terapeutik a. Berikan teknik nonfarmakologis untuk mengurangi nyeri seperti terapi <i>benson</i> b. Kontrol lingkungan yang memperberat rasa nyeri Pertimbangkan jenis dan sumber nyeri dalam pemilihan strategi meredakan nyeri Edukasi a. Jelaskan penyebab, periode, dan pemicu nyeri b. Jelaskan strategi meredakan nyeri c. Anjurkan memonitor nyeri secara mandiri d. Anjurkan menggunakan analgesik e. Ajarkan teknik nonfarmakologis untuk mengurangi nyeri Kolaborasi a. Kolaborasi pemberian analgetik, jika perlu

Implementasi Keperawatan

- Hari Pertama Tindakan keperawatan pada Tn. N pertama pada tanggal 15 april 2025 pukul 07: 05 WIB yaitu peneliti akan memberikan pemberian relaksasi *benson*, sebelum diberikan pemberian relaksasi benson peneliti akan melakukan observasi pengkajian nyeri dan TTV. Didaptkan data objektif sebagai berikut pasien tampak meringis TD : 140/80 mmHg, Nadi : 75x/menit, RR : 20x/menit suhu : 36,7°C dan pengukuran skala nyeri menggunakan *Number Rating Scale* (NRS) didapatkan skala nyeri 6 (nyeri sedang), setelah itu peneliti memeberikan relaksasi benson kepada Tn. N.
- Hari Kedua
Hari kedua peneliti melakukan observasi berupa pengecekan skla nyeri dan TTV kembali. Pada jam 10.00 WIB didapatkan data objektif TD : 110/68mmHg, Nadi : 85x/menit, RR : 19x/menit, S : 36,5°C dan skala nyeri diukur dengan menggunakan *Number Rating Scale* (NRS) didapatkan skala nyeri 4 (nyeri sedang), selanjutnya memberikan relaksasi benson kembali kepada pasien.
- Hari ketiga
Hari ketiga peneliti melakukan observasi skala nyeri dan TTV, pada jam 09:25 WIB didapatkan dara objektif TD : 115/82mmHg, Nadi : 88x/ menit, RR : 20x/menit, Suhu : 36,5° C. Selanjutnya pemberian relasasi benson, setelah memberikan pemberian relaksasi benson selama 3 hari berturut-turut peneliti kembali mengecek skala nyeri pada pasien menggunakan *Number Rating Scale* (NRS).

Evaluasi

- Hari pertama
Evaluasi pada tanggal 15 april 2024 pada pasien Tn.N peneliti memberikan relaksasi *benson*. Peneliti melakukan pengecekan skala nyeri menggunakan *Number Rating Scale* (NRS) didapatkan skala nyeri 5 (nyeri sedang)
- Hari Kedua
Evaluasi pada tanggal 16 april 2024 pada pasien Tn.N memberikan pemberian relaksasi *benson*. Peneliti melakukan pengecekan skala nyeri menggunakan *Number Rating Scale* (NRS) didapatkan skala nyeri 4 (nyeri sedang)
- Hari Ketiga
Evaluasi pada tanggal 17 april 2024 pada Tn.N pasien mengatakan pasien sudah mulai nyaman. Selanjutnya memberikan relaksasi benson. Setelah diberikan pemberian relaksasi benson sebanyak 3 kali berturut-turut pasien mengatakan nyerinya sudah berkurang ditandai dengan pasien sudah rileks. Selanjutnya dilakukan pengecekan skala nyeri kembali dengan skala nyeri awat 6 terjadi penurunan setelah dilakukan terapi *benson* menjadi skala nyeri 3.

PEMBAHASAN

Pengkajian

STEMI merupakan penyakit jantung yang dapat menyumbat pembuluh darah arteri koroner secara total sehingga oksigen tidak di suplai ke otot-otot jantung, STEMI dapat terjadi ketika trombus pada plak aterosklerotik yang sudah ada sebelumnya secara mendadak mengakibatkan aliran darah koroner menurun karena okulasi thrombus. Penyebab dari oklusi ini biasaya oleh arterosklerosis. Selain itu juga terdapat faktor resiko terjadinya STEMI seperti: merokok, hiperlipidemia, obesitas, hipertensi, kurang olahraga dan

usia (Mauidhah et al., 2022)

Nyeri dada yang tidak terkontrol menyebabkan masalah fisiologis psikologis seperti malaise, tekanan darah tinggi, kecemasan dan detak jantung yang tidak normal. Kondisi ini meningkatkan beban kerja jantung dan meningkatkan kadar oksigen dalam miokardium yang dapat memperparah iskemia miokard dan meningkatkan tekanan pada dada (Ningsih & Yuniartika, 2020).

Pasien mengeluh nyeri bagian dada sebelah kiri, ia mengungkapkan keluhan nyeri sudah 1 tahun belakangan ini. Pasien mengatakan nyeri ini sering kali dirasakan pada pagi hari terutama pada cuaca yang dingin dan beraktivitas berlebihan, keluhan nyeri dirasakan hilang timbul kadang terasa seperti tertusuk-tusuk skala nyeri 6 pasien tampak memegang area yang nyeri yaitu dada sebelah kiri pasien tampak meringis mengekspresikan nyeri yang dirasakan dan pasien sulit tidur karna menahan nyeri dada.

Diagnosa Keperawatan

Setelah dilakukan pengkajian keperawatan maka diagnosa keperawatan yang muncul adalah dari pengkajian yang dilakukan pasien mengalami nyeri dada. Diagnosa keperawatan merupakan satu penilaian klinis mengenai respons pasien terhadap masalah kesehatan atau proses kehidupan yang dialaminya baik langsung maupun potensial. Diagnosa keperawatan bertujuan untuk mengidentifikasi respons pasien individu, keluarga dan komunitas terhadap situasi yang berkaitan dengan kesehatan berdasarkan SIKI (2018). Berdasarkan pengkajian keperawatan dan dilakukannya Analisa data pada kasus Tn.N diagnosa yang dapat di angkat ada 2 yaitu :

1. Nyeri akut b.d agen pencedera fisiologis
2. Penurunan curah jantung b.d perubahan irama jantung

Berdasarkan hal tersebut diatas di dapatkan prioritas masalah keperawatan yaitu nyeri akut b.d agen pencedera biologis. Maka dari itu penulis berfokus untuk mengatasi nyeri yang dialami pasien. Diagnosa keperawatan sendiri memiliki tujuan untuk mengenali respons pasien, baik secara individu, keluarga, maupun komunitas terhadap kondisi atau situasi yang berkaitan dengan kesehatan (PPNI, 2017).

Berdasarkan penjelasan diatas, terdapat dua diagnosa yang ditegakkan karena pada saat pengkajian, keluhan yang dirasakan dan dikatakan pasien dan keluarga berdasarkan buku SDKI hanya dua diagnosa tersebut yang bisa ditegakkan.

Intervensi Keperawatan

Tahap ketiga pada proses keperawatan adalah intervensi keperawatan. Peneliti membuat beberapa intervensi untuk menurunkan nyeri dada dengan pemberian relaksasi *benson* kepada pasien 1 kali sehari. penulis mengacu pada panduan intervensi yang terdapat dalam buku Standar Intervensi Keperawatan Indonesia (SIKI) Edisi I cetakan II oleh PPNI (2017).

Berdasarkan penelitian yang dilakukan oleh (Siwi et al., 2023) menyatakan bahwa terapi relaksasi *benson* merupakan teknik pernafasan yang sesuai untuk meredakan nyeri pada pasien stemi dan merupakan terapi komplementer dalam mengurangi nyeri pada pasien AMI dari skala nyeri 5 menjadi 2 pada pasien peratama dan terjadi penurunan dari skala 5 menjadi skala 1 pada pasien kedua.

Intervensi yang dapat dilakukan oleh perawat secara mandiri adalah pemberian terapi non farmakologi, salah satunya dengan teknik relaksasi *benson*. Relaksasi *benson* ini merupakan relaksasi yang menggunakan teknik pernafasan yang biasa digunakan di rumah sakit untuk pasien dengan nyeri. Namun relaksasi *benson* ini tidak menggunakan ketegangan otot, sehingga sangat sesuai untuk meredakan nyeri pada pasien STEMI (Wati & Sudrajat, 2023).

Implementasi Keperawatan

Implementasi atau tindakan keperawatan adalah serangkaian kegiatan yang dilakukan oleh perawat untuk melakukan intervensi keperawatan pada Tn. N. kegiatan yang diberikan yaitu pemberian relaksasi *benson* untuk menurunkan nyeri dada pada pasien stemi. Pada saat pemberian relaksasi *benson* terlihat dengan jelas penurunan yang terjadi pada pasien nyeri dada walaupun tidak turun secara drastis.

Implementasi diberikan selama 3 hari berturut-turut agar terjadi penurunan nyeri dada pada Tn.N. Implementasi dilakukan pertama kali tanggal 15 April 2025. Saat itu kondisi pasien nyeri dada menjalar sampai ke punggung. Tindakan yang peneliti lakukan yaitu melakukan terapi relaksasi *benson*. Pada hari ke dua dan ketiga, intervensi yang diberikan kepada pasien yaitu pengulangan intervensi yang sama pada hari pertama.

Penelitian yang dilakukan oleh (Botutihe & Munir, 2025) Bahwa pemberian terapi relaksasi *benson* terbukti mampu membantu menurunkan nyeri pasien coronary artery disease dimana skor nyeri setelah diberikan relaksasi *benson* lebih rendah dibandingkan sebelum pemberian relaksasi *benson*. Hal ini terjadi karena penggabungan antara teknik pernafasan dan unsur keyakinan pada relaksasi *benson* akan menimbulkan rasa nyaman dan rileks.

Evaluasi Keperawatan

Evaluasi yang diharapkan pada pasien dengan nyeri dada yaitu terjadinya penurunan skala nyeri setelah melakukan terapi relaksasi *benson*. Berdasarkan studi kasus evaluasi yang didapatkan pada hari pertama terjadi penurunan skala nyeri dari skala 6 menjadi skala 5, pada hari ke dua menjadi skala 4, dan pada hari ketiga terjadi penurunan skala nyeri 3.

Menurut SDKI (2018) tujuan keperawatan diharapkan mengatasi nyeri pada Tn. N setelah diberikan pemberian relaksasi *benson* selama 3 hari berturut turut pasien mengatakan setelah dilakukan implementasi pemberian relaksasi *benson* pasien mengalami penurunan nyeri pada dari hari pertama 6 hari kedua 5 dan

hari ketiga 3.

UCAPAN TERIMA KASIH

Peneliti mengucapkan terima kasih kepada pembimbing dan penguji yang telah membantu menyelesaikan Karya Ilmiah Akhir Ners ini, pasien dan keluarga yang telah bersedia membantu menyelesaikan Karya Ilmiah Akhir Ners ini, kedua orang tua, kakak dan adik serta sahabat dan kepada semua pihak yang sudah memberi bantuan dalam Karya Ilmiah Akhir Ners ini.

SIMPULAN

1. Hasil pengkajian pada tanggal 15-17 April tahun 2025 ditemukan adanya data-data yang menunjukkan bahwa pasien Tn. N menderita STEMI ditandai dengan skala nyeri 7.
2. Diagnosis keperawatan yang muncul pada Tn N adalah nyeri akut b.d agen pencedera biologis.
3. Intervensi yaitu pemberian relaksasi benson untuk menurunkan nyeri pada Tn N
4. Implementasi yang diberikan sesuai dengan intervensi yaitu memberikan pemberian relaksasi benson sampai masalah teratasi
5. Evaluasi menunjukkan adanya penurunan nyeri dari skala 7 menjadi 5, hari kedua menjadi skala 4, hari ketiga menjadi skala 3.

DAFTAR PUSTAKA

- Botutihe, P. A. P., & Munir, N. W. (2025). *Efektivitas Terapi Relaksasi Benson Dalam Mengurangi Nyeri Dada Pada Pasien Chest Pain Di Ruang IGD Rs Ibnu Sina YW UMI Makassar Effectiveness of Benson Relaxation Therapy in Reducing Chest Pain Among Patients with Chest Pain in the Emergency Department o. November*, 8680–8685.
- Fahdilah, S., Siregar, N., Keperawatan Kesdam, A. I., Pematangsiantar, B., & Utara, S. (2024). Implementasi Terapi Relaksasi Benson untuk Menurunkan Intensitas Nyeri pada Pasien Stemi di Rumah Sakit Tentara TK IV 01.07.01 Pematangsiantar. In *Journal of Comprehensive Science p-ISSN* (Vol. 3, Issue 10).
- Hapsari, A. I., Rosyid, F. N., & Irianti, A. D. (2022). Efektifitas Thermo Terapy (Terapi Hangat) Untuk Meredakan Nyeri Dada Pada Pasien Acute Coronary Syndrome (ACS) Di Ruang ICCU RS Soeradji Tirtonegoro Klaten : Case Report. *National Confrence on Health Sciene (NCoHS)*, 1, 20–28.
- Legha, A. D., & Mukin, F. A. (2023). *PENERAPAN TERAPI RELAKSASI BENSON UNTUK MENURUNKAN SKALA NYERI PASIEN DENGAN PENYAKIT JANTUNG KORONER*. In *Jurnal Keperawatan dan Kesehatan Masyarakat* (Vol. 10, Issue 1).
- Ningsih, E. S., & Yuniartika, W. (2020). Studi literatur: thermotherapy untuk mengatasi nyeri dada pada pasien sindrom koroner akut (ska). *The 12th University Research Colloquium*, 48–55.
- Roslianti, E., Azmi, A., Permatasari, W., Hidayat, N., & Lismayanti, L. (2022). Case Study: Deep Breathing Relaxation Intervention to Reduce Pain in Post Sectio Caesarea Client. *Journal Genius General Nursing Science*, 03(27237729), 166–173. <https://doi.org/10.56359/gj>
- Saskia, G., & Rasyid, T. A. (2022). Analisis Asuhan Keperawatan Pada Pasien Infark Miokard Akut Dengan Mobilisasi Dini Terhadap Frekuensi Nadi Dan Tekanan Darah. *Jurnal Ners*, 6(2), 200–208. <http://journal.universitaspahlawan.ac.id/index.php/ners/article/view/6802>
- Shang, Z., Liu, Y., Yu Yao, Y., Xin Yu, W., Hai Yi, Y., & Wei, G. (2022). Early identification of STEMI patients with emergency chest pain using lipidomics combined with machine learning. *Journal of Geriatric Cardiology*, 19(9), 685–695. <https://doi.org/10.11909/j.issn.1671-5411.2022.09.003>
- Siregar, M. F., Akbar, N. Z., Nasution, A. N., Hasan, H., & Lubis, H. A. P. (2020). Comparison of Myocardial Blush Grade in Stemi Patients With and Without Resolution on Reciprocal St Segment Depression Undergoing Primary Percutaneous Coronary Intervention. *International Journal of Research Science and Management*, 7(10), 19–23. <https://doi.org/10.29121/ijrsm.v7.i10.2020.3>
- Siwi, A. S., Yudono, D. T., Sebayang, S. M., & Tunis, A. (2023). Efikasi Teknik Relaksasi Benson Pada Skor Nyeri Pasien Acute Myocardial Infarction (AMI). *Citra Delima Scientific Journal of Citra Internasional Institute*, 7(1), 26–29. <https://doi.org/10.33862/citradelima.v7i1.343>
- Tiara Nurbaiti Nusa, Haslinda Damansyah, Susanti Monoarfa, & Agusalm Dali. (2023). Penerapan Terapi Relaksasi Otot Progresif Terhadap Kecemasan Pasien STEMI di Ruangan CVCU RSUD Prof.Aloei Saboe. *Jurnal Ventilator*, 1(2), 89–98. <https://doi.org/10.59680/ventilator.v1i2.307>
- Wati, J., & Sudrajat. (2023). Analisis Keperawatan dalam Manajemen Nyeri dengan Intervensi Relaksasi Benson Melalui Pendekatan Model Self Care Doretha Orem di Rumah Sakit. In *Jurnal Ilmu Kesehatan Indonesia (JIKSI) E-ISSN* (Vol. 4, Issue 2).