

Program Studi Pendidikan Profesi Ners
Fakultas Ilmu Kesehatan
Universitas Muhammadiyah Pekajangan Pekalongan
Juli, 2025

ABSTRAK

**Penerapan Teknik Relaksasi *Benson* Terhadap Penurunan Intensitas Nyeri
Pada Kasus *Unstable angina pectoris* Di Ruang Nusa Indah 2 RSUD Dr.
Adhyatma MPH Provinsi Jawa Tengah**

Liza Kartika Dewi, Nurul Aktifah, Herni Andariyani

Latar Belakang : *Unstable angina pectoris* (UAP) merupakan salah satu penyakit kardiovaskular yang sering tidak disadari karena gejalanya ringan, seperti nyeri dada sesaat, sehingga penderita sering terlambat menyadari kondisinya. UAP ini menunjukkan peningkatan prevalensi secara signifikan di Indonesia dari tahun 2018 sejumlah 16,5% meningkat menjadi 26,4% penderita pada tahun 2020. Manajemen nyeri pada pasien UAP melibatkan dua metode yaitu terapi farmakologis maupun nonfarmakologis. Salah satu metode nonfarmakologis yang efektif adalah teknik relaksasi Benson. Tujuan studi ini adalah untuk mengetahui pengaruh penerapan relaksasi benson terhadap penurunan intensitas nyeri pada kasus pasien UAP.

Metode : Karya ilmiah akhir ini menggunakan desain studi kasus, pada satu pasien dengan *Unstable angina pectoris* (UAP) dengan teknik penerapan *Evidance Based Practice Nursing* terkait Relaksasi *Benson* dilakukan selama 3 hari 1 kali sehari. Penelitian ini menggunakan sampel satu pasien dengan *Unstable angina pectoris* (UAP) diruang medical bedah Nusa Indah 2 RSUD Dr. Adhyatma MPH Provinsi Jawa Tengah.

Hasil : Hasil studi kasus ini menunjukkan bahwa terapi relaksasi benson dapat menurunan nyeri dari skala 6 ke skala 2 dalam 3 hari pelaksanaan pada pasien dengan *Unstable angina pectoris* (UAP).

Simpulan : Studi ini diharapkan dapat menjadi referensi pihak rumah sakit untuk mengaplikasikan terapi non-farmakologis relaksasi benson pada pasien dengan UAP sebagai upaya untuk membantu menurunkan intensitas nyeri.

Kata kunci : Relaksasi *Benson*, Intensitas Nyeri, *Unstable angina pectoris*

Daftar pustaka : 19 (2015-2025)