

**PENERAPAN TERAPI RELAKSASI *BENSON* UNTUK MENURUNKAN  
INTENSITAS NYERI PADA PASIEN POST OPERASI LAPAROTOMY DI  
RUANG HCU CEMPAKA RUMAH SAKIT UMUM DAERAH (RSUD)**

**DR. MOEWARDI SURAKARTA**

Annisa' Nur Rahmawati<sup>1</sup>, Eska Dwi Prajayanti<sup>2</sup>  
annisa'nurrahmawati.students@aiska-university.ac.id

Universitas 'Aisyiyah Surakarta

**ABSTRAK**

**Latar Belakang :** . Pembedahan merupakan tindakan pengobatan invasif dengan membuka bagian tubuh melalui sayatan yang diakhiri dengan penutupan atau penjahitan luka. Untuk menangani nyeri telah melakukan pengembangan menggabungkan intervensi farmakologi dan non farmakologi. Relaksasi *Benson* merupakan pengembangan metode relaksasi nafas dalam dengan melibatkan faktor keyakinan pasien yang menciptakan lingkungan yang tenang. **Tujuan:** Mengetahui hasil penerapan terapi relaksasi *benson* untuk menurunkan intensitas nyeri pada pasien post operasi laparotomi di HCU Cempaka Rumah Sakit Umum Daerah (RSUD) Dr. Moewardi Surakarta **Metode :** Jenis penelitian adalah penelitian deskriptif dalam bentuk *case study* (studi kasus). Dengan melibatkan 2 pasien pasca operasi. Instrument penelitian menggunakan kuesioner *Numeric Rating Scale (NRS)*. **Hasil :** Hasil penelitian menunjukkan Sebelum dilakukan penerapan terapi relaksasi *benson* pada Tn.M didapatkan skor NRS sebesar 7 (nyeri berat) sedangkan pada Ny.H didapatkan skor NRS sebesar 6 (nyeri sedang), Sesudah dilakukan penerapan terapi relaksasi *benson* selama 3 hari pada Tn.M didapatkan skor NRS sebesar 3, demikian pula untuk Ny.H setelah dilakukan penerapan didapatkan skor NRS sebesar 3, sehingga dapat disimpulkan setelah diberikan intervensi dalam kategori nyeri ringan. **Kesimpulan:** Setelah dilakukan penerapan terapi relaksasi *benson* selama 3 hari berturut turut pada Tn.M dan Ny.H dapat disimpulkan terjadi penurunan tingkat nyeri pada kedua pasien.

**Kata Kunci:** Relaksasi *Benson*, Nyeri, Post Operasi