



KARYA ILMIAH AKHIR NERS
PENERAPAN TERAPI BENSON TERHADAP ANSIETAS
PASIEN PRE OPERASI DI RS CHARLIE HOSPITAL
PROVINSI JAWA TENGAH

PUPUT TRIWIDATUL JANNAH

2007063

PRODI PENDIDIKAN PROFESI NERS PROGRAM PROFESI
UNIVERSITAS WIDYA HUSADA SEMARANG
TAHUN 2025



KARYA ILMIAH AKHIR NERS
PENERAPAN TERAPI BENSON TERHADAP ANSIETAS
PASIEN PRE OPERASI DI RS CHARLIE HOSPITAL
PROVINSI JAWA TENGAH

Karya ilmiah akhir ners ini disusun sebagai salah satu persyaratan untuk menyelesaikan Program Pendidikan Profesi Ners

PUPUT TRIWIDATUL JANNAH

2007063

PRODI PENDIDIKAN PROFESI NERS PROGRAM PROFESI
UNIVERSITAS WIDYA HUSADA SEMARANG
TAHUN 2025

PERNYATAAN KASLIAN PENELITIAN

Saya yang bertanda tangan di bawah ini:

Nama : Puput Triwidatul Jannah

Tempat tanggal lahir : Semarang, 19 Mei 2002

NIM : 2007063

Program Studi : Pendidikan Profesi Ners

Dengan ini menyatakan dengan sebenar-benarnya bahwa :

1. Kian dengan judul “ Penerapan Terapi Benson Terhadap Ansietas Pasien Pre Operasi Di Charlie Hospital Provinsi Jawa Tengah “ adalah hasil karya saya, dan dalam naskah ini tidak terdapat karya ilmiah yang pernah diajukan oleh orang lain untuk memperoleh gelar Ners di suatu Perguruan Tinggi, dan tidak terdapat karya atau pendapat yang pernah ditulis atau diterbitkan oleh orang lain baik sebagian atau keseluruhan, kecuali secara tertulis dikutip dalam naskah ini dan diterbitkan dalam sumber kutipan atau daftar pustaka.
2. Apabila ternyata dalam naskah kian ini dapat dibuktikan terdapat unsur-unsur plagiat, saya bersedia diproses dengan ketentuan hukum yang berlaku. Kian ini dapat dijadikan sumber pustaka yang merupakan hak bebas royalti non eksklusif.

Demikian pernyataan ini saya buat sebenar-benarnya untuk dipergunakan sebagaimana mestinya.

Semarang, 20 Mei 2025

Yang menyatakan

Puput Triwidatul Jannah

PERSETUJUAN SIAP UJIAN KARYA ILMIAH

Judul KIAN : Penerapan Terapi Benson Terhadap Ansietas PasienPre
Operasi Di RS Charlie Hospital Provinsi Jawa Tengah
Nama Mahasiswa : Puput Triwidatul Jannah
NIM : 2007063

Siap dipertahankan di depan Tim Penguji

Pada 14 Juli 2025

Menyetujui,

Pembimbing



(Dwi Nur Aini S. Kep.,Ns., M. Kep)

(NUPTK: 1757763664230232)

HALAMAN PENGESAHAN KIAN

Judul KIAN : Penerapan Terapi Benson Terhadap Ansietas Pasien
Pre Operasi Di RS Charlie Hospital Provinsi Jawa
Tengah

Nama mahasiswa : Puput Triwidatul Jannah

NIM : 2007063

Telah pertahankan di depan Penguji pada:
14 Juli 2025

Penguji : Ns. Chandra Hadi P, S.Kep, M.Kes ()

Anggota Penguji : Ns. Dwi Nur Aini, S.Kep, M.Kep ()

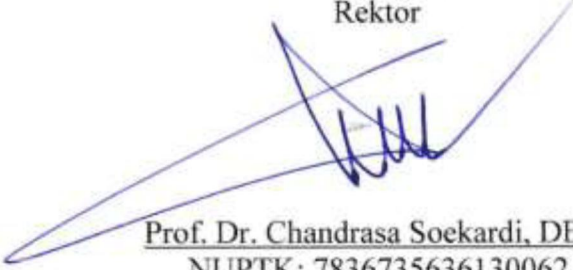
Mengetahui

Universitas Widya Husada Semarang

Prodi Pendidikan Profesi Ners Program Profesi

Rektor

Ketua


Prof. Dr. Chandrasa Soekardi, DEA.
NUPTK: 7836735636130062


Heny Prasetyorini, S.Kep., Ns., M.Kep.
NUPTK: 1359762663230203

KATA PENGANTAR

Puji syukur kepada Allah SWT yang telah melimpahkan rahmat dan Hidayah-Nya sehingga Karya Ilmiah Akhir Ners mdengan judul “Penerapan Terapi Benson Terhadap Ansietas Pasien Pre Operasi Di RS Charlie Hospital Provinsi Jawa Tengah”. Ini dapat terselesaikan dengan baik. Penyusunan Karya Ilmiah ini tidak lepas dari bimbingan dan dukungan dari berbagai pihak. Oleh karena itu penulis mengucapkan banyak terimakasih kepada:

1. Bapak Prof. Dr. Chandrasa Soekardi, DEA selaku Rektor Universitas Widya Husada Semarang
2. Ibu Dr. Edvi Gracia Ardani, E.M.P., M.Par. selaku Wakil Rektor Bidang Akademik
3. Ns. Heny Prasetyorini, S.Kep., M.Kep selaku Ketua Program Studi Keperawatan Universitas Widya Husada Semarang.
4. Ns. Dwi Nur Aini, S.Kep., M.Kep selaku Dosen Pembimbing yang telah membimbing dalam penulisan karya tulis ilmiah ini.
5. Ns. Chandra Hadi P, S.Kep., M.Kes selaku selaku pemguji terimakasih atas bimbingan, kritik dan sarannya sehingga Karya ilmiah ini dapat terselesaikan dengan baik
6. Seluruh dosen Prodi pendidikan Profesi Ners Program Profesi Universitas Widya Husada yang selalu memberi dukungan dan motivasi kepada penulis.
7. Kepada kedua orang tua penulis yaitu bapak Ponimin dan ibu Sukasih, orang yang hebat yang menjadi penyemangat,sandaran terkuat dari kerasnya dunia. Yang tidak henti- hentinya memberikan kasih sayang dengan penuh cinta dan selalu memberikan motivasi, Terimakasih untuk berkat do'a dan dukungan sehingga penulis bisa berada di titik ini. Teruntuk ibu dan bapak semoga Allah SWT selalu melindungi,meridhoi,memberikan nikmat sehat dan di karuniakan surga terbaik untuk kalian berdua.
8. Kepada (Alm) Adelia Faranisa Putri, Terimakasih telah menjadi alasan penulis agar terus belajar untuk tetap hidup lebih baik lagi.
9. Kepada kakak-kakak tercinta yang selalu memberikan support kepada penulis.

10. Kepada seseorang yang tak kalah penting kehadirannya, Praka Dimas Willyan, Terimakasih telah menjadi bagian dari perjalanan hidup penulis, yang telah berkontribusi menjadi support sistem, menjadi pendamping dalam segala hal. Yang menemani, memberi semangat, dukungan, dan meluangkan waktu untuk mendengar keluh kesah sehingga penulis dapat menyelesaikan karya ilmiah Ners dengan baik. Semoga Allah SWT selalu memberikan keberkahan dalam segala hal yang kita lalui.
11. Teman-teman yang telah memberikan motivasi dalam menyelesaikan karya tulis ilmiah ini.

Penulis menyadari bahwa penyusunan Karya Ilmiah Akhir Ners ini memiliki banyak kekurangan. Oleh karena itu penulis membutuhkan saran dan kritik untuk perbaikan Karya Ilmiah.

Semarang, 04 Juli 2025

Penulis

Penerapan Terapi Benson Terhadap Ansietas Pasien Pre Operasi Di Ruang IBS RS Charlie Hospital Provinsi Jawa Tengah

Puput Triwidatul Jannah¹, Dwi Nur Aini²

¹Mahasiswa Prodi Pendidikan Profesi Ners
Universitas Widya Husadaa Semarang

²Dosen Prodi Pendidikan Ners Program Profesi
Universitas Widya Husada Semarang

Email: triwidatulpuput@gmail.com

ABSTRAK

Latar belakang: Kecemasan preoperatif merupakan kondisi psikologis yang umum dialami pasien sebelum menjalani tindakan bedah dan dapat berdampak negatif terhadap proses penyembuhan.

Tujuan: Untuk mengetahui penerapan terapi Benson dalam menurunkan tingkat ansietas pasien pre operasi di RS Charlie Hospital Provinsi Jawa Tengah.

Metode: Desain karya ilmiah akhir ini adalah studi kasus dengan pendekatan asuhan keperawatan. Subjek penelitian terdiri dari empat pasien yang mengalami kecemasan sedang hingga berat berdasarkan skor kuesioner APAIS. Intervensi dilakukan dengan menerapkan terapi relaksasi Benson selama 15 menit pada masing-masing responden sebelum operasi.

Hasil: Menunjukkan bahwa sebelum intervensi, tiga responden mengalami ansietas berat dan satu responden mengalami ansietas sedang. Setelah dilakukan terapi Benson, tingkat kecemasan seluruh responden menurun secara signifikan, dengan tiga responden menunjukkan penurunan menjadi ansietas ringan dan satu responden tetap pada tingkat sedang. Penurunan skor kecemasan ini menunjukkan bahwa teknik relaksasi Benson efektif dalam membantu pasien mengelola stres dan ketakutan menjelang tindakan bedah.

Kesimpulan: Bahwa penerapan terapi Benson dapat digunakan sebagai intervensi nonfarmakologis yang efektif dalam menurunkan tingkat ansietas pasien pra operasi. Terapi ini tidak memerlukan alat khusus, mudah dilakukan, dan dapat diintegrasikan dalam pelayanan keperawatan preoperatif secara rutin. Diharapkan penelitian ini menjadi acuan bagi pengembangan intervensi keperawatan yang lebih holistik dan humanistik.

Kata kunci: Terapi Benson, Ansietas, Pre Operasi,

Implementation of Benson Therapy for Anxiety in the IBS Ward at Charlie Hospital, Central Java Province

Puput Triwidatul Jannah¹, Dwi Nur Aini²

¹Student, Nursing Professional Education Program

Widya Husada University, Semarang

²Lecturer, Nursing Professional Education Program

Widya Husada University, Semarang

Email: triwidatulpuput@gmail.com

ABSTRACT

Background: Preoperative anxiety is a common psychological condition experienced by patients before undergoing surgery and can negatively impact the healing process.

Objective: To determine the application of Benson therapy in reducing preoperative anxiety levels in patients at Charlie Hospital, Central Java Province.

Methods: The design of this final paper is a case study with a nursing care approach. The research subjects consisted of four patients experiencing moderate to severe anxiety based on their APAIS questionnaire scores. The intervention was carried out by applying Benson relaxation therapy for 15 minutes to each respondent before surgery.

Results: Prior to the intervention, three respondents experienced severe anxiety and one experienced moderate anxiety. After Benson therapy, all respondents' anxiety levels decreased significantly, with three respondents experiencing a decrease to mild anxiety and one remaining at moderate levels. This decrease in anxiety scores indicates that the Benson relaxation technique is effective in helping patients manage stress and fear before surgery.

Conclusion: Benson therapy can be used as an effective non-pharmacological intervention to reduce preoperative anxiety in patients. This therapy does not require special equipment, is easy to perform, and can be integrated into routine preoperative nursing care. This study is expected to serve as a reference for the development of more holistic and humanistic nursing interventions.

Keywords: Benson Therapy, Anxiety, Preoperative

DAFTAR ISI

HALAMAN JUDUL.....	I
HALAMAN JUDUL	ii
LEMBAR PERNYATAAN KEASLIAN KARYA ILMIAH	iii
LEMBAR PERSETUJUAN SIAP UJIAN KARYA ILMIAH	iv
HALAMAN PENGESAHAN KIAN	v
ABSTRAK	vi
ABSTRACT	viii
KATA PENGANTAR.....	vi
DAFTAR ISI.....	viii
BAB I PENDAHULUAN	
A. Latar Belakang	1
B. Rumusan Masalah	2
C. Tujuan	2
BAB II TINJAUAN PUSTAKA	
A. Pengertian.....	5
B. Konsep Pre Operasi.....	15
C. Konsep Relaksasi Benson	17
BAB III METODE STUDI KASUS	
A. Rancangan Studi Kasus.....	21
B. Subjek Studi Kasus	21
C. Focus Studi Kasus	22
D. Definisi Operasional.....	22
E. Instrumen Studi Kasus	23
F. Metode Pengumpulan Data	25
G. Lokasi Studi Kasus.....	26
H. Alat dan Penyajian Data.....	26
I. Etika Stdui Kasus	26
BAB IV HASIL STUDI KASUS DAN PEMBAHASAN	

A. Hasil Studi Kasus	28
B. Pembahasan.....	29

BAB V KESIMPULAN DAN SARAN

A. Kesimpulan	35
B. Saran.....	36

DAFTAR PUSTAKA

DAFTAR TABEL

Tabel 3.1 Karakteristik Responden	28
Tabel 3.2 Ansietas sebelum diberikan relaksasi benson di ruang IBS RS Charlie Hospital Provinsi Jawa Tengah	29



