

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

