



KARYA ILMIAH AKHIR NERS

**PENGARUH TERAPI RELAKSASI BENSON UNTUK
MENURUNKAN RASA NYERI PRE OPERASI
PADA PASIEN FRAKTUR DI RSUD BATANG**

Karya Ilmiah Akhir Ners ini disusun sebagai salah satu persyaratan untuk menyelesaikan Prodi Pendidikan Profesi Ners Program Profesi

Ahmad Rozin

NIM: 2508007

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

PERSETUJUAN SIAP UJIAN KARYA ILMIAH

Judul Karya Ilmiah : Pengaruh Terapi Relaksasi Benson Untuk Menurunkan Rasa
Nyeri Pre Operasi Pada Pasien Fraktur di RSUD Batang

Nama mahasiswa : Ahmad Rozin

NIM : 2508007

Siap dipertahankan di depan Penguji Pada tanggal 03 Desember 2025

Menyetujui,

Pembimbing



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

HALAMAN PENGESAHAN KARYA ILMIAH

Judul Karya Ilmiah : Pengaruh Terapi Relaksasi Benson Untuk Menurunkan
Rasa Nyeri Pre Operasi Pada Pasien Fraktur di RSUD
Batang,

Nama mahasiswa : Ahmad Rozin

NIM : 2508007

Telah di pertahankan di depan Penguji pada :

Desember 2025

Menyetujui,

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

Anggota Penguji : Heny Prasetyorini, S.Kep., Ns., M.Kep ()

Mengetahui,

Rektor

Ketua Program Studi Keperawatan



Prof. Dr. Soekardi, DEA.
NUPTK : 7836735636130062

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

PERNYATAAN KEASLIAN KARYA ILMIAH

Saya yang bertanda tangan di bawah ini :

Nama : Ahmad Rozin
Tempat tanggal lahir : Batang, 06 Oktober 1986
NIM : 2508007
Program Studi : Profesi Ners

Dengan ini menyatakan dengan sebenar-benarnya bahwa :

1. Laporan Karya Ilmiah dengan judul “Pengaruh Terapi Relaksasi Benson Untuk Menurunkan Rasa Nyeri Pre Operasi Pada Pasien Fraktur di RSUD Batang“ adalah hasil karya saya, dan dalam naskah ini tidak terdapat karya ilmiah yang pernah diajukan oleh orang lain untuk memperoleh gelar Profesi 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 laporan Karya Ilmiah ini dapat dibuktikan terdapat unsur unsur plagiat, saya bersedia laporan Karya Ilmiah ini digugurkan dan gelar akademik yang telah saya peroleh dibatalkan, serta diproses dengan ketentuan hukum yang berlaku.
3. Laporan Karya Ilmiah ini dapat dijadikan sumber pustaka yang merupakan hak bebas *royalty* non eksklusif.

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

Semarang, Oktober 2025.

Ahmad Rozin

KATA PENGANTAR

Puji syukur kepada Allah SWT yang telah melimpahkan rahmat dan Hidayah-Nya sehingga Karya Ilmiah Akhir Ners dengan judul “Pengaruh Terapi Relaksasi Benson Untuk Menurunkan Rasa Nyeri Pre Operasi Pada Pasien Fraktur di RSUD Batang” 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. Prof Ir. Chandrasa Soekardi, DEA sebagai Rektor Universitas Widya Husada Semarang
2. Heny Prasetyorini, S.Kep.,Ns.,M.Kep, Ketua Program Studi Keperawatan Universitas Widya Husada Semarang. Dan selaku pembimbing yang telah membimbing dalam penulisan karya tulis ilmiah ini.
3. Chandra Hadi P., S.Kep., M.Kes selaku penguji yang di harapkan masuknya dalam penulisan karya tulis ilmiah ini
4. Seluruh dosen Prodi pendidikan Profesi Ners Program Profesi Universitas Widya Husada yang selalu memberi dukungan dan motivasi kepada penulis.
5. Ismayanti selaku istri yang selalu memberikan Motivasi dalam belajar dan menyelesaikan karya tulis ilmiah ini
6. 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, Oktober 2025

Penulis

Ahmad Rozin¹, Heny Prasetyorini²

¹Mahasiswa Prodi Pendidikan Profesi Ners Program Profesi
Universitas Widya Husada Semarang

²Dosen Prodi Pendidikan Profesi Ners Program Profesi
Universitas Widya Husada Semarang

ABSTRAK

Latar Belakang Nyeri merupakan keluhan utama yang sering dialami pasien fraktur pada fase pre operasi akibat kerusakan jaringan dan respons inflamasi. Nyeri yang tidak tertangani dengan baik dapat menimbulkan kecemasan, peningkatan respon fisiologis, serta mengganggu kesiapan pasien dalam menghadapi tindakan pembedahan. Terapi relaksasi Benson merupakan salah satu intervensi keperawatan nonfarmakologis yang menggabungkan teknik pernapasan dalam dengan unsur keyakinan untuk menimbulkan efek relaksasi dan menurunkan persepsi nyeri. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui pengaruh terapi relaksasi Benson terhadap penurunan rasa nyeri pre operasi pada pasien fraktur di RSUD Batang.

Metode

Penelitian ini menggunakan pendekatan studi kasus deskriptif dengan desain *one group pretest–posttest*. Subjek studi kasus terdiri dari 5 pasien fraktur pre operasi yang memenuhi kriteria inklusi. Intervensi terapi relaksasi Benson diberikan selama 2 hari berturut-turut, satu kali sehari dengan durasi ± 15 menit. Pengukuran tingkat nyeri dilakukan sebelum dan sesudah intervensi menggunakan *Numeric Rating Scale* (NRS).

Hasil

Hasil studi kasus menunjukkan bahwa seluruh responden mengalami penurunan tingkat nyeri setelah diberikan terapi relaksasi Benson. Tingkat nyeri sebelum intervensi berada pada kategori nyeri sedang hingga berat. Setelah diberikan intervensi, tingkat nyeri responden menurun menjadi kategori nyeri ringan hingga sedang.

Kesimpulan

Terapi relaksasi Benson efektif dalam menurunkan rasa nyeri pre operasi pada pasien fraktur. Intervensi ini dapat dijadikan sebagai alternatif manajemen nyeri nonfarmakologis yang aman, mudah diterapkan, dan dapat membantu meningkatkan kenyamanan pasien sebelum menjalani tindakan pembedahan.

Kata Kunci: terapi relaksasi Benson, nyeri, pre operasi, fraktur, intervensi keperawatan

Ahmad Rozin¹, Heny Prasetyorini²
¹Student of the Nursing Professional Education Program
Widya Husada University, Semarang
²Lecturer of the Nursing Professional Education Program
Widya Husada University, Semarang

ABSTRACT

Background: Pain is a common complaint experienced by fracture patients in the preoperative phase due to tissue damage and inflammatory responses. Untreated pain can cause anxiety, increase physiological responses, and interfere with patient preparedness for surgery. Benson relaxation therapy is a non-pharmacological nursing intervention that combines deep breathing techniques with elements of faith to induce relaxation and reduce pain perception. This study aims to determine the effect of Benson relaxation therapy on reducing preoperative pain in fracture patients at Batang Regional General Hospital.

Methods

This study used a descriptive case study approach with a one-group pretest-posttest design. The case study subjects consisted of five preoperative fracture patients who met the inclusion criteria. The Benson relaxation therapy intervention was administered for two consecutive days, once daily for approximately 15 minutes. Pain levels were measured before and after the intervention using the Numeric Rating Scale (NRS).

Results

The case study results showed that all respondents experienced a reduction in pain levels after receiving Benson relaxation therapy. Pain levels before the intervention were moderate to severe. After the intervention, the respondents' pain levels decreased to mild to moderate.

Conclusion

Benson relaxation therapy is effective in reducing preoperative pain in fracture patients. This intervention can be used as a safe, easy-to-implement nonpharmacological pain management alternative that can help improve patient comfort before surgery.

Keywords: Benson relaxation therapy, pain, preoperative, fracture, nursing intervention

DAFTAR ISI

Halaman Sampul Judul	i
Halaman Persetujuan	ii
Halaman Pengesahan Penguji.....	iii
Surat Pernyataan Keaslian	iv
Kata Pengantar	v
Abstrak	vi
Daftar isi	viii
Daftar Tabel	x
Daftar Gambar	xi
BAB I : PENDAHULUAN	
1.1 Latar Belakang Masalah	1
1.2 Rumusan Masalah.....	5
1.3 Tujuan Studi Kasus.....	5
1.4 Manfaat Studi Kasus	6
BAB II : TINJAUAN PUSTAKA	6
A. Konsep Pembedahan	6
B. Konsep Nyeri	12
C. Kompres Benson.....	20
BAB III : METODE STUDI KASUS	
3.1 Jenis /Desain/ Rancangan Studi Kasus	24
3.2 Responden	24
3.3 Fokus Studi	25
3.4 Definisi Operasional	25
3.5 Instrumen Studi Kasus	26
3.6 Metode Pengumpulan Data	28
3.7 Lokasi & Waktu Studi Kasus	29
3.8 Analisis Data dan Penyajian Data	29
3.9 Etika Studi Kasus	30
BAB IV : HASIL STUDI KASUS DAN PEMBAHASAN	
A.Hasil Studi Kasus	40
B.Pembahasan	41
BAB V: KESIMPULAN DAN SARAN	
A.Kesimpulan	44
B.Saran	44
DAFTAR PUSTAKA	

DAFTAR TABEL

Tabel 3.1 Definisi Operasional	26
Tabel 4.1 Hasil Study kasus	42



DAFTAR GAMBAR

Gambar 4.1 Nyeri Responden	41
----------------------------------	----



DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran 1. Jadwal Kegiatan

Lampiran 2. Surat Permohonan untuk Menjadi Responden

Lampiran 3. Informasi & Pernyataan Persetujuan (Informed Consent)

Lampiran 4. Instrumen Studi Kasus Karya Ilmiah

Lampiran 5. SOP Terapi Relaksasi Benson

Lampiran 6 Dokumentasi

Lampiran 7 Persetujuan judul

Lampiran 8 Surat Ijin Penelitian

Lampiran 9 Surat Balasan Penelitian

Lampiran 10 Lembar Konsultasi

