

PENERAPAN TERAPI RELAKSASI BENSON UNTUK MENGURANGI NYERI AKUT PADA PASIEN UNSTABLE ANGINA PECTORIS DI RSUD AJIBARANG

Application Of Benson Relaxation Therapy To Reduce Acute Pain In Unstable Angina Pectoris Patients At Ajibarang Hospital

Refie Dwi Wulandari¹, Dewi Prasetyani²

^{1,2}University of Al-Irsyad Cilacap
Jl. Cerme No.24 Sidanegara Cilacap

ABSTRAK

Latar belakang: Penyakit kardiovaskuler masih jadi ancaman di dunia. Salah satu penyakit kardiovaskuler yang dapat menyebabkan kematian adalah *Unstable Angina Pectoris* (UAP). Ketepatan penatalaksanaan nyeri akut pada pasien dengan UAP sangat menentukan perkembangan suatu penyakit. Penatalaksanaan nyeri akut dapat dilakukan melalui terapi nonfarmakologis berupa relaksasi benson. Relaksasi benson tidak menggunakan tegangan otot sehingga sangat tepat untuk mengurangi nyeri akut pada kasus UAP. **Tujuan:** Karya ilmiah ini bertujuan untuk mengetahui keefektifan relaksasi benson untuk mengatasi masalah keperawatan nyeri akut pada pasien UAP. **Metode:** Penelitian ini dilakukan pada pasien UAP dengan mengukur skala nyeri pasien sebelum dan sesudah intervensi dilakukan. **Hasil dan Kesimpulan:** Setelah dilakukan implementasi, didapatkan skala nyeri yang dirasakan pasien menurun dari skala 5 menjadi skala 2.

Kata Kunci: Relaksasi benson, nyeri akut, *unstable angina pectoris*

ABSTRACT

Background: Cardiovascular disease is still a threat in the world. One of the cardiovascular diseases that can cause death is *Unstable Angina Pectoris* (UAP). The accuracy of acute pain management in patients with UAP greatly determines the development of a disease. Management of acute pain can be done through non-pharmacological therapy in the form of Benson relaxation. Benson relaxation does not use muscle tension so it is very suitable for reducing acute pain in cases of UAP.

Objective: This scientific work aims to determine the effectiveness of Benson relaxation to overcome acute pain nursing problems in UAP patients. **Method:** This research was conducted on UAP patients by measuring the patient's pain scale before and after the intervention was carried out. **Results and Conclusions:** After implementation, it was found that the pain scale felt by patients decreased from scale 5 to scale 2.

Keywords: Benson relaxation, acute pain, *unstable angina pectoris*