

**ANALISIS PENERAPAN TERAPI RELAKSASI BENSON UNTUK
MENURUNKAN NYERI PADA PASIEN POST OPERASI APENDEKTOMI
ATAS INDIKASI APENDISITIS AKUT DI RS X JAKARTA UTARA**

***Analysis Of Application Of Benson Relaxation Therapy To Reduce Pain In Post
Appendectomy Surgery Patients For Acute Appendicitis Indications In X
Hospital, Jakarta Utara***

Iftitakhun Ni`mah, Muhammaad Al-Amin
***Program Studi Ners Ilmu Keperawatan, Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan Mitra
Keluarga***

ABSTRAK

Pendahuluan: Apendisitis merupakan penyakit di bagian sistem pencernaan akibat peradangan yang terjadi pada apendiks vermiformis dan yang menyebabkan abdomen akut. Penyakit ini sering disebut dengan penyakit peradangan usus buntu. Prevalensi apendiksitis menurut Kementerian Kesehatan Republik Indonesia 2017 di tahun 2016 sebesar 65.755 kasus apendiksitis, sedangkan di tahun 2017 sebesar 75.601 kasus, sehingga negara Indonesia menduduki peringkat ke empat pada tahun 2018 dengan jumlah pasien rawat inap sebesar 28.040 kasus apendiksitis. Pembedahan yang dilakukan dapat menimbulkan rasa nyeri pada pasien apendektomi karena terjadinya pembedahan intratoraks, intra abdomen, dan pembedahan artopedik mayor. **Tujuan:** karya ilmiah ini untuk mengurangi nyeri post apendektomi yang dapat dilakukan dengan teknik non farmakologi. Terapi pendamping untuk masalah nyeri akut melalui teknik relaksasi benson di RS X di Jakarta Utara. **Metode:** pada kegiatan ini menggunakan studi kasus. Responden yang digunakan 3 orang dengan post apendektomi yang memiliki keluhan nyeri akut di ruang Gardenia RS X di Jakarta Utara. Terapi relaksasi benson diberikan sebelum pemberian analgetik dengan durasi 10-30 menit sebanyak 3 hari dalam satu minggu. Sebelum dan sesudah pemberian terapi relaksasi benson diukur skala nyeri menggunakan Numeric rating scale (NRS). **Hasil** pada 3 pasien mengalami penurunan intensitas skala nyeri. **Kesimpulan** bahwa relaksasi benson terbukti efektif menurunkan intensitas nyeri pada pasien post operasi apendektomi.

Kata Kunci: Apendisitis, Apendektomi, Nyeri, Relaksasi Benson

ABSTRACT

*Appendicitis is a disease in the digestive system due to inflammation that occurs in the vermiform appendix and causes an acute abdomen. This disease is often known as appendicitis. The prevalence of appendicitis according to the Ministry of Health of the Republic of Indonesia 2017 in 2016 was 65,755 cases of appendicitis, while in 2017 there were 75,601 cases, so that the country of Indonesia was ranked fourth in 2018 with the number of inpatients of 28,040 cases of appendicitis. Surgery performed can cause pain in appendectomy patients due to intrathoracic, intra-abdominal, and major arthopedic surgery. **The purpose** of this scientific work is to reduce post-appendectomy pain which can be done with non-pharmacological techniques. Companion therapy for acute pain problems through benson relaxation techniques at X Hospital in North Jakarta. **The method** in this activity uses a case study. The subjects used were 3 people with post-appendectomy who had complaints of acute pain in the Gardenia room of X Hospital in*

North Jakarta. Benson relaxation therapy is given before administering analgesics with a duration of 10-30 minutes 3 days a week. Before and after administration of benson relaxation therapy, the pain scale was measured using the Numeric Rating Scale (NRS). **The results** in 3 patients experienced a decrease in the intensity of the pain scale. **The conclusion** is that Benson relaxation is proven to be effective in reducing pain intensity in post-appendectomy patients.

Keywords: Appendicitis, Appendectomy, Pain, Benson relaxation