

KARYA TULIS ILMIAH



**HASNUR NABILA PUTRI
NIM : P00320021113**

**DIREKTORAT JENDERAL TENAGA KESEHATAN
POLTEKKES KEMENKES KENDARI
PRODI D-III KEPERAWATAN
KENDARI
2024**

**PENERAPAN TERAPI RELAKSASI BENSON TERHADAP PENURUNAN
TINGKAT NYERI PADA Tn.F DENGAN LOW BACK PAIN (LBP) DI
RSUD KOTA KENDARI**

KARYA TULIS ILMIAH

*Diajukan sebagai salah satu persyaratan menyelesaikan Pendidikan program
Diploma III Keperawatan*



**HASNUR NABILA PUTRI
NIM : P00320021113**

**DIREKTORAT JENDERAL TENAGA KESEHATAN
POLTEKKES KEMENKES KENDARI
PRODI D- III KEPERAWATAN
KENDARI
2024**

LEMBAR PERSETUJUAN

**PENERAPAN TERAPI RELAKSASI BENSON TERHADAP TINGKAT NYERI PADA
PASIEN DENGAN LOW BACK PAIN (LPB) DI RSUD KOTA KENDARI**

Yang di susun oleh :

HASNUR NABILA PUTRI

NIM P00320021113

Telah mendapat persetujuan dari tim pembimbing

Menyetujui :

Pembimbing I



Reni Devianti Usman, M.Kep.,Sp.KMB
197810012005012002

Pembimbing II



Abdul Syukur Bau, S.Kep.,Ns.,MM
19731208199803 1 001

Ketua Jurusan



Abdul Syukur Bau, S.Kep.,Ns.,MM
197312081988031001

LEMBAR PENGESAHAN

**PENERAPAN TERAPI RELAKSASI BENSON TERHADAP PENURUNAN
TINGKAT NYERI PADA PASIEN DENGAN LOW BACK PAIN (LBP) DI
RSUD KOTA KENDARI**

Yang disusun dan diajukan oleh :

**HASNUR NABILA PUTRI
NIM : P00320021113**

Telah dipertahankan pada Seminar Karya Tulis Ilmiah

Pada Hari/Tanggal :

Dan telah memenuhi syarat

Tim Penguji :

- | | |
|--|---------|
| 1. Nurfantri, S.Kep.,Ns.,M.Sc | (.....) |
| 2. Reni Devianti Usman. M. Kep., Sp., KMB | (.....) |
| 3. Dr.Lilin Rosyanti, S.Kep.,Ns.,M.Kep | (.....) |
| 4. Ns. Prishilla Sulupadang, S.Kep., M.Kep., Sp.Kep.An | (.....) |
| 5. Abdul Syukur Bau, S.Kep., MM | (.....) |

Mengetahui :

Ketua Jurusan Keperawatan

Abdul Syukur Bau, S.Kep., MM
197312081998031001

SURAT PERNYATAAN KEASLIAN TULISAN

Saya yang betanda tangan dibawah ini :

Nama : Hanur Nabila Putri

Nim : P00320021113

Institusi pendidikan : Prodi D-III Keperawatan Kendari

Judul KTI : Penerapan Terapi Relaksasi Benson Terhadap Penurunan
Tingkat Nyeri Pada Pasien Dengan Low Back Pain (LBP) Di
RSUD Kota Kendari

Menyatakan dengan sebenar-benarnya bahwa tugas akhir yang saya tulis ini adalah hasil karya saya sendiri, bukan merupakan pengambil alihan tulisan atau pikiran orang lain yang saya akui sebagai tulisan atau pikiran saya sendiri.

Apabila dikemudian hari terbukti bahwa tugas akhir ini adalah hasil jiplakan (plagiat), maka saya bersedia menerima sanksi atas perbuatan tersebut sesuai peraturan yang berlaku di jurusan keperawatan poltekkes kemenkes kendari.

Kendari, Juni 2024

Yang membuat pernyataan

A 10,000 Indonesian postage stamp (METERAL TEMPEL) with a signature over it. The stamp features the Garuda Pancasila emblem and the text 'REPUBLIK INDONESIA', '10000', 'METERAL TEMPEL', and 'P03E7AMX050365195'.

Hasnur Nabila Putri

HALAMAN PERNYATAAN PERSETUJUAN

KARYA TULIS ILMIAH UNTUK KEPENTINGAN AKADEMIK

Sebagai civitas Poltekkes Kemenkes Kendari, saya yang bertanda tangan dibawah ini:

Nama : HASNUR NABILA PUTRI

NIM : P00320021113

Program Studi : D-III Keperawatan

Jenis Karya : Karya Tulis Ilmiah

Menyatakan bahwa setuju untuk memberikan kepada Poltekkes Kemenkes Kendari Hak Bebas royalti Non Eksekutif Atas Karya Tulis Ilmiah saya yang berjudul:

” Penerapan Terapi relaksasi benson terhadap penurunan tingkat nyeri pada Tn.F DENGAN LOW BACK PAIN (LBP) DI RSUD KOTA KENDARI”

Beserta prangkat yang ada (jika diperlukan). Dengan hak Bebas royalty Non Eksekutif Poltekkes Kemenkes Kendari berhak menyimpan, mengalihmedia atau formatkan, mengelola dalam bentuk pangkalan data (database), merawat dan mempublikasikan Karya Tulis Ilmiah saya selama tetap mencantumkan nama saya sebagai penulis/pencipta dan sebagai pemilik Hak Cipta.

Demikian pernyataan ini saya buat dengan sebenarnya.

Dibuat di Kendari

Tanggal 26 September 2024



HASNURNABILAPUTRI

P00320021109

RIWAYAT HIDUP



IDENTITAS

1. Nama lengkap : Hasnur Nabila Putri
2. Tempat / tanggal lahir : Tinanggea, 28 Desember 2003
3. Jenis kelamin : perempuan
4. Agama : Islam
5. Suku bangsa : Bugis
6. Alamat : tinanggea, konawe selatan
7. No. telepon / HP : 085351093204

PENDIDIKAN

1. TK Islam Al-Kautsar Tinanggea (2008-2009)
2. SD Negeri 1 Tinanggea (2009-2015)
3. SMP Negeri 3 Tinanggea (2015-2018)
4. SMA Negeri 1 Tinanggea (2018-2021)

ABSTRAK

Hasnur Nabila Putri (P00320021113) Penerapan Terapi Relaksasi Benson Terhadap Tingkat Nyeri Pada Pasien Dengan Low Back Pain (LBP) Di RSUD Kota Kendari. Pembimbing I (Reni Devianti Usman. M. Kep.,Sp., KMB) pembimbing II (Abdul Syukur Bau. S, kep., NS.,MM)

Latar belakang : low back pain merupakan nyeri punggung bawah atau gangguan muskuloskeletal yang berlangsung selama lebih dari 1 hari yang disertai dengan nyeri kaki atau mati rasa. Maka dari itu, ada terapi yang bisa digunakan untuk menurunkan rasa nyeri tersebut yakni dengan intervensi terapi relaksasi Benson. **Tujuan:** menerapkan terapi relaksasi Benson terhadap tingkat nyeri pada pasien low back pain. **Manfaat:** diharapkan setelah diberikan terapi relaksasi Benson pada pasien low back pain dapat menghasilkan tingkat nyeri menjadi menurun. **Metode** : studi kasus deskriptif pada 1 orang subjek pasien dewasa low back pain dengan masalah keperawatan utama nyeri akut dan akan diberikan terapi relaksasi Benson. **Hasil** : hasil ini menunjukkan bahwa terjadi penurunan tingkat nyeri sehingga evaluasi ini dapat disimpulkan bahwa terapi relaksasi Benson yang telah diberikan menunjukkan tingkat nyeri yang mengalami penurunan dari skala nyeri 6 (sedang) menjadi skala 1 (ringan). **Kesimpulan** : tingkat nyeri menurun pada pasien Tn. F dengan pemberian terapi relaksasi Benson selama 3 hari. **Saran** : perawat dapat melakukan terapi relaksasi Benson untuk menurunkan tingkat nyeri.

Kata kunci : low back pain, terapi relaksasi benson, tingkat nyeri

ABSTRACT

Hasnur Nabila Putri (P00320021113) Application of Benson Relaxation Therapy on Pain Levels in Patients with Low Back Pain (LBP) at Kendari City Hospital. Supervisor I (Reni Devianti Usman. M. Kep., Sp., KMB) Supervisor II (Abdul Syukur Bau. S, kep., NS., MM)

Background: low back pain is the most common lower back pain or musculoskeletal for more than 1 day accompanied by leg pain or numbness. Therefore, there is a therapy that can be used to reduce the pain, namely the Benson relaxation therapy intervention. **Objective:** to apply Benson relaxation therapy to the level of pain in low back pain patients. **Benefits:** it is hoped that after giving Benson relaxation therapy to low back pain patients, the pain level will decrease. **Method:** descriptive case study on 1 subject as an adult patient with low back pain with the main nursing problem being acute pain and who will be given Benson relaxation therapy. **Results:** These results indicate that there has been a decrease in the level of pain so that this evaluation can be concluded that the Benson relaxation therapy that has been given shows that the level of pain has decreased from a pain scale of 6 (moderate pain) to a scale of 1 (mild pain). **Conclusion:** pain levels decreased in patients with Mr. F after administering Benson relaxation therapy for 3 days. **Recommendation:** nurses can carry out Benson relaxation therapy to reduce pain levels.

Key words: low back pain, Benson relaxation therapy, pain level

MOTTO

“Tidak ada yang sia-sia dalam doa, jika cepat dikabulkan,
Alhamdulillah. Jika ditunda, berarti disiapkan yang lebih indah”

- *Ustadz hilman*

“Selalu ada harga dalam sebuah proses, nikmati saja lelah-lelah itu.
Lebarkan lagi rasa sabar itu. Semua yang kau investasikan untuk
menjadikan dirimu serupa yang kau impikan, mungkin tidak akan
selalu berjalan lancar. Tapi, gelombang-gelombang itu yang nanti
bisa kau ceritakan”

- *Boy chandra*

KATA PENGANTAR

Puji syukur penulis panjatkan kehadiran Allah SWT. Karena berkat rahmat dan karunia-Nya sehingga penulis dapat menyelesaikan Karya Tulis Ilmiah ini dengan judul “penerapan terapi relaksasi benson terhadap tingkat nyeri pada pasien low back pain di RSUD Kota Kendari”.

Dalam penyusunan Karya Tulis Ilmiah ini, penulis banyak mendapatkan bimbingan dan dukungan dari berbagai pihak, terkhusus dosen pembimbing 1 Ibu Reni Devianti Usman. M. Kep.,Sp., KMB dan dosen pembimbing 2 Bapak Abdul Syukur Bau. S, kep., NS.,MM. yang telah ikhlas dan sabar dalam meluangkan waktunya untuk membimbing penulis selama penyusunan Karya Tulis Ilmiah ini. Pada kesempatan ini penulis ingin mengucapkan terima kasih yang sebesar-besarnya kepada yang terhormat;

1. Kepada dua orang paling berjasa dalam hidup penulis yaitu ayahanda tercinta Andi Nuryadin terimakasih atas tiap tetes keringat dalam setiap langkah mencari nafkah untuk memenuhi kebutuhan finansial penulis selama ini serta ribuan doa yang telah dilangitkan untuk keberhasilan penulis dalam mengapai cita-citanya. dan ibunda tercinta Hasni Azis Nuryadin perempuan cantik yang memiliki kesabaran yang tinggi terimakasih atas kasih sayang, cinta, dukungan, ridho, dan semua doa yang terselip disetiap sholatnya demi keberhasilan penulis dalam mewujudkan harapan dirinya dan semua orang. Terimakasih selalu berjuang untuk kehidupan penulis, Semoga Allah SWT menjaga kalian dalam kebaikan dan kemudahan aamiin. Kepada kakak-kakak tercinta Muh. Ferly Nuryadin dan Dzul Kifli Nuryadin serta kakak ipar Erni Priyanti dan Iko Amelya Ismail terimakasih atas segala dukungan yang telah diberikan pada adik terakhir ini.
2. Bapak Teguh Fathurrahman SKM, MPPM, selaku Direktur Politeknik Kesehatan Kendari.
3. Bapak Abdul Syukur Bau, S.Kep.,Ns.,MM selaku Ketua Jurusan Keperawatan Politeknik Kesehatan Kendari.
4. Ibu Fitri Wijayati, S.Kep.,Ns.,M.Kep selaku Sekretaris Jurusan D-III Keperawatan Politeknik Kesehatan Kendari.
5. Ibu Nurfantri, S.Kep.,Ns.,M.Sc, selaku Kepala Prodi D-III Keperawatan Politeknik Kesehatan Kendari.
6. Direktur RSUD Kota Kendari dr.H. Sukirman, M.Kes MARS.,Sp.PA yang telah mengizinkan penulis dalam melakukan penelitian

7. Ibu Nurfantri, S.Kep.,Ns.,M.Sc, Ibu Dr.Lilin Rosyanti, S.Kep.,Ns.,M.Kep, dan Ibu Ns Prishilla Sulupadang, S.Kep., M.Kep., Sp.Kep.An. selaku dosen-dosen penguji yang telah memberikan arahan dan masukan-masukan sehingga karya tulis ilmiah ini dapat disusun dengan sebaik-baiknya.
8. Kepada direktur RSUD Kota Kendari dr.H. Sukirman,M.Kes. MARS.,Sp.PA d yang telah mengizinkan penulis dalam melakukan penelitian
9. Kepada seluruh Dosen dan Staf Politeknik Kesehatan Kendari Jurusan Keperawatan yang membantu penulis dalam menempuh
10. Kepada Sripuji Lestari sahabat yang selalu setia menemani penulis dari awal sampai akhir masa perkuliahan yang selalu sabar dan setia mendengarkan curahan hati penulis dan mendukung setiap keputusan yang penulis ambil, dan juga terimakasih kepada Salsabilla Aurelia, dan Imel alhayyu yang senantiasa menyemangati serta membantu penulis dalam menyelesaikan Karya Tulis Ilmiah ini.
11. Dan terakhir tapi tidak kalah penting terimakasih kepada diri saya sendiri Hasnur Nabila Putri selaku penulis sudah bertahan dan berjuang selama ini. Terimakasih tetap hidup dan berusaha walau seringkali merasa teringgal atas segala pencapaian.

DAFTAR ISI

HALAMAN JUDUL	ii
LEMBAR PERSETUJUAN	iii
LEMBAR PENGESAHAN	iv
SURAT PERNYATAAN KEASLIAN TULISAN	v
RIWAYAT HIDUP	vi
ABSTRAK	vii
MOTTO	ix
KATA PENGANTAR	x
DAFTAR ISI	xii
DAFTAR TABEL	xiv
DAFTAR GAMBAR	xv
DAFTAR LAMPIRAN	xvi
BAB I PENDAHULUAN	1
A. Latar Belakang	1
B. Rumusan Masalah	6
C. Tujuan Penulisan	6
D. Manfaat Penulisan.....	7
BAB II TINJAUAN PUSTAKA	8
A. Konsep Dasar	8
B. Konsep Nyeri	31
C. Asuhan Keperawatan Pada Masalah Low Back Pain.....	37
1. Pengkajian Keperawatan	37
2. Diagnosa Keperawatan	42
3. Intervensi Keperawatan	43
4. Implementasi keperawatan	45
5. Evaluasi Keperawatan	45
D. Konsep Terapi Relaksasi Benson.....	46
BAB III METODOLOGI PENELITIAN	53
A. Desain Studi Kasus	53
B. Subjek Studi Kasus	53
C. Fokus Studi	54
D. Definisi Oprasional	54
E. Tempat Dan Waktu	55
F. Metode Pengumpulan Data.....	56
G. Penyajian Data	57
H. Etika Studi Kasus.....	57

BAB IV HASIL STUDI KASUS DAN PEMBAHASAN	59
A.Hasil Studi Kasus.....	59
B.Pembahasan.....	64
C.Keterbatasan studi kasus.....	67
BAB V KESIMPULAN DAN SARAN	68
A.Kesimpulan	68
B.Saran.....	68
DAFTAR PUSTAKA.....	70
LAMPIRAN	

DAFTAR TABEL

TABEL 2.1 Diagnosa Keperawatan.....	42
TABEL 2.2 Intervensi Keperawatan.....	43
TABEL 2.3 SOP Relaksasi Benson.....	50
TABEL 3.1 Definisi Operasional.....	55
TABEL 4.1 Hasil Observasi Penerapan Relaksasi Benson Terhadap Tingkat Nyeri	63

DAFTAR GAMBAR

Gambar 2.1 Visual Analog Scale.....	35
Gambar 2.2 Verbal Rating Scale.....	35
Gambar 2.3 Numeric Rating Scale.....	36
Gambar 2.4 Wong Baker Faces Pain Rating Scale.....	36

DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran 1 Inform Consent.....	73
Lampiran 2 Lembar Asuhan Keperawatan.....	74
Lampiran 3 Instrumen Penelitian Skala Pengukuran Tingkat Nyeri Sebelum Melakukan Relaksasi Benson.....	89
Lampiran 4 Standar Operasional Prosedur (SOP) Terapi Relaksasi Benson.....	90
Lampiran 5 Foto Lembar Observasi Nyeri.....	92
Lampiran 6 Surat Izin Penelitian.....	93
Lampiran 7 Surat Izin Pengambilan Data.....	95
Lampiran 8 Surat Pengantar Penelitian.....	96
Lampiran 9 Surat Keterangan Penelitian.....	97
Lampiran 10 Surat Keterangan Bebas Pustaka.....	98
Lampiran 11 Dokumentasi Kegiatan.....	99