

ANALISIS ASUHAN KEPERAWATAN DENGAN TERAPI TEKNIK RELAKSASI BENSON UNTUK MENGURANGI NYERI DAN CEMAS PADA PASIEN HEMODIALISA

Tri Andhika Dessy Wahyuni

Abstrak

Cemas dan nyeri yang dialami pasien yang menjalani hemodialisa sering ditemukan di Unit Hemodialisa, dimana ini diakibatkan karena peralatan dan mesin yang serba asing serta ketidaknyamanan yang berhubungan dengan penusukan alat. Tujuan penulisan karya ilmiah akhir ini ingin mengimplementasikan intervensi *evidence based nursing* yaitu Teknik Relaksasi Benson terhadap penurunan nyeri dan cemas pada pasien yang menjalani hemodialisa di Unit Hemodialisa RS Bhayangkari TK. 1 R. S. Sukanto Jakarta. Analisa asuhan keperawatan dengan teknik Relaksasi Benson ini dilakukan oleh pasien yang menjalani terapi hemodialisa dengan pengukuran tingkat cemas menggunakan kuesioner *Beck Anxiety Inventory* (BAI) dan pengukuran tingkat nyeri menggunakan *Numeric Rating Scale* (NRS). Hasil dari implementasi Teknik Relaksasi Benson terdapat penurunan yang signifikan tingkat cemas dan nyeri pada pasien. Namun dengan keterbatasan penulis, diharapkan implementasi teknik Relaksasi Benson ini dapat dilakukan pada lebih banyak pasien di Unit Hemodialisa dalam penelitian selanjutnya untuk melihat tingkat efektivitas lebih lanjutnya.

Kata kunci: Cemas, nyeri, teknik Relaksasi Benson, hemodialisa.

ANALYSIS OF NURSING CARE WITH BENSON RELAXATION TECHNIQUE THERAPY TO REDUCE PAIN AND ANXIETY IN HEMODIALYSIS PATIENTS

Tri Andhika Dessy Wahyuni

Abstract

Anxiety and pain experienced by patients undergoing hemodialysis are often found in the Hemodialysis Unit, where this is caused by foreign equipment and machines as well as discomfort associated with stabbing the device. The purpose of writing this final scientific paper is to implement an evidence based nursing intervention, namely the Benson Relaxation Technique to reduce pain and anxiety in patients undergoing hemodialysis at the Hemodialysis Unit of Bhayangkari Hospital TK. 1 R. S. Sukanto Jakarta. Analysis of nursing care with the Benson Relaxation technique was carried out by patients undergoing hemodialysis therapy by measuring anxiety levels using the Beck Anxiety Inventory (BAI) questionnaire and measuring pain levels using the Numeric Rating Scale (NRS). The results of the implementation of the Benson Relaxation Technique are a significant reduction in the level of anxiety and pain in patients. However, with the authors' limitations, it is hoped that the implementation of the Benson Relaxation technique can be carried out on more patients in the Hemodialysis Unit in future studies to see the level of further effectiveness.

Keywords: Anxiety, pain, Benson Relaxation technique, hemodialysis.