

ASUHAN KEPERAWATAN DENGAN MASALAH NYERI AKUT PADA PENYAKIT JANTUNG KORONER DENGAN PENERAPAN RELAKSASI BENSON DAN RELAKSASI OTOT PROGRESIF DI RSPPN PANGLIMA BESAR SOEDIRMAN

Gregoriana Alima Jesika Bhoki

Abstrak

Latar Belakang: Penyakit Jantung Koroner (PJK) adalah gangguan aliran darah ke jantung yang menyebabkan nyeri dada dan sesak, dan dapat dibantu dengan teknik relaksasi seperti Benson dan relaksasi otot progresif untuk mengurangi nyeri. Teknik relaksasi Benson dan relaksasi otot progresif merupakan intervensi nonfarmakologis yang dapat membantu mengurangi intensitas nyeri dan meningkatkan kenyamanan pasien. **Tujuan:** Mengidentifikasi keberhasilan penerapan teknik relaksasi Benson dan relaksasi otot progresif dalam asuhan keperawatan pasien PJK dengan masalah nyeri akut. **Metode:** Studi kasus ini bersifat deskriptif dengan desain single case study pada pasien laki-laki dewasa di RSPPN Panglima Besar Soedirman yang dirawat selama tiga hari. Teknik pengumpulan data meliputi wawancara, observasi, pemeriksaan fisik, dan studi dokumentasi. Intervensi relaksasi dilakukan untuk mengatasi nyeri dada dan dievaluasi melalui respons subjektif pasien dan tanda vital. **Hasil:** Sebelum intervensi, pasien mengeluhkan nyeri dada hebat dengan skala nyeri 8. Setelah dilakukan kombinasi teknik relaksasi Benson dan relaksasi otot progresif selama tiga hari, skala nyeri menurun menjadi 0, disertai peningkatan kualitas tidur, kenyamanan, dan pernapasan. **Kesimpulan:** Teknik relaksasi Benson dan relaksasi otot progresif efektif dalam menurunkan nyeri akut pada pasien PJK.

Kata Kunci : Asuhan Keperawatan, Nyeri Akut, Penyakit Jantung Koroner, Relaksasi Benson, Relaksasi Otot Progresif.

**NURSING CARE FOR ACUTE PAIN IN CORONARY HEART DISEASE
PATIENTS THROUGH BENSON RELAXATION TECHNIQUE
AND PROGRESSIVE MUSCLE RELAXATION
AT RSPPN PANGLIMA BESAR SOEDIRMAN**

Gregoriana Alima Jesika Bhoki

Abstrack

Background: Coronary Artery Disease (CAD) is a condition characterized by impaired blood flow to the heart, leading to chest pain and shortness of breath. Non-pharmacological interventions such as Benson relaxation and progressive muscle relaxation techniques can help reduce pain intensity and improve patient comfort. **Objective:** To identify the effectiveness of Benson relaxation and progressive muscle relaxation techniques in nursing care for patients with CAD experiencing acute pain. **Methods:** This case study employed a descriptive approach using a single case study design involving an adult male patient treated at RSPPN Panglima Besar Soedirman for three days. Data collection techniques included interviews, observation, physical examination, and documentation review. The relaxation interventions were implemented to relieve chest pain and were evaluated based on the patient's subjective responses and vital signs. **Results:** Prior to the intervention, the patient reported severe chest pain with a pain scale of 8. After three consecutive days of combined Benson relaxation and progressive muscle relaxation techniques, the pain scale decreased to 0, accompanied by improvements in sleep quality, comfort, and breathing. **Conclusion:** Benson relaxation and progressive muscle relaxation techniques are effective in reducing acute pain in patients with Coronary Artery Disease.

Keywords: Acute Pain, Benson Relaxation, Coronary Heart Disease, Nursing Care, Progressive Muscle Relaxation.