



**ANALISIS PENERAPAN INTERVENSI TERAPI RELAKSASI BENSON
TERHADAP NYERI DAN STABILITAS HEMODINAMIK PASIEN
STEMI DI ICU RSUD TARAKAN: STUDI KASUS**

KARYA ILMIAH AKHIR NERS

DITA AMALIA DEWI

2420721189

**UNIVERSITAS PEMBANGUNAN NASIONAL "VETERAN" JAKARTA
FAKULTAS ILMU KESEHATAN
PROGRAM STUDI PENDIDIKAN PROFESI NERS PROGRAM PROFESI
2026**



**ANALISIS PENERAPAN INTERVENSI TERAPI RELAKSASI BENSON
TERHADAP NYERI DAN STABILITAS HEMODINAMIK PASIEN
STEMI DI ICU RSUD TARAKAN: STUDI KASUS**

KARYA ILMIAH AKHIR NERS

Diajukan Sebagai Salah Satu Syarat Untuk Memperoleh Gelar Ners

DITA AMALIA DEWI

2420721189

**UNIVERSITAS PEMBANGUNAN NASIONAL "VETERAN" JAKARTA
FAKULTAS ILMU KESEHATAN
PROGRAM STUDI PENDIDIKAN PROFESI NERS PROGRAM PROFESI**

2026

PERNYATAAN ORISINALITAS

Karya Ilmiah Akhir Ners ini adalah hasil karya sendiri, dan semua sumber yang dikutip maupun dirujuk telah saya nyatakan dengan benar.

Nama : Dita Amalia Dewi, S.Kep.

NIM : 2420721189

Tanggal : 21 November 2025

Bilamana di kemudian hari ditemukan ketidaksesuaian dengan pernyataan saya ini, maka saya bersedia dituntut dan diproses sesuai dengan ketentuan yang berlaku.

Jakarta, 21 November 2025

Yang Menyatakan,



Dita Amalia Dewi, S.Kep.

PERNYATAAN PERSETUJUAN PUBLIKASI KIA UNTUK KEPENTINGAN AKADEMIS

Sebagai civitas akademik Universitas Pembangunan Nasional “Veteran” Jakarta, saya yang bertanda tangan di bawah ini:

Nama : Dita Amalia Dewi, S.Kep.
NIM : 2420721189
Fakultas : Fakultas Ilmu Kesehatan
Program Studi : Pendidikan Profesi Ners Program Profesi

Demi pengembangan ilmu pengetahuan, menyetujui untuk memberikan kepada Universitas Pembangunan Nasional “Veteran” Jakarta Hak Bebas Royalti Non Eksklusif (*Non-exclusive Royalty Free Right*) atas karya ilmiah saya yang berjudul: **“Analisis Penerapan Intervensi Terapi Relaksasi Benson Terhadap Nyeri Dan Stabilitas Hemodinamik Pasien STEMI Di ICU RSUD Tarakan: Studi Kasus”**.

Beserta perangkat yang ada (jika diperlukan). Dengan Hak Bebas Royalti ini Universitas Pembangunan Nasional “Veteran” Jakarta berhak menyimpan, mengalih media/formatkan, mengelola dalam bentuk pangkalan data (*database*), merawat, dan mempublikasikan Karya Ilmiah Akhir Ners (KIAN) saya selama tetap mencantumkan nama saya sebagai penulis/pencipta dan sebagai pemilik Hak Cipta. Demikian pernyataan ini saya buat dengan sebenarnya.

Dibuat di : Jakarta

Pada Tanggal : 21 November 2025

Yang Menyatakan,



(Dita Amalia Dewi, S.Kep.)

PENGESAHAN

Karya Ilmiah Akhir Ners diajukan oleh :

Nama : Dita Amalia Dewi, S.Kep.
NIM : 2420721189
Program Studi : Pendidikan Profesi Ners Program Profesi
Judul : Analisis Penerapan Intervensi Terapi Relaksasi Benson Terhadap Nyeri Dan Stabilitas Hemodinamik Pasien STEMI Di ICU RSUD Tarakan: Studi Kasus.

Telah berhasil dipertahankan di hadapan Tim Penguji dan diterima sebagai bagian persyaratan yang diperlukan untuk memperoleh gelar Ners pada Program Studi Pendidikan Profesi Ners Program Profesi, Fakultas Ilmu Kesehatan, Universitas Pembangunan Nasional "Veteran" Jakarta.

Jakarta, 21 November 2025

Penguji I (Ketua Penguji)



Ns. Diah Tika Anggraeni, S.Kep., M.Kep.

NIP. 199203102019032019

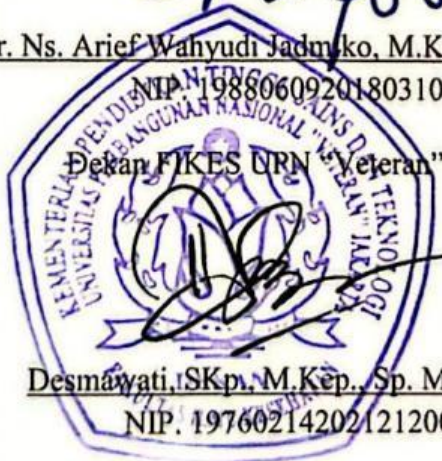
Penguji II



Dr. Ns. Arief Wahyudi Jadmiko, M.Kep., M.Pd.Ked.

NIP. 198806092018031001

Dekan FIKES URN "Veteran" Jakarta



Desmawati, SKp., M.Kep., Sp. Mat., Ph.D.

NIP. 197602142021212005

Penguji III



Ns. Rycco Darmareja, S.Kep., M.Kep.

NIP. 199210042022031005

Koordinator Program Studi Pendidikan Profesi Ners Program Profesi



Ns. Lina Berliana Togatorop, S.Kep., M.Kep.

NIP. 198901262022032006

ANALISIS PENERAPAN INTERVENSI TERAPI RELAKSASI BENSON TERHADAP NYERI DAN STABILITAS HEMODINAMIK PASIEN STEMI DI ICU RSUD TARAKAN: STUDI KASUS

Dita Amalia Dewi

Abstrak

STEMI merupakan kondisi kegawatdaruratan kardiovaskular yang ditandai oleh oklusi total arteri koroner, menyebabkan gangguan perfusi miokard dan ketidakstabilan hemodinamik. Penatalaksanaan nyeri umumnya difokuskan pada terapi farmakologis, namun penggunaan terapi non farmakologis seperti relaksasi Benson terbukti efektif dalam menurunkan intensitas nyeri serta membantu menstabilkan hemodinamik. Tulisan ini bertujuan untuk menganalisis penerapan terapi relaksasi Benson terhadap nyeri dan stabilitas hemodinamik pada pasien STEMI di ICU berdasarkan konsep teoritis serta penelitian terkini berbasis *Evidence Based Nursing*. Metode yang digunakan adalah *case study* pada dua pasien dengan diagnosis medis STEMI yang mengalami nyeri dada dan fluktuasi hemodinamik di ICU. Data diperoleh melalui observasi langsung, wawancara, pemeriksaan fisik, serta telaah dokumentasi keperawatan. Intervensi terapi relaksasi Benson diberikan 2x sehari selama 3 hari, disertai observasi intensitas nyeri menggunakan *Numeric Rating Scale* dan pemantauan tanda-tanda vital dengan *flowsheet*. Data kemudian dianalisis secara deskriptif dan dikaitkan dengan teori serta hasil penelitian terkini. Setelah dilakukan terapi relaksasi Benson, kedua pasien menunjukkan penurunan intensitas nyeri secara bertahap serta perbaikan parameter hemodinamik yang ditandai dengan tekanan darah menuju normal, penurunan frekuensi nadi, dan peningkatan saturasi oksigen. Terapi relaksasi Benson terbukti efektif sebagai intervensi non farmakologis dalam menurunkan nyeri dan menstabilkan hemodinamik pada pasien STEMI.

Kata Kunci: Benson, Hemodinamik, Nyeri, STEMI, Terapi Relaksasi

ANALYSIS OF THE APPLICATION OF BENSON RELAXATION THERAPY INTERVENTION ON PAIN AND HEMODYNAMIC STABILITY IN STEMI PATIENTS IN THE ICU OF TARAKAN REGIONAL GENERAL HOSPITAL: A CASE STUDY

Dita Amalia Dewi

Abstract

STEMI is a cardiovascular emergency characterized by total occlusion of the coronary artery, causing myocardial perfusion impairment and hemodynamic instability. Pain management is generally focused on pharmacological therapy, but the use of nonpharmacological therapies such as Benson relaxation has been shown to be effective in reducing pain intensity and helping to stabilize hemodynamics. This paper aims to analyze the application of Benson relaxation therapy on pain and hemodynamic stability in STEMI patients in the ICU based on theoretical concepts and the latest Evidence-Based Nursing research. The method used was a case study of two patients with a medical diagnosis of STEMI who experienced chest pain and hemodynamic fluctuations in the ICU. Data were obtained through direct observation, interviews, physical examinations, and review of nursing documentation. Benson relaxation therapy intervention was given twice a day for three days, accompanied by observation of pain intensity using a Numeric Rating Scale and monitoring of vital signs with a flowsheet. The data were then analyzed descriptively and linked to theory and the latest research results. After Benson relaxation therapy, both patients showed a gradual decrease in pain intensity and improvement in hemodynamic parameters, as indicated by blood pressure returning to normal, decreased pulse rate, and increased oxygen saturation. Benson relaxation therapy has been proven effective as a nonpharmacological intervention in reducing pain and stabilizing hemodynamics in STEMI patients.

Keywords: *Benson, Hemodynamics, Pain, Relaxation Therapy, STEMI*

KATA PENGANTAR

Puji dan syukur penulis panjatkan kehadiran Allah SWT atas segala rahmat dan karunia-Nya sehingga Karya Ilmiah Akhir Ners (KIAN) yang berjudul “Analisis Penerapan Intervensi Terapi Relaksasi Benson Terhadap Nyeri Dan Stabilitas Hemodinamik Pasien STEMI Di ICU RSUD Tarakan: Studi Kasus” dapat diselesaikan tepat waktu sebagai salah satu syarat memperoleh gelar Ners Universitas Pembangunan Nasional “Veteran” Jakarta.

Ucapan terima kasih penulis sampaikan kepada Ns. Rycco Darmareja, M.Kep., selaku dosen pembimbing yang telah membimbing serta memberikan saran dan masukan selama penulisan karya tulis ilmiah ini. Penulis juga mengucapkan terima kasih kepada Ibu Desmawati, S.Kp.,M.Kep., Sp.Kep.Mat.,PhD., selaku Dekan Fakultas Ilmu Kesehatan, Ns. Lina Berliana Togatorop, S.Kep.,M.Kep., selaku Koordinator Program Studi Pendidikan Profesi Ners, serta Ns. Diah Tika Anggraeni, S.Kep., M.Kep. dan Dr. Ns. Arief Wahyudi Jadmiko, M.Kep. M.Pd.Ked. selaku dosen penguji atas kesempatan dan bimbingan selama proses penyusunan dan ujian akhir. Terima kasih juga penulis sampaikan kepada seluruh perawat ICU RSUD Tarakan yang sudah menerima serta membimbing penulis dengan baik selama proses pengambilan data.

Penghargaan tulus penulis sampaikan kepada keluarga tercinta atas segala doa, dukungan moral dan kasih sayang yang tiada henti selama proses penyusunan Karya Ilmiah Akhir Ners ini. Tidak lupa juga kepada sahabat-sahabat terbaik, Engkolove, Kyoto Soda Syawalia, dan Leady Diana Agustina yang selalu memberikan semangat, dukungan, serta kebersamaan yang berarti dalam setiap langkah perjalanan akademik ini. Penulis harap karya tulis ilmiah ini dapat memberikan manfaat dan menjadi referensi bagi pengembangan ilmu keperawatan.

Jakarta, 21 November 2025

Penulis,



Dita Amalia Dewi, S.Kep.

DAFTAR ISI

HALAMAN JUDUL	i
PERNYATAAN ORISINALITAS	ii
PERNYATAAN PERSETUJUAN PUBLIKASI KIA	iii
PENGESAHAN	iv
ABSTRAK	v
<i>ABSTRACT</i>	vi
KATA PENGANTAR	vii
DAFTAR ISI	viii
DAFTAR TABEL	ix
DAFTAR SKEMA	x
DAFTAR GAMBAR	xi
DAFTAR SINGKATAN	xii
DAFTAR LAMPIRAN	xiv
BAB I PENDAHULUAN	1
I.1 Latar Belakang	1
I.2 Tujuan Penelitian	9
I.3 Manfaat Penelitian	10
BAB II TINJAUAN PUSTAKA	12
II.1 Konsep <i>Intensive Care Unit</i> (ICU)	12
II.2 Konsep STEMI (<i>ST Elevation Myocardial Infarction</i>)	14
II.3 Konsep Nyeri	26
II.4 Indikator Hemodinamik	37
II.5 Konsep Terapi Relaksasi Benson	40
II.6 Penelitian Terdahulu	47
II.7 Konsep Asuhan Keperawatan pada Pasien STEMI di ICU	50
BAB III GAMBARAN KASUS	62
III.1 Asuhan Keperawatan Kasus Kelolaan	62
III.2 Asuhan Keperawatan Kasus Resume	112
BAB IV HASIL DAN PEMBAHASAN	164
IV.1 Analisis Asuhan Keperawatan Berdasarkan Konsep Teoritis	164
IV.2 Analisis Penerapan <i>Evidence Based Nursing</i> Pada Kasus	179
IV.3 Implikasi	187
BAB V PENUTUP	189
V.1 Kesimpulan	189
V.2 Saran	190
DAFTAR PUSTAKA	192
RIWAYAT HIDUP	199
LAMPIRAN	

DAFTAR TABEL

Tabel 1	Pengkajian <i>Behavioral Pain Scale</i> (BPS).....	34
Tabel 2	Pengkajian FLACCS (<i>Face, Legs, Activity, Cry, Consolability Scale</i>)	35
Tabel 3	Pengkajian <i>Critical-Care Pain Observation Tool</i> (CPOT)	36
Tabel 4	Indikasi dan Kontraindikasi Penerapan Terapi Relaksasi Benson.....	43
Tabel 5	Penelitian Terdahulu	47
Tabel 6	Intervensi Keperawatan pada Pasien STEMI.....	56
Tabel 7	Hasil Data Laboratorium Pasien Kelolaan.....	69
Tabel 8	Pengkajian Risiko Jatuh Dewasa Pasien Kelolaan	71
Tabel 9	Penatalaksanaan Medis Pasien Kelolaan	73
Tabel 10	Data Fokus Pasien Kelolaan	74
Tabel 11	Analisa Data Pasien Kelolaan	77
Tabel 12	Intervensi Keperawatan Kasus Kelolaan	81
Tabel 13	Implementasi Keperawatan Pasien Kelolaan.....	86
Tabel 14	Evaluasi Keperawatan Pasien Kelolaan.....	103
Tabel 15	Hasil Data Laboratorium Pasien Resume	119
Tabel 16	Pengkajian Risiko Jatuh Dewasa Pasien Resume	121
Tabel 17	Penatalaksanaan Medis Pasien Resume	124
Tabel 18	Data Fokus Pasien Resume	125
Tabel 19	Analisa Data Pasien Resume.....	128
Tabel 20	Intervensi Keperawatan Pasien Resume	132
Tabel 21	Implementasi Keperawatan Pasien Resume	137
Tabel 22	Evaluasi Keperawatan Pasien Resume	153
Tabel 23	Hasil Penerapan Terapi Relaksasi Benson Terhadap Nyeri Menggunakan <i>Numeric Rating Scale</i> (NRS) Pada Pasien	181
Tabel 24	Hasil Penerapan Terapi Relaksasi Benson Terhadap Hemodinamik Pada Pasien Kelolaan dan Pasien Resume	183

DAFTAR SKEMA

Skema 1	<i>Pathway ST-Elevation Myocardial Infarction (STEMI)</i>	21
Skema 2	Proses Neurofisiologis Nyeri	29
Skema 3	Genogram Pasien Kelolaan	65
Skema 4	Genogram Pasien Resume.....	115

DAFTAR GAMBAR

Gambar 1	Ilustrasi <i>ST-Elevation</i>	15
Gambar 2	Skala Nyeri VAS	32
Gambar 3	Skala Nyeri NRS	33
Gambar 4	Skala Nyeri <i>Wong-Baker Faces Pain Rating Scale</i>	34

DAFTAR SINGKATAN

IGD	: Instalasi Gawat Darurat
ICU	: <i>Intensive Care Unit</i>
CICU	: <i>Cardiac Intensive Care Unit</i>
ICCU	: <i>Intensive Cardiac Care Unit</i>
GICU	: <i>General Intensive Care Unit</i>
HCU	: <i>High Care Unit</i>
CVCU	: <i>Cardiovascular Care Unit</i>
CVD	: <i>Cardiovascular Diseases</i>
WHO	: <i>World Health Organization</i>
SKA	: Sindrom Koroner Akut
WHF	: <i>World Heart Federation</i>
STEMI	: <i>ST-Elevation Myocardial Infarction</i>
NSTEMI	: <i>Non-ST Elevation Myocardial Infarction</i>
UAP	: <i>Unstable Angina Pectoris</i>
EKG	: Elektrokardiogram
MAP	: <i>Mean Arterial Pressure</i>
EBN	: <i>Evidence Based Nursing</i>
DNR	: <i>Do Not Resuscitate</i>
HDL	: <i>High Density Lipoprotein</i>
LDL	: <i>Low Density Lipoprotein</i>
BMI	: <i>Body Mass Index</i>
PCI	: <i>Percutaneous Coronary Intervention</i>
LAD	: <i>Left Anterior Descending Artery</i>
RCA	: <i>Right Coronary Artery</i>
LCx	: <i>Left Circumflex Artery</i>
AV	: <i>Atrioventricular</i>
VT	: <i>Ventricular Tachycardia</i>
VF	: <i>Ventricular Fibrillation</i>
ACS	: <i>Acute Coronary Syndrome</i>
LVH	: <i>Left Ventricular Hypertrophy</i>
EBCT	: <i>Electron-Beam (Ultrafast) Computed Tomography</i>
CABG	: <i>Coronary Artery Bypass Graft</i>
CRF	: <i>Corticotropin Releasing Factor</i>
IASP	: <i>International Association for Study of Pain</i>
DMPP	: <i>Descending Modulatory Pain Pathways</i>
VDS	: <i>Verbal Descriptor Scale</i>
VAS	: <i>Visual Analog Scale</i>
NRS	: <i>Numeric Rating Scale</i>
BPS	: <i>Behavioral Pain Scale</i>

FLACCS	: <i>Face, Legs, Activity, Cry, Consolability Scale</i>
CPOT	: <i>Critical-Care Pain Observation Tool</i>
PJK	: <i>Penyakit Jantung Koroner</i>
EF	: <i>Ejection fraction</i>
AMI	: <i>Acute Myocardial Infarction</i>
CKD	: <i>Chronic Kidney Disease</i>
CKD-EPI	: <i>Chronic Kidney Disease Epidemiology Collaboration</i>
CDL	: <i>Catheter Double Lumen</i>
CVP	: <i>Central Venous Pressure</i>
CVC	: <i>Central Venous Catheter</i>
NGT	: <i>Nasogastric tube</i>
CRT	: <i>Capillary Refill Time</i>
GCS	: <i>Glasgow Coma Scale</i>
IWL	: <i>Insensible Water Loss</i>
NRM	: <i>Non Rebreathing Mask</i>
GDS	: <i>Gula Darah Sewaktu</i>
TTV	: <i>Tanda-Tanda Vital</i>
RCT	: <i>Randomized Controlled Trials</i>
JVP	: <i>Jugular Venous Pressure</i>
PND	: <i>Paroxysmal Nocturnal Dyspnea</i>
BNP	: <i>Brain Natriuretic Peptide</i>
TENS	: <i>Transcutaneous Electrical Nerve Stimulation</i>
TIK	: <i>Tekanan Intrakranial</i>
MCV	: <i>Mean Corpuscular Volume</i>
MCH	: <i>Mean Corpuscular Hemoglobin</i>
SGOT	: <i>Serum Glutamic Oxaloacetic Transaminase</i>
SGPT	: <i>Serum Glutamic Pyruvate Transaminase</i>
MCHC	: <i>Mean Corpuscular Hemoglobin Concentration</i>
GFR	: <i>Glomerular Filtration Rate</i>
BE	: <i>Base Excess</i>
NSAID	: <i>Non-Steroidal Anti-Inflammatory Drugs</i>

DAFTAR LAMPIRAN

- Lampiran 1 Lembar Persetujuan Judul
- Lampiran 2 Lembar Penjelasan Studi Kasus *Evidence Based Nursing*
- Lampiran 3 Lembar Persetujuan (*Informed Consent*)
- Lampiran 4 SOP Terapi Relaksasi Benson
- Lampiran 5 Kuesioner Skala Nyeri *Numeric Rating Scale* (NRS)
- Lampiran 6 Lembar Observasi *Flowsheet*
- Lampiran 7 Dokumentasi Kegiatan
- Lampiran 8 Surat Pernyataan Bebas Plagiarisme
- Lampiran 9 Hasil Uji Turnitin
- Lampiran 10 Surat Keterangan Proses Penerbitan Luaran KIAN
- Lampiran 11 Manuskrip
- Lampiran 12 Kartu Monitoring Bimbingan KIAN