

KARYA TULIS ILMIAH
EFEKTIVITAS TEKNIK RELAKSASI BENSON PADA PASIEN NYERI
AKUT GASTRITIS DI WILAYAH KERJA PUSKESMAS OESAPA



OLEH :

MARIA I. C. LELOH KYKON

NIM.PO5303201211394

KEMENTERIAN KESEHATAN REPUBLIK INDONESIA
DIREKTORAT JENDERAL TENAGA KESEHATAN
POLITEKNIK KESEHATAN KEMENKES KUPANG
JURUSAN KEPERAWATAN
PROGRAM STUDI D-III KEPERAWATAN
TAHUN 2024

KARYA TULIS ILMIAH
EFEKTIVITAS TEKNIK RELAKSASI BENSON PADA PASIEN NYERI
AKUT GASTRITIS DI WILAYAH KERJA PUSKESMAS OESAPA

Karya Tulis Ilmiah Ini Disusun Sebagai Salah Satu Persyaratan Untuk
Menyelesaikan Program Pendidikan Diploma III Keperawatan



MARIA I. C. LELOH KYKON

NIM. PO5303201211394

KEMENTERIAN KESEHATAN REPUBLIK INDONESIA
DIREKTORAT JENDERAL TENAGA KESEHATAN
POLITEKNIK KESEHATAN KEMENKES KUPANG
JURUSAN KEPERAWATAN
PROGRAM STUDI D –III KEPERAWATAN
TAHUN 2024

PERNYATAAN KEASLIAN TULISAN

Saya yang bertanda tangan dibawah ini:

Nama : Maria I. C. Leloh Kykon
NIM : PO5303201211394
Program Studi : D III Keperawatan
Institusi : Politeknik Kesehatan Kemenkes Kupang

Menyatakan dengan sebenarnya bahwa karya tulis ilmiah yang saya tulis ini adalah benar-benar merupakan hasil karya sendiri dan bukan merupakan pengambilan ahlian tulisan atau pikiran orang lain yang saya akui sebagai hasil tulisan atau pikiran saya sendiri. Apabila dikemudian hari terbukti atau dapat dibuktikan karya tulis ilmiah ini hasil jiplakan, maka saya bersedia menerima sanksi atas perbuatan tersebut.

Kupang, 13 Juni 2024

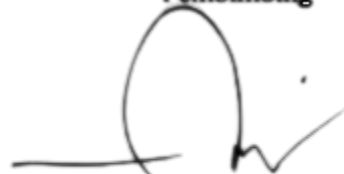
Pembuat Pernyataan



Maria I. C. Leloh Kykon

PO5303201211394

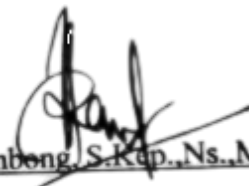
Pembimbing



Domingos Gonsalves, S.Kep.,Ns.MSc

NIP.197108061992031001

Penguji



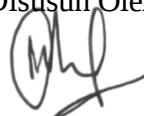
Kori Limbong, S.Kep.,Ns.,M.Kep

NIP.197802022002122001

LEMBAR PERSETUJUAN

Proposal Karya Tulis Ilmiah oleh Maria I.C.L.Kykon, NIM:PO5303201211394
Dengan Judul “Efektivitas teknik relaksasi benson pada pasien nyeri akut gastritis
di wilayah kerja puskesmas oesapa” telah diperiksa dan disetujui untuk diujikan

Disusun Oleh



Maria I.C.L.Kykon

PO5303201211394

Telah disetujui oleh pembimbing pada tanggal 13 Juni 2024

Menyetujui

Pembimbing

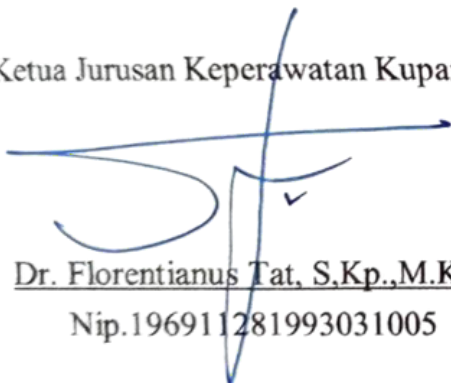


Dominggos Gonsalves, S.Kep.,Ns.MSc

NIP.197108061992031001

Mengetahui

Ketua Jurusan Keperawatan Kupang



Dr. Florentianus Tat, S.Kp.,M.Kes

Nip.196911281993031005

Ketua Prodi D III Keperawatan



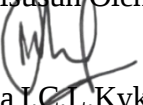
Meiyeriance kapitan, S.Kep.,Ns.,M.Kep

Nip. 197904302000122002

LEMBAR PENGESAHAN
KARYA TULIS ILMIAH

Efektivitas teknik relaksasi benson pada pasien nyeri akut gastritis di wilayah
kerja puskesmas oesapa

Disusun Oleh


Maria I.C.L. Kykon

PO5303201211394

Telah dipertahankan didepan dewan penguji pada tanggal : 24 September 2024

Mengetahui

Pembimbing

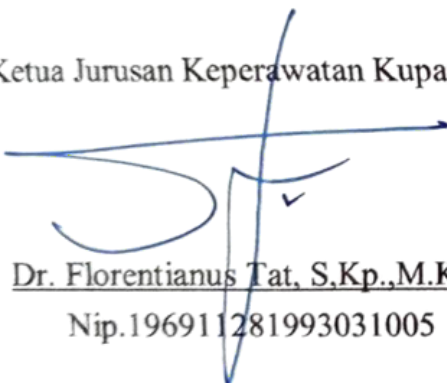

Dominggos Gonsalves, S.Kep.,Ns.MSc
NIP.197108061992031001

Penguji


Kori Limbong, S.Kep.,Ns.,M.Kep
NIP.197802022002122001

Mengetahui

Ketua Jurusan Keperawatan Kupang


Dr. Florentianus Tat, S.Kp.,M.Kes
Nip.196911281993031005

Ketua Prodi D III Keperawatan


Meiyeriance kapitan, S.Kep.,Ns.,M.Kep
Nip. 197904302000122002

KATA PENGANTAR

Puji dan Syukur penulis panjatkan Kehadirat Tuhan Yang Maha Esa atas segala berkat dan rahmatNya sehingga penulis dapat menyelesaikan penyusunan tugas akhir dengan judul “Efektivitas teknik relaksasi benson pada pasien nyeri akut gastritis di wilayah kerja puskesmas oesapa”. Penyusunan Laporan Karya Tulis Ilmiah ini dalam rangka memenuhi persyaratan untuk menyelesaikan Pendidikan Diploma III Keperawatan di Politeknik Kesehatan Kemenkes Kupang.

Dalam proses penyusunan dan penulisan Proposal Karya Tulis Ilmiah ini Penulis juga banyak mendapatkan bimbingan dan dukungan dari beberapa pihak baik secara langsung maupun tidak langsung. untuk itu, pada kesempatan ini penulis ingin mengucapkan terima kasih yang sebesar-besarnya kepada yang terhormat :

1. Bapak Irfan, SKM., M.Kes, selaku Direktur Politeknik Kesehatan Kemenkes Kupang, dan juga sebagai penguji yang telah meluangkan waktu untuk menguji dan memberikan masukan yang sangat berguna dan bermanfaat untuk perbaikan proposal karya tulis ilmiah ini
2. Bapak Dr. Florentianus Tat, S.Kp, M.Kes, selaku Ketua Jurusan Keperawatan Kupang yang telah memberikan izin dan kesempatan kepada penulis untuk menyelesaikan Studi Kasus ini.
3. Ibu Meiyeriance Kapitan, S.Kep., Ns., M.Kep, selaku Ketua Program Studi Diploma III Jurusan Keperawatan Kupang, yang telah mendukung penulis selama mengikuti pendidikan dan juga mendorong penulis untuk segera menyelesaikan penyusunan proposal Karya Tulis Ilmiah.
4. Bapak Dominggos Gonsalves, S.Kep., Ns., MSc selaku Dosen Pembimbing yang telah meluangkan waktu guna membimbing dan mengarahkan penulis selama penyusunan proposal karya tulis ilmiah ini
5. Ibu Kori Limbong, S.Kep., Ns., M.Kep selaku penguji yang telah meluangkan waktu, saran dan waktu kepada penulis
6. Gadur Blasius, S.Kep., Ns., MSI, selaku Dosen Pembimbing Akademik yang telah membantu membimbing, mengarahkan dan memotivasi penulis selama menjalani studi di Poltekkes Kemenkes Kupang Jurusan Keperawatan Prodi Diploma III Keperawatan.

7. Seluruh Civitas Akademik Jurusan Keperawatan Politeknik Kesehatan Kemenkes Kupang yang telah memfasilitasi, dan membimbing penulis selama mengikuti Pendidikan baik di kampus maupun di lahan praktek.
8. Kedua orang tua yang tercinta bapak Johanes Kykon, Mama Theresia Muda dan saudara-saudari saya, dan Keluarga besar yang telah mendukung saya dalam studi ini baik dalam doa maupun material serta memberikan semangat dalam menyelesaikan studi ini. Terimakasih telah menjadi bagian dari perjalanan saya hingga sekarang ini.
9. Sahabat, dan teman-teman kelas D serta teman saya Meisa, Syani, Ica, Nori, Glorio, Olin, Nesti, Hendrik, Ririn, Vero, Maria, Angel, Ardy, Lala, Kasmi dan Dian yang telah memberikan informasi, semangat, dan dukungan selama ini.
10. Semua pihak yang tidak dapat penulis sebutkan satu persatu yang telah membantu dan memberikan dukungan dalam penyusunan tugas akhir.

ABSTRAK
EFEKTIVITAS TEKNIK RELAKSASI BENSON PADA PASIEN NYERI AKUT GASTRITIS DI
WILAYAH KERJA PUSKESMAS OESAPA

Maria Kykon (2024)
Program Studi D-III Keperawatan Poltekkes Kemenkes Kupang
Dominggos Gonsalves, S.Kep., Ns.MSc
Email: mariakykon@gmail.com

Latar Belakang: Gastritis Merupakan Salah Satu Penyakit Yang Banyak Dijumpai Di Klinik Atau Ruangan Penyakit Dalam Dan Merupakan Salah Satu Penyakit Yang Banyak Di Keluhkan Oleh Masyarakat, Baik Remaja Maupun Orang Dewasa. Relaksasi Benson Merupakan Teknik Relaksasi Pernafasan Dengan Melibatkan Keyakinan Yang Mengakibatkan Penurunan Terhadap Konsumsi Oksigen Oleh Tubuh Dan Otot-Otot Tubuh Menjadi Rileks Sehingga Menimbulkan Perasaan Tenang Dan Nyaman (Whitney & Whitney, 2018). **Tujuan:** Mengetahui Efektivitas Teknik Relaksasi Benson Untuk Mengurangi Nyeri Akut Pada Pasien Gastritis Di Wilayah Kerja Puskesmas Oesapa. **Metode Penelitian:** Jenis Dan Rencana Penelitian Yang Digunakan Adalah Kualitatif. Desain Penelitian Menggunakan Studi Kasus Observasi. **Hasil:** Hasil Pengukuran Tingkat Nyeri Akut Setelah Dilakukan Pemberian Teknik Relaksasi Benson Pada Kedua Responden Setelah Di Lakukan Terapi Relaksasi Benson Selama 3 Hari Berturut-Turut Pada Tn.S Di Dapatkan Skala Nyeri 2 Dan Ny. M Di Dapatkan Skala Nyeri 3. **Kesimpulan:** Teknik Relaksasi Benson Pada Pasien Nyeri Akut Gastritis Efektif Dapat Menurunkan Nyeri Akut. **Kata Kunci:** Nyeri Akut, Efektivitas, Penurunan, Teknik Relaksasi Benson, Pasien Gastritis.

ABSTRACT
**EFFECTIVENESS OF THE BENSON RELAXATION TECHNIQUE IN PATIENTS WITH
ACUTE GASTRITIS PAIN IN THE WORKING AREA OF THE OESAPA HEALTH CENTER**

Maria Kykon (2024)
D-III Nursing Study Program, Poltekkes Kemenkes Kupang
Dominggos Gonsalves, S.Kep., Ns.MSc
Email: mariakykon@gmail.com

Background: Gastritis is a disease that is often found in clinics or internal medicine rooms and is one of the diseases that many people complain about, both teenagers and adults. Benson relaxation is a breathing relaxation technique involving belief which results in a decrease in oxygen consumption by the body and the body's muscles relax, giving rise to feelings of calm and comfort (Whitney & Whitney, 2018). **Objective:** to determine the effectiveness of the Benson relaxation technique for reducing acute pain in gastritis patients in the working area of the Oesapa Community Health Center. **Research method:** The type and research plan used is qualitative. The research design uses an observational case study. **Results:** Results of measuring the level of acute pain after administering the Benson relaxation technique to both respondents. After carrying out Benson relaxation therapy for 3 consecutive days, Mr. S received a pain scale of 2 and Mrs. M was obtained on a pain scale of 3. **Conclusion:** The Benson relaxation technique in patients with acute gastritis pain can effectively reduce acute pain. **Keywords:** Acute Pain, Effectiveness, Reduction, Benson relaxation technique, gastritis patient

DAFTAR ISI

<u>COVER</u>	ii
<u>PERNYATAAN KEASLIAN TULISAN</u>	iii
<u>LEMBAR PERSETUJUAN</u>	iv
<u>LEMBAR PENGESAHAN</u>	v
<u>KATA PENGANTAR</u>	vi
<u>ABSTRAK</u>	viii
<u>DAFTAR ISI</u>	x
<u>DAFTAR GAMBAR</u>	12
<u>DAFTAR TABEL</u>	xiii
<u>DAFTAR LAMPIRAN</u>	xiv
<u>BAB 1 PENDAHULUAN</u>	1
<u>1.1 Latar Belakang</u>	1
<u>1.2 Rumusan Masalah</u>	4
<u>1.3 Tujuan Penelitian</u>	7
<u>1.4 Manfaat Penelitian</u>	8
<u>BAB 2 TINJAUAN PUSTAKA</u>	10
<u>2.1 Konsep Gastritis</u>	13
<u>2.2 Konsep Nyeri</u>	13
<u>2.3 Konsep Teknik Relaksasi Benson</u>	23
<u>2.4 Konsep Teori Asuhan Keperawatan</u>	25
<u>BAB 3 METODE PENELITIAN</u>	27
<u>3.1 Jenis Rancangan Penelitian</u>	28
<u>3.2 Subjek Penelitian</u>	29
<u>3.3 Fokus Studi</u>	30
<u>3.4 Definisi Operasional Fokus Studi</u>	31
<u>3.5 Instrumen Penelitian</u>	32
<u>3.6 Metode Pengumpulan Data</u>	32
<u>3.7 Lokasi & Waktu Penelitian</u>	33
<u>3.8 Analisa Data dan Penyajian Data</u>	33
<u>3.9 Etika Penelitian</u>	34
<u>BAB 4</u>	35
<u>4.1 Hasil Penelitian</u>	35

4.1.2	<u>Gambaran umum subyek penelitian</u>	35
4.1.3	<u>Tingkat sebelum dan sesudah melakukan Tindakan teknik relaksasi benson</u>	38
4.1.4	<u>Pembahasan</u>	39
4.1.5	<u>Hasil pengukuran Tingkat nyeri sebelum melakukan terapi relaksasi napas dalam pada Tn. S dan Ny. M</u>	40
4.1.6	<u>Hasil pengukuran skala nyeri setelah melakukan terapi relaksasi napas dalam pada Tn. S dan Ny. M</u>	41
4.1.7	<u>Analisis efektifitas Terapi relaksasi benson dengan masalah nyeri pada pasien gastritis di puskesmas oesapa</u>	42
<u>BAB 5 KESIMPULAN DAN SARAN</u>		44
5.1	<u>Kesimpulan</u>	44
5.2	<u>Saran</u>	44
<u>DAFTAR PUSTAKA</u>		45
<u>LAMPIRAN</u>		49
<u>Lampiran 1 Penjelasan Sebelum Penelitian</u>		49
<u>Lampiran 2 Lembar Permohonan Menjadi Responden</u>		50
<u>Lampiran 3 Lembar Persetujuan (Informed Consent)</u>		51
<u>Lampiran 4 Lembar Observasi Nyeri</u>		54
<u>Lampiran 5 SOP Pemberian Teknik Relaksasi Benson</u>		53
<u>Lampiran 7 surat permohonan data awal</u>		56

DAFTAR GAMBAR

Gambar 2.1 Skala Deskripsi (Pinzon 2016)	32
Gambar 2.2 Skala Numerik (Pinzon 2016)	33
Gambar 2.3 Skala Wajah	35

DAFTAR TABEL

Tabel 3.1 Definisi Operasional.....	43
-------------------------------------	----

DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran 1 Lembar Persetujuan (Informed Consent)	49
Lampiran 2 Lembar Observasi Nyeri	50
Lampiran 3 Lembar Kuesioner	52