

**PENERAPAN TERAPI RELAKSASI BENSON UNTUK
MENURUNKAN TINGKAT NYERI PADA PASIEN LUKA
BAKAR DERAJAT II: LAPORAN KASUS**

KARYA ILMIAH AKHIR NERS

Diajukan untuk memenuhi sebagai syarat untuk memperoleh gelar Ners pada
jenjang Pendidikan Profesi Ners



Disusun oleh:

Nama	: Maulana Achmad
NIM	: 2411380
Program Studi	: Profesi Ners

**PROGRAM STUDI PENDIDIKAN PROFESI NERS
UNIVERSITAS PENDIDIKAN INDONESIA
KAMPUS SUMEDANG**

2025

**PENERAPAN TERAPI RELAKSASI BENSON UNTUK
MENURUNKAN TINGKAT NYERI PADA PASIEN LUKA
BAKAR DERAJAT II: LAPORAN KASUS**

Oleh:

Maulana Achmad

2411380

Karya tulis ilmiah akhir ners dibuat untuk memenuhi sebagai syarat memperoleh
gelar Ners pada Program Studi Profesi Ners

©NERS

UNIVERSITAS PENDIDIKAN INDONESIA KAMPUS SUMEDANG

JUNI 2025

Hak cipta dilindungi undang-undang

Karya tulis ilmiah ini tidak boleh diperbanyak seluruh atau sebagian dengan
dicetak ulang, difotokopi atau cara lainnya tanpa ada izin dari penulis dan
Universitas Pendidikan Indonesia

LEMBAR PERSETUJUAN

Karya tulis ilmiah yang berjudul **“Penerapan Terapi Relaksasi Benson untuk Menurunkan Tingkat Nyeri pada Pasien Luka Bakar Derajat II: Laporan Kasus”** telah diperiksa dan disetujui oleh dosen pembimbing Profesi Ners Universitas Pendidikan Indonesia Kampus Sumedang untuk dipertahankan pada ujian sidang KIAN.

Hari, Tanggal : Senin, 26 Mei 2025
Nama Mahasiswa : Maulana Achmad
NIM : 2411380
Peminatan : Keperawatan Medikal Bedah

Sumedang, 21 Mei 2025

Pembimbing Utama,



Popon Haryeti, S.Kep., Ners., M.H.Kes.

NIP. 196708261997032001

LEMBAR PENGESAHAN

Karya tulis ilmiah disusun oleh Maulana Achmad dengan NIM 2411380, dengan judul “Penerapan Terapi Relaksasi Benson untuk Menurunkan Tingkat Nyeri pada Pasien Luka Bakar Derajat II: Laporan Kasus”, telah dipertahankan di depan dewan penguji Program Profesi Ners Universitas Pendidikan Indonesia Kampus di Sumedang pada tanggal 26 Mei 2025

Ketua Penguji



Imam Tri Sutrisno, S.Kep., Ners., M.Kep

NIP. 199105292024061001

Penguji Anggota



Popon Harveti, S.Kep., Ners., M.H.Kes

NIP. 196708261997032001

Mengetahui

Kaprodi Profesi Ners,



Reni Nuryani, M.Kep., Ners., Sp.KepJ

NIP. 198012102008012008

LEMBAR PERNYATAAN BEBAS PLAGIASI

Nama : Maulana Achmad
NIM : 2411380
Program Studi : Profesi Ners

TUGAS AKHIR TERSEBUT DI ATAS TELAH DICEK PLAGIASI
OLEH TIM TURNITIN PROGRAM STUDI, DISETUJUI OLEH PEMBIMBING,
SERTA DIPERKENANKAN UNTUK DILANJUTKAN PROSES CETAK DAN
UNGGAH MANDIRI.

Sumedang 2 Juni.2025

Mengetahui,
Kaprodik Profesi Ners,

Pembimbing Utama,



Reni Nurvani, M.Kep., Ners., Sp.KepJ

NIP. 198012102008012008



Popon Harveti, S.Kep., Ners., M.H.Kes.

NIP. 196708261997032001

Mahasiswa,



Maulana Achmad

NIM. 2411380

PERNYATAAN PERSETUJUAN PUBLIKASI KARYA ILMIAH

Yang bertanda tangan dibawah ini,

Nama : Maulana Achmad
NIM : 2411380
Program Studi : Profesi Ners
Judul KIA : Penerapan Terapi Relaksasi Benson untuk Menurunkan
Tingkat Nyeri pada Pasien Luka Bakar Derajat II: Laporan
Kasus

Demi pengembangan ilmu pengetahuan, menyetujui untuk memberikan kepada Universitas Pendidikan Indonesia Hak Bebas Royalti Non-eksklusif (*Non-exclusive Royalty-Free Right*) atas karya ilmiah saya yang berjudul :

Penerapan Terapi Relaksasi Benson untuk Menurunkan Tingkat Nyeri pada Pasien Luka Bakar Derajat II: Laporan Kasus

berserta perangkat yang ada (jika diperlukan). Dengan Hak Bebas Royalti Non-eksklusif ini, Universitas Pendidikan Indonesia berhak menyimpan, mengalih media format-kan, mengelola dalam bentuk pangkalan data (*database*), merawat dan mempublikasikan tugas akhir saya selama tetap mencantumkan nama saya sebagai penulis/pencipta dan sebagai pemilik hak cipta. Demikian pernyataan ini saya buat dengan sebenarnya. Demikian pernyataan ini saya buat dengan sebenarnya.

Sumedang, 2 Juni 2025

Pembimbing Utama,



Popon Haryeti, S.Kep., Ners., M.H.Kes.

NIP. 196708261997032001

Mahasiswa,



Maulana Achmad

NIM. 2411380

ABSTRAK

Latar Belakang: Luka bakar derajat II menimbulkan nyeri hebat akibat kerusakan jaringan hingga dermis, yang jika tidak tertangani dapat menghambat penyembuhan dan menurunkan kualitas hidup pasien. Salah satu metode non-farmakologis untuk mengatasi nyeri adalah terapi relaksasi Benson yang menggabungkan pernapasan dalam dan afirmasi positif. **Tujuan:** Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui efektivitas terapi relaksasi Benson dalam menurunkan tingkat nyeri pada pasien luka bakar derajat II. **Metode:** Penelitian ini menggunakan desain studi kasus dengan pendekatan asuhan keperawatan berbasis *evidence based practice nursing*. Subjek penelitian adalah satu pasien laki-laki dengan luka bakar derajat II akibat sengatan listrik yang dirawat selama empat hari di RSUD Umar Wirahadikusumah Sumedang. **Hasil:** Hasil penelitian menunjukkan adanya penurunan skala nyeri secara bertahap dari 6 menjadi 2 selama empat hari. Pasien juga melaporkan peningkatan kenyamanan dan kualitas tidur. **Kesimpulan:** Jadi terapi relaksasi Benson efektif menurunkan nyeri pada pasien luka bakar derajat II. **Saran:** Terapi ini dapat digunakan sebagai intervensi keperawatan non-farmakologis dalam manajemen nyeri.

Kata kunci: Luka bakar derajat II, Nyeri, Teknik relaksasi Benson

ABSTRACT

Background: Second-degree burns cause severe pain due to tissue damage reaching the dermis, which, if left untreated, can hinder healing and reduce the patient's quality of life. One non-pharmacological method to manage pain is Benson relaxation therapy, which combines deep breathing with positive affirmations. **Objective:** This study aims to determine the effectiveness of Benson relaxation therapy in reducing pain levels in patients with second-degree burns. **Method:** This research employed a case study design with a nursing care approach based on evidence-based practice. The subject was a male patient with second-degree burns caused by electrical shock, who was treated for four days at Umar Wirahadikusumah Regional Hospital, Sumedang. **Results:** The results showed a gradual decrease in the pain scale from 6 to 2 over four days. The patient also reported increased comfort and improved sleep quality. **Conclusion:** Benson relaxation therapy is effective in reducing pain in patients with second-degree burns. **Recommendation:** This therapy can be used as a non-pharmacological nursing intervention in pain management.

Keywords: Second-degree burns, Pain, Benson relaxation technique

DAFTAR ISI

ABSTRAK.....	i
DAFTAR ISI.....	ii
DAFTAR GAMBAR.....	v
DAFTAR LAMPIRAN	vi
DAFTAR SINGKATAN	vii
BAB I PENDAHULUAN	1
1.1 Latar Belakang	1
1.2 Rumusan Masalah	2
1.3 Tujuan Penelitian.....	2
1.4 Manfaat Penelitian.....	2
BAB II TINJAUAN PENELITIAN DAN PROTOKOL INTERVENSI	4
2.1 Konsep Asuhan pada Keperawatan Pasien Luka Bakar	4
2.1.1. Luka Bakar	4
2.1.1.1. Definisi	4
2.1.1.2. Etiologi	4
2.1.1.3. Patogenesis	4
2.1.1.4. Manifestasi klinis	5
2.1.1.5. Patofisiologi.....	5
2.1.2. Konsep Nyeri.....	6
2.1.2.1. Konsep.....	6
2.1.2.2. Karateristik Nyeri.....	6
2.1.2.3. Patofisiologi Nyeri	6
2.1.2.4. Skala Penilaian Nyeri	7

2.1.3.	Konsep Terapi Relaksasi Benson	7
2.1.3.1.	Konsep Terapi Relaksasi Benson.....	7
2.1.3.2.	Manfaat.....	8
2.1.3.3.	Langkah Teknik Relaksasi Benson	8
2.1.3.4.	Indikasi dan Kontraindikasi.....	8
2.1.4.	Asuhan Keperawatan Pasien dengan Luka Bakar	9
2.1.4.1.	Pengkajian	9
2.1.4.2.	Diagnosa Keperawatan.....	11
2.1.4.3.	Rencana Intervensi	11
2.1.4.4.	Implementasi Keperawatan	15
2.1.4.5.	Evaluasi keperawatan	15
2.2	EBP Terapi Relaksasi Benson.....	15
2.2.1.	Terapi relaksasi Benson terhadap nyeri	15
BAB III METODE PENELITIAN		17
3.1	Jenis Penelitian.....	17
3.2	Lokasi Penelitian dan Waktu Penelitian	17
3.3	Subjek Penelitian.....	17
3.4	Pengumpulan Data	17
3.5	Teknik Analisa Data	18
3.6	Etika Penelitian	19
BAB IV HASIL DAN PEMBAHASAN.....		20
4.1	Hasil.....	20
4.1.1	Pengkajian	20
4.1.2	Diagnosa Keperawatan dan Rencana Intervensi	21
4.1.3	Implementasi dan Evaluasi.....	21

4.2	Pembahasan.....	22
BAB V SIMPULAN DAN SARAN.....		25
5.1	Kesimpulan	25
5.2	Saran	25
DAFTAR PUSTAKA.....		26
LAMPIRAN		29

DAFTAR GAMBAR

Gambar 2.1 Pathway Luka Bakar	6
Gambar 2.2 Numerical Rating Scale	7
Gambar 2.3 Rule of Nine	11

DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran 1 SOP Terapi Relaksasi Benson	29
Lampiran 2 Dokumentasi Asuhan Keperawatan	32
Lampiran 3 Surat Keterangan Lolos Uji Etik dan Lembar Informed Consent	67
Lampiran 4 Dokumentasi Kegiatan Kelolaan Kasus	69
Lampiran 5 Lembar Bimbingan	70
Lampiran 6 Hasil Uji Turnitin	71
Lampiran 7 Draft Manuskrip	72

DAFTAR SINGKATAN

NRS	: <i>Numeric Rating Scale</i>
EBN	: <i>Evidence Based Nursing</i>
GCS	: <i>Glasgow Coma Scale</i>
RSUD	: Rumah Sakit Umum Daerah
CI	: Clinical Instructor
SOP	: Standar Operasional Prosedur
IV	: Intra Vena
CRT	: <i>Capillary Refill Time</i>
APTT	: <i>Activated Partial Thromboplastin Time</i>
PQRST	: Provoke, Quality, Region, Severity, Time

DAFTAR PUSTAKA

- Alza, S. H., Inayati, A., & Hasanah, U. (2023). Penerapan Teknik Relaksasi Benson terhadap Skala Nyeri pada Pasien Post Op Apendiktomi di Ruang Bedah RSUD Jend. Ahmad Yani Metro. *Jurnal Cendikia Muda*, 3(4), 2023.
- Bahlia, M. R., & Rizaldy, M. B. (2024). Luka Bakar. *Jurnal Kesehatan dan Kedokteran*, 2(1), 52–61. <https://doi.org/10.62383/vimed.v2i1.1067>
- Dini, T. M. R., & Widada, W. (2023). Asuhan Keperawatan pada Pasien Luka Bakar Derajat II dengan Diagnosis Keperawatan Nyeri Akut. *Health & Medical Sciences*, 1(3). <https://doi.org/10.47134/phms.v1i3.49>
- Febiantri, N., & Machmudah, M. (2021). Penurunan Nyeri Pasien Post Sectio Caesarea Menggunakan Terapi Teknik Relaksasi Benson. *Ners Muda*, 2(2), 31. <https://doi.org/10.26714/nm.v2i2.6239>
- Gunadi, E., & Istiana, T. (2024). Effective Pain Managemen in Patients. *Medical Profession Journal of Lampung*, 14(1), 157–166. <https://doi.org/https://doi.org/10.53089/medula.v14i1.957>
- Handayani, Y., Putri, H., & Nurita, Y. S. (2022). Pengaruh Teknik Relaksasi Nafas Dalam terhadap Penurunan Nyeri Dismenore. *Jurnal MID-Z (Midwivery Zigot) Jurnal Ilmiah Kebidanan*, 5(1), 41–47. <https://doi.org/10.56013/jurnalmidz.v5i1.1257>
- Haryani, F., Sulistyowati, P., & Ajiningtiyas, E. S. (2024). Literature Review Pengaruh Teknik Relaksasi Napas Dalam Terhadap Intensitas Nyeri Pada Post Operasi Sectio Caesarea. *Journal of Nursing and Health*, 6, 15–24.
- Herien, Y., Mansur, A. R., & Viona, R. A. (2024). *Penerapan Terapi Relaksasi Benson pada Pasien Koriokarsinoma : Studi Kasus*. Eureka Media Aksara.
- Iswinarno, D. S. (2022). *Imunologi Luka Bakar* (D. S. Iswinarno & Z. Abadi, Ed.). Airlangga University Press.
- Kementerian Kesehatan RI. (2018). *Hasil Riset Kesehatan Dasar (Riskesdas) 2018*.
- Kusumawardani, N., Soerachman, R., Laksono, A. D., & Paramita, A. (2015). *Penelitian Kualitatif Di Bidang Kesehatan* (Kasnodihardjo, Ed.; 1 ed.). PT Kanisius. <https://www.researchgate.net/publication/329763692>

- Ningtyas, N. W. R., Amanupunyo, N. A., Manueke, I., Ainurrahmah, Y., Pramesti, D., Yuliana, Yanti, R. D., Siregar, M. A., Fitria, K. T., & Laoh, J. M. (2023). *Bunga Rampai Manajemen Nyeri* (L. O. Alifariki & H. J. Siagian, Ed.). Media Pustaka Indo. www.mediapustakaindo.com
- Permatasari, C., & Sari, I. Y. (2022). Terapi Relaksasi Benson Untuk Menurunkan Rasa Nyeri Pada Pasien Fraktur Femur Sinistra: Studi Kasus. *Jurnal Keperawatan Merdeka (JKM)*, 2(2), 216–220.
- PPNI. (2017). *Standar Diagnosa Keperawatan Indonesia: Definisi da Indikator Diagnostik* (1 ed.). DPP PPNI.
- Purnama, C. I. N., Dekawaty, A., & Suzanna. (2023). Pengaruh Teknik Relaksasi Benson Terhadap Kecemasan Pasien Yang Akan Operasi. *Jurnal Inspirasi Kesehatan*, 1(2), 153–164. <https://doi.org/10.52523/jika.v1i2.67>
- Purwanto, H. (2016). *Keperawatan Medikal Bedah II* (1 ed.). Pusdik SDM Kesehatan.
- Sisila, R. D., Sulastri, A., Putri, S. T., & Andriyani, S. (2022). Studi Kasus: Penerapan Teknik Relaksasi Benson terhadap Nyeri pada Pasien dengan Gastritis. *Jurnal Keperawatan*, 20(4), 138–147. <https://doi.org/https://doi.org/10.35874/jkp.v20i4.1110>
- Suriani, N., & Jailani, M. S. (2023). Konsep Populasi dan Sampling Serta Pemilihan Partisipan Ditinjau Dari Penelitian Ilmiah Pendidikan. *Jurnal Pendidikan Islam*, 1(2), 24–36. <https://doi.org/doi.org/10.61104/ihsan.v1i2.55>
- Talitha, A. R., & Relawati, A. (2023). Efektivitas Penerapan Relaksasi Benson Dalam Menurunkan Kecemasan Pada Pasien Pre-Operasi: Studi Kasus. *Jurnal Medika Nusantara*, 1(1), 47–54. <https://doi.org/10.59680/medika.v1i1.297>
- Ulfa, N. M., Ina, A. A., & Gayatina, A. K. (2021). Pengaruh Terapi Relaksasi Benson Terhadap Skala Nyeri Dismenore Pada Mahasiswi Keperawatan Stikes St. Elisabeth Semarang. *Jurnal Ilmu Keperawatan Maternitas*, 4(1), 47–56. <https://doi.org/10.26594/jikm.1.2.2018.278>
- WHO. (2023, Oktober 13). *Burns*. <https://www.who.int/news-room/fact-sheets/detail/burns>

Zusandy, A. K., Amiruddin, A., Sastri, A., Yuniati, L., & Miranti, A. (2024). Gambaran dan Karakteristik Pasien Luka Bakar. *Fakumi Medical Journal: Jurnal Mahasiswa Kedokteran*, 4(5), 412–422. <https://doi.org/https://doi.org/10.33096/fmj.v4i5.455>