

## ABSTRAK

### ANALISIS ASUHAN KEPERAWATAN PADA PASIEN UNSTABLE ANGINA PECTORIS (UAP) DENGAN INTERVENSI TEKNIK RELAKSASI BENSON TERHADAP NYERI DI RUANG ANYELIR BLUD RSUD KOTA BANJAR

Irawati

Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas Galuh

**Pendahuluan:** Penyakit kardiovaskuler sering tidak disadari oleh kebanyakan orang dan tidak memberikan keluhan yang berarti karena hanya keluhan seperti nyeri dada sebelah kiri yang berlangsung sebentar sehingga penderita tahap dini kurang waspada, salah satu jenis penyakit kardiovaskuler yang memiliki keluhan nyeri dada khas yang banyak diderita di Indonesia adalah Unstable Angina Pectoris (UAP). Keluhan khas dari UAP adalah nyeri dada di daerah sternum atau di bawah sternum (substernal) atau dada sebelah kiri yang khas, yaitu seperti ditekan, atau terasa berat di dada yang seringkali menjalar ke lengan kiri, kadang-kadang dapat menjalar ke punggung, rahang, leher atau ke lengan kanan. Relaksasi Benson merupakan salah satu teknik relaksasi sederhana dan mudah pelaksanaannya. Teknik *Benson* merupakan gabungan dari keyakinan seseorang (faith factor) dengan respon relaksasi. Fokus relaksasi *Benson* adalah pada pengungkapan kalimat tertentu secara berulang-ulang dengan irama teratur serta sikap pasrah. Kata-kata dalam terapi yang digunakan bisa berupa nama Tuhan atau kata yang dapat menenangkan pasien. **Metode:** penelitian ini menggunakan desain studi kasus tunggal dengan sampel penelitian adalah pasien UAP dengan masalah keperawatan nyeri akut dan intervensi yang dilakukan berupa teknik relaksasi *Benson*. **Hasil dan pembahasan:** setelah dilakukan implementasi teknik relaksasi *Benson* selama 3 hari berturut-turut pada masalah keperawatan nyeri akut terhadap Ny. R dengan diagnose gagal napas terbukti efektif, dibuktikan dengan adanya penurunan skala nyeri yang diukur menggunakan skala NRS. **Kesimpulan:** Diagnosis yang ditemukan pada penelitian ini adalah nyeri akut, intoleransi aktivitas, Intervensinya pada masalah nyeri akut adalah manajemen nyeri dengan fokus pada teknik relaksasi *Benson*.

**Kata Kunci:** Nyeri Akut, Relaksasi *Benson*, UAP

**ABSTRACT*****NALYSIS OF NURSING CARE FOR UNSTABLE ANGINA PECTORIS (UAP) PATIENTS USING THE BENSON RELAXATION TECHNIQUE INTERVENTION FOR PAIN IN ANYELIR'S ROOM AT THE BANJAR HOSPITAL***

Irawati

*Galuh University Faculty of Health Sciences*

***Introduction:*** Cardiovascular disease is often not realized by most people and does not give significant complaints because only complaints such as left sided chest pain last for a while so that early stage sufferers are less alert, one type of cardiovascular disease which has typical complaints of chest pain that many people suffer from. Indonesia is Unstable Angina Pectoris (UAP). A typical complaint from UAP is chest pain in the sternum area or below the sternum (substernal) or the left side of the chest which is typical, which is like being pressed, or feels heavy in the chest which often spreads to the left arm, sometimes can spread to the back, jaw, neck or right arm. Benson Relaxation is a simple and easy to implement relaxation technique. The Benson technique is a combination of a person's beliefs (faith factor) with a relaxation response. The focus of Benson's relaxation is on expressing certain sentences repeatedly with a regular rhythm and an attitude of surrender. The words used in therapy can be the name of God or words that can calm the patient. ***Method:*** This research used a single case study design with the research sample being UAP patients with acute pain nursing problems and the intervention carried out was the Benson relaxation technique. ***Results and discussion:*** after implementing the Benson relaxation technique for 3 consecutive days on the problem of acute pain nursing for Mrs. R with a diagnosis of respiratory failure has proven to be effective, as evidenced by a decrease in the pain scale as measured using the NRS scale. ***Conclusion:*** The diagnosis found in this study was acute pain, activity intolerance. The intervention for acute pain problems was pain management with a focus on the Benson relaxation technique.

*Keywords: Acute Pain, Benson Relaxation, UAP*