

**PROGRAM STUDI PROFESINERS FAKULTAS KEPERAWATAN INSTITUT
KESEHATAN PAYUNG NEGERI PEKANBARU**

Karya Ilmiah, Juni 2025

Septinora Silitonga¹⁾, Bayu Azhar²⁾, Wardah³⁾, Dini Maulinda⁴⁾

**PENERAPAN TEKNIK RELAKSASI BENSON PADA PASIEN KANKER
DENGAN MASLAH NYERI KRONIS DI RUANGAN MAWAR RSUD
ARIFIN ACHMAD**

Xi +63 Halaman +7 Tabel +1 Gambar +8 Lampiran

ABSTRAK

Nyeri merupakan salah satu gejala paling umum dan kompleks yang dialami pasien kanker, baik pada tahap awal maupun lanjutan dari penyakit. Nyeri kanker dapat terjadi dari invasi tumor terhadap jaringan, efek samping pengobatan seperti kemoterapi dan radiasi. Teknik nonfarmakologi berupa relaksasi dapat dijadikan salah satu upaya penanganan nyeri. Tujuan Karya Ilmiah Akhir Ners (KIAN) ini adalah untuk menganalisis intervensi relaksasi benson dalam menurunkan nyeri pada pasien kanker. Waktu pelaksanaan dilakukan pada bulan desember, Pelaksanaan intervensi ini dilakukan di ruang Mawar RSUD Arifin Achmad pada 2 orang pasien kelolaan sebanyak 3 kali kunjungan dengan mengajarkan relaksasi nafas dalam dan meminta klien fokus dengan kalimat yang diyakini. Pelaksanaan tindakan yang dilakukan selama 15 menit dan dilakukan pengukuran sebelum dan sesudah tindakan tentang indikator SLKI masalah keperawatannya nyeri kronis. Hasil intervensi ini menunjukkan terjadinya penurunan skala nyeri yang diukur dengan *Numeric Rating Scale* (NRS), pada pasien kelolaan 1 dari skala nyeri 6 menjadi 3 dan pada pasien kelolaan 2 dari skala nyeri 5 menjadi skala nyeri 2. Relaksasi benson dapat dijadikan sebagai alternatif tindakan dalam manajemen nyeri pada pasien kanker.

Kata kunci : Pasien Kanker, Terapi Benson, Nyeri Kronis

Daftar bacaan : 25 (2020-2024)

**NURSING STUDY PROGRAM FACULTY
OF NURSING
INSTITUT KESEHATAN PAYUNG NEGERI PEKANBARU**
Evidence Based Practice, June 2025

Septinora Silitonga¹⁾, Bayu Azhar²⁾, Wardah³⁾, Dini Maulinda⁴⁾
24501108

**APPLICATION OF BENSON RELAXATION TECHNIQUE IN CANCER
PATIENTS WITH CHRONIC PAIN PROBLEMS IN THE ROSE ROOM OF
ARIFIN ACHMAD HOSPITAL**

Xi +63 Pages+7 Tables+1 Figure+8 Attachments

ABSTRACT

Pain is one of the most common and complex symptoms experienced by cancer patients, both in the early and advanced stages of the disease. Cancer pain can occur from tumor invasion of tissue, side effects of treatment such as chemotherapy and radiation. Non-pharmacological techniques in the form of relaxation can be used as one of the efforts to treat pain. The purpose of this Final Scientific Paper for Nurses (KIAN) is to analyze Benson relaxation interventions in reducing pain in cancer patients. The implementation time was carried out in December, the implementation of this intervention was carried out in the Mawar room of Arifin Achmad Hospital on 2 patients managed as many as 3 visits by teaching deep breathing relaxation and asking clients to focus on sentences that are believed. The implementation of the action was carried out for 15 minutes and measurements were taken before and after the action regarding the SLKI indicator for chronic pain nursing problems. The results of this intervention showed a decrease in the pain scale as measured by the Numeric Rating Scale (NRS), in patient managed 1 from a pain scale of 6 to 3 and in patient managed 2 from a pain scale of 5 to a pain scale of 2. Benson relaxation can be used as an alternative action in pain management in cancer patients.

Keywords : Cancer Patients, Benson Therapy, Chronic Pain
References : 25 (2020-2025)