

ABSTRAK

EFEKTIVITAS TERAPI RELAKSASI BENSON DALAM MENGURANGI NYERI DADA PADA PASIEN CHEST PAIN DI RUANG IGD RS IBNU SINA YW UMI MAKASSAR

¹Pramadhita Arisandiyah Putri Botutihe, ²Safruddin, ³Nur Wahyuni Munir

¹Profesi Ners, Fakultas Kesehatan Masyarakat, Universitas Muslim
Indonesia, ²Fakultas Kesehatan Masyarakat, Universitas
Muslim Indonesia Makassar

Chest Pain merupakan gejala umum yang sering muncul di ruang IGD dan dapat menjadi tanda awal kondisi jantung serius seperti infark miokard akut. Penanganan nyeri umumnya mengandalkan terapi farmakologis, namun efektivitasnya tidak selalu optimal dan berisiko menimbulkan efek samping. Terapi relaksasi Benson merupakan metode non-farmakologis yang menggabungkan teknik pernapasan dan aspek spiritual untuk menurunkan respons stres tubuh. Penelitian ini bertujuan untuk menerapkan terapi relaksasi Benson pada pasien dengan nyeri dada di IGD RS Ibnu Sina YW UMI Makassar. Hasil yang diperoleh menunjukkan penurunan skala nyeri dan perbaikan tanda vital setelah intervensi dilakukan. Kesimpulannya, terapi relaksasi Benson efektif sebagai intervensi komplementer dalam mengurangi nyeri dada, aman diterapkan, mudah dilakukan, serta dapat meningkatkan kenyamanan pasien selama perawatan.

Kata kunci: *Chest Pain*, Relaksasi Benson, Penurunan Skala nyeri.

ABSTRACT

EFFECTIVENESS OF BENSON RELAXATION THERAPY IN REDUCING CHEST PAIN IN EMERGENCY ROOM PATIENTS AT IBNU SINA YW UMI HOSPITAL MAKASSAR

¹Pramadhita Arisandiyah Putri Botutihe, ²Safruddin, ³Nur Wahyuni Munir

¹Nursing Profession, Faculty of Public Health, Indonesian Muslim University

²Faculty of Public Health, Indonesian Muslim University Makassar

Chest pain is a common symptom frequently encountered in emergency departments and can be an early indication of serious cardiac conditions such as acute myocardial infarction. Pain management generally relies on pharmacological therapy, but its effectiveness is not always optimal and may pose risks of side effects. Benson relaxation therapy is a non-pharmacological method that combines breathing techniques and spiritual aspects to reduce the body's stress response. This study aimed to apply Benson relaxation therapy to patients with chest pain in the Emergency Department of Ibnu Sina YW UMI Hospital Makassar. The results showed a decrease in pain scale and improvement in vital signs after the intervention. In conclusion, Benson relaxation therapy is effective as a complementary intervention for reducing chest pain, is safe to apply, easy to perform, and can enhance patient comfort during treatment.

Keywords: Chest pain, Benson relaxation, Pain scale reduction.