

# Penerapan Relaksasi Benson Untuk Menurunkan Nyeri Pada Pasien Dengan Post Op Laparotomi Di Ruang Melati 4 RSUD dr. Soekardjo Kota Tasikmalaya

Elisa Handayani<sup>1\*</sup>, Bayu Brahmantia<sup>1</sup>, Ubud Badudin<sup>1</sup>

<sup>1</sup>Prodi Sarjana Keperawatan, Fakultas Ilmu Kesehatan ,Universitas Muhammadiyah Tasikmalaya, Tasikmalaya 46191, Indonesia

OPEN ACCESS

SENAL: Student Health Journal

Volume 2 No.2 Hal 326-333

©The Author(s) 2025

DOI: 10.35568/senal.v2i2.7300

## Article Info

Submit :10 Agustus 2025  
Revisi :10 September 2025  
Diterima :01 Oktober 2025  
Publikasi :29 Oktober 2025

## Corresponding Author

Elisa Handayani\*

[elisaahandayani271@gmail.com](mailto:elisaahandayani271@gmail.com)

## Website

<https://jurnal.umtas.ac.id/index.php/SENAL>

This is an Open Access article distributed under the terms of the Creative Commons Attribution-Non Commercial 4.0 International License.

## ABSTRAK

Pembedahan adalah tindakan medis invasif melalui sayatan yang diakhiri dengan penjahitan luka. Jumlah prosedur laparotomi secara global mencapai sekitar 148 juta kasus dan terus meningkat. Pada pasien pascaoperasi sering mengalami nyeri akibat pembedahan yang menimbulkan masalah nyeri akut. Salah satu metode nonfarmakologis yang efektif untuk mengurangi nyeri adalah teknik relaksasi benson. Tujuan dari studi kasus ini adalah mengetahui penerapan relaksasi benson untuk menurunkan nyeri pada pasien post op laparotomi di Ruang Melati 4 RSUD dr. Soekardjo Kota Tasikmalaya. Metode dalam penelitian ini menggunakan studi kasus dengan pendekatan proses asuhan keperawatan. Pelaksanakan relaksasi benson dilaksanakan 2x sehari selama 3 hari berturut-turut dengan durasi 10-15 menit berdasarkan tahapan Standar Operasional Prosedur (SOP). Hasil penerapan menunjukkan bahwa sebelum diberikan intervensi relaksasi benson pada hari kesatu di dapatkan skala nyeri 5 (0-10) dan setelah dilakukan relaksasi benson skala nyeri pasien menjadi 4 (0-10), pada hari kedua sebelum dilakukan intervensi skala nyeri 4 (0-10) setelah dilakukan intervensi skala nyeri menjadi 3 (0-10), pada hari ketiga sebelum dilakukan intervensi skala nyeri 2 (0-10) setelah dilakukan intervensi skala nyeri menjadi 1 (0-10). Dapat disimpulkan bahwa relaksasi benson efektif dalam menurunkan nyeri pada pasien post op laparotomi. Saran bagi institusi pelayanan rumah sakit dengan adanya penelitian relaksasi benson ini dapat diaplikasikan sebagai alternatif untuk menurunkan nyeri pada pasien post operasi.

Kata Kunci : Ileus obstruktif, nyeri, post op laparotomi, relaksasi benson

P-ISSN :-

E-ISSN : 3046-5230

## PENDAHULUAN

Usus merupakan bagian penting dari salah satu saluran pencernaan. Usus berfungsi dalam mengabsorpsi nutrisi. Salah satu permasalahan pada usus dapat menyerang anak-anak bahkan orang dewasa dan dapat menyebabkan komplikasi yang

membahayakan nyawa (Fadilah Akhmad Siska, 2022)

Berdasarkan data World Health Organization (WHO) 2020, diperkirakan penyakit saluran cerna tergolong 10 besar penyakit penyebab kematian di dunia. Salah satunya yang pertama yaitu penyakit appendisitis dimana menurut Kemenkes RI

prevalensi apendisisis di Indonesia adalah 65.755 kasus apendisisis pada tahun 2016, 75.601 kasus pada tahun 2017, 28.040 kasus pada tahun 2018 dan pada tahun 2020 jumlah kasus appendicitis mencapai 621.435 dengan prevalensi 3,35% dari total penduduk Indonesia.

Penyakit yang kedua yaitu peritonitis dimana menurut WHO (2018) prevalensi peritonitis di dunia sekitar 5,9 juta kasus pertahun dengan angka kematian mencapai 9.661 ribu orang. Di Indonesia, prevalensi diperkirakan sekitar 5% dari populasi atau sekitar 150.000 kasus per tahun.

Penyakit saluran cerna ketiga salah satunya yaitu ileus obstruktif dimana setiap tahunnya 1 dari 100 penduduk di segala usia di diagnosis ileus obstruktif. Insidensi dari ileus obstruktif pada tahun 2011 diketahui mencapai 16% dari populasi dunia yang diketahui melalui studi besar pada banyak populasi. Data statistik dari berbagai negara melaporkan bahwa terdapat perbedaan angka 2 kejadian ileus obstruktif. Insiden ileus obstruktif di Amerika Serikat sebesar 0,13%, dan data dari Nepal menyebutkan bahwa kejadian ileus obstruktif adalah 1053 kasus atau sebesar 5,32% (Kemenkes, 2018). Persentase kejadian ileus

Obstruktif di Indonesia secara menyeluruh belum diketahui pasti jumlahnya. Sebuah penelitian yang dilakukan oleh Wahyudi et al. (2020) menyatakan

bahwa ileus obstruktif menduduki peringkat ke-6 dari sepuluh penyakit penyebab kematian pada sistem saluran cerna tertinggi di Indonesia. Indonesia sendiri tercatat ada sekitar 7.030 kasus ileus obstruktif tanpa hernia yang dirawat inap dan sekitar 7.009 pasien yang dirawat jalan.

Penyakit ileus obstruktif terjadi akibat gangguan pada usus. Ileus obstruktif sering terjadi pada individu yang memiliki kebiasaan mengkonsumsi makanan yang rendah serat, dari kebiasaan tersebut akan muncul permasalahan

pada kurangnya membentuk massa feses yang menyambung pada rangsangan peristaltik usus, kemudian saat kemampuan peristaltik usus menurun maka akan terjadi konstipasi yang mengarah pada feses yang mengeras dan mampu menyumbat lumen usus sehingga menyebabkan terjadinya obstruktif (Fadilah Akhmad Siska, 2022). Ileus obstruktif biasanya sering ditemukan pada usus halus maupun usus besar. Penyebab terjadinya pada usus halus antara lain hernia inkarserta 15%, adhesi atau perlekatan usus 65%, sedangkan penyebab terjadinya penyumbatan pada usus besar adalah tumor atau kanker 70%, perlengketan berulang 10% dan hernia 2,5% (Vilz et al., 2017).

Kasus ileus obstruktif dapat diketahui dengan adanya pemeriksaan radiologi berupa pemeriksaan abdomen 3 posisi yaitu supine (terlentang), erect 3 (setengah duduk), LLD (lateral lefft Decubitus) atau tidur miring (Risaharti et al., 2020). Penatalaksanaan ileus obstruktif salah satunya yaitu dengan tindakan operasi laparotomi. Laparotomi adalah salah satu tindakan medis prosedu pembedahan mayor yang dilakukan dengan menyayat lapisan abdomen untuk mendapatkan bagian organ pencernaan yang terjadi masalah. Prosedur pembedahan ini bertujuan untuk mengambil atau memotong bagian usus yang mengalami penyumbatan akibat dari adanya motilitas/daya mekanik didalam usus. (Rahmayati & Hardiansyah, 2018).

Jumlah pasien bedah di seluruh dunia menurut data WHO (2018), mencapai 148 juta jiwa, dengan peningkatan signifikan pada prosedur laparotomi. Negara di Afrika menunjukkan prevalensi laparotomi tertinggi, dengan tingkat re-laparotomi mencapai 21% di Afrika Selatan, 18% di Kongo, dan 17,2% di Ethiopia. Di Indonesia, data Kemenkes RI tahun (2018) mencatat bahwa dari total 1,2 juta tindakan operasi, sekitar 42% di antaranya merupakan tindakan pembedahan laparotomi, menjadikannya peringkat ke-5 dari 50 pola penyakit pertama di rumah sakit

seluruh Indonesia. Masalah yang biasanya muncul pada pasien post op laparotomi yaitu nyeri pada abdomen dari luka sayatan saat proses operasi (Rahmayati & Hardiansyah, 2018).

Islam mengisyaratkan bahwa manusia harus berikhtiar untuk mengurangi nyeri dirasakan, hal ini terdapat dalam ayat Al-Qur'an Surat Ar-Ra'd ayat 11, berikut ayat Al-Qurannya:

إِنَّ اللَّهَ لَا يُعَذِّرُ مَا بِقُوَّمٍ حَتَّىٰ يُعَذِّرُوا مَا بِأَنفُسِهِمْ

Artinya:

“Sesungguhnya Allah tidak merubah keadaan sesuatu kaum sehingga mereka merubah keadaan yang ada pada diri mereka sendiri” (Q.S Ar-Ra'd: 11).

Nyeri yang dirasakan sudah menjadi ketetapan Allah. Maka sebagai seorang muslim dianjurkan untuk bertawakal kepada-Nya, karena hanya pada-Nya kita dapat menggantungkan hidup dan segala urusan kita, hal ini terdapat dalam ayat Al-Quran Surat At-Taubah ayat 51, berikut ayat Al-Qurannya:

لَنْ يُصِيبَنَا إِلَّا مَا كَتَبَ اللَّهُ لَنَا هُوَ مُؤْلَدَنَا وَعَلَى اللَّهِ فَلِيَوْكُلَّ الْمُؤْمِنُونَ

Artinya: Katakanlah (Muhammad), “Sekali-kali tidak akan menimpa kami melainkan apa yang telah ditetapkan Allah untuk kami. Dialah Pelindung kami, dan hanya kepada Allah orang-orang yang beriman harus bertawakal” (Q.S At-Taubah: 51).

Nyeri post operasi laparotomi merupakan reaksi kompleks pada jaringan yang terluka (Erni, 2018). Menurut Internasional Association for study of Pain (IASP), nyeri adalah pengalaman perasaan emosional sensoris yang tidak menyenangkan akibat terjadinya kerusakan aktual maupun potensial atau menggambarkan terjadinya kerusakan (Erni, 2018). Nyeri merupakan salah satu pemicu yang dapat meningkatkan level hormone stress seperti adrenokortikotropin, kortisol, katekolamin dan interleukin dan secara simultan dapat menurunkan pelepasan insulin dan fibrinolysis yang akan memperlambat proses penyembuhan (Achmad, 2022). Nyeri juga dapat

menimbulkan respon fisik dan psikis. Respon fisik meliputi keadaan umum, respon wajah dan perubahan tanda-tanda vital, sedangkan respon psikis akibat nyeri dapat 5 merangsang respon stress sehingga mengurangi sistem imun dalam peradangan dan penghambat penyembuhan (Erni, 2018).

Masalah keperawatan yang paling actual pada pasien dengan post op laparotomi adalah nyeri akut. Nyeri akut didefinisikan sebagai pengalaman sensorik atau emosional yang berkaitan dengan kerusakan jaringan actual atau fungsional, dengan onset mendadak atau lambat dan berinteraksi ringan hingga berat yang berlangsung kurang dari 3 bulan (PPNI, 2016).

Strategi penatalaksanaan nyeri mencakup pengobatan farmakologi maupun non farmakologi. Pendekatan ini diseleksi berdasarkan pada kebutuhan dan tujuan pasien secara individu. Suatu intervensi akan berhasil bila dilakukan sebelum nyeri menjadi lebih parah dan keberhasilan terbesar sering dicapai jika beberapa intervensi diterapkan secara simultan (Sehono, 2016). Penatalaksanaan nyeri secara nonfarmakologis antara lain menggunakan sentuhan afektif, sentuhan terapeutik, akupresur, relaksasi dan teknik imajinasi, distraksi, hipnosis, kompres dingin atau kompres hangat, stimulasi atau message kutaneus, TENS (transcutaneous electrical nerve stimulation) dan relaksasi benson (Morita et al., 2020). Salah satu intervensi non farmakologis yang dapat diberikan oleh perawat untuk mengurangi nyeri dengan relaksasi benson. Relaksasi benson adalah salah satu cara untuk mengurangi nyeri pasca bedah (Rukmasari et al., 2023).

Relaksasi benson merupakan salah satu terapi relaksasi sederhana, mudah pelaksanaannya dan tidak memerlukan banyak biaya (Khoirunnisa & Yulian, 2023). Relaksasi Benson adalah teknik relaksasi yang menggabungkan 6 antara teknik respon rileksasi dan sistem keyakinan individu/ fact factor berupa kata yang memiliki makna

menenangkan bagi pasien itu sendiri yang diucapkan berulang-ulang secara teratur disertai sikap pasrah. Pelaksanaan terapi ini hanya menggunakan teknik pernapasan dengan cara mengambil napas dalam melalui hidung dan dikeluarkan melalui mulut, serta ada penambahan unsur keyakinan dalam bentuk kata-kata (Kurdaningsih et al., 2023). Ungkapan yang digunakan dapat berupa penyebutan asmaul husna, atau kata-kata islamik seperti istigfar, tahmid, tahlil atau lainnya. Setelah mengucapkan ungkapan tersebut hati akan menjadi lebih tenang sehingga stres akan berkurang (Kurdaningsih et al., 2023).

Relaksasi benson menyebabkan tubuh menjadi rileks sehingga menimbulkan perasaan tenang dan nyaman. Apabila okseigen ( $O_2$ ) dalam otak tercukupi maka tubuh dalam kondisi seimbang. Kondisi ini akan menimbulkan keadaan rileks secara umum pada seseorang. Perasaan rileks yang tercipta akan diteruskan ke hipotalamus dan menghasilkan corticotropin releasing factor (CRF). CRF akan merangsang kelenjar di bawah otak untuk produksi otak untuk proopiod melanocortin (POMC) sehingga produksi encephalin oleh medulla adrenal meningkat. Kelenjar di bawah otak juga menghasilkan  $\beta$  endorphine sebagai neurotransmitter. Endorphine mempengaruhi impuls nyeri sehingga rangsangan nyeri tidak dapat mencapai kesadaran dan sensorik nyeri tidak dialami (Zefrianto et al., 2024).

Hasil penelitian Rahmawati et al., (2024) menunjukkan setelah dilakukan penerapan terapi relaksasi benson selama 3 hari berturut-turut pada Tn.M dan Ny.H terjadi penurunan tingkat nyeri pada kedua pasien dengan hasil sebelum dilakukan pemberian terapi relaksasi benson pada Tn.M yaitu skala nyeri 7 (skala nyeri berat) dan pada Ny.H yaitu skala nyeri 6 (skala nyeri sedang). Sesudah diberikan terapi relaksasi Benson pada kedua responden didapatkan hasil Tn. M dengan skor 3 termasuk dalam nyeri ringan dan Ny. H dengan skor 3 termasuk dalam kategori nyeri

ringan. Hal ini sejalan dengan penelitian Rasubala et al., (2017) bahwa sebelum diberikan terapi relaksasi benson, sebagian besar pasien mempunyai skala nyeri sedang dan berat. Setelah diberikan terapi relaksasi benson, sebagian besar skala nyeri mengalami perubahan yang signifikan dengan menurunnya skala nyeri menjadi skala nyeri ringan, terapi ini dilakukan sebanyak 2 kali sehari selama 3 hari dalam waktu 10-15 menit.

Relaksasi benson menjadi tindakan keperawatan mandiri yang mampu mempengaruhi penurunan skala nyeri sehingga dapat dipergunakan oleh perawat di rumah sakit dalam menangani keluhan nyeri pada pasien post operasi laparotomi. Oleh karena itu, penulis tertarik untuk membuat Karya Ilmiah Akhir Ners (KIAN) dengan judul “Penerapan Relaksasi Benson Untuk Menurunkan Nyeri Pada Pasien Dengan Post Op Laparotomi Di Ruang Melati 4 RSUD dr. Soekardjo Kota Tasikmalaya”

## METODE

Metode dalam penelitian ini menggunakan studi kasus dengan pendekatan proses asuhan keperawatan. Pelaksanaan relaksasi benson dilaksanakan 2x sehari selama 3 hari berturut-turut dengan durasi 10-15 menit berdasarkan tahapan Standar Operasional Prosedur (SOP).

## HASIL

berdasarkan hasil asuhan keperawatan yang disusun selama 3 hari mulai dari tanggal 26-28 Oktober 2024. Tindakan keperawatan pada Tn. P khusus untuk mengatasi masalah nyeri akut yaitu relaksasi benson yang dilakukan 2x sehari pada siang dan malam hari selama 3 hari dalam waktu 10-15 menit berdasarkan tahapan standar operasional prosedur (SOP), dalam evaluasi terdapat penurunan skala nyeri dari hari pertama skala nyeri 5 (0-10) menjadi skala nyeri 1 (0-10) pada hari terakhir

**Table 1. Hasil Penerapan Relaksasi Benson**

Pasien	Hari Ke-	Sebelum Intervensi	Setelah Intervensi
Tn.P	Hari ke 1	5 (0-10)	4(0-10)
Tn.P	Hari ke 2	4(0-10)	3(0-10)
Tn.P	HariKe 3	2(0-10)	1(0-10)

Sumber :Data Primer 2025

Hal ini menunjukan bahwa adanya pengaruh pemberian terapi relaksasi benson pada pasien post op laparatomu.

## PEMBAHASAN

Salah satu terapi komplementer yang bisa diterapkan untuk menurunkan nyeri yaitu dengan terapi relaksasi benson. Teknik relaksasi benson adalah salah satu jenis yang diciptakan oleh Herbert benson, yaitu seorang ahli peneliti dari fakultas kedokteran Hardvand yang mengkaji efektivitas doa dan meditasi. Kata-kata tertentu yang diucapkan dengan cara berulang-ulang yang menyertakan unsur keyakinan keimanan terhadap agama dan tuhan yang maha kuasa agar menjadi relaksasi yang rileks dan nyaman jika dibandingkan melakukan relaksasi tanpa menyertakan unsur keyakinan tersebut.

Penerapan relaksasi benson dilakukan dengan cara pasien diatur dalam posisi senyaman mungkin bisa duduk atau berbaring, kemudian dibimbing agar memejamkan mata, anjurkan melemaskan otot-otot tubuh sampai rileks, melemaskan kepala, leher dan pundaknya, posisi lengan dan kaki pada keadaan rileks serta dianjurkan tidak memegang lutut, kaki atau mengaitkan kedua tangan dengan erat, pasien ditawarkan untuk memilih kata yang akan diucapkan sesuai dengan keyakinannya, menganjurkan pasien untuk menarik nafas melalui hidung secara perlahan, pusatkan kesadaran pasien pada pengembangan perut, tahanlah napas sebentar sampai hitungan ketiga, setelah hitungan ketiga keluarkan napas melalui mulut secara perlahan-lahan sambil mengucapkan istighfar dan diulang-ulang dalam hati selama mengeluarkan napas tersebut,

menganjurkan pasien untuk mempertahankan sikap tenang. Sikap tenang merupakan aspek penting dalam membangkitkan respon relaksasi.

Asumsi penulis, hasil relaksasi benson pada pasien dengan post op laparatomu untuk menurunkan intensitas nyeri terdapat pengaruh dikarenakan teknik ini mampu memicu respons relaksasi yang menekan aktivitas sistem saraf simpatik, sehingga membantu menurunkan ketegangan otot dan persepsi nyeri. Pada pasien pasca operasi laparatomu, nyeri umumnya dipengaruhi oleh stres fisik dan emosional akibat tindakan pembedahan. Dengan melakukan relaksasi benson, yang melibatkan pernapasan dalam dan pengulangan kata yang menenangkan, pasien dapat mencapai kondisi rileks yang menurunkan produksi hormon stres seperti adrenalin dan kortisol. Penurunan hormon-hormon ini berpotensi mengurangi sensasi nyeri dan meningkatkan kenyamanan pasien selama masa pemulihan,

## KESIMPULAN DAN REKOMENDASI

### Kesimpulan

Setelah penulis melakukan pengamatan dan melaksanakan asuhan keperawatan secara langsung pada pasien dengan post op laparatomu di Ruang Melati 4 RSUD dr. Soekardjo Kota Tasikmalaya, kemudian penulis dapat menarik simpulan sekaligus saran yang dapat bermanfaat dalam meningkatkan mutu asuhan keperawatan pada pasien dengan post op laparatomu. Penelitian ini selama 3 hari dari catatan perkembangan yang dilakukan dari tanggal 26-28 Oktober 2024 maka peneliti menyimpulkan beberapa hal antara lain : Peneliti dapat melaksanakan proses asuhan keperawatan pada Tn. P dengan post op laparatomu, dengan pendekatan proses keperawatan meliputi pengkajian, diagnosa keperawatan, perencanaan, implementasi, evaluasi. Kedua, Peneliti mampu melaksanakan penerapan relaksasi benson, teknik ini dilakukan 2 kali sehari selama 3 hari

dengan durasi 10-15 menit sesuai dengan Standar Prosedur Operasional (SPO) diawali dengan basmallah dan diakhiri dengan hamdalah. Ketiga: Peneliti mampu menganalisis penerapan relaksasi benson pada Tn. P dengan post op laparotomi yaitu adanya pengaruh pemberian terapi relaksasi benson pada pasien post op laparotomi. Ini dibuktikan dengan pengukuran skala nyeri menggunakan Numeric Rating Scale (NRS). Pada saat pengkajian di dapatkan skala nyeri 5 sedang (0-10), setelah dilakukan 72 relaksasi benson pada hari kedua nyeri berkurang menjadi 3 ringan (0-10) dan hari ke tiga menjadi skala 1 ringan (0-10).

## Saran

Bagi peneliti Harapannya adalah bahwa hasil penelitian ini akan membangkitkan pemahaman serta wawasan peneliti di bidang keperawatan, khususnya dalam konteks asuhan keperawatan medical bedah pada pasien dengan post op laparotomi.

Bagi Institusi Pelayanan Rumah Sakit Harapannya bahwa rumah sakit akan terus memberikan pelayanan yang optimal dan menjaga hubungan yang baik antara tim kesehatan dan pasien. Hal ini bertujuan untuk meningkatkan mutu asuhan keperawatan yang diberikan pada pasien dan pihak rumah sakit dapat mengaplikasikan relaksasi benson ini sebagai alternatif untuk menurunkan nyeri pada pasien post operasi.

Bagi Institusi Pendidikan Harapannya adalah bahwa hasil penelitian ini akan menjadi referensi berharga bagi institusi pendidikan. Studi ini bisa dimanfaatkan untuk memperkaya materi ajar, terutama dalam mata kuliah keperawatan medical bedah dan juga dapat menjadi tambahan koleksi perpustakaan institusi.

Bagi Peneliti Selanjutnya Diharapkan hasil penelitian ini bisa menjadi panduan untuk mengembangkan lebih lanjut dalam asuhan keperawatan. Penelitian 73 selanjutnya diharapkan akan menghasilkan

asuhan keperawatan yang lebih rinci dan berkualitas, yang akan memberikan keuntungan yang lebih signifikan untuk pasien.

## REFERENSI

Refensi di tulis secara afabetic dengan menggunakan reference manager (Mendeley, ednote, Zetoro etc).

Untuk referensi mimimal memasukan 15 referensi primer 10 tahun terakhir. Penulisan referensi menggunakan aturan penulisan American Psychological Association (APA) style (7<sup>th</sup> ed).

Exampel :

Achmad, U. A. (2022). ASUHAN KEPERAWATAN PADA Tn. C INDIKASI ILEUS HARI KE-3 DI BAITUSSALAM 1 RSI SULTAN AGUNG SEMARANG.

Apriliani, R. (2020). Konsep Asuhan Keperawatan pada Pasien Post Operasi Laparotomi.

Ardi. (2021). ASUHAN KEPERAWATAN PADA PASIEN DENGAN ILEUS OBSTRUKTIF. <https://id.scribd.com/document/743471813/Askep-kdp>

Arief, M., Wirka, I. M., & Setyawati, T. (2020). Ileus Obstruktif : Case Report. *Jurnal Medical Profession (MedPro)*, 2(1), 41-44. <https://jurnal.fk.untad.ac.id/index.php/medpro/article/view/344>

Buchanan, L., & Faiz, T. (2023). Post Operative Ileus. National library of medicine. El-Hady. (2020). TINJAUAN PUSTAKA.

Erni, S. (2018). ASUHAN KEPERAWATAN PADA Ny.R DENGAN ILEUS OBSTRUksi POST LAPARATOMI DENGAN APLIKASI TERAPI RELAKSASI BENSON UNTUK MENGURANGI NYERI DI RR BEDA RSUP DR. M.DJAMIL PADANG. In *Journal of Chemical Information*.

Fadilah Akhmad Siska. (2022). Asuhan Keperawatan Pada Tn.T Dengan Diagnosa Medis Ileus Obstruktif Di Ruang Anggrek.

Gunawan, E., & Handayani, T. S. (2022). Efektifitas Batuk Efektif Pada Pasien Tuberculosis Paru Melalui Aplikasi Teori Virginia Henderson Di Wilayah Kerja Puskesmas Sumber Harta Kabupaten Musi Rawas Tahun 2022. 169– 177.

Hendra, K., & Imam, A. R. (2023). Ileus Obstruktif: Laporan Kasus. *Jurnal Kesehatan Amanah*, 7(1), 40–45. <https://doi.org/10.57214/jka.v7i1.262>

- Indrayani, M. N. (2019). DIAGNOSIS DAN TATA LAKSANA ILEUS OBSTRUKTIF. *Kesehatan*, 11(1), 1–14.
- Jihana, A. T. A. (2024). STANDAR OPERASIONAL PROSEDUR (SOP) TEKNIK RELAKSASI BENSON.
- Kemenkes. (2018). *Hasil Riset Kesehatan Dasar (Riskesdas)*. Badan Penelitian dan Pengembangan Kesehatan Kementerian RI.
- Kurdaningsih, S. V., Nuritasari, R. T., & Fathia, N. A. (2023). Penerapan Teknik Relaksasi Benson Sebagai Upaya Mengurangi Nyeri Akut Pasien Pasca Operasi Benigna Prostatic Hyperplasia ( BPH ). *Jurnal Keperawatan Muhammadiyah Alamat*, 8(3), 72–76.
- Morita, K. M., Amelia, R., & Putri, D. (2020). Pengaruh Teknik Relaksasi Benson Terhadap Penurunan Nyeri Pada Pasien Post Operasi Sectio Caesarea di RSUD Dr . Achmad Mochtar Bukittinggi. *Jurnal Riset Hesti Medan Akper Kesdam I/BB Medan*, 5(2), 106–115.
- <https://jurnal.kesdammedan.ac.id/index.php/jurhesti>
- Ningrum, T. F. P., Ayubbana, S., & Nurhayati, S. (2024). Penerapan Relaksasi Benson Terhadap Skala Nyeri Padapasien Post Operasi Di Rsud Jend. Ahmad Yani Metro. *Jurnal Cendikia Muda*, 4(4), 642–650.
- Nisa, S. (2020). Anatomi Sistem Pencernaan. In *Universitas Muhammadiyah Surabaya*.
- Nissa, A. (2020). *Patofisiologi Ileus Paralitik*.
- Nurani Asmara, A., Suhanda, S., & Firmansyah, A. (2023). Implementasi Terapi Psikoreligius Dzikir Terhadap Kemampuan Pasien Dalam Mengontrol Halusinasi Pendengaran. *Indogenius*, 2(3), 238–245.
- <https://doi.org/10.56359/igj.v2i3.305>
- Nursalam. (2014). *Manajemen keperawatan*. 117.
- Permata, D. (2020). Konsep Dasar Asuhan Keperawatan Pada Pasien Post Operasi Ileus Obstruktif.
- PPNI, T. P. S. D. (2016). Standar Diagnosis Keperawatan Indonesia (SDKI), Edisi 1, Jakarta, Persatuan Perawat Indonesia. In *Standar Diagnosis Keperawatan Indonesia (SDKI)*, Edisi 1, Jakarta, Persatuan Perawat Indonesia.
- PPNI, T. P. S. D. (2018a). *Standar Intervensi Keperawatan Indonesia: Definisi dan Tindakan Keperawatan* (1st ed.). DPP PPNI.
- PPNI, T. P. S. D. (2018b). Standar Luaran Keperawatan Indonesia (SLKI), Edisi 1, Jakarta, Persatuan Perawat Indonesia. In *Standar Luaran Keperawatan Indonesia (SLKI)*, Edisi 1, Jakarta, Persatuan Perawat Indonesia.
- Rahmawati, A. N., Prajantti, E. D., & Wulandari, I. (2024). Penerapan Terapi Relaksasi Benson Untuk Menurunkan Intensitas Nyeri Pada Pasien POST Operasi Laparotomy Di Ruang HCU Cempaka Rumah Sakit Umum Daerah (RSUD) DR. Moewardi Surakarta 1. *DIAGNOSA: Jurnal Ilmu Kesehatan Dan Keperawatan*, 2(3), 1–9. <https://doi.org/10.59581/diagnosa-widyakarya.v2i3.3989>
- Rahmayati, E., & Hardiansyah, R. (2018). Pengaruh Aromaterapi Lemon terhadap Penurunan Skala Nyeri Pasien Post Operasi Laparotomi. *Jurnal Kesehatan*, 9(3), 427–432. <http://ejurnal.poltekkes-tjk.ac.id/index.php/JK>
- Rasubala, G. F., Kumaat, L. T., & Mulyadi. (2017). PENGARUH TEKNIK RELAKSASI BENSON TERHADAP SKALA NYERI PADA PASIEN POST OPERASI DI RSUP. PROF. DR. R.D. KANDOU DAN RS TK.III R.W. MONGISIDI TELING MANADO Lucky. *E-Journal Keperawatan (e-Kp)*, 5(1), 1–10.
- Renaldi, A., Doli, J., & Donsu, T. (2020). Relaksasi Benson terhadap Tingkat Persepsi Nyeri pada Pasien Post Laparotomy di RSUD Nyi Ageng Serang Benson Relaxation against Pain Perception Levels in Post Laparotomy Patients at Nyi Ageng Serang Hospital. *Jurnal Keperawatan*, 9(1), 50–59.
- Risaharti, Siahaan, S., & Rizki, M. E. (2020). Gambaran Nilai Densitas Radiografi dengan Klinis Ileus Obstruksi dan Perforasi pada Pemeriksaan Abdomen 3 (Tiga) Posisi di Instalasi Radiologi Rumah Sakit Umum Daerah (RSUD) dr. Zainoel Abidin Banda Aceh Tahun 2019. *Jurnal Aceh Medika*, 4(2), 80–89.

- http://jurnal.abulyatama.ac.id/index.php/ace  
hmedika%oARadiologi
- Risqullah, A. C. (2022). KARAKTERISTIKKLINIS PENDERITA ILEUS OBSTRUKTIF DI RSUP DR. WAHIDIN SUDIROHUSODO. In *Braz Dent J.*
- Rukmasari, E. A., Rohmatin, T., Amalia, P., Aziza, A. K., & Padjadjaran, U. (2023). EFEKTIVITAS TERAPI RELAKSASI BENSON TERHADAP PENURUNAN NYERI PADA IBU POST PARTUM SECTIO CAESAREA. *AKSELERASI: Jurnal Ilmiah Nasional*, 5(2), 65–72.
- Schick, Kashyap, Collier, & Meseeha. (2025). *Small Bowel Obstruction*. National library of medicine. [https://www.ncbi.nlm.nih.gov/books/NBK448079/?utm\\_source=chatgpt.com](https://www.ncbi.nlm.nih.gov/books/NBK448079/?utm_source=chatgpt.com)
- Sehono, E. (2016). PENGARUH TEKNIK RELAKSASI GUIDED IMAGERY
- Disusun Oleh:
- Smeltzer, & Bare, B. G. (2016). *Buku Ajar Keperawatan Medikal Bedah Brunner & Suddarth* (8th ed.).
- Syafitri. (2020). Macam-macam Evaluasi dalam Proses Asuhan Keperawatan. *Kesehatan*, 1(1), 1–8.
- Vanhauwaert, E., Matthys, C., Verdonck, L., & De Preter, V. (2016). Low-Residue and Low-Fiber Diets in Gastrointestinal Disease Management. *Advances in Nutrition*, 6(6), 820–827. <https://doi.org/10.3945/an.115.009688>
- Vilz, T. O., Burkhard, S., Christian, S., & Hans H, S. (2017). *Ileus in Adults*. National library of medicine. <https://doi.org/10.3238/arztebl.2017.0508>.
- Wahyudi, A., Prajantini, E. D., & Prastiwi, Y. I. (2023). PENERAPAN TEKNIK RELAKSASI BENSON TERHADAP TINGKAT PERSEPSI NYERI PADA PASIEN POST LAPARATOMY DI RSUD Ir. SOEKARNO SUKOHARJO. *Jurnal OSADHAWEDYAH*, 1(3), 122–130.
- Wahyudi, A., Siswandi, A., Purwaningrum, R., & Dewi, B. C. (2020). Obstructive Ileus Incidence Rate in Examination of BNO 3 Position in Abdul Moeloek Hospital. *Jiksh*, 11(1), 145–151. <https://doi.org/10.35816/jiskh.v1o1i2.233>
- Wardani, S. P. (2024). Penerapan Terapi Relaksasi Benson Dalam Asuhan Keperawatan Pada Pasien Fraktur Femur Dengan Nyeri Akut di Ruang Trauma Center Irna Bedah RSUP dr. M.Djamil Padang.
- Zefrianto, D., Sari, S. A., Inayati, A., Dharma, A. K., & Metro, W. (2024). PENERAPAN RELAKSASI BENSON TERHADAP SKALA NYERI PASIEN POST OPERASI FRAKTUR DI RUANG BEDAH KHUSUS 3RSUD JEND. AHMAD YANI KOTA METRO TAHUN 2023 IMPLEMENTATION. *Jurnal Cendikia Muda*, 4(2).