

**Asuhan Keperawatan Pada Pasien *Unstable Angina Pectoris*  
Dengan Intervensi Teknik Relaksasi Benson Terhadap  
Penurunan Skala Nyeri Di Ruang Kenanga  
RSUD Kota Banjar**

Andini Zharfa Asmarani<sup>1</sup>, Asep Gunawan<sup>1</sup>, Nur Hidayat<sup>1</sup>  
<sup>1</sup>*STIKes Muhammadiyah Ciamis*

**INTISARI**

Nyeri akut dari angina pektoris tidak stabil mengacu pada ketidaknyamanan dada yang disebabkan oleh penyakit arteri koroner dan sering digambarkan sebagai sensasi tekanan, berat, dan nyeri. Pada tahun 2019, Organisasi Kesehatan Dunia mengidentifikasi penyakit jantung iskemik sebagai penyebab utama kematian secara global, terhitung 16% dari semua kematian (55% dari 55,4 juta kematian di seluruh dunia). Mengurangi masalah ini melibatkan penggunaan teknik relaksasi Benson untuk melatih pernapasan dan mengurangi rasa sakit.

Metode penulisan ini dengan desain deskriptif menggunakan metode asuhan keperawatan. Teknik pengumpulan data melalui pengkajian, penyusunan diagnosa keperawatan, intervensi keperawatan, implementasi keperawatan dan evaluasi dilakukan selama 3 hari di ruang Kenanga RSUD Kota Banjar. Penegakan diagnosa keperawatan mengacu pada Standar Diagnosa Keperawatan Indonesia, Standar Intervensi Keperawatan Indonesia, Standar Luaran Keperawatan Indonesia.

Hasil studi kasus yang dilakukan menunjukkan adanya perubahan setelah dilakukan teknik relaksasi Benson, hal ini dibuktikan dengan hasil akhir yaitu evaluasi yang dilakukan, pasien tidak merasakan nyeri dada, dengan skala nyeri 2 (0-10).

Kesimpulan dari hasil intervensi teknik relaksasi Benson dinilai efektif untuk menurunkan nyeri dada dengan skala nyeri yang menurun dengan hasil evaluasi akhir skala nyeri 2 (0-10).

*Kata kunci : Nyeri, Teknik Reaksasi Benson, Unstable Angina Pectoris*

**Nursing Care of Patients *Unstable Angina Pectoris* With  
Benson Relaxation Technique Intervention Against  
Reduction of Pain Scale in Kenanga Room  
Banjar City Hospital**

Andini Zharfa Asmarani<sup>1</sup>, Asep Gunawan<sup>1</sup> , Nur Hidayat<sup>1</sup>  
<sup>1</sup>STIKes Muhammadiyah Ciamis

**ABSTRACT**

Acute pain from unstable angina pectoris refers to chest discomfort caused by coronary artery disease and is often described as a sensation of pressure, heaviness, and soreness. In 2019, World Health Organization identified ischemic heart disease as the leading cause of death globally, accounting for 16% of all fatalities (55% out of 55.4 million deaths worldwide). Mitigating this issue involves employing Benson relaxation techniques to train breathing and alleviate pain.

This writing method with a descriptive design using nursing care methods. Data collection techniques through assessment, preparation of nursing diagnoses, nursing interventions, nursing implementation and evaluation were carried out for 3 days in the Kenanga room at the Banjar City Hospital. Enforcement of nursing diagnoses refers to the Nursing Diagnostic Standards, Indonesian Nursing Intervention Standards, Indonesian Nursing Results Standards.

The results of the case study conducted showed that there was a change after the Benson relaxation technique was carried out, this is evidenced by the final result, namely the evaluation carried out, the patient did not feel chest pain, with a pain scale of 2 (0-10).

The conclusion from the results of the Benson relaxation technique intervention is considered effective for reducing chest pain with a decreased pain scale with the final evaluation results of a pain scale of 2 (0-10).

*Keywords: Benson Relaxation Technique, Pain, Unstable Angina Pectoris*