

**KOMBINASI RELAKSASI BENSON DAN *FINGER HOLD* TERHADAP
NYERI AKUT PASIEN GASTRITIS DI RUANG MELATI
RSUD MARDI WALUYO KOTA BLITAR**

Munawaroh
Nurul Hidayah, S.Kep., Ns., M.Kep.

ABSTRAK

Peradangan pada gastritis dapat menyebabkan nyeri pada ulu hati. Jika nyeri tersebut tidak segera ditangani akan menimbulkan penyakit esofagitis yaitu peradangan yang dapat merusak jaringan di kerongkongan sehingga mengganggu fungsi kerongkongan. Pasien membutuhkan terapi non farmakologis kombinasi relaksasi benson dan *finger hold* untuk menurunkan nyeri, namun relaksasi ini belum pernah diterapkan pada pasien nyeri gastritis. Penelitian ini dilakukan untuk mendapatkan gambaran, pengalaman dan menganalisa secara langsung mengenai penerapan kombinasi relaksasi benson dan *finger hold* terhadap nyeri akut pasien gastritis. Metode penelitian yang digunakan adalah deskriptif kualitatif dengan menggunakan pendekatan proses keperawatan, dengan satu orang responden pasien gastritis di ruang melati RSUD Mardi Waluyo Kota Blitar. Pengumpulan data melalui wawancara, observasi dan pemeriksaan fisik, serta studi dokumentasi. Hasil penelitian didapatkan pasien gastritis dengan masalah nyeri akut sehingga diberikan intervensi kombinasi relaksasi benson dan *finger hold*. Dari hasil evaluasi selama 3 hari perawatan didapatkan tingkat nyeri menurun dibuktikan dengan keluhan nyeri menurun dari skala nyeri 6 menjadi skala 2, meringis menurun, gelisah menurun, pola tidur, tekanan darah, dan frekuensi nadi membaik. Dengan dilakukan intervensi kombinasi relaksasi benson dan *finger hold* dapat menurunkan tingkat nyeri. Diharapkan penelitian ini dapat dijadikan acuan dan intervensi untuk menurunkan nyeri akut yang dirasakan oleh pasien dengan gastritis.

Kata Kunci : Relaksasi Benson, *Finger Hold*, Nyeri Akut, Gastritis