

## **DAFTAR LAMPIRAN**

Lampiran 1 Surat Permohonan Data Awal Untuk Dinas Kesehatan

Lampiran 2 Surat Rekomendasi Permohonan Data Awal

Lampiran 3 Surat Permohonan Data Awal Untuk Kesbangpol

Lampiran 4 Surat Permohonan Data Awal Untuk RSUD Dr.Slamet Garut

Lampiran 5 Bukti Pembayaran Penelitian

Lampiran 6 Surat Uji Etik

Lampiran 7 Surat Izin Penelitian Universitas

Lampiran 8 Surat Izin Penelitian Dinkes Garut

Lampiran 9 Standar Operasional Prosedur Terapi Relaksasi Benson

Lampiran 10 SAP Penerapan Terapi Relaksasi Benson Lembar Observasi

Lampiran 11 Leaflet Post Operasi

Lampiran 12 Leaflet Terapi Benson

Lampiran 13 Lembar Observasi

Lampiran 14 Format Asuhan Keperawatan

Lampiran 15 Lembar Persetujuan Perbaikan Seminar Proposal (Kti)

Lampiran 16 Lembar Persetujuan

Lampiran 17 Lembar Persetujuan Responden 1

Lampiran 18 Lembar Persetujuan Responden 2

Lampiran 19 Dokumentasi Responden 1

Lampiran 20 Dokumentasi Responden 2

Lampiran 21 Catatan Bimbingan Proposal

Lampiran 22 Hasil Turnitin

Lampiran 23 Riwayat Hidup

## LAMPIRAN

### lampiran 1 surat permohonan data awal untuk dinas kesehatan



#### PEMERINTAH KABUPATEN GARUT BADAN KESATUAN BANGSA DAN POLITIK Jl. Patriot No.10A, Telp. (0262) 2247473 Garut, Jawa Barat 44151

Nomor : 072/1055-Bakesbangpol/XII/2024  
Lampiran : 1 Lembar  
Perihal : Permohonan Data Awal

Garut, 13 Desember 2024  
Kepada :  
Yth. Kepala Dinas Kesehatan  
Kabupaten Garut

Dalam rangka membantu Mahasiswa/i Universitas Bhakti Kencana bersama ini terlaminir Rekomendasi Permohonan Data Awal Nomor : 072/1055-Bakesbangpol/XII/2024 Tanggal 13 Desember 2024, Atas Nama **FARHAN ERLANGGA / 221FK06058** yang akan melaksanakan Permohonan Data Awal dengan mengambil lokasi di Dinas Kesehatan Kabupaten Garut. Demi kelancaran Permohonan Data Awal dimaksud, mohon bantuan dan kerjasamanya untuk membantu Kegiatan tersebut.

Demikian atas perhatiannya, kami ucapkan terima kasih.

Kepala Badan Kesatuan Bangsa dan Politik



**Drs. H. NURRODHIN, M.Si.**  
Pembina Utama Muda, IV/c  
NIP. 19661019 199203 1 005

Tembusan, disampaikan kepada:  
1. Yth. Kepala Bappeda Kabupaten Garut;  
2. Yth. Ketua UBK Garut;  
3. Arsip.

## **lampiran 2 surat rekomendasi permohonan data awal**



**BADAN KESATUAN BANGSA DAN POLITIK**  
Jl. Patriot No.10A, Telp. (0252) 2247473 Garut, Jawa Barat 44151

## REKOMENDASI PERMOHONAN DATA AWAL

Nomor : 072/1055-Bakesibangpol/XIII/2024

### a. Dasar

- Peraturan Menteri Dalam Negeri Nomor 41 Tahun 2010 tentang Organisasi dan Tata Kerja Kementerian Dalam Negeri (Bentuk Negara Republik Indonesia Tahun 2010 Nomor 316), sebagaimana telah diubah dengan Peraturan Menteri Dalam Negeri Nomor 14 Tahun 2011 tentang Perubahan Atas Peraturan Menteri Dalam Negeri Nomor 41 Tahun 2010 tentang Organisasi dan Tata Kerja Kementerian Dalam Negeri (Bentuk Negara Republik Indonesia Tahun 2011 Nomor 168)

b. Memperhatikan :

Surat dari Universitas Bhakti Kencana, Nomor 050/03.FKP.LPPP-K.GRT/XII/2024 Tanggal 10 Desember 2024

KEPALA BADAN KESATUAN BANGSA DAN POLITIK, memberikan Rekomendasi kepada:

- |  |   |
|--|---|
| 1. Nama / NPM /NIM/ NIDN :                                       | FARHAN ERLANGGA/ 221FK06058   |
| 2. Alamat  | Kp.Paledang RT/03, RW/05, Desa. Suci Kaler, Kec. Karangpawitan Kab. Garut |
| 3. Tujuan  | Permohonan Data Awal  |
| 4. Lokasi/ Tempat  | Dinas Kesehatan Kabupaten Garut   |
| 5. Tanggal Permohonan<br>Data Awal/ Lama<br>Permohonan Data Awal | 13 Desember 2024 s/d 13 Desember 2024                                     |
| 6. Bidang/ Status/<br>Judul Permohonan Data<br>Awal              | Penerapan Relaksasi Pada Pasien Post Operasi Untuk<br>Menurunkan Nyeri    |
| 7. Penanggung Jawab  | Santi Rinjani,S.Kep.,Ners.,M.Kep  |
| 8. Anggota   | -   |

Yang bersangkutan berkewajiban melaporkan hasil Permohonan Data Awal ke Badan Kesatuan Bangsa dan Politik Kabupaten Garut. Menjaga dan menjunjung tinggi norma atau adat istiadat dan Kebersihan, Ketertiban, Keindahan (K3) masyarakat setempat di lokasi Permohonan Data Awal. Serta Tidak melakukan hal-hal yang bertentangan dengan hukum.

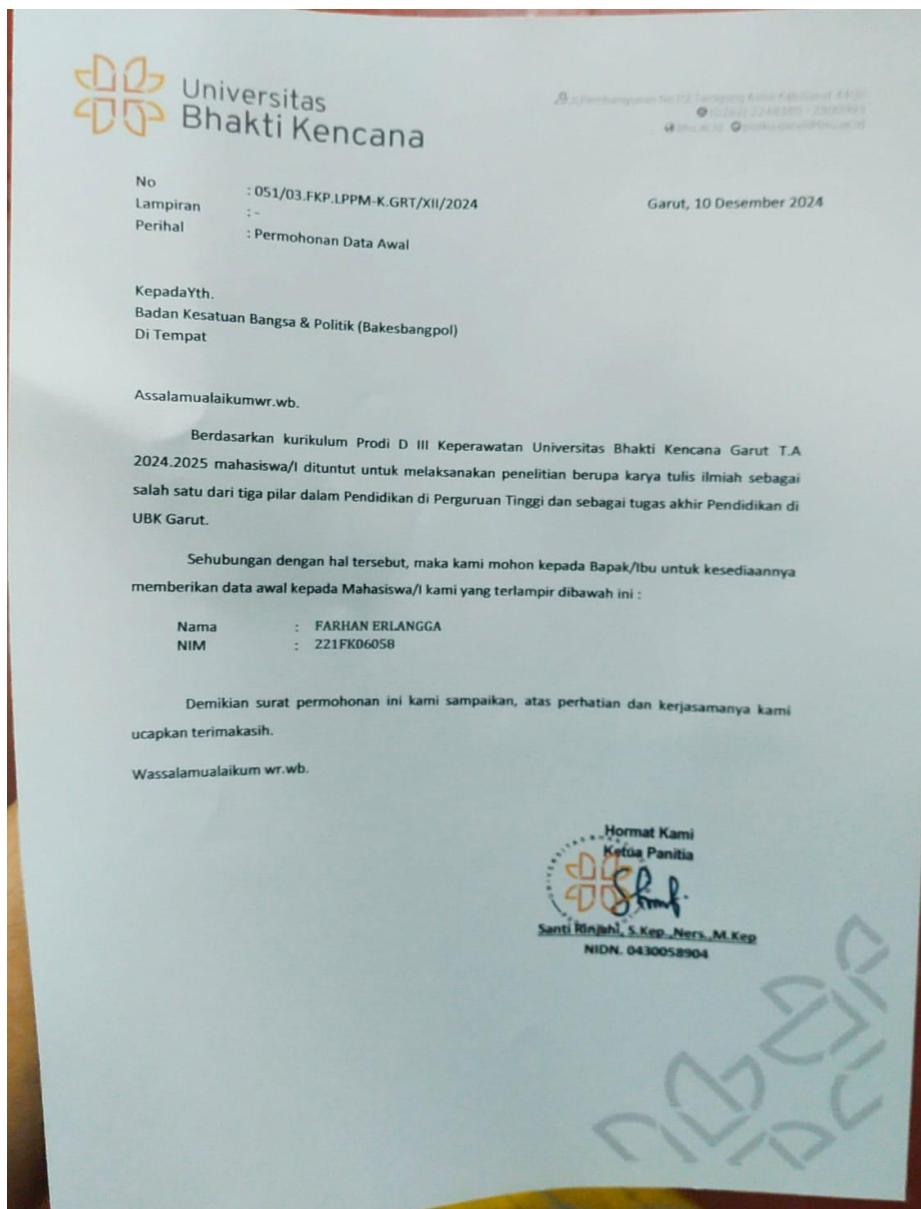
Kepala Badan Kesatuan Bangsa dan Politik



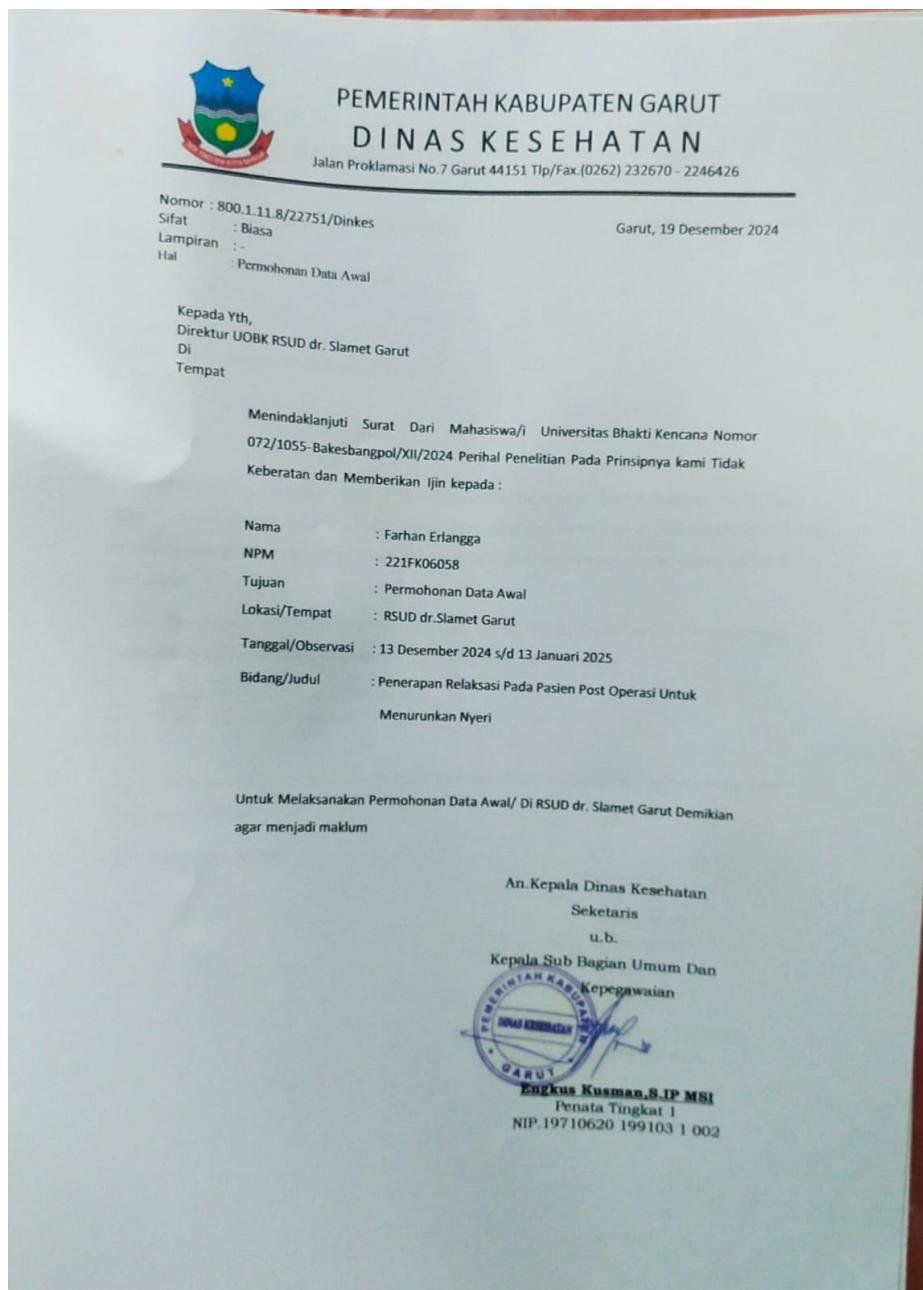
Drs. H. NURRODHIN, M.Si.  
Pembina Utama Muda, IV/c  
NIP. 19661019 199203 1 005

Tembusan, disampaikan kepada:  
1. Yth. Kepala Bappeda Kabupaten Garut;  
2. Yth. Ketua UBK Garut;  
3. Arsip.

### **lampiran 3 surat permohonan data awal untuk kesbangpol**



## **lampiran 4 surat permohonan data awal untuk RSUD dr.Slamet Garut**



## Lampiran 5 Bukti Pembayaran Penelitian

**PEMERINTAH KABUPATEN GARUT**  
**DINAS KESEHATAN**  
**UNIT ORGANISASI BERSIFAT KHUSUS (UOBK)**  
**RUMAH SAKIT UMUM DAERAH dr. SLAMET GARUT**  
Alamat : Jl. Rumah Sakit No. 12 Telp. (0262) 232720 Website rsudrslamet.garutkab.go.id  
Email [garutsuddrslamet@gmail.com](mailto:garutsuddrslamet@gmail.com) Kode Pos 44151  
GARUT

**REKOMENDASI PENELITIAN**  
Nomor :800.2.4/375/UOBK RSUD

Menindaklanjuti surat dari Badan Kesatuan Bangsa dan Politik Kabupaten Garut nomor : 072/1055-Bakesbangpol/XII/2024, Tanggal '13 Desember 2024. Dengan ini kami sampaikan :

a. Memberikan rekomendasi Ijin Penelitian kepada Mahasiswa/i Universitas Bhakti Kencana Garut Program Studi D3 Keperawatan, dalam rangka Studi Pendahuluan dengan judul "Pennerapan Relaksasi Pada Pasien Post Operasi Untuk Menurunkan Nyeri" yang akan dilaksanakan pada tanggal 13 Desember 2024 - 13 Januari 2025, atas nama :

Nama : Farhan Erlangga  
NIM : 221FK06058

b. Berdasarkan Peraturan Bupati Nomor 8 Tahun 2023 Tentang Pajak Daerah dan Retribusi Daerah Terkait Tarif Non Pelayanan pada Rumah Sakit Umum Daerah dr. Slamet Garut dengan sebesar :

Penelitian Kesehatan	Tarif (Rp)
1) Menggunakan rekam medik 1-30	190.000,-
2) Menggunakan wawancara 1-10 responden	350.000,-
3) Menggunakan kuesioner 1-30	200.000,-

c. Selama melaksanakan Penelitian di UOBK RSUD dr. Slamet Garut harus mentaati segala peraturan dan ketentuan yang berlaku.

Demikian rekomendasi ini disampaikan untuk dipergunakan sebagaimana mestinya dan atas perhatiannya kami ucapkan terima kasih.

Garut, 24 Desember 2024

Direktur,  
DINAS KESEHATAN  
UOBK  
RUMAH SAKIT UMUM DAERAH dr. SLAMET GARUT

dr. H. Husodo Dewo, Msi, SpOT (K) Spine., FICS  
NIP. 196503171991031013

Tembusan Disampaikan Kepada Yth :

1. Direktur UOBK RSUD dr. Slamet Garut (Sebagai Laporan)
2. Wadir Pelayanan dan Keperawatan
3. Wadir Umum dan Keuangan

## Lampiran 6 Surat Uji Etik



Fakultas Keperawatan  
Bhakti Kencana  
University

Jl. Soekarno Hatta No 754 Bandung  
022 7830 760, 022 7830 768  
bku.ac.id contact@bku.ac.id

No : 75/KEPK\_UBK\_GRT/06/2025  
Lampiran :-  
Perihal : Surat Keputusan Uji Etika

Garut, 28 Juni 2025

Kepada Yth.  
**DIREKTUR RSUD dr. SLAMET GARUT**  
Di Tempat

Assalamualaikum wr.wb.

Berdasarkan kurikulum Universitas Bhakti Kencana (UBK) Garut Tahun Akademik 2024/2025 Mahasiswa/I dituntut untuk membuat Karya Tulis Ilmiah (KTI) sebagai salah satu tugas akhir dan merupakan satu dari tiga pilar dalam pendidikan Perguruan Tinggi. Untuk menjamin keamanan penelitian KTI di UBK Garut harus melalui Uji Etik oleh Komisi Etik Penelitian Kesehatan (KEPK) dari penelitian yang akan dilaksanakan.

Sehubungan dengan hal tersebut, maka setelah dilaksanakan Uji Etik Penelitian tersebut kami menyatakan penelitian Mahasiswa/I kami dibawah ini :

Nama FARHAN ERLANGGA  
NIM 221FK06058  
Judul KTI PENERAPAN RELAKSASI BENSON UNTUK MENURUNKAN TINGKAT NYERI DALAM ASUHAN KEPERAWATAN PADA PASIEN POST OPERASI HERNIA INGUINALIS DI RUANG TOPAZ UOBK RSUD DR. SLAMET GARUT TAHUN 2025  
Kesimpulan LOLOS UJI ETIK untuk bisa dilanjutkan ketahap penelitian

Demikian surat pernyataan ini kami sampaikan dan dapat digunakan sembagaimana mestinya.  
Atas perhatian dan kerjasamanya kami ucapan terima kasih.

Wassalamualaikum wr.wb.

Penelaah KEPK UBK Garut

  
Ridwan Riajudul Jinan, SKM., M.Si.  
NIDN : 0424088404

## Lampiran 7 Surat izin penelitian universitas bhakti kencana



Universitas  
Bhakti Kencana

Jl.Pembangunan No.112 Tarogong Kidul Kab.Garut 44151  
(0262) 2248380 - 2800993  
bku.ac.id psdku.garut@bku.ac.id

No : 646/03.FKP.LPPM-K.GRT/VII/2025  
Lampiran : -  
Perihal : Izin Penelitian

Garut, 15 Juli 2025

Kepada Yth.  
UOBK RSUD dr. Slamet garut  
Di Garut

Assalamualaikum wr.wb.

Berdasarkan kurikulum Prodi D III Keperawatan Universitas Bhakti Kencana Garut T.A 2024.2025 mahasiswa/i dituntut untuk melaksanakan penelitian berupa karya tulis ilmiah sebagai salah satu dari tiga pilar dalam Pendidikan di Perguruan Tinggi dan sebagai tugas akhir Pendidikan di UBK Garut.

Sehubungan dengan hal tersebut, maka kami mohon kepada Bapak/Ibu untuk kesediaannya memberikan izin untuk penelitian kepada Mahasiswa/I kami yang terlampir dibawah ini :

Nama : FARHAN ERLANGGA  
NIM : 221FK06058

Demikian surat permohonan ini kami sampaikan, atas perhatian dan kerjasamanya kami ucapkan terimakasih.

Wassalamualaikum wr.wb.

Hormat Kami  
Ketua Panitia  
  
Santi Rinjani, S.Kep., Ners., M.Kep  
NIDN. 0430058904

## Lampiran 8 Surat izin penelitian Dinkes



### PEMERINTAH KABUPATEN GARUT DINAS KESEHATAN

Jl. proklamasi no.7, jayaraga, kec. tarogong kidul, kabupaten garut, jawa barat  
44151 web : <https://dinkes.garutkab.go.id> E-mail dinkesgarut1@gmail.com

Nomor :  
800.1.11.8/11187/Dinkes  
Sifat : Biasa  
Lampiran : 1  
Perihal : penelitian

Garut, 21 Juli 2025

Kepada Yth,  
Direktur UOBK RSUD dr.Slamet Garut Kab.Garut

Di Tempat

Menindaklanjuti Surat Dari Mahasiswa/i Bhakti Kencana Garut Nomor

072/1378-Bakesbangpol/VII/2025 Perihal Penelitian pada Prinsipnya kami

Tidak Keberatan dan Memberikan Izin kepada

Nama : FARHAN ERLANGGA  
NPM : 221FK06058  
Tujuan : Penelitian  
Lokasi/Tempat : RSUD dr.Slamet Garut  
Kab.Garut  
Tanggal/Observasi : 22 Juli 2025 s/d 29 Juli 2025  
Bidang/Judul : Penerapan Relaksasi Benson Untuk Menurunkan Tingkat  
nyeri dalam Asuhan Keperawatan pada Pasein Post Oprasi  
Hernia inguinalis di Ruang Topaz UOBK RSUD dr.Slamet  
Kab.Garut Tahun 2025

Untuk Melaksanakan Permohonan Penelitian Di RSUD dr.Slamet Kab.Garut Demikian  
agar menjadi maklum

An.Kepala Dinas Kesehatan

Seketaris

u.b.

Kepala Sub Bagian Umum Dan

Kepagawajian

DINAS KESEHATAN

GARUT

Engkus Kusman,S.IP,MSI

Penata Tingkat 1

NIP.19710620 199103 1 002

## Lampiran 9 Standar Operasional Prosedur Terapi Relaksasi Benson

<b>STANDAR OPERASIONAL PROSEDUR(SOP) TEKNIK RELAKSASI BENSON</b>	
Pengertian	Teknik Relaksasi benson adalah teknik pernapasan dalam yang melibatkan keyakinan seseorang dengan kata-kata/frase religi yang diyakini dapat menurunkan beban yang dirasakan atau dapat meningkatkan kesehatan
Tujuan	Menurunkan atau mengurangi nyeri, mengendalikan ketegangan otot , dan juga mengendalikan pernapasan
Waktu	Selama 10 – 15 menit, 1-2 x sehari, sebaiknya sebelum makan.
Persiapan Klien dan lingkungan	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Identifikasi tingkat nyeri klien</li> <li>2. Kaji kesiapan klien dan perasaan klien</li> <li>3. Berikan penjelasan tentang terapi Benson</li> <li>4. Minta klien mempersiapkan kata-kata yang diyakini seperti Astaghfirullah, Allah</li> <li>5. Ciptakan lingkungan yang nyaman di sekitar klien</li> </ol>
Peralatan	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Pengukur waktu</li> <li>2. Catatan observasi klien</li> <li>3. Pena dan buku Catatan Kecil</li> </ol>
Tahap Orientasi	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Memberikan salam dan memperkenalkan diri</li> <li>2. Menjelaskan tujuan dan prosedur</li> </ol>
Prosedur	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Anjurkan klien mengambil posisi yang dirasakan paling nyaman, bisa berbaring atau duduk           <div style="text-align: center; margin-top: 10px;">  </div> </li> <li>2. Pejamkan mata dengan pelan tidak perlu dipaksakan, sehingga tidak ada ketegangan otot sekitar mata.           <div style="text-align: center; margin-top: 10px;">  </div> </li> </ol>

	<p>3. Kendorkan otot-otot serileks mungkin, mulai dari kaki, betis, paha, perut, dan lanjutkan ke semua otot tubuh. 68 Tangan dan lengan diulurkan kemudian lemaskan dan biarkan terkulai wajar. Usahakan agar tetap rileks.</p> 
	<p>4. Mulai dengan bernapas yang lambat dan wajar, serta mengucapkan dalam hati kata-kata astaghfirullah, Allah huakbar pada saat menarik napas dan diulang saat mengeluarkan napas. Lemaskan seluruh tubuh disertai dengan sikap pasrah.</p> 
	<p>5. Ulang terus point 4 selama 10-20 menit dan dilakukan 2 kali sehari pagi dan sore</p> 
Terminasi	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Observasi skala nyeri setelah intervensi</li> <li>2. Ucapkan salam</li> </ol>
Dokumentasi	Catat hasil observasi di dalam catatan perkembangan klien Benson

Pembimbing Utama



Ns. Iman Nurjaman, M.Kep

NIDN: 418099005

Pembimbing Serta



Yusni Ainurrahmah, S.Kep.,Ners.,M.Si

NIDN: 0401018209

**Lampiran 10 SAP Penerapan Terapi Relaksasi Benson**

**SATUAN ACARA PENYULUHAN (SAP)  
PENERAPAN TERAPI RELAKSASI BENSON**



**FARHAN ERLANGGA**

**221FK06058**

**PROGRAM STUDI D III KEPERAWATAN FAKULTAS  
KEPERAWATAN  
UNIVERSITAS BHAKTI KENCANA GARUT  
2025**

## **SATUAN ACARA PENYULUHAN**

Nama pemateri : Farhan Erlangga

Topik :Terapi Relaksasi Benson

Sub Topik : Penatalaksanaan Terapi Relaksasi Benson

Sasaran : Pasien dan Keluarga Pasien

Tempat : Ruang Topaz dr.Slamet Garut

**I. Tujuan Instruksional Umum**

Setelah mengikuti atau diberikan penyuluhan selama 1x20 menit, diharapkan klien mampu memahami dan mengaplikasikan terkait Terapi Relaksasi Benson.

**II. Tujuan Instruksional Khusus**

Setelah mengikuti kegiatan penyuluhan ini, diharapkan klien dapat mengetahui terkait :

1. Pengertian Terapi Relaksasi Benson
2. Tujuan dilakukannya Terapi Relaksasi Benson
3. Manfaat dari Terapi Relaksasi Benson
4. Waktu pemberian Terapi Relaksasi Benson
5. Cara melakukan atau langkah-langkah dalam melakukan Terapi Relaksasi Benson

**III. Metode**

1. Penyuluhan dan melakukan praktik secara Face to face atau secara langsung
2. Demonstrasi
3. Tanya jawab

**IV. Media**

1. Leaflet

**V. Strategi Penyuluhan**

<b>NO</b>	<b>WAKTU</b>	<b>KEGIATAN PENYULUHAN</b>	<b>KEGIATAN AUDIEN</b>
1	2 Menit	Pembukaan: <ul style="list-style-type: none"><li>• Memberikan salam</li><li>• Menjelaskan maksud dan tujuan dari penyuluhan</li><li>• Menyebutkan materi atau pokok pembahasan yang akan di sampaikan</li></ul>	<ul style="list-style-type: none"><li>• Menjawab salam</li><li>• Mendengarkan serta memperhatikan penjelasan yang akan di sampaikan</li></ul>
2	10 Menit	Pelaksanaan : <ul style="list-style-type: none"><li>• Menjelaskan materi serta mempraktekan terkait cara Teknik relaksasi benson diantara nya yaitu:<ol style="list-style-type: none"><li>1. Pengertian Terapi Relaksasi Benson</li><li>2. Tujuan dilakukannya Terapi Relaksasi Benson</li><li>3. Manfaat dari Terapi Relaksasi Benson</li><li>4. Waktu pemberian Terapi Relaksasi Benson</li></ol></li></ul>	<ul style="list-style-type: none"><li>• Menyimak serta memperhatikan materi penyuluhan yang di sampai kan</li></ul>

		5. Cara melakukan atau langkah-langkah dalam melakukan Terapi Relaksasi Benson	
3	8 Menit	<p>Evaluasi:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Menyimpulkan materi secara singkat terkait terapi relak sasi benson</li> <li>• Memberikan kesempatan pada klien untuk memberikan sesi tanya jawab terkait materi yang telah tersampaikan</li> <li>• Mengucapkan terimakasih atas waktu dan izin yang di berikan serta mengucapkan salam</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Melakukan sesi tanya jawab terkait materi serta praktik yang telah dilakukan</li> <li>• Memberikan ringkasan atau kesimpulan dari materi yang telah di sampaikan</li> <li>• Menjawab salam</li> </ul>

## VI. Evaluasi

### 1) Evaluasi Struktur

- Kontrak waktu dan tempat dengan keluarga
- Menyiapkan bahan-bahan peragaan
- Menyiapkan media penyampaian
- Menyiapkan tempat yang kondusif

### 2) Evaluasi Proses

- Anggota keluarga dan pasien antusias untuk bertanya tentang hal-hal yang tidak diketahuinya
- Anggota keluarga dapat menjawab semua pertanyaan yang telah diberikan
- Jalannya kegiatan dari awal hingga akhir
- Keluarga dapat mengerti dan memahami tentang materi yang disampaika

### 3) Evaluasi Hasil

- 80% keluarga dapat memahami tentang pengertian Terapi Relaksasi Benson dengan penjelasan atau bahasanya sendiri
- 70% keluarga dapat menyebutkan tujuan dilakukannya Terapi Relaksasi Benson
- 70% keluarga dapat menyebutkan manfaat dari Terapi Relaksasi Benson
- 70% keluarga dapat menyebutkan lama waktu pemberian Terapi Relaksasi Benson
- 80% keluarga dapat menyebutkan prosedur (langkah-langkah) melakukan Terapi Relaksasi Benson dengan baik
- 80% keluarga dapat mendemonstrasikan kembali cara melakukan Terapi Relaksasi Benson

## VII. MateriTerlampir

## **MATERI**

### **A. DEFINISI**

Teknik Relaksasi Benson merupakan suatu metode relaksasi yang dikombinasikan dengan unsur keyakinan yang dianut oleh individu. Teknik ini bekerja dengan menghambat aktivitas sistem saraf simpatis, sehingga dapat menurunkan konsumsi oksigen oleh tubuh dan menyebabkan otot-otot menjadi lebih rileks. Kondisi ini pada akhirnya akan menimbulkan perasaan tenang dan nyaman. Selain itu, relaksasi Benson juga dapat membantu mengurangi persepsi nyeri yang dirasakan oleh pasien melalui mekanisme relaksasi fisik dan psikologis. Relaksasi Benson merupakan pengembangan dari metode respons relaksasi yang melibatkan aspek spiritual atau keyakinan individu, sehingga dapat menciptakan lingkungan internal yang kondusif bagi peningkatan kondisi kesehatan dan kesejahteraan pasien (Aprilia et al., 2022).

### **B. TUJUAN**

Relaksasi bertujuan untuk membantu mengatasi atau menurunkan tingkat kecemasan, meredakan ketegangan pada otot dan tulang, serta mengurangi persepsi nyeri. Selain itu, relaksasi juga berperan dalam menurunkan ketegangan otot yang berhubungan dengan respons fisiologis tubuh secara keseluruhan (Noviariska, 2022).

Relaksasi Benson terbukti efektif dalam membantu mengurangi rasa nyeri pada pasien pascabeda. Teknik ini merupakan pengembangan dari metode respons relaksasi yang mengintegrasikan unsur keyakinan (faith factor) individu. Dalam pelaksanaannya, pasien diminta untuk mengulang kata atau kalimat tertentu yang sesuai dengan keyakinan pribadi, sehingga dapat menghambat impuls noxious melalui mekanisme sistem kontrol *descending* sesuai dengan teori *gate control*, serta meningkatkan kemampuan individu dalam mengontrol persepsi terhadap nyeri (Datak et al., 2013).

### **C. MANFAAT**

Terapi relaksasi Benson memiliki manfaat dalam melatih individu untuk melakukan sugesti melalui pengulangan kata-kata tertentu yang mengandung unsur keyakinan. Proses ini bertujuan untuk membantu mengubah respons fisiologis tubuh sehingga individu mampu mengendalikan emosi yang berlebihan. Dengan demikian, terapi ini dapat berkontribusi dalam meringankan rasa nyeri yang dirasakan oleh pasien. tetapi juga berperan dalam membantu individu untuk lebih efektif dalam mengontrol nyeri secara mandiri (Noviariska, 2022).

Selain itu menurut (Alfianita, 2023) terapi benson memiliki manfaat lain seperti :

1. Mengurangi nyeri
2. Ketemtraman hati
3. Berkurangnya rasa cemas, khawatir dan gelisah
4. Tekanan dan ketegangan jiwa menjadi rendah
5. Detak jantung lebih rendah
6. Mengurangi tekanan darah
7. Tidur lelap

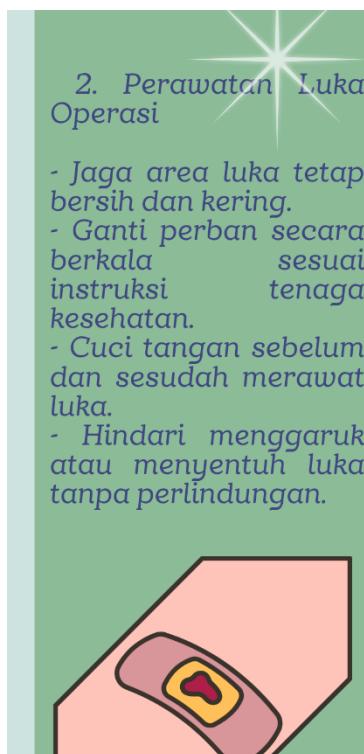
### **D. WAKTU PEMBERIAN**

Selama 10 – 15 menit, 1-2 x sehari, sebaiknya sebelum makan.

#### **E. PROSEDUR ATAU LANGKAH-LANGKAH**

- 1) Ciptakan lingkungan tenang dan nyaman.
- 2) Anjurkan klien memilih tempat yang disenangi.
- 3) Anjurkan klien mengambil posisi tidur terlentang atau duduk yang dirasakan paling nyaman.
- 4) Anjurkan klien untuk memejamkan mata dengan pelan tidak perlu untuk dipaksakan sehingga klien untuk merelaksasikan tubuhnya untuk mengurangi ketegangan otot, mulai dari kaki sampai ke wajah. Lemaskan kepala, leher, dan pundak dengan memutar kepala dan mengangkat pundak perlahan-lahan.
- 5) Anjurkan klien mulai bernafas dengan lambat dan wajar lalu tarik nafas melalui hidung, beri waktu 3 detik untuk tahan nafas kemudian hembuskan nafas melalui mulut, sambil mengucap Astaghfirullah, tenangkan pikiran kemudian Nafas dalam hembuskan, Alhamdulillah. Nafas dalam hembuskan, Allahu akbar dan teruskan selama 15 menit.
- 6) Kata yang diucapkan kalimat Allah , atau nama-nama nya dalam Asmaul Husna, kalimat-kalimat untuk berzikir seperti Alhamdulillah, Astaghfirullah, dan Allah u Akbar.
- 7) Klien diperbolehkan membuka mata untuk melihat. Bila sudah selesai tetap berbaring dengan tenang beberapa menit, mula-mula mata terpejam dan sesudah itu mata dibuka.

## **lampiran 11 Leaflet Post Operasi**



### **1. Istirahat dan Aktivitas Fisik**

- Istirahat cukup dan hindari aktivitas berat selama masa pemulihan.
- Lakukan gerakan ringan seperti duduk atau jalan pelan jika diizinkan dokter.
- Jangan mengangkat beban berat hingga dinyatakan aman

# **PERAWATAN PASIEN PASCA OPERASI**

**FARHAN ERLANGGA**

**221FK06058**



### **4. Nutrisi dan Minum**

- Makan makanan tinggi protein dan bergizi seimbang untuk mendukung penyembuhan.
- Hindari makanan pedas, asam, atau keras tergantung jenis operasi.
- Minum air putih yang cukup setiap hari

### **5. Waspadai Tanda Bahaya**

jika mengalami:

- Demam di atas 38°C
- Nyeri hebat di area operasi
- Luka bernanah, berdarah, atau Bengkak
- Sulit bernapas atau nyeri dada

## **lampiran 12 Leaflet Terapi Benson**

**TERAPI**  
**RELAKSASI BENSON**

Farhan Erlangga  
221fk06058  
Universitas Bhakti Kencana  
Garut

**DEFINISI**

Teknik Relaksasi Benson merupakan suatu metode relaksasi yang dikombinasikan dengan unsur keyakinan yang dianut oleh individu.

**MANFAAT RELAKSASI BENSON**

1. Membantu mengubah respons emosi agar lebih terkendali
2. Terapi ini membantu mengurangi nyeri pada pasien.
3. Membantu individu mengontrol nyeri secara mandiri.

**TUJUAN**

1. Membantu mengatasi atau menurunkan tingkat kecemasan.
2. Meredakan ketegangan pada otot dan tulang.
3. Mengurangi persepsi nyeri.
4. Menurunkan ketegangan otot yang berkaitan dengan respons fisiologis tubuh secara keseluruhan.

**TATA CARA RELAKSASI BENSON**

1. Anjurkan klien duduk atau berbaring dengan posisi nyaman
2. Pejamkan mata secara perlahan
3. Rilekskan seluruh otot tubuh dari kepala hingga kaki
4. Tarik nafas perlahan sambil mengucap “Astaghfirullah, Allah huakbar” dalam hati, ulangi saat menghembuskan napas.
5. Lakukan selama 10-20 menit, dua kali sehari (pagi dan sore).

### **Lampiran 13 Lembar Observasi**

Kasus No : .....

Nama Pasien : .....

Nama Mahasiswa : .....

No	Tanggal	Jam	Implementasi	Paraf Pasien	Paraf Perawat

### **Lampiran 14 Format Asuhan Keperawatan**

#### **a. Pengkajian**

##### **1. Pengumpulan Data**

a) Identitas Pasien

Nama :  
TTL :  
Umur :  
Jenis kelamin :  
Agama :  
Pendidikan :  
Pekerjaan :  
Status pernikahan :  
Suku /Bangsa :  
Tanggal asuk RS : Jam  
Tanggal pengkajian : Jam  
Tanggal /rencana operasi : Jam  
No. Medrec :  
Diagnosa Medis :  
Alamat :

b) Identitas Penanggung Jawab

Nama :  
Umur :  
Jenis Kelamin :  
Pendidikan :  
Pekerjaan :  
Agama :  
Hubungan dengan klien :  
Alamat :

b) Riwayat Kesehatan

1) Riwayat Kesehatan Sekarang

(a) Keluhan Utama Saat Masuk Rumah Sakit

Menguraikan saat keluhan pertama kali dirasakan, tindakan yang dilakukan sampai klien datang ke RS, tindakan yang sudah dilakukan di rumah sakit sampai klien menjalani perawatan.

(b) Keluhan Utama Saat Di kaji

Keluhan yang paling dirasakan oleh klien saat dikaji, diuraikan dalam konsep PQRST dalam bentuk narasi

- (1) Provokatif dan paliatif : apa penyebabnya apa yang memperberat dan apa yang mengurangi
- (2) *Quality /kuantitas* : dirasakan seperti apa, tampilanya, suaranya, berapa banyak
- (3) *Region /radiasi* : lokasinya dimana , penyebarannya
- (4) *Savertainty /scale* : intensitasnya (skala) pengaruh terhadap aktifitas
- (5) *Timing* : kapan muncul keluhan, berapa lama, bersifat (tiba- tiba, sering, bertahap)

2) Riwayat Kesehatan Dahulu

Mengidentifikasi riwayat kesehatan yang memiliki hubungan dengan klien dengan atau memperberat keadaan penyakit yang sedang diderita saat ini. Termasuk faktor predisposisi penyakit.

3) Riwayat Kesehatan Keluarga

Mengidentifikasi apakah di keluarga ada riwayat penyakit menular atau turunan atau keduanya

(a) Bila ditemukan riwayat penyakit menular di buat struktur keluarga, dimana di identifikasi individu – individu yang tinggal serumah bukan genogram

(b) Bila ditemukan riwayat. Penyakit keturunan dibuat genogram minimal 3 generasi

d) Pola aktivitas sehari-hari

Meliputi pola activity daily living (ADL) antara kondisi sehat dan sakit, didentifikasi hal-hal yang memperburuk kondisi klien saat ini dari aspek ADL. Meliputi:

No	Jenis Aktivitas	Di rumah	Di Rumah Sakit
1	Nutrisi a. Makan Frekuensi Jenis Porsi Keluhan b. Minum Frekuensi Jumlah Jenis Keluhan		
2	Eliminasi a. BAB Frekuensi Warna Bau Keluhan b. BAK Frekuensi Jumlah Warna Keluhan		
3	Istirahat Tidur Siang Malam Keluhan		
4	Personal Hygiene a. Mandi b. Gosok gigi c. Keramas d. Gunting kuku e. Ganti pakaian		
5	Aktivitas		

e.) Pemeriksaan Fisik

1) Keadaan Umum

Kesadaran :

Penampilan :

2) Pemeriksaan Tanda-tanda Vital Tekanan darah

Tekanan Darah : mmHg

Nadi : x/menit

Respirasi : x/menit

Suhu : °C

3) Pemeriksaan Fisik Sistem

(a) Sistem Pernafasan

(b) Sistem Cardiovaskuler

(c) Sistem Pencernaan

(d) Sistem Genitourinaria

(e) Sistem Endokrin

(f) Sistem Persyarafan

(1) Test fungsi cerebral

(2) Test fungsi Nervus (Cranialis)

(g) Sistem Integumen

(h) Sistem Muskuloskeletal

(1) Ekstremitas Atas

(2) Ekstermitas Bawah

(i) Sistem Penglihatan

(j) Wicara dan THT

f) Data Psikologis

1) Status Emosi

Status emosi klien menghadapi kondisi sakit

2) Kecemasan

Kecemasan klien menghadapi kondisi sakit

3) Pola Koping

Koping yang digunakan klien dalam menghadapi sakit

4) Gaya Komunikasi

Gaya komunikasi yang digunakan

5) Konsep diri

(a) Gambaran diri

(b) Ideal diri

(c) Harga diri

(d) Peran

(e) Identitas diri

g) Data Sosial

Hubungan dan pola interaksi klien dengan keluarga, masyarakat dan lingkungan saat sakit.

h) Data Spiritual

Mengidentifikasi tentang keyakinan hidup, optimise kesembuhan penyakit, gangguan dalam melaksanakan ibadah.

i) Data Penunjang

Semua prosedur diagnostik dan lab yang dijalani klien. Hasil pemeriksaan di tulis termasuk nilai rujukan, pemeriksaan terakhir secara berturut – turut, (berhubungan dengan kondisi klien).

1) Laboratorium

Tanggal	Jenis Pemeriksaan	Hasil	Nilai Rujukan	Satuan

2) Radiologi

Tanggal	Jenis Pemeriksaan	Hasil/Kesan

j) Program dan Rencana Pengobatan

Therapy yang diberikan diidentifikasi mulai nama obat, dosis, waktu, cara pemberian

Jenis Terapi	Dosis	Cara pemberian	Waktu

## 2. Analisa Data

Melakukan interpretasi data data senjang dengan tinjauan patofisiologi

No	Data	Etiologi	Masalah
1	Kelompok data senjang yang menunjang masalah dikelompokan dalam data Subjektif dan objektif Interpretasi data senjang secara ilmiah/fatofisiologi untuk setiap kelompok data senjang sehingga memunculkan masalah Rumusan masalah keperawatan		

### b. Diagnosa Keperawatan Berdasarkan Prioritas

Diagnosa keperawatan disusun dalam format PES (problem, etiologi, simptom or sign). Daftar diagnosa keperawatan disusun berdasarkan prioritas masalah. Diagnosa yang digunakan merujuk pada Standar Diagnosis Keperawatan Indonesia (SDKI)

No	Diagnosa Keperawatan	Tanggal Ditemukan	Nama Perawat	Tanda Tangan
1				

**c. Perencanaan**

No	Diagnosa Keperawatan	Tujuan	Tindakan
1			

1. Rumusan tujuan mengandung konsep SMART dan mengandung kriteria indikator diagnosa keperawatan teratasi, merujuk pada Standar Luaran Keperawatan Indonesia (SLKI)
2. Rencana tindakan keperawatan dibuat secara eksplisit dan spesifik, merujuk pada Standar Intervensi Keperawatan Indonesia (SIKI)
3. Rasional Berisi mekanisme pencapaian hasil melalui tindakan yang dilakukan berupa tujuan dari satu tindakan Salah : distraksi mengurangi nyeri Benar : distraksi bekerja di korteks serebral dengan mengalihkan persepsi nyeri pada persepsi objek yang dilihat

**d. Implementasi**

Pelaksanaan implementasi dan dilakukan evaluasi secara formatif setelah tindakan

e. Evaluasi	DP	Tanggal	Jam	Tindakan	Nama&Ttd
1. Evaluasi formatif	1		09.00	Tindakan :  Hasil :	

dituliskan sebagai hasil dari suatu tindakan yang dicatat dalam format implementasi

2. Evaluasi sumatif berupa pemecahan masalah diagnosa keperawatan dalam bentuk catatan perkembangan (SOAPIER) yang dibuat bila :
  1. Kerangka waktu di tujuan tercapai
  2. Diagnosa tercapai sebelum waktu di tujuan
  3. Terjadi perburukan kondisi
  4. Muncul masalah baru

Tanggal	DP	Evaluasi Sumatif	Nama & Ttd
		S :  O :  A :  P :  I :  E :  R :	

## Lampiran 15 Lembar Persetujuan Perbaikan Seminaar Proposal KTI

### LEMBAR PERSETUJUAN PERBAIKAN SEMINAR PROPOSAL KTI

Judul : PENERAPAN RELAKSASI BENSON UNTUK MENURUNKAN  
TINGKAT NYERI DALAM ASUHAN KEPERAWATAN PADA PASIEN  
POST OPERASI HERNIA INGUINALIS DI RUANG TOPAZ UOBK  
RSUD dr. SLAMET GARUT TAHUN 2025

Nama : FARHAN ERLANGGA  
NIM : 221FK06058

Menyatakan bahwa nama diatas telah melaksanakan perbaikan seminar  
proposal KTI

Garut, Juli 2025

Mengetahui,

Pembimbing Utama,

Pembimbing Serta,

(Ns. Iman Nurjaman, M.Kep) (Yusni Ainurrahmah, S.Kep.,Ners.,M.Si)

Pengaji 1

Pengaji 2

(Santi Rinjani, S.Kep.,Ners., M.Kep.) (Dinny Ria P, S.Kep., Ners.,M.Kep.)

**Lampiran 16 Lembar Persetujuan**

**PERSETUJUAN**

**PENERAPAN RELAKSASI BENSON UNTUK MENURUNKAN  
TINGKAT NYERI DALAM ASUHAN KEPERAWATAN  
PADA PASIEN POST OPERASI HERNIA INGUINALIS  
DI RUANG TOPAZ UOBK RSUD dr. SLAMET  
GARUT TAHUN 2025**

**FARHAN ERLANGGA  
221FK06058**

Telah disetujui untuk diajukan pada sidang akhir pada program Studi

**Menyetujui**

**Pembimbing 1**

**Ns. Iman Nurjaman, M.Kep**

**NIDN: 418099005**

**Pembimbing 2**

**Yusni Ainurrahmah, S.Kep.,Ners.,M.Si**

**NIDN: 0401018209**

## Lampiran 17 Lembar persetujuan responden 1

### Persetujuan Setelah Penjelasan (*Informed Consent*):

Saya **FARHAN ERLANGGA NIM 221FK06058** adalah peneliti dari **Universitas Bhakti Kencana PSDKU Garut**, dengan ini meminta anda untuk berpartisipasi dengan sukarela dalam penelitian yang berjudul "**Penerapan Relaksasi Benson Untuk Menurunkan Tingkat Nyeri Dalam Asuhan Keperawatan Pada Pasien Post Operasi Hernia Inguinalis Di Ruang Topaz UOBK RSUD Dr. Slamet Garut Tahun 2025**" dengan beberapa penjelasan sebagai berikut :

1. Tujuan dari penelitian ini untuk melaksanakan asuhan keperawatan, dengan metode kualitatif dengan prosedur penerapan terapi relaksasi benson untuk menurunkan tingkatan nyeri pada asuhan keperawatan dasar, pada pasien dewasa dengan post operasi hernia.
2. Anda dilibatkan dalam penelitian karena termasuk salah satu pasien dewasa dengan nyeri akut post operasi hernia atas keterlibatan anda dalam penelitian ini bersifat sukarela.
3. Seandainya anda tidak menyetujui cara ini maka anda dapat memilih cara lain yaitu mengundurkan diri atau anda boleh tidak mengikuti penelitian ini sama sekali. Untuk itu anda tidak akan dikenai sanksi apapun.
4. Penelitian ini akan berlangsung selama 2-3 hari dengan sampel 2 pasien dewasa yang mengalami nyeri akibat post operasi hernia.
5. Anda akan diberikan imbalan pengganti/ kompensasi berupa pengetahuan terkait penerapan terapi yang diberikan atas kehilangan waktu/ketidaknyamanan lainnya.
6. Setelah selesai penelitian, anda akan diberikan informasi tentang hasil penelitian secara umum melalui bentuk laporan peneliti secara personal atau langsung.
7. Anda akan mendapatkan informasi tentang keadaan kesehatan anda selama pengambilan data secara observasi dan monitoring.
8. Anda akan mendapatkan informasi bila ditemukan temuan yang tidak diharapkan selama penelitian ini.
9. Anda juga akan diinformasikan data lain yang berhubungan dengan keadaan anda yang kemungkinan ditemukan saat pengambilan sampel/data berlangsung.
10. Prosedur pengambilan sampel adalah dengan pendekatan deskriptif kualitatif, melalui pendekatan studi kasus, melakukan wawancara, pengkajian, perumusan diagnosa, intervensi keperawatan serta evaluasi, cara ini mungkin menyebabkan Rasa sakit dan rasa tidak nyaman yang kemungkinan dialami oleh subjek, dari tindakan/ intervensi/ perlakuan yang diterima selama penelitian; dan kemungkinan bahaya bagi subjek akibat keikutsertaan dalam penelitian. Termasuk risiko terhadap kesehatan dan kesejahteraan subjek dan keluarganya.

11. Keuntungan yang anda peroleh dengan keikutsertaan anda adalah akan memperoleh informasi pengetahuan yang bermanfaat bagi pasien dan keluarga dalam membantu mengatasi nyeri pada pasien dewasa akibat post operasi hernia.
12. Penelitian dilakukan dengan harapan dapat memberikan manfaat khususnya bagi responden, dan umumnya bagi institusi, tenaga kesehatan serta penulis.
13. Anda tidak memerlukan perawatan setelah penelitian karena tidak terdapat intervensi dalam penelitian ini.
14. Anda tidak mendapatkan intervensi dengan risiko tertentu yang memerlukan pengobatan atau tindakan kesehatan setelah penelitian ini karena penelitian ini hanya menggunakan kuesioner.
15. Anda tidak memerlukan pengobatan atau tindakan tertentu karena penelitian ini hanya menggunakan kuesioner.
16. Anda akan diberikan informasi bila didapatkan informasi baru dari penelitian ini ataupun dari sumber lain.
17. Semua data dalam penelitian ini akan disimpan oleh peneliti dalam bentuk *Soft File* dan *Hard file* selama masa penelitian berlangsung sampai penelitian selesai.
18. Semua informasi yang anda berikan dalam penelitian ini tidak akan disebarluaskan sehingga kerahasiaannya akan terjamin.
19. Penelitian ini merupakan penelitian pribadi dan tidak ada sponsor yang mendanai penelitian ini.
20. Peneliti menjadi peneliti sepenuhnya dalam penelitian ini.
21. Peneliti tidak memberikan jaminan kesehatan atau perawatan kepada subyek karena penelitian ini tidak mengandung unsur intervensi yang berbahaya.
22. Tidak ada pengobatan atau rehabilitasi dan perawatan kesehatan pada individu / subyek karena penelitian ini tidak mengandung unsur intervensi yang berbahaya terhadap subyek.
23. Peneliti tidak menjamin apabila terjadi resiko pada subyek karena penelitian ini intervensi yang tidak beresiko terhadap pasien dan tidak ada organisasi yang bertanggung jawab karena ini merupakan penelitian pribadi.
24. Penelitian ini tidak melibatkan unsure-unsur yang membahayakan kepada individu/subyek sehingga tidak ada jaminan hukum untuk hal tersebut.
25. Penelitian ini telah mendapat persetujuan laik etik dari KEPK UBK Garut
26. Anda akan diberikan informasi apabila terjadi pelanggaran pelaksanaan protokol penelitian ini; dan jika terjadi pelanggaran, maka ketua peneliti akan menghentikan penelitian
27. Anda akan mendapatkan penjelasan tentang rancangan penelitian dan perlakuan yang akan dilakukan hingga penelitian selesai.
28. Semua informasi penting akan diungkapkan selama penelitian berlangsung dan anda berhak untuk menarik data/informasi selama penelitian berlangsung.
29. Penelitian ini tidak menggunakan hasil tes genetik dan informasi genetik keluarga.

30. Penelitian ini tidak menggunakan catatan medis dan hasil laboratorium perawatan klinis milik anda.
31. Penelitian ini tidak menggunakan catatan medis dan hasil laboratorium perawatan klinis milik anda, sehingga tidak diperlukan pengumpulan, penyimpanan dan penggunaan bahan biologi.
32. Penelitian ini melibatkan anda dan atau wali, serta berhak mengikuti terus penelitian ini atau mengundurkan diri bila terjadi kegagalan dalam intervensi penelitian.
33. Penelitian ini melibatkan anda dan atau wali, serta berhak mengikuti terus penelitian ini atau mengundurkan diri bila terjadi kegagalan dalam intervensi penelitian.
34. Penelitian ini hanya observasional menggunakan instrument kuisioner, semua responden mendapat perlakuan yang sama dan apabila ada yang membutuhkan tentang informasi tentang kesehatan akan dijelaskan oleh peneliti, termasuk disitu bila ada individu yang pernah mengalami atau menjadi korban bencana.
35. Penelitian ini tidak dilakukan secara online dan tidak menggunakan alat online atau digital.

Saya berharap Saudara bersedia untuk menjadi responden dalam penelitian ini dimana saudara akan melakukan pengisian kuesioner yang terkait dengan penelitian. Setelah Saudara membaca maksud dan tujuan penelitian diatas maka saya mohon untuk mengisi nama dan tanda tangan dibawah ini.

Saya setuju untuk ikut serta dalam penelitian ini.

Nama : Gin Gin Wijaya

Tanda tangan : 

Terimakasih atas kesediaan anda untuk ikut serta di dalam penelitian ini.

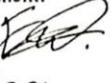
Saksi

  
Bpk. Saeful Amri

  
GD. TOPAS

Dengan hormat

Peneliti

  
Farhan Erlangga

## Lampiran 18 Lembar persetujuan responden 2

### Persetujuan Setelah Penjelasan (*Informed Consent*):

Saya FARHAN ERLANGGA NIM 221FK06058 adalah peneliti dari Universitas Bhakti Kencana PSDKU Garut, dengan ini meminta anda untuk berpartisipasi dengan sukarela dalam penelitian yang berjudul "**Penerapan Relaksasi Benson Untuk Menurunkan Tingkat Nyeri Dalam Asuhan Keperawatan Pada Pasien Post Operasi Hernia Inguinalis Di Ruang Topaz UOBK RSUD Dr. Slamet Garut Tahun 2025**" dengan beberapa penjelasan sebagai berikut :

1. Tujuan dari penelitian ini untuk melaksanakan asuhan keperawatan, dengan metode kualitatif dengan prosedur penerapan terapi relaksasi benson untuk menurunkan tingkatan nyeri pada asuhan keperawatan dasar, pada pasien dewasa dengan post operasi hernia.
2. Anda dilibatkan dalam penelitian karena termasuk salah satu pasien dewasa dengan nyeri akut post operasi hernia atas keterlibatan anda dalam penelitian ini bersifat sukarela.
3. Seandainya anda tidak menyetujui cara ini maka anda dapat memilih cara lain yaitu mengundurkan diri atau anda boleh tidak mengikuti penelitian ini sama sekali. Untuk itu anda tidak akan dikenai sanksi apapun.
4. Penelitian ini akan berlangsung selama 2-3 hari dengan sampel 2 pasien dewasa yang mengalami nyeri akibat post operasi hernia.
5. Anda akan diberikan imbalan pengganti/ kompensasi berupa pengetahuan terkait penerapan terapi yang diberikan atas kehilangan waktu/ketidaknyamanan lainnya.
6. Setelah selesai penelitian, anda akan diberikan informasi tentang hasil penelitian secara umum melalui bentuk laporan peneliti secara personal atau langsung.
7. Anda akan mendapatkan informasi tentang keadaan kesehatan anda selama pengambilan data secara observasi dan monitoring.
8. Anda akan mendapatkan informasi bila ditemukan temuan yang tidak diharapkan selama penelitian ini.
9. Anda juga akan diinformasikan data lain yang berhubungan dengan keadaan anda yang kemungkinan ditemukan saat pengambilan sampel/data berlangsung.
10. Prosedur pengambilan sampel adalah dengan pendekatan deskriptif kualitatif, melalui pendekatan studi kasus, melakukan wawancara, pengkajian, perumusan diagnosa, intervensi keperawatan serta evaluasi, cara ini mungkin menyebabkan Rasa sakit dan rasa tidak nyaman yang kemungkinan dialami oleh subjek, dari tindakan/ intervensi/ perlakuan yang diterima selama penelitian; dan kemungkinan bahaya bagi subjek akibat keikutsertaan dalam penelitian. Termasuk risiko terhadap kesehatan dan kesejahteraan subjek dan keluarganya.

11. Keuntungan yang anda peroleh dengan keikutsertaan anda adalah akan memperoleh informasi pengetahuan yang bermanfaat bagi pasien dan keluarga dalam membantu mengatasi nyeri pada pasien dewasa akibat post operasi hernia.
12. Penelitian dilakukan dengan harapan dapat memberikan manfaat khususnya bagi responden, dan umumnya bagi institusi, tenaga kesehatan serta penulis.
13. Anda tidak memerlukan perawatan setelah penelitian karena tidak terdapat intervensi dalam penelitian ini.
14. Anda tidak mendapatkan intervensi dengan risiko tertentu yang memerlukan pengobatan atau tindakan kesehatan setelah penelitian ini karena penelitian ini hanya menggunakan kuesioner.
15. Anda tidak memerlukan pengobatan atau tindakan tertentu karena penelitian ini hanya menggunakan kuesioner.
16. Anda akan diberikan informasi bila didapatkan informasi baru dari penelitian ini ataupun dari sumber lain.
17. Semua data dalam penelitian ini akan disimpan oleh peneliti dalam bentuk *Soft File* dan *Hard file* selama masa penelitian berlangsung sampai penelitian selesai.
18. Semua informasi yang anda berikan dalam penelitian ini tidak akan disebarluaskan sehingga kerahasiaannya akan terjamin.
19. Penelitian ini merupakan penelitian pribadi dan tidak ada sponsor yang mendanai penelitian ini.
20. Peneliti menjadi peneliti sepenuhnya dalam penelitian ini.
21. Peneliti tidak memberikan jaminan kesehatan atau perawatan kepada subyek karena penelitian ini tidak mengandung unsur intervensi yang berbahaya.
22. Tidak ada pengobatan atau rehabilitasi dan perawatan kesehatan pada individu / subyek karena penelitian ini tidak mengandung unsur intervensi yang berbahaya terhadap subyek.
23. Peneliti tidak menjamin apabila terjadi resiko pada subyek karena penelitian ini intervensi yang tidak beresiko terhadap pasien dan tidak ada organisasi yang bertanggung jawab karena ini merupakan penelitian pribadi.
24. Penelitian ini tidak melibatkan unsure-unsur yang membahayakan kepada individu/subyek sehingga tidak ada jaminan hukum untuk hal tersebut.
25. Penelitian ini telah mendapat persetujuan laik etik dari KEPK UBK Garut
26. Anda akan diberikan informasi apabila terjadi pelanggaran pelaksanaan protokol penelitian ini; dan jika terjadi pelanggaran, maka ketua peneliti akan menghentikan penelitian
27. Anda akan mendapatkan penjelasan tentang rancangan penelitian dan perlakuan yang akan dilakukan hingga penelitian selesai.
28. Semua informasi penting akan diungkapkan selama penelitian berlangsung dan anda berhak untuk menarik data/informasi selama penelitian berlangsung.
29. Penelitian ini tidak menggunakan hasil tes genetik dan informasi genetik keluarga.

32. Penelitian ini melibatkan anda dan atau wali, serta berhak mengikuti terus penelitian ini atau mengundurkan diri bila terjadi kegagalan dalam intervensi penelitian.
33. Penelitian ini melibatkan anda dan atau wali, serta berhak mengikuti terus penelitian ini atau mengundurkan diri bila terjadi kegagalan dalam intervensi penelitian.
34. Penelitian ini hanya observasional menggunakan instrument kuisioner, semua responden mendapat perlakuan yang sama dan apabila ada yang membutuhkan tentang informasi tentang kesehatan akan dijelaskan oleh peneliti, termasuk disitu bila ada individu yang pernah mengalami atau menjadi korban bencana.
35. Penelitian ini tidak dilakukan secara online dan tidak menggunakan alat online atau digital.

Saya berharap Saudara bersedia untuk menjadi responden dalam penelitian ini dimana saudara akan melakukan pengisian kuesioner yang terkait dengan penelitian. Setelah Saudara membaca maksud dan tujuan penelitian diatas maka saya mohon untuk mengisi nama dan tanda tangan dibawah ini.

Saya setuju untuk ikut serta dalam penelitian ini.

Nama : Adiw RAITHAN

Tanda tangan : Amin

Terimakasih atas kesediaan anda untuk ikut serta di dalam penelitian ini.

Saksi

  
Delia Alfin Maulani, A.Md.Kep  
NIP 19870607202311001

Dengan hormat  
Peneliti

  
FARHAN. ERLANGGA

## Lampiran 19 Dokumentasi Responden 1



## Lampiran 20 Dokumentasi Responden 2



## Lampiran 21 Catatan Bimbingan Proposal

 Universitas  
Bhakti Kencana

bsi  
P23.2003  
Eduational Management  
Competency  
Center  
JL. Puncak  
Kota Garut

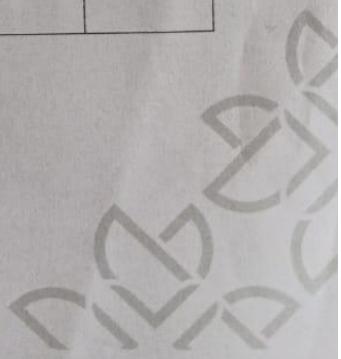
12.03.00/FRM-03/CAB.GRT-SPMI

CATATAN BIMBINGAN

Nama Mahasiswa : FARHAN ERLANGGA  
NIM : 221FK06058  
Judul Proposal : PENERAPAN RELAKSASI BENSON UNTUK MENURUNKAN  
TINGKAT NYERI DIANTARASARJANA ASIH DAN KEPERAWATAN PADA  
Nama Pembimbing : Ns. Imam Nurjaman, M.Kep

No	Hari/Tanggal	Catatan Pembimbing	Paraf Pembimbing
1	18-02-2025	Pembimbing: Penuliskan proposal, lvrsp	af
2	26-02-2025	Ienkspi: Sedih, Pendekatuan, tenggak t.t.k	af
3	28-02-2025	Ienkspi drtter isi, Penuliskan penuliskan proposal	af
4	05-03-2025	Ienkspi: Profil RSud dan prospective, Ienkspi lmpirn	af
5.	20/03/2025	berkuli kunci BAB 1 lanjut BAB 2 atau 3.	af Imam Nyg.

Jl. Pembangunan No.112 Terogong Kidul Kab.Garut 44151  
(0262) 2248380 - 2800993  
bku.ac.id psdku.garut@bku.ac.id





CATATAN BIMBINGAN

Nama Mahasiswa : Farhan. Erlangga  
NIM : 221 FK 06058  
Judul Proposal : Pengaruh Peningkatan Benson untuk Implementasi  
Tingkatnya pada Sistem Kepersonalan Pada Perusahaan Post  
Nama Pembimbing : Ns. Iman Nurjaman.

No	Hari/Tanggal	Catatan Pembimbing	Paraf Pembimbing
6	21/1/2025	tauktar instrumen Nyeri NRS dr teori pada BAB II pertama perulangan kaimal Dapus sebaiknya di tuliskan di baca lagi APA style. Acara sidang proposal	Ns. Iman Nurjaman, M.Kep 4
7	2/2/2025	graphique + 12 slide untuk Ppt sidang proposal.	Ns. Iman Nurjaman, M.Kep 503/19583/SIPP.10/Dinkes/2022

CATATAN BIMBINGAN

Nama Mahasiswa : Farhan. BrL 2092

NIM : 221PK06058

Judul Proposal :

Nama Pembimbing : Ns. Iman Nurjaman, M.Kep

No	Hari/Tanggal	Catatan Pembimbing	Paraf Pembimbing
8		<p>- Jurnal umum ke khusus</p> <p>- Penyelidik tidak menurun</p> <p>- Pertemuan 12-12-2020</p> <p>- Profil RSV P, Ruang</p> <p>Studen</p> <p>- Jurnal risetasi</p> <p>- Perm persent</p> <p>- teknik form 2 kologis dan</p> <p>non form 2 kologis</p>	 Ns. Iman Nurjaman, M.Kep

## CATATAN BIMBINGAN

Nama Mahasiswa : Firdaww. Erizan  
NIM : 221 FIK 06058  
Judul Proposal :  
Nama Pembimbing : Ns. Iman Murjaman, M.Kep

No	Hari/Tanggal	Catatan Pembimbing	Paraf Pembimbing
9	6 Ags 2015	<p>Tabel Isipasi Uturan lo hanya Gari Horizon. Sebagai catatan</p> <p>Acc fitur dan teknis lenskap lampiran sebagai perbaikan.</p>	 Ns. Iman Murjaman, M.Kep



CATATAN BIMBINGAN

Nama Mahasiswa : Firdaus . Er/12-992

NIM : 221PK06058

Judul Proposal : Pengembangan Model Benson untuk Mewujudkan Kesiayaan dan Amanah dalam Kepemimpinan pada Pendidikan Profesi Terapan

Nama Pembimbing : Yusni Alnurrahman, S.Pd., M.Si.

No	Hari/Tanggal	Catatan Pembimbing	Paraf Pembimbing
1	23/4/2025	<ul style="list-style-type: none"><li>- Lengkap penjelasan model tgl HKL &amp; RSDP</li><li>- Lengkap &amp; perbaiki Rsm. Mas trl &amp; T. khusus</li><li>- Perbaiki &amp; lengkap bab 2 Penafsiran &amp; pencegahan</li></ul>	✓
2	24/4/2025	<ul style="list-style-type: none"><li>- Perbaiki SOP</li><li>- Lengkap konsep T.Benson dengan mekanisme cam, indikasi, kriteria indikasi</li><li>- Bacaan / ayat / Doc / Dzikir ? centumkaus</li><li>- lengkap pem. penyanggah di Aspek</li><li>- lengkap analisa Data</li><li>- lengkap Intervensi (Terapeutik, Observasi, edukasi, kolaborasi)</li></ul>	✓

CATATAN BIMBINGAN

Nama Mahasiswa : Firdaus. Erlangga  
 NIM : 221FL06038  
 Judul Proposal : Pengembangan Model Benson untuk menurunkan Tingkat ny. P21m ASOHan ke Perawatan pada Pasien Post operasi Hernia inguinal pada pasca operasi. Dr. Siagian Kartika, M.Kes.  
 Nama Pembimbing : Yusni Ainurrahman, S.I.Kep., M.Si.

No	Hari/Tanggal	Catatan Pembimbing	Paraf Pembimbing
3	25/4/2025	<ul style="list-style-type: none"> <li>- perbaiki penulisan barangk, huruf, tanda titik</li> <li>- perbaiki DAF-pustaka huruf besar kecil</li> <li>- lengkapi besan kualifikasi studi kasus teorinya + ukurannya</li> <li>- lengkapi fokus studi</li> <li>- lengkapi instrumen penelitian</li> <li>- lengkapi laupuran</li> </ul>	Off
4	28/4/2025	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Perbaiki bab 3 fokus studi lokasi, instrumen leaflet</li> <li>- Perbaiki DAF-pustaka</li> <li>- lengkapi lampiran akhir</li> <li>- Perbaiki DAF-is</li> <li>- acc seminar proposal</li> </ul>	Off
5	02/05/2025		Off



CATATAN BIMBINGAN

Nama Mahasiswa : Farhan. Erlangga

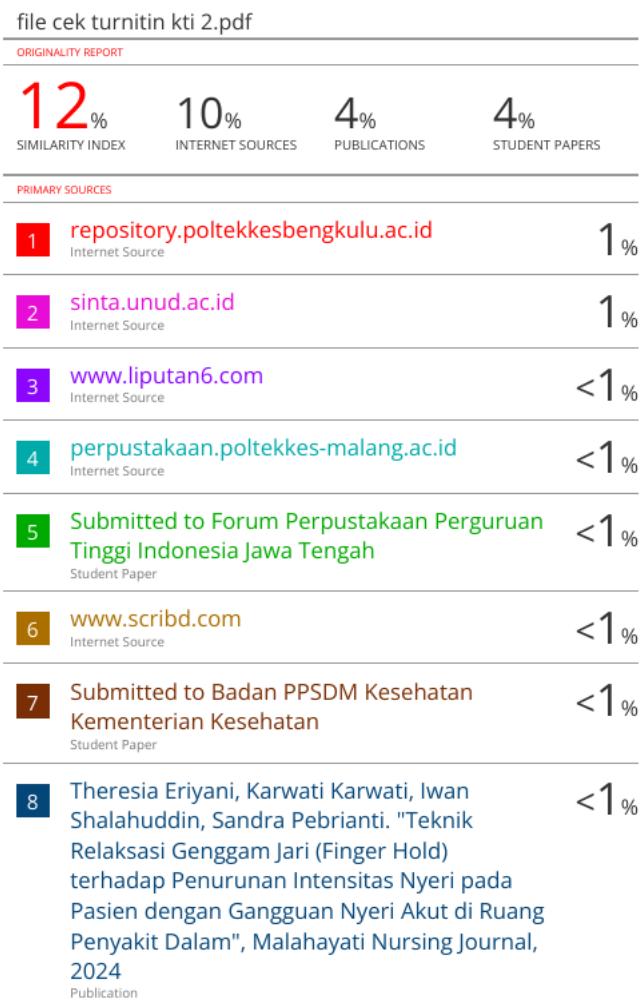
NIM : 221FK06058

Judul Proposal :

Nama Pembimbing : Yusni Anurrahma, S.Kep., M.Si

No	Hari/Tanggal	Catatan Pembimbing	Paraf Pembimbing
6	11/7/2025	<ul style="list-style-type: none"><li>- Pathway ada 6 dr</li><li>- Skala nyeri NPS</li><li>- Post operasi Hernia inguinalis</li><li>- Lakukan yg' etik</li><li>- Buat persiapan penelitian</li><li>- pembalik leaflet seusian kegagalan</li><li>- leaflet post op trauma kegagalan</li><li>- latihan penelitian</li><li>- Setelah penelitian laung susah bubar.</li></ul>	✓

## Lampiran 22 Hasil Turnitin



## Lampiran 23 Riwayat Hidup



### 1.1 Identitas Pribadi

Nama : FARHAN ERLANGGA  
Tempat, tanggal lahir : Garut, 24 Juni 2003  
Alamat : Kp. Paledang desa suci kaler Kec. Karangpawitan

### 1.2 Nama orang tua

Ayah : Iwan Ridwan  
Ibu : Nia Ganiati

### 1.3 Riwayat Pendidikan

TK : TK MIFTAHUL FALAH  
SD : SD NEGERI 4 CIBIRU (2010-2016)  
SMP : SMP NEGERI 3 GARUT 2016-2019)  
SMA : SMK HIKMAH (2019-2022)  
UNIVERSITAS : UNIVERSITAS BHAKTI KENCANA GARUT  
(2022-2025)