

**KARYA TULIS ILMIAH**

**PENERAPAN TERAPI RELAKSASI BENSON DENGAN AROMA TERAPI  
LAVENDER UNTUK MENURUNKAN TINGKAT NYERI PADA  
ANGGOTA KELUARGA YANG MENGALAMI MASALAH  
NYERI DENGAN RHEUMATOID ARTHRITIS DI  
DESA WENGKAL KECAMATAN REJOSO  
KABUPATEN NGANJUK  
(STUDI KASUS)**



Oleh :  
**DEVIALFIANITA**  
**NPM: 2025050002**

**FAKULTAS ILMU KESEHATAN DAN SAINS (FIKS)  
UNIVERSITAS NUSANTARA PERSATUAN GURU REPUBLIK INDONESIA  
UN PGRI KEDIRI  
2023**

**KARYA TULIS ILMIAH**

**PENERAPAN TERAPI RELAKSASI BENSON DENGAN AROMA TERAPI  
LAVENDER UNTUK MENURUNKAN TINGKAT NYERI PADA  
ANGGOTA KELUARGA YANG MENGALAMI MASALAH  
NYERI DENGAN RHEUMATOID ARTHRITIS DI  
DESA WENGKAL KECAMATAN REJOSO  
KABUPATEN NGANJUK  
(STUDI KASUS)**

**TUGAS AKHIR**

Diajukan Untuk Memenuhi Sebagian Syarat  
Memperoleh Gelar Ahli Madya Keperawatan (A.Md. Kep.)  
Pada Program Studi D-III Keperawatan



Oleh :

**DEVIALFIANITA**

**NPM: 2025050002**

**FAKULTAS ILMU KESEHATAN DAN SAINS (FIKS)  
UNIVERSITAS NUSANTARA PERSATUAN GURU REPUBLIK INDONESIA  
UN PGRI KEDIRI  
2023**

## KATA PENGANTAR

Puji syukur kami panjatkan kehadiran Tuhan Yang Maha Esa senantiasa, yang telah melimpahkan rahmat dan anugerah-nya sehingga penulis dapat menyelesaikan tugas akhir ini.

Penyusunan tugas akhir ini tidak lepas dari standart ilmu pengetahuan dan logika serta prinsip-prinsip ilmiah yang tidak lepas dari bantuan yang telah diberikan dari berbagai pihak, maka penulis mengucapkan terimakasih yang sebesar-besarnya, kepada :

1. Dr. Zainal Afandi, M.Pd selaku Rektor Universitas Nusantara PGRI Kediri yang selalu memberikan motivasi kepada mahasiswa.
2. Dr. Sulistiono, M.Si selaku Dekan FIKS Universitas Nusantara PGRI Kediri yang selalu memberikan motivasi kepada mahasiswa
3. Muhammad Mudzakkir, M.Kep selaku Kaprodi memberikan motivasi kepada mahasiswa
4. Dhian Ika Prihananto, S. KM., M. KM selaku pembimbing 1 yang telah sabar dan penuh perhatian dalam membimbing guna menyusun karya tulis ilmiah
5. Norma Risnasari, S.Kep. Ns., M.Kes selaku pembimbing 2 yang telah sabar dan penuh perhatian dalam membimbing guna menyusun karya tulis ilmiah
6. Imam Ashari, S.Sos. selaku kepala Badan Kesatuan Bangsa Dan Politik beserta para staf yang telah membantu kami dalam mengurus surat izin penelitian
7. Catur Totok Winarko, SE. selaku Kepala Desa Wengkal yang telah menandatangani dan mengizinkan kami dalam melakukan penelitian
8. Kepada Kedua Orang Tua yang telah memberi motivasi, serta membiayai pendidikan saya sampai sekarang dan saya berterimakasih sudah memberi semangat ketika saya merasa down agar saya semangat untuk menyelesaikan studi pendidikan ini.
9. Terimakasih kepada teman seangkatan saya D3 Keperawatan yang selalu mendampingi saya disaat susah maupun senang,
10. Kepada para responden kami ucapkan terimakasih karena sudah bersedia membantu kami dalam melakukan penelitian
11. Ucapan terima kasih juga disampaikan kepada pihak-pihak lain yang tidak dapat disebutkan satu persatu, yang telah banyak membantu menyelesaikan tugas akhir ini.

Penulis sepenuhnya menyadari bahwa tugas akhir ini masih jauh dari sempurna, oleh karena itu penulis mengharap saran dan kritik yang sifatnya membangun sebagai masukan dalam perbaikan tugas akhir ini. Akhirnya penulis berharap semoga tugas akhir ini dapat bermanfaat bagi para pembaca semua. Aamiin

Kediri, 18 Juli 2023

DEVI ALFIANITA  
2025050002

**LEMBAR PERSETUJUAN**

Tugas Akhir Oleh:

**DEVI ALFIANITA**  
NPM : 2025050002

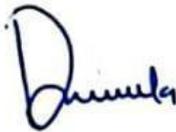
Judul :

**PENERAPAN TERAPI RELAKSASI BENSON DENGAN AROMA TERAPI  
LAVENDER UNTUK MENURUNKAN TINGKAT NYERI PADA  
ANGGOTA KELUARGA YANG MENGALAMI MASALAH  
NYERI DENGAN RHEUMATOID ARTHRITIS DI  
DESA WENGKAL KECAMATAN REJOSO  
KABUPATEN NGANJUK  
(STUDI KASUS)**

Telah disetujui untuk diajukan kepada Panitia Ujian Tugas Akhir Jurusan Program Studi  
D-III Keperawatan FIKS Universitas Nusantara PGRI Kediri

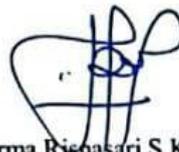
Tanggal : 18 Juli 2023

Pembimbing I



Dhan Ika Prihananto, S.KM.M.KM.  
NIDN : 0701127806

Pembimbing II



Norma Rianasari, S.Kep. Ns., M.Kes  
NIDN.0708088001

**LEMBAR PENGESAHAN**

Tugas Akhir Oleh :

DEVI ALFIANITA

NPM: 2025050002

Judul

**PENERAPAN TERAPI RELAKSASI BENSON DENGAN AROMA TERAPI  
LAVENDER UNTUK MENURUNKAN TINGKAT NYERI PADA  
ANGGOTA KELUARGA YANG MENGALAMI MASALAH  
NYERI DENGAN RHEUMATOID ARTHRITIS DI  
DESA WENGKAL KECAMATAN REJOSO  
KABUPATEN NGANJUK  
(STUDI KASUS)**

Telah dipertahankan di depan Panitia Ujian/Sidang Tugas Akhir  
Program Studi D-III Keperawatan FIKS UN PGRI Kediri Pada  
Tanggal : 18 Juli 2023

**Dan Dinyatakan telah memenuhi Persyaratan**

Panitia Penguji

1. Ketua : Dhian Ika Prihananto, S.KM.M.KM

2. Penguji I : Muhammad Mudzakkir, M.Kep

3. Penguji II : Norma Risnasari, S.Kep.Ns., M.Kes

Mengetahui,

Dekan FIKS



Dr. Sulijiono, M.Si  
NIDN: 0007076801

## LEMBAR PERNYATAAN

Yang bertanda tangan dibawah ini :

Nama : Devi Alfianita  
Jenis kelamin : Perempuan  
Tempat, tanggal lahir : Nganjuk, 08 April 2002  
NPM : 2025050002  
Fak/Prodi : Fakultas ilmu kesehatan dan sains / D-III Keperawatan

Menyatakan dengan sebenarnya, bahwa tugas akhir ini tidak terdapat karya yang pernah diajukan atau memperoleh gelar diploma di institusi lain, dan sepanjang pengetahuan saya tidak terdapat karya tulis atau pendapat yang pernah diterbitkan oleh orang lain, kecuali yang sengaja dan tertulis mengacu dalam naskah ini dan disebutkan dalam daftar pustaka.

Kediri, 18 Juli 2023

Yang menyatakan,



METERAI  
TEMPEL  
36AKX574978023  
Devi Alfianita  
NPM. 2025050002

## MOTTO DAN PERSEMBAHAN

### MOTTO

1. *The best way to get started is to quit talking and begin doing*
2. *The wind does not blow to shake the trees, but tests the strength of the roots*
3. *The object of education is to prepare the young to educate themselves throughout their lives.*

### PERSEMBAHAN

Laporan Tugas Akhir ini saya persembahkan :

1. Saya persembahkan karya ini untuk, Ayahanda. Terima kasih atas kasih sayang yang berlimpah dari mulai saya lahir, hingga saya sudah sebesar ini. Lalu teruntuk Bunda, terima kasih juga atas limpahan doa yang tak berkesudahan. Serta segala hal yang telah Bunda lakukan, semua yang terbaik.
2. Terima kasih yang tak terhingga untuk para dosen pembimbing, Bapak/Ibu yang dengan sabar membimbing saya. Dan Terima kasih juga untuk semua pihak yang mendukung keberhasilan skripsi saya yang tidak bisa saya sebutkan satu per satu.
3. Semua pihak yang turut serta mengisi hari-hari kuliah saya, mau adek angkatan atau mantan kayak angkatan, God bless us!

# DAFTAR ISI

HALAMAN JUDUL .....	ii
LEMBAR PENGESAHAN .....	<b>Error! Bookmark not defined.</b>
KATA PENGANTAR .....	iii
LEMBAR PERSETUJUAN .....	iv
LEMBAR PENGESAHAN .....	<b>Error! Bookmark not defined.</b>
LEMBAR PERNYATAAN .....	<b>Error! Bookmark not defined.</b>
MOTTO DAN PERSEMBAHAN .....	vii
DAFTAR ISI.....	viii
DAFTAR TABEL.....	x
DAFTAR GAMBAR.....	xi
DAFTAR LAMPIRAN.....	xii
ABSTRAK.....	xiii
ABSTRACT.....	xiv
BAB 1 : PENDAHULUAN .....	1
1.1 Latar Belakang.....	1
1.2 Rumusan Masalah.....	3
1.3 Tujuan.....	4
1.4 Manfaat.....	4
BAB II : TINJAUAN PUSTAKA .....	6
2.1 Konsep Rheumatoid Arthritis.....	6
2.1.1 Definisi Rheumatoid Arthritis.....	6
2.1.2 Klasifikasi .....	7
2.1.3 Etiologi .....	7
2.1.4 Patofisiologi.....	8
2.1.5 Patwhay Rheumatoid Arthritis.....	9
2.1.6 Manifestasi klinis .....	10
2.1.7 Pemeriksaan Penunjang .....	11
2.1.8 Penatalaksanaan .....	12
2.2 Konsep Terapi Relaksasi Benson .....	17
2.3 Konsep Aromaterapi Lavender.....	20
2.3.1 Definisi .....	20

2.3.2	Manfaat Aromaterapi.....	21
2.3.3	Bunga Lavender.....	22
2.3.4	Kandungan Aromaterapi Lavender.....	22
2.4	Konsep Nyeri.....	24
2.3.3	Pengukuran skala nyeri.....	26
2.3.4	Penatalaksanaan Nyeri.....	29
2.4	Konsep Keluarga.....	30
2.4.1	Definisi.....	30
2.4.2	Tujuan Keperawatan Keluarga.....	30
2.4.3	Tipe-Tipe Keluarga.....	31
<b>BAB III : METODE PENELITIAN .....</b>		<b>34</b>
3.1	Desain Penelitian .....	34
3.2	Subjek Penelitian .....	34
3.3	Fokus Studi .....	34
3.4	Definisi Operasional .....	35
3.5	Lokasi dan Waktu Penelitian .....	36
3.6	Instrumen Penelitian .....	36
3.7	Pengumpulan Data.....	36
3.8	Analisa Data.....	38
3.9	Penyajian Data .....	38
3.10	Etika Penelitian.....	38
<b>BAB IV : HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN.....</b>		<b>41</b>
4.1	Hasil Penelitian.....	41
4.1.1	Gambaran Lokasi Penelitian .....	41
4.1.2	Gambaran Subjek Studi Kasus.....	41
4.1.3	Pemaparan Fokus Studi.....	42
<b>BAB V :_PENUTUP .....</b>		<b>49</b>
5.1	Kesimpulan.....	49
5.2	Saran .....	50
<b>DAFTAR PUSTAKA .....</b>		<b>52</b>

## DAFTAR TABEL

Tabel 3.1 Hasil Operasional Penelitian .....	35
Tabel 4.1 Skala Nyeri Sebelum Penatalaksanaan .....	42
Tabel 4.2 Skala Nyeri Setelah Penatalaksanaan .....	44

## DAFTAR GAMBAR

Gambar 2.1 Patwhey Rheumatoid Arthritis .....	10
Gambar 2.2 Skala Analog Visual .....	26
Gambar 2.3 Skala Numerik Rating Scale .....	27
Gambar 2.4 Skala Verbal Rating Scale .....	28
Gambar 2.5 Skala Wong Baker Faces Pain Scale .....	28
Gambar 4.1 Diagram Skala Nyeri Sebelum Penatalaksanaan .....	43
Gambar 4.2 Diagram Skala Nyeri Setelah Penatalaksanaan .....	44
Gambar 4.3 Diagram sebelum dan setelah penatalaksanaan .....	46

## DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran 1 Surat pengantar Izin Penelitian .....	54
Lampiran 2 Surat Balasan Izin Penelitian .....	56
Lampiran 3 Instrumen Penelitian .....	57
Lampiran 4 Alat Ukur Skala Nyeri .....	58
Lampiran 5 SOP Penelitian .....	59
Lampiran 6 Lembar Persetujuan .....	60
Lampiran 7 Dokumentasi Penelitian .....	62
Lampiran 8 Berita Acara .....	63

## ABSTRAK

**Devi Alfianita.** Penerapan Terapi Relaksasi Benson Dengan Aromaterapi Lavender Untuk Menurunkan Tingkat Nyeri Pada Anggota Keluarga Yang Mengalami Masalah Nyeri Dengan Rheumatoid Arthritis Di Desa Wengkal Kecamatan Rejoso Kabupaten Nganjuk, Tugas Akhir, Prodi DIII Keperawatan, FIKS UN PGRI Kediri, 2023.

Rheumatoid Arthritis merupakan suatu masalah kesehatan yang cukup mengganggu dan sering terjadi di masyarakat dengan ditandai adanya kerusakan sendi progresif, keterbatasan fungsional, dan manifestasi sistemik, dan didasari keluhan linu-linu serta nyeri. Tujuan penelitian ini adalah untuk menganalisis tingkat nyeri pada anggota keluarga yang mengalami masalah nyeri sebelum dan setelah dilakukan terapi relaksasi benson dengan aromaterapi lavender.

Jenis penelitian ini adalah deskriptif dengan menggunakan metode pendekatan studi kasus. Subyek dalam penelitian ini adalah dua responden yang mengalami masalah nyeri dengan diagnose medis rheumatoid arthritis. Nyeri di ukur dengan menggunakan lembar skala nyeri (NRS) *Numeric Rating Scale*.

Hasil penelitian hari pertama sebelum dilakukan terapi relaksasi benson dengan aromaterapi lavender tingkat skala nyeri pada Ny. P adalah 6 sedangkan pada Tn.w adalah 5. Hasil tingkat skala nyeri setelah dilakukan terapi relaksasi benson dengan aromaterapi lavender pada hari pertama yakni Ny. P adalah 5 sedangkan Tn. W adalah 4. Pada hari kedua tingkat skala nyeri setelah dilakukan terapi relaksasi benson dengan aromaterapi lavender pada Ny.P adalah 3 sedangkan Tn.W tetap di skala 4. Dan pada hari ke tiga tingkat skala nyeri setelah dilakukan terapi relaksasi benson dengan aromaterapi lavender pada Ny.P adalah 1, sedangkan Tn.W adalah 2.

Kesimpulan hasil Penelitian ini menunjukkan bahwa adanya perubahan tingkat nyeri setelah dilakukan terapi relaksasi benson dengan aromaterapi lavender. hasil penelitian ini dapat memberikan informasi kepada penderita bahwa penerapan terapi relaksasi benson dengan aromaterapi lavender yang telah dilakukan ini bisa membantu untuk menambah pengetahuan tentang manfaat terapi relaksasi benson dengan aromaterapi lavender.

Berdasarkan simpulan hasil penelitian ini diharapkan penelitian ini dapat menjadi bahan pengetahuan untuk penderita Rheumatoid Arthritis.

Kata Kunci : Rheumatoid Arthritis, Nyeri, Terapi Relaksasi Benson, Aromaterapi Lavender

## ABSTRACT

***Devi Alfianita.*** *Application of Benson Relaxation Therapy with Lavender Aromatherapy to Reduce Pain Levels in Family Members Experiencing Pain Problems with Rheumatoid Arthritis in Wengkal Village, Rejos District, Nganjuk Regency, Final Project, DIII Nursing Study Program, FIKS UN PGRI Kediri, 2023.*

*Rheumatoid Arthritis is a health problem that is quite disturbing and often occurs in the community with marked progressive joint damage, functional limitations, and systemic manifestations, and is based on complaints of rheumatic pain and pain. The purpose of this study was to analyze the level of pain in family members who experienced pain problems before and after benson relaxation therapy with lavender aromatherapy.*

*This type of research is descriptive using a case study approach. The subjects in this study were two respondents who experienced pain problems with a medical diagnosis of rheumatoid arthritis. Pain was measured using a Numeric Rating Scale (NRS) pain scale sheet.*

*The results of the research on the first day before the benson relaxation therapy with lavender aromatherapy were carried out at the level of the pain scale on Mrs. P is 6 while Mr.w is 5. The results of the pain scale level after benson relaxation therapy with lavender aromatherapy on the first day, namely Mrs. P is 5 while Mr. W was 4. On the second day the pain scale level after Benson relaxation therapy with lavender aromatherapy was performed on Mrs. P was 3 while Mr. W remained on a scale of 4. And on the third day the pain scale level after Benson relaxation therapy with lavender aromatherapy was performed on Mrs.P is 1, while Mr.W is 2.*

*The conclusion of the results of this study showed that there was a change in pain levels after benson relaxation therapy with lavender aromatherapy. The results of this study can provide information to sufferers that the application of benson relaxation therapy with lavender aromatherapy can help increase knowledge about the benefits of benson relaxation therapy with lavender aromatherapy.*

*Based on the conclusions of the results of this study, it is hoped that this research can become knowledge material for sufferers of Rheumatoid Arthritis.*

**Keywords:** *Rheumatoid Arthritis, Pain, Benson Relaxation Therapy, Lavender Aromatherapy*

## BAB 1

### PENDAHULUAN

#### 1.1 Latar Belakang

Penyakit Rheumatoid Arthritis adalah suatu masalah kesehatan masyarakat yang cukup mengganggu dan sering terjadi. Penderita Rheumatoid Arthritis ini bisa terjadi pada orang dewasa dan lansia. Biasanya penderita Rheumatoid Arthritis lebih sering mengeluhkan linu-linu, pegal, dan nyeri. (Damanik et al.,2019). Rheumatoid Arthritis adalah penyakit rematik yang ditandai dengan kerusakan sendi progresif, manifestasi sistemik dan keterbatasan fungsional, beberapa penderita rheumatoid arthritis mempunyai manifestasi yang lebih progresif sehingga memiliki prognosis (fungsional dan harapan hidup) yang buruk. (kalim, 2019). Teknik terapi relaksasi benson merupakan terapi yang menggunakan teknik pernapasan dan bisa digunakan dirumah sakit pada pasien yang sedang mengalami nyeri. Pada relaksasi benson ada unsur tambahan keyakinan dalam bentuk kata-kata. (Rasubala, kumaat, & Mulyadi, 2017). Aromaterapi mengacu pada terapeutik dari minyak esensial yang diserap melalui kulit atau sistem penciuman. aromaterapi sangat populer di Amerika Serikat Standar *ound the world* untuk menurunkan nyeri. banyak klaim yang telah dibuat berkaitan dengan manfaat aromaterapi, sebagian besar penelitian difokuskan pada penggunaannya untuk mengelola depresi, kecemasan, ketegangan otot, gangguan tidur, mual, dan nyeri. (Lauwsen and Dwiana 2019).

Angka kejadian Rheumatoid Arthritis pada tahun 2018 di Dunia menurut WHO mencapai 20% dari rata-rata mereka yang berusia 55 tahun ke atas, sedangkan menurut Kementerian Kesehatan Republik Indonesia Rheumatoid Arthritis di Indonesia pada tahun 2019 mencatat peningkatan angka kejadian Rheumatoid Arthritis setiap tahunnya.

Mulai dari tahun 2015 sebanyak 72.675 kasus sampai dengan tahun 2019 menjadi 102.995 kasus, sehingga mengalami peningkatan sebesar 30.320kasus. sedangkan hasil riskesdas tahun 2017 prevalensi penyakit rheumatoid Arthritis jawa timur sendiri sebesar 21,42%. Dan di wilayah kerja Puskesmas Rejoso pada tahun 2021 penderita Rheumatoid Arthritis sendiri sebesar 2195 ribu orang, sedangkan di desa Wengkal penderita Rheumatoid Arthritis pada tahun 2021 sebanyak 133 penderita.

Rheumatoid Arthritis mempunyai gejala yang khas pada penderitanya, salah satu diantaranya adalah nyeri. Rheumatoid Arthritis disebabkan oleh menurunnya fungsi anatomis dari sebuah organ sendi. Pada organ sendi tersebut cairan synovial akan berkurang sehingga pada saat terjadi pergerakan sendi akan menyebabkan gesekan antar tulang. Nyeri yang disebabkan oleh Rheumatoid Arthritis adalah nyeri kronis yang bisa membuat ketidakmampuan dalam melakukan aktivitas secara penuh dan berkurangnya rentang gerak. Nyeri kronis biasanya akan menyebabkan periode remisi seperti gejala yang hilang sebagian atau secara keseluruhan. Kebanyakan penderita ketika mengalami periode remisi biasanya mereka akan mengalami frustrasi dan mengarah ke psikologis. (Ropei et al.,2018) dalam (fitri Ludfiyani.,2020) Aromaterapi Lavender sebagai media relaksasi, menunjukkan bahwa minyak esensial dari bunga lavender dapat memberikan manfaat relaksasi (carminative), sedatif, mengurangi tingkat kecemasan, mampu memperbaiki mood seseorang, dan mampu mengurangi rasa nyeri. Dalam pembahasan di atas aromaterapi lavender dengan metode inhalasi sangat mudah, murah dan efektif digunakan untuk menurunkan nyeri (Trisnadewi, Pramesti, and Adiputra 2018)

Rheumatoid Arthritis dapat dicegah dengan beberapa cara seperti halnya rutin berolahraga, istirahat yang cukup, dan mengikuti pemeriksaan kesehatan. Selain itu Nyeri pada penderita Rheumatoid Arthritis tentunya memiliki kelebihan dan kekurangan masing-masing. Secara klinis terapi farmakologi dinilai lebih efektif. Namun pada

umumnya akan memberikan efek yang kurang baik bagi tubuh. Sementara terapi non farmakologi sifatnya hanya sebagai pengontrol perasaan dan kekuatan klien saja dalam memmanagement nyeri. Tindakan untuk mengatasi nyeri yaitu dengan menggunakan teknik non farmakologi untuk penatalaksanaan nyeri dapat dilakukan dengan teknik relaksasi, dalam teknik relaksasi terdapat berbagai teknik antaranya ada teknik relaksasi napas dalam, relaksasi otot progresif, dan relaksasi benson, lalu ada stimulasi kutaneus yaitu terapi kompres hangat. Pada nyeri Rheumatoid Arthritis dapat dilakukan dengan inovasi terapi relaksasi benson. (Ropei et al.,2018) Aromaterapi merupakan salah satu metode terapi keperawatan yang menggunakan bahan cairan tanaman yang mudah menguap atau dikenal sebagai minyak essensial yang senyawa dengan aromatik lainnya dari tumbuhan yang bertujuan untuk mempengaruhi kesehatan seseorang dan suasana hati. Dalam penggunaanya, aromaterapi dapat diberikan melalui beberapa cara, antara lain berendam, pijat, kompres, dan inhalasi (Purwandari et al. 2014).

Berdasarkan uraian di atas maka penulis tertarik untuk melakukan studi kasus penerapan terapi relaksasi benson dengan Aromaterapi Lavender untuk menurunkan tingkat nyeri pada anggota keluarga yang mengalami masalah nyeri dengan diagnose medis Rheumatoid Arthritis.

## **1.2 Rumusan Masalah**

Berdasarkan masalah yang telah dijelaskan, maka rumusan masalah dalam penelitian ini adalah “Bagaimana Perubahan Tingkat Nyeri pada anggota keluarga yang mengalami masalah nyeri dengan diagnose medis Rheumatoid Arthritis setelah dilakukan terapi relaksasi Benson dengan Aromaterapi Lavender?”

## **1.3 Tujuan**

### **1.3.1 Tujuan Umum**

Menganalisis tingkat nyeri pada anggota keluarga yang mengalami masalah nyeri dengan diagnose medis Rheumatoid Arthritis sebelum dan sesudah dilakukan terapi relaksasi benson dengan Aromaterapi Lavender.

### **1.3.2 Tujuan Khusus**

1. Mengidentifikasi tingkat nyeri pada anggota keluarga yang mengalami masalah nyeri dengan diagnose medis Rheumatoid Arthritis sebelum dilakukan terapi relaksasi benson dengan aromaterapi lavender.
2. Mengidentifikasi tingkat nyeri pada anggota keluarga yang mengalami masalah nyeri dengan diagnose medis Rheumatoid Arthritis setelah dilakukan terapi relaksasi benson dengan aromaterapi lavender.

## **1.4 Manfaat**

### **1.4.1 Manfaat Teoritis**

Manfaat penelitian ini dirumuskan dapat menjadi sumber wacana atau referensi dalam upaya penerapan terapi relaksasi benson dengan Aromaterapi Lavender untuk mengurangi tingkat nyeri pada anggota keluarga yang mengalami masalah nyeri dengan diagnose medis Rheumatoid Arthritis.

### **1.4.2 Manfaat Praktis**

1. Bagi Masyarakat

Agar masyarakat mengetahui dan dapat mengaplikasikan manfaat dari pengobatan non farmakologi, yaitu pemberian tindakan teknik relaksasi benson dengan aromaterapi lavender untuk menurunkan tingkat nyeri pada penderita Rheumatoid Arthritis.

2. Bagi Penderita

Agar penderita dapat mengaplikasikan manfaat dari pengobatan non farmakologi yaitu pemberian terapi relaksasi benson dengan aromaterapi lavender untuk menghilangkan rasa nyeri dan berbagai masalah keperawatan penderita.

3. Bagi keluarga

Sebagai pengetahuan dan wawasan mengenai manfaat dan pengobatan non farmakologi , terapi relaksasi benson dengan aromaterapi lavender untuk menurunkan tingkat nyeri penderita Rheumatoid Arthritis.

4. Bagi Peneliti

Sebagai pengalaman baru yang berharga sehingga dapat meningkatkan pengetahuan dan wawasan tentang pengaruh dalam pemberian terapi relaksasi benson dengan aromaterapi lavender untuk menurunkan tingkat nyeri pada penderita Rheumatoid Arthritis.

5. Bagi institusi Pendidikan

Sebagai bahan bacaan dan masukan bagi instansi kesehatan tentang pengobatan non farmakologi yang dapat mengurangi efek samping dalam pengobatan yaitu dengan memberikan teknik relaksasi benson dengan aromaterapi lavender.

6. Bagi Institusi Kesehatan

Sebagai bahan informasi bagi institusi dalam mengembangkan ilmu pengetahuan tentang pemberian teknik relaksasi benson dengan aromaterapi lavender untuk menurunkan tingkat nyeri pada penderita Rheumatoid Arthritis.

## **BAB II**

### **TINJAUAN PUSTAKA**

#### **2.1 Konsep Rheumatoid Arthritis**

##### **2.1.1 Definisi Rheumatoid Arthritis**

Rheumatoid Arthritis adalah suatu masalah kesehatan yang cukup mengganggu dan sering terjadi di masyarakat, Rheumatoid Arthritis merupakan gangguan peradangan kronis autoimun atau respon autoimun, dimana imun seseorang bisa terganggu dan turun yang menyebabkan hancurnya organ sendi dan lapisan pada sinovial, terutama pada tangan, kaki, dan lutut (Masruroh & Muslihin, 2020). sebagian besar masyarakat menganggap remeh penyakit rematik, karena sifatnya yang seolah-olah tidak menimbulkan kematian padahal rasa nyeri yang ditimbulkan sangat menghambat seseorang untuk beraktivitas. (Nurwulan, 2017). Penyakit Rheumatoid Arthritis sering kita dengar di masyarakat, namun pemahaman yang benar tentang rematik di keluarga kurang memuaskan. (Siahaan et al, 2017). Rheumatoid Arthritis merupakan penyebab paling sering dari penyakit radang sendi kronis. Penyakit ini lebih banyak di derita oleh perempuan, yang sering kali ditemukan pada decade 40-5- tahunan. (Asikin, 2018).

### **2.1.2 Klasifikasi**

Wahyuni, (2016) mengklasifikasikan rheumatoid arthritis menjadi 4 tipe, yaitu :

1. Rheumatoid Arthritis Classic

Pada tipe ini, paling sedikit dalam waktu enam minggu harus terdapat enam kriteria tanda dan gejala sendi yang harus berlangsung terus-menerus.

2. Rheumatoid Arthritis deficit

Pada tipe ini, paling sedikit dalam waktu enam minggu terdapat empat kriteria tanda dan gejala sendi yang harus berlangsung terus-menerus.

3. Rheumatoid Arthritis probable

Pada tipe ini, paling sedikit dalam waktu enam minggu terdapat tiga kriteria tanda dan gejala sendi yang harus berlangsung terus-menerus.

4. Rheumatoid Arthritis possible

Pada tipe ini, paling sedikit dalam waktu tiga bulan terdapat dua kriteria tanda dan gejala sendi yang harus berlangsung terus-menerus.

### **2.1.3 Etiologi**

Penyebab pasti dari Rheumatoid Arthritis masih belum diketahui, namun faktor genetic, hormonal dan infeksi telah diketahui berpengaruh kuat dalam menentukan kejadian penyakit ini. Menurut M. Asikin et al. (2018), penyebab (etiologi) dari Rheumatoid Arthritis yaitu :

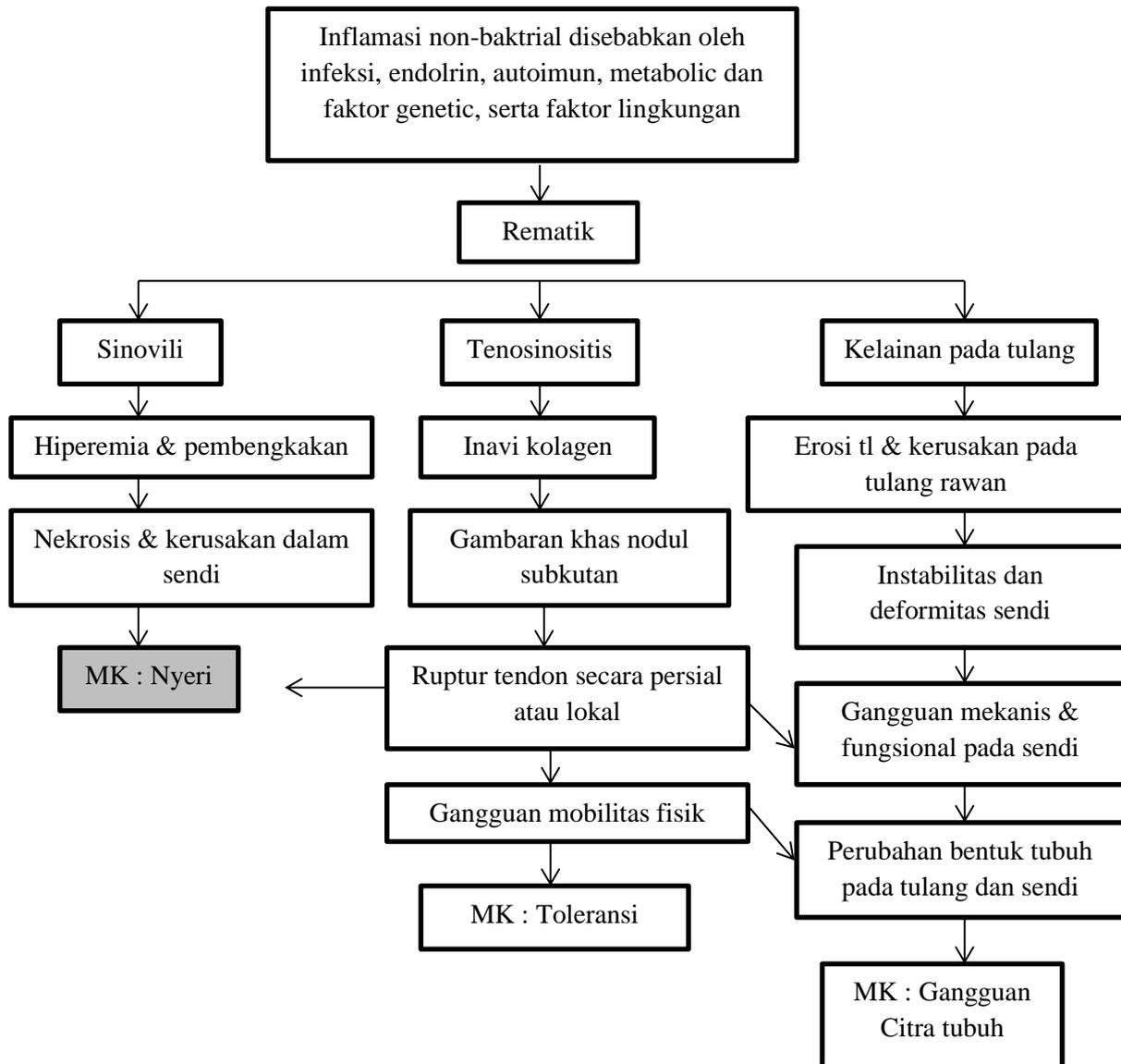
1. Faktor kerentanan genetic
2. Reaksi imunologi (Antigen asing yang berfokus pada jaringan sinoval)
3. Reaksi inflamasi pada sendi dan tendon
4. Proses inflamasi yang berkepanjangan

## 5. Kerusakan kartilago articular

### 2.1.4 Patofisiologi

Pada Rheumatoid Arthritis, reaksi autoimun terutama terjadi pada jaringan sinoval. Proses inflamasi awalnya akan membuat sendi sinoval menjadi edema, kemudian terjadi kongesti vascular dengan ditandai pembentukan pembuluh darah baru, eksudat fibrin, dan infiltrasi selular. Proses inflamasi yang berkelanjutan akan membuat sinoval menjadi tebal, terutama pada bagian kartilag. Suatu jaringan granulasi (pannus) akan terbentuk akibat terjadinya persendian yang meradang. Jaringan granulasi akan menimbulkan erosi tulang yang dapat menghancurkan tulang rawan, akibatnya pergerakan sendi terganggu. Otot kehilangan elastisitas dan kekuatan kontraksi otot karena mengalami perubahan generative. (Asikin, 2018)

## 2.1.5 Patwhay Rheumatoid Arthritis



Gambar 2.1 pathway Rheumatoid Arthritis

(Dinda Ayu Lestari, 2016)

Keterangan :

MK : Masalah Keperawatan

: Masalah Keperawatan Penelitian

## 2.1.6 Manifestasi klinis

Keluhan biasanya mulai secara perlahan dalam beberapa minggu atau bulan. Sering pada keadaan awal tidak menunjukkan tanda yang jelas. Keluhan tersebut dapat berupa keluhan umum, keluhan pada sendi dan keluhan diluar sendi (Putra dkk.2013)

### 2.1.6.1 Keluhan Umum

Keluhan umum dapat berupa badan lemah, nafsu makan menurun, peningkatan panas badan yang ringan atau penurunan berat badan.

### 2.1.6.2 Kelainan Sendi

Terutama mengenai sendi kecil dan simetris yaitu sendi pergelangan tangan, lutut dan kaki (sendi diartrosis). Sendi lainnya juga dapat terkena seperti sendi siku, bahu sterno-klavikula, panggul, pergelangan kaki. Kelainan tulang belakang terbatas pada leher. Keluhan sering berupa kaku sendi di pagi hari. Pembengkakan nyeri sendi.

### 2.1.6.3 Kelainan diluar sendi

2.1.6.3.1 Kulit : nodul subkutane (*nodul rematoid*)

2.1.6.3.2 Jantung : kelainan jantung yang simtomatis jarang didapatkan, namun 40% pada autopsy Rheumatoid Arthritis didapatkan kelainan perikard.

2.1.6.3.3 Paru : kelainan yang sering ditemukan berupa paru obstruktif dan kelainan pleura (efusi pleura, nodul subpleur)

2.1.6.3.4 Saraf : berupa sindrom multiple neuritis akibat vaskulitis yang sering terjadi berupa keluhan kehilangan rasa sensoris di ekstremitas dengan gejala foot or wrist drop.

2.1.6.3.5 Mata : terjadi sindrom sjogren (kerato konjungtivitis sika) berupa kekeringan mata, kleritis atau eriskleritis dan skleromalase perforans.

2.1.6.3.6 Kelenjar limfe : sindrom felty adalah Rheumatoid Arthritis dengan splenomegali, limpadenopati, anemia, trombositopeni, dan neutropenia.

## **2.1.7 Pemeriksaan Penunjang**

### 2.1.7.1 Laboratorium

2.1.7.1.1 Penanda Inflamasi : Laju Endap Darah (LED) dan *C-Reactive Protein* (CRP) meningkat (Smith, 2016)

2.1.7.1.2 *Rheumatoid Factor* (RF) : 80% pasien memiliki RF positif namun RF negative tidak menyingkirkan diagnosis (Smith, 2016)

2.1.7.1.3 *Anti Cyclic Citrullinated Peptide* (Anti CCP) : biasanya digunakan dalam diagnosis dini dan penanganan RA dengan spesifitas 95-98% dan sensitivitas 70% namun hubungan antara anti CCP terhadap beratnya penyakit tidak konsisten (Smith, 2016)

### 2.1.7.2 Radiologi

Dapat terlihat berupa pembengkakan jaringan lunak, penyempitan ruang sendi. Demineralisasi "*juxta articular*", osteoporosis, erosi tulang, atau subluksasi sendi. (Tsou, 2016)

## 2.1.8 Penatalaksanaan

### 2.1.8.1 Penatalaksanaan Farmakologi

Penatalaksanaan Rheumatoid Arthritis mencakup terapi farmakologi, rehabilitasi dan pembedahan bila diperlukan, serta edukasi kepada pasien dan keluarga. Tujuan pengobatan adalah menghilangkan inflamasi, mencegah deformitas, mengembalikan fungsi sendi, dan mencegah destruksi jaringan lebih lanjut (Kapita Selekta, 2014)

#### 2.1.8.1.1 NSAID (*Nonsteroidal Anti-Inflammatory Drug*)

Diberikan sejak awal untuk menangani nyeri sendi akibat inflamasi. NSAID yang dapat diberikan antara lain : aspirin, ibuprofen, naproksen, piroksikam, dikofenak, dan sebagainya. Namun NSAID tidak melindungi kerusakan tulang rawan sendi dan tulang dari proses destruksi.

#### 2.1.8.1.2 DMARD (*Disease-Modifying Antirheumatic Drug*)

Digunakan untuk melindungi sendi (tulang dan kartilago) dari proses destruksi oleh Rheumatoid Arthritis. Contoh obat DMARD yaitu : hidrosiklorokuin, metotreksat, sulfasalazine, garam emas, penisilamin, dan asatioprin. DMARD dapat diberikan tunggal maupun kombinasi (Putra dkk, 2013)

#### 2.1.8.1.2 Kortikosteroid

Diberikan kortikosteroid dosis rendah setara prednisone 5-7,5mg/hari sebagai “bridge” terapi untuk mengurangi keluhan pasien sambil menunggu efek DMARD yang baru muncul setelah 4-16 minggu.

#### 2.1.8.1.4 Rehabilitasi

Terapi ini dimaksudkan untuk meningkatkan kualitas hidup pasien. Caranya dapat dengan mengistirahatkan sendi yang terlibat melalui pemakaian tongkat, pemasangan bidai, latihan, dan sebagainya. Setelah nyeri berkurang, dapat mulai dilakukan fisioterapi.

#### 2.1.8.1.5 Pembedahan

Jika segala pengobatan di atas tidak memberikan hasil yang diharapkan, maka dapat dipertimbangkan pembedahan yang bersifat ortopedi, contohnya sinovektomi, arthrodesis, total hip replacement, dan sebagainya. (Tante,Chris, 2014)

### **2.1.9 Penatalaksanaan Non Farmakologis**

Dalam pilar pengelolaan Rheumatoid Arthritis terdapat 2 hal yang termasuk dalam terapi non farmakologis yaitu edukasi dan latihan/program rehabilitasi. Edukasi yang dimaksud mencakup 2 poin penting yaitu penjelasan mengenai penyakit yang diderita dan juga penjelasan mengenai diet dan terapi komplementer. (PRI, 2014)

2.1.9.1 perlunya penjelasan kepada pasien tentang penyakitnya. Apa itu Rheumatoid Arthritis, bagaimana perjalanan penyakitnya, kondisi pasien saat ini dan bila perlu penjelasan tentang prognosis penyakitnya. Pasien harus diberitahu tentang program pengobatan, risiko dan keuntungan pemberian obat dan modalitas pengobatan yang lain. (PRI, 2014)

2.1.9.2 Sampai saat ini belum ditemukan diet spesifik yang mencetuskan ataupun memperberat Rematik. Namun beberapa ahli gizi menyarankan diet untuk banyak makan sayuran, buah dan ikan serta mengurangi konsumsi

lemak/daging merah. Pasien rematik juga dianjurkan untuk mempertahankan berat badan ideal, karena obesitas akan memberi stress tambahan pada sendi dan berperan pada risiko terjadinya osteoarthritis. Terapi komplementer juga belum ada bukti yang adekuat untuk mendukung pemakaiannya dalam pengelolaan Rheumatoid Arthritis. (PRI, 2014)

2.1.9.3 Program latihan fisik aerobik dapat disarankan. Latihan fisik harus disesuaikan secara individual berdasarkan kondisi penyakit dan komorbiditas yang ada. Latihan aerobik dapat dikombinasikan dengan latihan penguatan otot (region terbatas atau menyeluruh), dan latihan untuk kelenturan, koodinasi dan kecekatan tangan serta kebugaran tubuh. (PRI, 2014)

2.1.9.4 Terapi fisik dengan menggunakan laser kekuatan rendah TENS (*transcutaneous electrical nerve stimulation*), efektif mengurangi nyeri dalam jangka pendek. (PRI, 2014)

2.1.9.5 Terapi relaksasi benson adalah terapi dengan unsur keyakinan dalam bentuk kata-kata dengan menggunakan teknik pernapasan yang dapat diimplementasikan pada pasien yang sedang mengalami nyeri atau kecemasan. (PRI, 2014)

2.1.9.6 Aromaterapi Lavender merupakan salah satu terapi dengan menggunakan minyak esensial bunga lavender yang mampu menghasilkan efek memberi rasa nyaman, menjadikan emosi dan perasaan lebih tenang, dan meringankan rasa nyeri.

## **2.1.10 Komplikasi Rheumatoid Arthritis**

Rheumatoid arthritis adalah penyakit sistemik yang dapat mempengaruhi bagian lain dari tubuh selain sendi. Rheumatoid arthritis dapat menimbulkan komplikasi pada bagian lain dari tubuh :

### **2.1.10.1 Sistem respiratori**

peradangan pada sendi krikokaritenoid tidak jarang dijumpai pada rheumatoid arthritis. Gejala keterlibatan saluran nafas atas ini dapat berupa nyeri tenggorokan, nyeri menelan, atau disfonia yang umumnya terasa lebih berat pada pagi hari. Pada rheumatoid arthritis yang lanjut dapat pula dijumpai efusi pleura dan fibrosis paru yang luas. (Aspiani, 2014)

### **2.1.10.2 Sistem kardiovaskuler**

seperti halnya pada sistem respiratori, pada rheumatoid arthritis jarang dijumpai gejala pericarditis berupa nyeri dada atau gangguan faal jantung. Akan tetapi pada beberapa pasien dapat juga dijumpai gejala pericarditis yang berat. (Aspiani, 2014)

### **2.1.10.3 Sistem gastrointestinal**

kelainan sistem pencernaan yang sering dijumpai adalah gastritis dan ulkus peptic yang merupakan komplikasi utama pengguna obat anti inflamasi nonsteroid (OAINS) atau obat pengubah perjalanan penyakit (disease modifying antirheumatoid drugs, DMARD) yang menjadi faktor penyebab morbiditas dan mortalitas utama pada rheumatoid arthritis. (Aspiani, 2014)

#### 2.1.10.4 sistem persarafan

komplikasi neurologis yang sering dijumpai rheumatoid arthritis umumnya tidak memberikan gambaran yang jelas sehingga sukar untuk membedakan komplikasi neurologis akibat lesi articular dari lesi neuropatik. Patogenesis komplikasi neurologis pada umumnya berhubungan dengan mielopati akibat instabilitas vertebrae, servikal, neuropati jepitan atau neuropati iskemik akibat vaskulitis. (Aspiani, 2014)

#### 2.1.10.5 sistem perkemihan ginjal

berbeda dengan lupus eritematosus sistemik pada rheumatoid arthritis jarang sekali dijumpai kelainan glomerular. Jika pada pasien rheumatoid arthritis dijumpai proteinuria, umumnya hal tersebut lebih sering disebabkan karena efek samping pengobatan seperti garam emas dan D-penisilamin atau terjadi sekunder akibat amyloidosis. Walaupun kelainan ginjal interstisial dapat dijumpai pada syndrome sjogren, umumnya kelainan tersebut lebih banyak berhubungan dengan penggunaan OAINS. Penggunaan OAINS yang tidak terkontrol dapat sampai menimbulkan nekrosis papilar ginjal. (Aspiani, 2014)

#### 2.1.10.6 sistem hematologis

anemia akibat penyakit kronik yang ditandai dengan gambaran eritrosit normositik-normokromik (hipokromik ringan) yang disertai dengan kadar besi serum yang rendah serta kapasitas pengikatan besi yang normal atau rendah merupakan gambaran umum yang sering dijumpai pada rheumatoid arthritis. Anemia akibat penyakit kronik ini harus dibedakan dari anemia defisiensi besi yang juga dapat dijumpai pada

rheumatoid arthritis akibat penggunaan OAINS atau DMARD yang menyebabkan erosi mukosa lambung. (Aspiani, 2014)

## **2.2 Konsep Terapi Relaksasi Benson**

### **2.2.1 Definisi**

Relaksasi Benson merupakan relaksasi yang menggunakan teknik pernapasan yang bisa digunakan dirumah sakit pada pasien yang sedang mengalami nyeri atau kecemasan. Pada relaksasi benson ada penambahan unsur keyakinan dalam bentuk kata-kata (Rasubala, kumaat, & Mulyadi, 2017). Relaksasi benson merupakan pengembangan metode respon relaksasi pernafasan dengan melibatkan faktor keyakinan pasien, yang dapat menciptakan suatu lingkungan yang internal, sehingga dapat membantu pasien mencapai kondisi kesehatan dan kesejahteraan lebih tinggi (Purwanto dalam Astutik, 2017). Relaksasi benson adalah salah satu metode untuk mengurangi intensitas nyeri, relaksasi ini dilakukan dengan cara menggabungkan relaksasi yang diberikan dengan kepercayaan yang dimiliki pasien. Terdapat dua hal yang dilakukan untuk menimbulkan respon relaksasi yaitu dengan pengucapan kata atau frase berulang dan sikap pasif. Pikiran lain atau gangguan keributan dapat saja terjadi, tetapi dalam relaksasi benson dianjurkan untuk tidak melawan gangguan tersebut serta tetap melanjutkan untuk mengulang-ulang frase fokus. Kata yang dibaca dan ucapkan berulang dengan melibatkan unsur keimanan dan keyakinan akan menimbulkan respon relaksasi yang lebih kuat. Kata atau *frase* yang singkat akan meningkatkan kekuatan dasar respon relaksasi dengan memberi kesempatan faktor keyakinan untuk memberi pengaruh terhadap penurunan aktivitas saraf simpatik dan meningkatkan saraf parasimpatik. (Purwanto dalam Emi, 2018)

## **2.2.2 Manfaat**

Relaksasi Benson dirancang untuk mengatasi kecemasan penulis menemukan pada beberapa penelitian di dapatkan manfaat dari relaksasi benson sebagai berikut :

- 2.2.2.1 Mengurangi nyeri
- 2.2.2.2 Ketemtraman hati,
- 2.2.2.3 Berkurangnya rasa cemas, khawatir dan gelisah
- 2.2.2.4 Tekanan dan ketegangan jiwa menjadi rendah
- 2.2.2.5 Detak jantung lebih rendah
- 2.2.2.6 Mengurangi tekanan darah
- 2.2.2.7 Tidur lelap

## **2.2.3 Prosedur Terapi Relaksasi Benson**

Langkah- langkah terapi relaksasi benson menurut (Damanik, 2015) sebagai berikut :

- 2.2.3.1 Alat Yang dibutuhkan
  - 2.2.3.1.1 Tempat tidur
  - 2.2.3.1.2 Kursi
  - 2.2.3.1.3 Bantal
  - 2.2.3.1.4 Sampiran
  - 2.2.3.1.5 Jam tangan

### 2.2.3.2 Pra Interaksi

2.2.3.1.1 Cari tahu identitas klien

2.2.3.1.2 Persiapkan diri

### 2.2.3.3 Tahap Orientasi

2.2.3.3.1 Memberikan salam teraapeutik

2.2.3.3.2 Menyediakan lingkungan yang tenang

2.2.3.3.3 Menvalidasi kondisi pasien

2.2.3.3.4 Menjaga privasi pasien

2.2.3.3.5 Memilih doa untuk memfokuskan perhatian saat relaksasi

### 2.2.3.4 Tahap Kerja

2.2.3.4.1 Posisikan pasien pada posisi duduk yang paling nyaman

2.2.3.4.2 Instruksikan pasien memejamkan mata

2.2.3.4.3 Instruksikan pasien agar tenang dan mengendorkan otot-otot tubuh dari ujung kaki sampai dengan otot wajah dan rasakan rileks

2.2.3.4.4 Instruksikan kepada pasien agar menarik nafas dalam lewat mulut disertai dengan mengucapkan doa atau kata-kata yang sudah dipilih

2.2.3.4.5 Instruksikan pasien untuk membuang pikiran negative. Dan tetap fokus pada nafas dalam dan doa atau kata-kata yang diucapkan.

2.2.3.4.6 Instruksikan pasien untuk mengakhiri relaksasi dengan tetap menutup mata selama 2 menit, lalu membukanya dengan perlahan.

#### 2.2.3.5 Tahap Terminasi

2.2.3.5.1 Evaluasi perasaan pasien

2.2.3.5.2 Lakukan kontrak pertemuan selanjutnya

2.2.3.5.3 Akhiri dengan salam

#### 2.2.3.6 Hasil

2.2.3.6.1 Evaluasi hasil kegiatan dan respon klien setelah tindakan

2.2.3.6.2 Lakukan kontrak untuk terapi selanjutnya

2.2.3.6.3 Akhiri tindakan dengan cara yang baik

2.2.3.6.4 Dokumentasi

2.2.3.6.5 Catat tindakan yang dilakukan, tanggal, dan jam pelaksanaan

2.2.3.6.6 Catat hasil tindakan (respon subjektif dan objektif)

2.2.3.6.7 Dokumentasi tindakan dalam SOP

## **2.3 Konsep Aromaterapi Lavender**

### **2.3.1 Definisi**

Aromaterapi adalah terapi atau pengobatan dengan menggunakan bau-bauan yang berasal dari tumbuh-tumbuhan, bunga, pohon yang berbau harum dan enak. Minyak astiri digunakan untuk mempertahankan dan meningkatkan kesehatan dan kesejahteraan, sering digabungkan untuk menenangkan sentuhan penyembuhan dengan sifat terapeutik dari minyak astiri (Craig Hospitsl, 2013) aromaterpi dapat juga didefinisikan sebagai penggunaan terkendali esensial tanaman untuk tujuan terapeutik (Posadzki et al, 2012). Jenis minyak aroma terapi yang umum digunakan yaitu :

2.3.1.1 minyak eukaliptus, Radiata (*Eucalyptus Radiata Oil*)

2.3.1.2 minyak Rosemary (*Rosemary Oil*)

2.3.1.3 minyak Ylang-Ylang (*Ylang-Ylang Oil*)

2.3.1.4 minyak Tea Tree (*Tea Tree Oil*)

2.3.1.5 minyak Lavender (*Lavender Oil*)

2.3.1.6 minyak Garanium (*Garanium Oil*)

2.3.1.7 minyak Pappermint

2.3.1.8 minyak Jeruk Lemon (*Lemon Oil*)

2.3.1.9 minyak Chamomile Roman

2.3.1.10 minyak Clary Sage (*Clary Sage Oil*)

### **2.3.2 Manfaat Aromaterapi**

Manfaat aromaterapi selain meningkatkan keadaan fisik dan psikologis, aromaterapi juga dapat memberikan efek relaksasi bagi saraf dan otot-otot yang tegang. Relaksasi merupakan salah satu cara untuk mengatasi kecemasan atau stress melalui pengendoran otot-otot dan syaraf. Relaksasi dapat meningkatkan kesehatan secara umum dengan memperlancar proses metabolisme tubuh, menurunkan tingkat agresifitas dan perilaku-perilaku buruk buruk dari dampak stress, meningkatkan rasa harga diri dan keyakinan diri, pola pikir menjadi lebih matang, mempermudah dalam mengendalikan diri, mengurangi stress secara keseluruhan, mengurangi rasa nyeri dan meningkatkan kesejahteraan. (Othaviany, 2015)

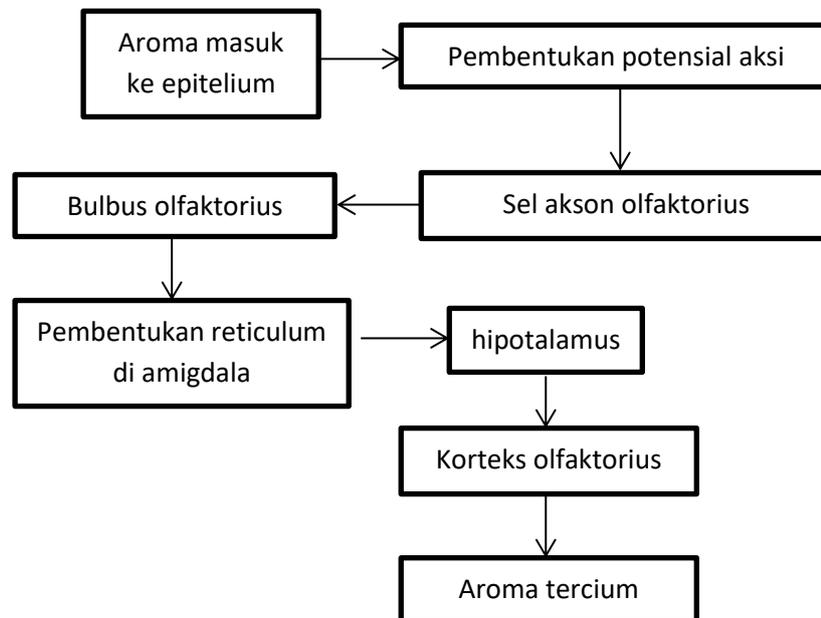
### 2.3.3 Bunga Lavender

Nama lavender berasal dari bahasa latin “*lavera*” yang berarti menyegarkan dan orang-orang roma telah memakainya sebagai parfum dan minyak mandi sejak zaman dahulu. Bunga lavender memiliki 25-30 spesies, beberapa diantaranya adalah *lavandula angustifolia*, *lavandula lantifolia*, *lavandula stoechas*. Efek Aroma lavender untuk nyeri merupakan salah satu metode non-farmakologi yang bermanfaat untuk mengurangi rasa nyeri, merilekskan pikiran, menurunkan ketegangan dan kecemasan serta memberi ketenangan pada ibu bersalin.. (Okthaviany, 2015)

### 2.3.4 Kandungan Aromaterapi Lavender

Minyak lavender memiliki banyak potensi karena terdiri atas beberapa kandungan. Menurut penelitian, dalam 100 gram bunga lavender tersusun atas beberapa kandungan seperti : minyak esensial (1-3%), *alpha-pinene* (0,22%), *Camphene* (0,06%), *betamyrcene* (5,33%), *P-cymene* (0,3%), *limonene* (1,06%), *cineol* (0,51%), *linalool* (26,12%), *borneol* (1,21%), *terpinen* (4,64%), *linalyl asetat* (26,23%), *geranyl asetat* (2,14%), dan *caryophyllene* (7,55%). Berdasarkan data di atas, dapat disimpulkan bahwa kandungan utama dari bunga lavender adalah *linalyl asetat* dan *linalool* (C<sub>10</sub>H<sub>18</sub>O). *Linalool* adalah kandungan aktif utama yang berperan pada efek anti cemas (relaksasi) pada lavender. Minyak lavender dengan kandungan *linalool*nya adalah salah satu minyak aromaterapi yang banyak digunakan saat ini, baik secara inhalasi (dihirup) ataupun dengan teknik pemijatan pada kulit. Minyak lavender adalah salah satu aromaterapi yang terkenal memiliki efek menenangkan, sehingga dapat digunakan dalam manajemen stress dan nyeri. Aroma lavender memiliki efek sedative sehingga mampu membantu merilekskan tubuh,

mengurangi rasa nyeri dan dapat membantu memudahkan kita untuk tidur setelah menghirupnya beberapa saat karena aroma lavender mempengaruhi tonus otot sehingga dapat mengurangi rasa nyeri.



Gambar Patwhay Aomaterapi 2.2  
(Craig Hospital, 2013)

## **2.4 Konsep Nyeri**

### **2.3.1 Definisi**

Nyeri adalah mekanisme protektif untuk menimbulkan kesadaran terhadap kenyataan bahwa sedang atau akan terjadi kerusakan jaringan. Karena nilainya bagi kelangsungan hidup, nosiseptor (reseptor nyeri) tidak beradaptasi terhadap stimulasi yang berulang atau berkepanjangan. Simpanan pengalaman yang menimbulkan nyeri dalam ingatan membantu kita menghindari kejadian-kejadian yang berpotensi membahayakan dimasa mendatang. (Sherwood, 2015).

### **2.3.2 Faktor**

Nyeri merupakan suatu keadaan yang kompleks yang dipengaruhi oleh fisiologi, spiritual, psikologis, dan budaya. Setiap individu mempunyai pengalaman yang berbeda tentang nyeri. Faktor-faktor yang dapat mempengaruhi nyeri adalah sebagai berikut :

#### **2.3.2.1 Tahap perkembangan**

Usia dan tahap perkembangan seseorang merupakan variable penting yang akan mempengaruhi reaksi dan ekspresi terhadap nyeri. Dalam hal ini anak-anak cenderung kurang mampu mengungkapkan nyeri yang mereka rasakan dibandingkan orang dewasa, dan kondisi ini dapat menghambat penanganan nyeri untuk mereka. (Mubarak et al, 2015).

#### **2.3.2.2 Jenis kelamin**

Beberapa kebudayaan yang mempengaruhi jenis kelamin misalnya menganggap bahwa seorang anak laki-laki harus berani dan tidak boleh menangis, sedangkan anak perempuan boleh menangis dalam situasi yang sama. Namun, secara umum, pria dan wanita tidak berbeda secara bermakna dalam berespon terhadap nyeri. (Mubarak et al, 2015)

#### **2.3.2.3 Keletihan**

Kelelahan atau kelelahan dapat meningkatkan persepsi nyeri. Rasa kelelahan menyebabkan sensasi nyeri semakin intensif dan menurunkan kemampuan coping. Hal ini dapat menjadi masalah umum pada setiap individu yang menderita penyakit dalam jangka waktu lama. apabila kelelahan disertai dengan kesulitan tidur, maka persepsi nyeri bahkan dapat terasa lebih berat lagi. (Perry & Potter, 2019)

#### 2.3.2.4 Lingkungan dan dukungan keluarga

Lingkungan yang asing, tingkat kebisingan yang tinggi, pencahayaan dan aktivitas yang tinggi dilingkungan tersebut dapat memperberat nyeri. Selain itu, dukungan dari keluarga dan orang terdekat menjadi salah satu faktor penting yang mempengaruhi persepsi nyeri individu. Sebagai contoh, individu yang sendirian, tanpa keluarga atau teman-teman yang mendukungnya, cenderung merasakan nyeri yang lebih berat dibandingkan mereka yang mendapatkan dukungan dari keluarga dan orang-orang terdekat. (Mubarak et al, 2015)

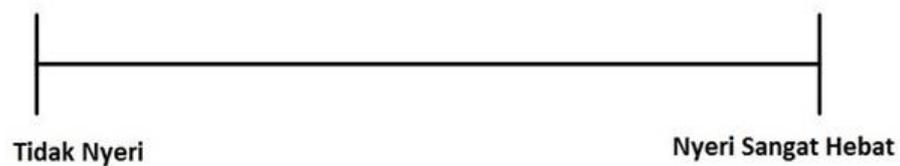
#### 2.3.2.5 Etnik dan nilai budaya

Beberapa kebudayaan yakin bahwa memperlihatkan nyeri adalah sesuatu yang alamiah. Kebudayaan lain cenderung untuk melatih perilaku yang tertutup. Sosialisasi budaya menentukan perilaku psikologis seseorang. Dengan demikian, hal ini dapat mempengaruhi pengeluaran fisiologis opial endogen sehingga terjadilah persepsi nyeri. (Mubarak et al. 2015)

### 2.3.3 Pengukuran skala nyeri

pengukuran skala nyeri dapat dilakukan dengan menggunakan skala visual, analog, numeric, deskriptif dan wong-bakers.

2.3.2.6 Skala analog visual (*visual analog scale*, VAS) adalah suatu garis lurus atau horizontal sepanjang 10cm, yang mewakili intensitas nyeri yang terus menerus dan pendeskripsi verbal pada setiap ujungnya. Skala ini memberi pasien kebebasan penuh untuk mengidentifikasi keparahan nyeri. VAS dapat merupakan pengukuran keparahan nyeri yang lebih sensitive karena klien dapat mengidentifikasi setiap titik pada rangkaian dari pada dipaksa memilih satu kata atau angka (Potter dkk, 2017)



Gambar 2.3 skala analog visual

2.3.2.7 Skala Numerik (*numeric rating scale*, NRS) lebih digunakan sebagai pengganti alat pendeskripsian kata (Maryunani, 2014). Dalam hal ini pasien menilai nyeri dengan menggunakan skala 0-10;

Keterangan :

0 : tidak nyeri

1-3 : Nyeri ringan

Secara obyektif klien dapat berkomunikasi dengan baik.

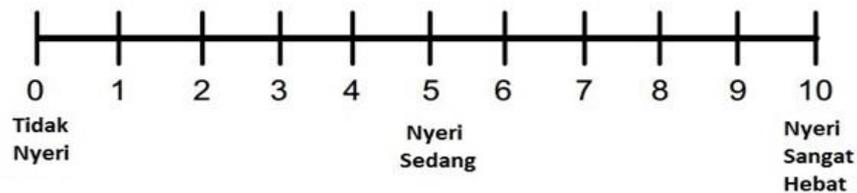
4-6 : nyeri sedang

Secara obyektif pasien mendesis, menyeringai, dapat menunjukkan lokasi nyeri, dapat mendiskripsikannya, dapat mengikuti perintah dengan baik.

7-9 : nyeri berat

Secara obyektif klien terkadang tidak dapat mengikuti perintah tapi masih respon terhadap tindakan, dapat menunjukkan lokasi nyeri, tidak dapat mendeskripsikannya, tidak dapat diatasi dengan alih posisi nafas panjang dan distraksi.

10 : nyeri sangat berat. Pasien sudah idak mampu berkomunikasi, memukul.

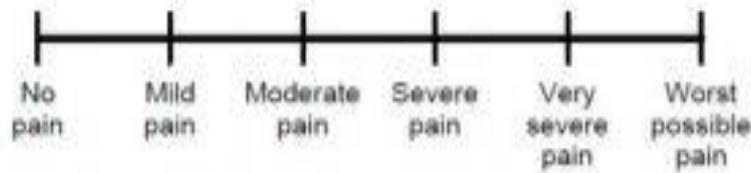


Gambar 2.4 Skala Numerik Rating Scale

#### 2.3.2.8 Skala *Verbal Rating Scale* (VRS)

Skala ini memakai dua ujung yang sama seperti VAS atau skala reda nyeri. Skala verbal menggunakan kata-kata dan bukan garis atau 17 angka untuk menggambarkan tingkat nyeri. Skala yang digunakan dapat berupa tidak ada nyeri, sedang, parah. Hilang/redannya nyeri dapat dinyatakan sebagai sama sekali tidak hilang, sedikit berkurang, cukup berkurang, baik atau nyeri hilang sama sekali. Kekurangan skala ini

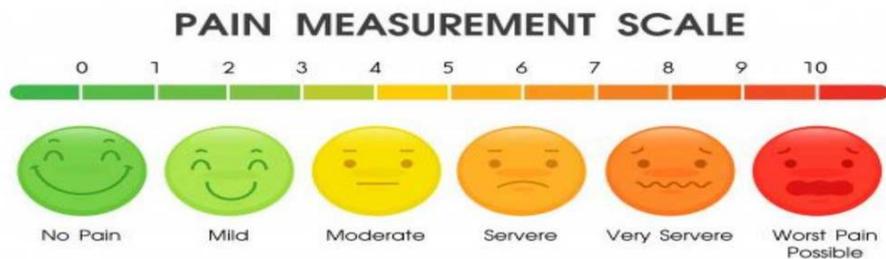
membatasi pilihan kata klien sehingga skala ini tidak dapat membedakan berbagai tipe nyeri (Yudiyanta kk, 2015)



Gambar 2.5 skala verbal rating scale

### 2.3.2.9 Skala wong baker *faces pain rating scale*

Skala nyeri ini tergolong mudah untuk dilakukan karena hanya dengan melihat ekspresi wajah pasien pada saat bertatap muka tanpa kita menanyakan keluhannya. Skala nyeri ini adalah skala kesakitan yang dikembangkan oleh *Donna Wong* dan *Connie Baker*. Skala ini menunjukkan serangkaian wajah mulai dari wajah gembira 0, “tidak ada sakit hati” sampai wajah menangis diskala 10 yang menggambarkan “sakit terburuk”. Pasien harus memilih wajah yang paling menggambarkan bagaimana perasaan mereka. (Yudiyanta kk, 2015)



Gambar 2.6 skala wong baker faces

## **2.3.4 Penatalaksanaan Nyeri**

Menurut Wahyuni (2013), penatalaksanaan nyeri farmakologis dan non farmakologis antara lain :

### **2.3.4.1 Penatalaksanaan Farmakologis**

Tindakan farmakologis yaitu anastesi lokal, bekerja dengan memblok konduksi syaraf saat diberikan langsung ke serabut saraf. Dapat menurunkan nyeri dengan produksi prostaglandin dari jaringan yang mengalami trauma atau inflamasi, yang menghambat resptor nyeri untuk menjadi sensitive terhadap stimulus menyakitkan sebelumnya.

### **2.3.4.2 Penatalaksanaan Non Farmakologis**

#### **2.3.4.2.1 Massase**

Tindakan kenyamanan yang dapat membantu relaksasi, menurunkan ketegangan otot, dan dapat menurunkan ansietas

#### **2.3.4.2.2 Terapi kompres hangat**

Terapi panas mempunyai keuntungan meningkatkan aliran darah suatu area dan kemungkinan dapat menurunkan nyeri dengan mempercepat penyembuhan.

#### **2.3.4.2.3 Distraksi**

Tindakan dengan memfokuskan perhatian pada suatu selain pada nyeri misalnya menonton film dan bermain.

#### **2.3.4.2.4 Terapi music**

Terapi music dapat mengurangi nyeri dan kecemasan.

#### **2.3.4.2.5 Teknik Relaksasi benson**

Relaksasi ini dapat menurunkan nyeri dengan merileksasikan ketegangan otot, dilakukan dengan unsur keyakinan dalam bentuk kata-kata, memejamkan matanya dan bernafas dengan perlahan dan nyaman.

#### 2.3.4.2.6 Aromaterapi

Terapi yang menggunakan bau-bauan yang berasal dari tumbuh-tumbuhan, bunga dan lain sebagainya untuk menurunkan rasa nyeri

## 2.4 Konsep Keluarga

### 2.4.1 Definisi

Keluarga secara universal didefinisikan bagaikan landasan dasar unit sosial ekonomi terkecil dari seluruh institusi dalam warga. Keluarga terdiri dari dua ataupun lebih orang yang memiliki ikatan interpersonal, ikatan darah, ikatan pernikahan, serta adopsi. (Bakri, 2017)

### 2.4.2 Tujuan Keperawatan Keluarga

Tujuan keperawatan keluarga ada dua macam, yaitu tujuan umum dan khusus. Tujuan umum dari keperawatan keluarga adalah kemandirian keluarga dalam memelihara dan meningkatkan kesehatannya. Tujuan khusus dari keperawatan keluarga adalah keluarga mampu melaksanakan tugas pemeliharaan kesehatan keluarga dan mampu menangani masalah kesehatannya berikut ini. (Pangaila, 2021)

#### 2.4.2.1 Menegenal masalah kesehatan yang dihadapi anggota keluarga.

Kemampuan keluarga dalam mengenal masalah kesehatan seluruh keluarga.

- 2.4.2.2 Membuat keputusan secara tepat dalam mengatasi masalah kesehatan anggota keluarga. Kemampuan keluarga dalam mengambil keputusan untuk membawa anggota keluarga ke pelayanan kesehatan.
- 2.4.2.3 Memberi perawatan pada anggota keluarga yang mempunyai masalah kesehatan. Kemampuan keluarga dalam merawat anggota keluarga yang sakit.
- 2.4.2.4 Memodifikasi lingkungan yang kondusif. Kemampuan keluarga dalam mengatur lingkungan, sehingga mampu mempertahankan kesehatan dan memelihara pertumbuhan serta perkembangan setiap anggota keluarga.
- 2.4.2.5 Memanfaatkan fasilitas pelayanan kesehatan untuk pemeliharaan dan perawatan anggota keluarga yang mempunyai masalah kesehatan.

### **2.4.3 Tipe-Tipe Keluarga**

Menurut Nadirawati (2018) tipe-tipe keluarga antara lain :

#### *2.4.3.1 Nuclear family*

Keluarga inti yang terdiri dari ayah, ibu, dan anak yang dibentuk karena ikatan pernikahan dan tinggal dalam satu rumah.

#### *2.4.3.2 Extended family*

Adalah keluarga inti ditambah dengan sanak saudara, misalnya nenek, kakek, keponakan, saudara sepupu, paman bibi, dan sebagainya.

#### *2.4.3.3 Reconstitute family*

Pembentukan baru dari keluarga inti melalui perkawinan kembali suami/istri, tinggal dalam pembentukan satu rumah dengan anak-anaknya, baik itu bawaan dari perkawinan lama maupun hasil dari perkawinan baru. Satu atau keduanya dapat bekerja diluar rumah.

#### 2.4.3.4 *Middle age/aging couple*

Suami sebagai pencari uang, istri dirumah atau kedua-duanya bekerja diluar rumah, dan anak-anak sudah meninggalkan rumah karena sekolah/perkawinan/meniti karis.

#### 2.4.3.5 *Dyadic nuclear*

Suami istri yang sudah berumur dan tidak mempunyai anak keduanya/salah satu bekerja diluar rumah.

#### 2.4.3.6 *Single parent*

Satu orang tua akibat perceraian/kematian pasangannya dan anak-anaknya dapat tinggal dirumah/diluar rumah.

#### 2.4.3.7 *Dula carrier*

Suami istri atau keduanya berkarir tanpa anak.

#### 2.4.3.8 *Commuter married*

Suami/istri atau keduanya orang karir dan tinggal terpisah pada jarak tertentu, keduanya saling mencari pada waktu-waktu tertentu.

#### 2.4.3.9 *Single adult*

Wanita atau pria dewasa yang tinggal sendiri dengan tidak adanya keinginan untuk menikah.

#### 2.4.3.10 *Three generation*

Tiga generasi atau lebih tinggal satu rumah.

#### 2.4.3.11 *Institusional*

Anak-anak atau orang dewasa tinggal dalam satu panti.

#### 2.4.3.12 *Communal*

Satu rumah terdiri atas dua/lebih pasangan yang mengayomi dengan anak-anaknya dalam penyediaan fasilitas.

#### 2.4.3.13 *Group marriage*

Suatu rumah terdiri atas orang tua dan keturunannya didalam satu keluarga dan tiap individu adalah menikah dengan yang lain dan semua adalah orang tua dari anak-anak.

#### 2.4.3.14 *Unmarried parent and child*

Ibu dan anak dimana perkawinan tidak dikehendaki, anaknya diadopsi.

#### 2.4.3.15 *Cohibing couple*

Dua orang/satu pasangan yang tinggal bersama tanpa pernikahan.

### **2.4.4 Karakteristik Keluarga**

Karakteristik keluarga menurut (Robert MZ Lawang, 2020) adalah sebagai tempat yang paling inti atau dasar untuk semua individu dalam memperoleh perhatian, perlindungan, pembelajaran, dan juga pembinaan. Menurut Robert M.Z. Lawang menyebutkan memiliki empat karakteristik, yaitu :

2.4.4.1 Terdiri atas orang-orang yang bersatu karena ikatan perkawinan.

2.4.4.2 Anggota keluarga hidup dalam satu rumah dan membentuk rumah tangga.

2.4.4.3 Merupakan satu kesatuan orang yang berinteraksi dan berkomunikasi.

2.4.4.4 Melaksanakan dan mempertahankan kebudayaan yang sama.

## **BAB III**

### **METODE PENELITIAN**

#### **3.1 Desain Penelitian**

Jenis penelitian ini adalah deskriptif dengan menggunakan metode pendekatan studi kasus. Penelitian ini bertujuan untuk menganalisis perubahan tingkat nyeri pada anggota keluarga yang menderita *Rheumatoid Arthritis* dengan masalah nyeri sebelum dan setelah dilakukan terapi relaksasi benson dengan Aromaterapi Lavender. Studi kasus adalah penelitian yang dilakukan dengan meneliti suatu permasalahan melalui suatu kasus yang terdiri dari unit tunggal dengan pokok pertanyaan yang berkenaan dengan “*how*” atau “*why*”. Unit tunggal berarti satu orang atau sekelompok penduduk yang terkena suatu masalah. Data Studi kasus yang dibutuhkan dalam penelitian diperoleh dari sumber pustaka atau dokumen yang dapat ditelusuri secara ilmiah.

#### **3.2 Subjek Penelitian**

Subjek yang digunakan dalam penelitian ini adalah dua responden yang menderita *rheumatoid arthritis* dengan masalah keperawatan nyeri dengan dilakukan tindakan terapi relaksasi benson dengan Aromaterapi pada anggota keluarga yang mengalami masalah nyeri dengan diagnose medis rheumatoid arthritis.

#### **3.3 Fokus Studi**

Fokus studi dalam penelitian ini adalah menganalisis perubahan tingkat nyeri pada anggota keluarga yang menderita *rheumatoid arthritis* dengan masalah nyeri sebelum dan setelah dilakukan terapi relaksasi benson dengan Aromaterapi Lavender.

### 3.4 Definisi Operasional

No	Variabel	Definisi	Definisi Operasional	Indikator	Alat Ukur	Kriteria
1.	Variabel bebas : Terapi relaksasi benson dengan aromaterapi lavender	Variabel yang mempengaruhi atau menjadi sebab perubahan timbulnya variabel terikat	Relaksasi Benson dengan aromaterapi merupakan relaksasi yang menggunakan teknik pernapasan dengan wewangian berbentuk essentisl oil biasa digunakan dirumah sakit pada pasien yang sedang mengalami nyeri	Mengurangi nyeri yang dirasakan dan dapat mengurangi kecemasan, ketegangan otot dan sendi serta meningkatkan rentang gerak pada sendi	Standar Operasional Prosedur (SOP) Terapi relaksasi benson dengan aromaterapi lavender	Terapi relaksasi benson dengan aromaterapi lavender dilakukan oleh penderita rheumatoid arthritis yang mengalami masalah nyeri untuk menurunkan tingkat nyeri
2.	Variabel terikat : Tingkat nyeri	Variabel yang dipengaruhi atau menjadi akibat karena adanya variabel bebas	Nyeri adalah mekanisme protektif untuk menimbulkan kesadaran terhadap kenyataan bahwa sedang atau akan terjadi kerusakan jaringan.	Skala 0 : tidak nyeri Skala 1-3 : nyeri ringan Skala 4-6 : nyeri sedang Skala 7-9 : sangat nyeri, namun masih dapat dikendalikan Skala 10 : nyeri sangat hebat, tidak bisa dikendalikan	skala nyeri numeric( <i>numerical rating scale</i> )	Penderita rheumatoid arthritis yang mengalami masalah nyeri

### **3.5 Lokasi dan Waktu Penelitian**

Penelitian dilakukan di Desa Wengkal Kecamatan Rejoso Kabupaten Nganjuk, Untuk waktunya mulai tanggal 8 sampai dengan 10 juli 2023 di lakukan selama 10 sampai 20 menit, 3 hari sekali selama 1 minggu.

### **3.6 Instrumen Penelitian**

Alat atau instrument yang digunakan dalam terapi relaksasi benson yaitu tempat tidur atau kursi dan Standart Operasional Prosedur (SOP) terapi relaksasi benson denga aromaterapi Lavender. Sedangkan alat atau instrument untuk pengukuran skala nyeri menggunakan skala NRS (*Numeric Rating Scale*).

### **3.7 Pengumpulan Data**

#### **3.7.1 Metode Pengumpulan Data**

Peneliti menjelaskan teknik pengumpulan data yang digunakan. Adapun teknik pengumpulan data yang digunakan ;

3.7.1.1 Wawancara (hasil anamnesis yang berisi tentang identitas klien, keluhan utama, riwayat penyakit sekarang-dahulu-keluarga dan lain lain). Sumber data dari klien, keluarga, perawat lainnya)

3.7.1.2 Observasi ; peneliti melakukan observasi tentang perubahan aspek yang dinilai dalam penelitian dengan bantuan menggunakan instrument pengamatan yang sudah dibuat

3.7.1.3 Pengukuran ; suatu cara yang sistematis untuk menentukan jumlah/ukuran pada obyek yang diamati. Pengukuran dibantu dengan skala nyeri numeric(*numeric al rating scale*)

- 3.7.1.4 Pemeriksaan fisik ; pemeriksaan tubuh pasien untuk menentukan adanya suatu masalah fisik untuk mendapatkan informasi valid tentang kesehatan pasien
- 3.7.1.5 Peneliti melakukan implementasi penerapan terapi relaksasi benson dengan aromaterapi lavender untuk menurunkan tingkat nyeri pada anggota keluarga yang menderita *rheumatoid arthritis* dengan masalah nyeri.

### **3.7.2 Langkah Pengumpulan Data**

Dalam penelitian ini peneliti akan melakukan langkah penelitian sebagai berikut;

- 1.7.2.1 Mengurus perizinan dengan institusi terkait yaitu di Badan Kesatuan Bangsa Dan Politik untuk melakukan penelitian
- 1.7.2.2 Mengurus perizinan dengan institusi terkait yaitu Di Kepala Desa Wengkal untuk melakukan penelitian
- 1.7.2.3 Menjelaskan maksud, tujuan dan waktu pada kepala puskesmas ataupun penanggung jawab di tempat penelitian dan meminta persetujuan untuk melibatkan subjek dalam penelitian.
- 1.7.2.4 Mencari data penderita *rheumatoid arthritis* dengan masalah nyeri di wilayah kerja puskesmas rejoso, kemudian mendatangi rumahnya dan menjelaskan maksud, tujuan dan waktu penelitian. Lalu wawancara subjek yang akan diteliti.
- 1.7.2.5 Setelah menemukan subjek yang akan di teliti, subjek diminta untuk mengisi lembar informed consent dan menandatangani lembar persetujuan menjadi responden

- 1.7.2.6 Mengukur tingkat nyeri sebelum diberikan terapi
- 1.7.2.7 Melakukan terapi relaksasi benson dengan aromaterapi lavender
- 1.7.2.8 Mengukur tingkat nyeri sesudah diberikan terapi
- 1.7.2.9 Menganalisis hasil penelitian sebelum dan sesudah diberikan terapi
- 1.7.2.10 Meminta surat balasan kepada Kepala puskesmas rejos sebagai bukti telah melakukan penelitian di wilayah kerja puskesmas rejos
- 1.7.2.11 Pengolahan data
- 1.7.2.12 Menyajikan hasil pengolahan data atau hasil penelitian dalam bentuk tabel dan narasi.

### **3.8 Analisa Data**

Analisa data menggunakan analisa deskriptif yang mempunyai tujuan untuk menganalisis tingkat nyeri pada anggota keluarga yang mengalami masalah nyeri dengan diagnose medis rheumatoid arthritis sebelum dan setelah dilakukan terapi relaksasi benson dengan aromaterapi lavender.

### **3.9 Penyajian Data**

Dalam penelitian ini penyajian data akan disajikan dalam bentuk teks dan tabel.

### **3.10 Etika Penelitian**

Menurut prinsip etika menjelaskan bahwa data dapat dibedakan menjadi 3 bagian yaitu sebagai berikut ;

#### **3.10.1 Menghormati harkat dan martabat manusia (*respect for human dignity*)**

Dalam melakukan penelitian harkat dan martabat manusia harus dijunjung tinggi. Subjek memiliki hak asasi dan kebebasan untuk menentukan pilihan ikut

atau menolak penelitian (*autonomy*). Dalam penelitian ini juga tidak boleh ada paksaan atau penekanan tertentu agar subjek bersedia mengikuti penelitian.

### 3.10.2 Menghormati privasi dan kerahasiaan subjek (*respect for privacy and confidentiality*)

Manusia sebagai subjek penelitian memiliki privasi dan hak asasi untuk mendapatkan kerahasiaan informasi. Tetapi tidak dipungkiri bahwa penelitian menyebabkan terbukanya informasi tentang subjek. Peneliti perlu merahasiakan berbagai informasi yang menyangkut privasi subjek yang tidak ingin identitas dan segala informasi tentang dirinya dilakukan diketahui oleh orang lain. Maka untuk menjaga privasi yang menyangkut segala informasi tentang identitas subjek dapat dilakukan dengan cara mengubah identitas seperti nama subjek kemudian diganti dengan kode tertentu yaitu dengan nama inisial.

### 3.10.3 Menghormati keadilan dan inklusivitas (*respect for justice inclusiveness*)

Prinsip keterbukaan dalam penelitian mengandung makna bahwa penelitian dilakukan secara jujur, tepat, cermat, hati-hati dan dilakukan secara profesional. Sedangkan prinsip keadilan mengandung makna bahwa penelitian memberikan keuntungan dan beban secara merata dan sesuai dengan kebetulan dan kemampuan subjek. Dalam penelitian ini, peneliti memilih keluarga.

#### 3.10.4 Memperhitungkan manfaat dan kerugian yang ditimbulkan (*balancing harm and benefist*)

Prinsip ini mengandung makna bahwa setiap penelitian harus mempertimbangkan manfaat yang maksimal bagi subjek penelitian dan populasi dimana hasil penelitian akan diterapkan (*beneficience*). Meminimalisir dampak yang merugikan bagi responden (*nonmaleficience*). Prinsip ini yang harus diperhatikan oleh peneliti ketika mengajukan usulan penelitian untuk mendapatkan persetujuan etik dari komite etik penelitian. Peneliti harus mempertimbangkan manfaat dan kerugian dari penelitian. Pada penelitian ini tidak akan merugikan pihak responden baik kerugian fisik maupun material, tetapi peneliti akan memberikan reward kepada responden karena telah bersedia menjadi subjek penelitian dan meluangkan waktunya, maka peneliti akan memberikan pulpen dan pouch.

## **BAB IV**

### **HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN**

#### **4.1 Hasil Penelitian**

##### **4.1.1 Gambaran Lokasi Penelitian**

Wengkal merupakan suatu desa yang dapat ditempuh dalam waktu 1 jam dari kabupaten Kediri, desa di kecamatan Rejoso ini memiliki waktu tempuh 35 menit dari Kabupaten Nganjuk, Jawa Timur, Indonesia Dengan Kode Pos 64453. Di desa ini terdiri dari 5 dusun yaitu dusun kedung bening, dusun genengan, dusun brangetan, dusun matokan, dan dusun kampong baru, Desa Wengkal dekat dengan Desa Musir lor an dan Desa kedung Winong. bentang lahan di desa wengkal sendiri terdiri dari lahan persawahan seluas : 195,6 ha dan lahan pemukiman seluas 23,6 ha. Keadaan tanah di area sawah desa subur, karena mendapatkan pengairanyang di dapat dari curah hujan sebesar 300mm/th. Jalan di desa wengkal sebagian besar telah beraspal. Dengan jumlah penderita rheumatoid arthritis sebesar 250 pada tahun 2023 ini.

##### **4.1.2 Gambaran Subjek Studi Kasus**

###### **Subjek I (Ny.P)**

Ny.P berusia 56 tahun, beragama islam, lulus SD. Keluarga Ny. P beranggotakan 4 orang dengan kondisi sehat semua kecuali dengan Ny. P yang menderita Penyakit Rheumatoid Arthritis, sebelum klien sakit Kegiatan klien dirumah mengasuh cucu, menyapu dan membersihkan ruangan. Ny. P juga sering mengeluh merasakan nyeri pada saat ingin berdiri, dan berpindah tempat, selain itu Ny. P juga mengeluh setiap duduk di lantai Ny. P kesusahan

untuk berdiri dan selalu meminta bantuan kepada anak atau suaminya, dan sering merasa kaku di bagian lutut. Keluarga Ny. P tidak mempunyai riwayat penyakit sebelum-sebelumnya, Ny. P juga mengatakan bahwa sering mengkonsumsi makanan akan kaya vitamin seperti wortel, kentang, pisang, dan kacang-kacangan.

### **Subjek II (Tn. W)**

Tn. W berusia 54 tahun, beragama islam, lulus SD. Keluarga Tn. W beranggotakan 6 orang dengan kondisi sehat semua kecuali dengan Tn. W yang menderita penyakit Rheumatoid arthritis dan mempunyai riwayat hipertensi, sebelum klien sakit Kegiatan dirumah sering mencari rumput untuk makan sapi, dan ke ladang setiap pagi. Tn. W juga sering mengeluh nyeri pada bagian pergelangan tangan dan menjulur ke seluruh tangan sampai ke pundak, dan kadang terasa kaku dan nyeri saat di buat beraktivitas. Tn. W tidak terlalu banyak makan atau makan dengan porsi sedikit dan sehari kadang hanya makan sekali Tn. W juga mengatakan kalau tidak menghindari makanan yang dapat menyebabkan rematik seperti halnya masih sering mengkonsumsi makanan yang mengandung pemanis, dan makanan berminyak.

### **4.1.3 Pemaparan Fokus Studi**

#### **4.1.3.1 Subjek sebelum penerapan terapi relaksasi benson dengan Aromaterapi lavender**

Berdasarkan hasil penelitian, dapat diketahui subyek sebelum dilakukan terapi relaksasi benson dengan aromaterapi lavender seperti pada tabel 4.1

Tabel 4.1 Skala Nyeri Sebelum dilakukan terapi Relaksasi Benson dengan Aromateri lavender

No	Subyek	Hari	Variabel	Skala Nyeri
1	Ny. P	1	Nyeri Sedang	6
		2	Nyeri Sedang	5
		3	Nyeri Ringan	3
2	Tn. W	1	Nyeri Sedang	5
		2	Nyeri Ringan	4
		3	Nyeri Ringan	4

untuk memperjelas perbedaan dapat diketahui subyek sebelum pemberian terapi Relaksasi Benson Dengan Aromaterapi Lavender dapat di gambarkan di diagram 4.1

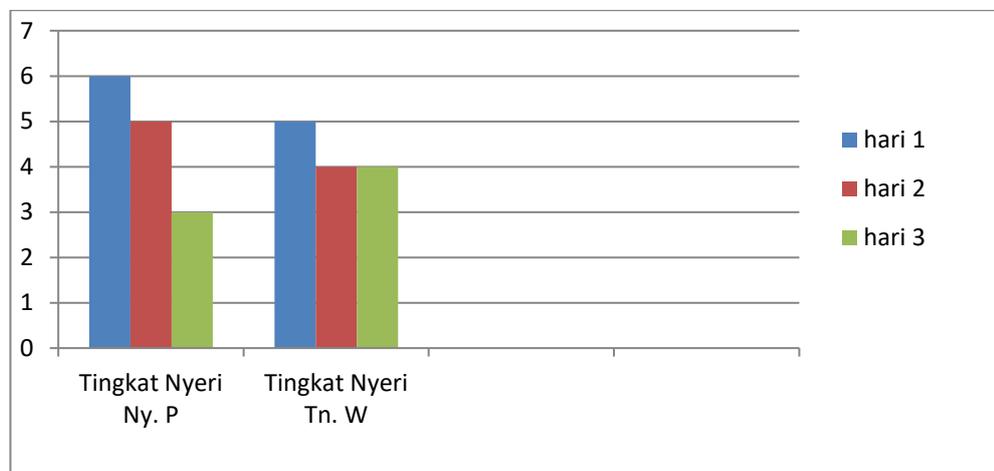


Diagram 4.1 Skala Nyeri sebelum diberikan Terapi Relaksasi Benson Dengan Aromaterapi Lavender Pada Ny. P dan Tn. W

Berdasarkan tabel 4.1, dan diagram 4.1 pemeriksaan yang dilakukan sebelum terapi Relaksasi Benso dengan Aromaterapi Lavender pada hari pertama diketahui tingkat nyeri yang dirasakan Ny. P tertinggi dengan skala nyeri 6, lalu pada hari kedua skala nyeri sedang dengan nilai 4, dan hari ketiga merupakan skala nyeri ringan dengan nilai 2. Sedangkan pada hari pertama tingkat nyeri Tn. W tertinggi dengan skala nyeri 5, lalu di hari kedua skala nyeri ringan dengan nilai 3, dan hari ketiga merupakan skala nyeri ringan dengan nilai 2

#### 4.1.3.2 Subjek Setelah Penerapan Terapi Relaksasi Benson Dengan Aromaterapi Lavender

Terapi Relaksasi Benson Dengan Aromaterapi Lavender pada kedua subyek dilakukan 3 kali selama 1 minggu. Berdasarkan hasil penelitian, dapat diketahui perubahan Tingkat Nyeri subjek setelah dilakukan terapi relaksasi benson dengan aromaterapi lavender seperti tabel 4.2

Tabel 4.2 Hasil Tingkat Skala Nyeri setelah penerapan terapi relaksasi benson dengan aromaterapi lavender

No	Subyek	Hari	Variabel	Skala Nyeri
1	Ny. P	1	Nyeri Sedang	5
		2	Nyeri Ringan	3
		3	Nyeri Ringan	1
2	Tn. W	1	Nyeri Sedang	4
		2	Nyeri Ringan	4
		3	Tidak Nyeri	2

Selanjutnya untuk memperjelas perbedaan dapat diketahui subek setelah pemberian terapi relaksasi benson dengan aromaterapi lavender dapat digambarkan di diagram 4.2

Selanjutnya untuk memperjelas perbedaan dapat diketahui subek setelah pemberian terapi relaksasi benson dengan aromaterapi lavender dapat digambarkan di diagram 4.2

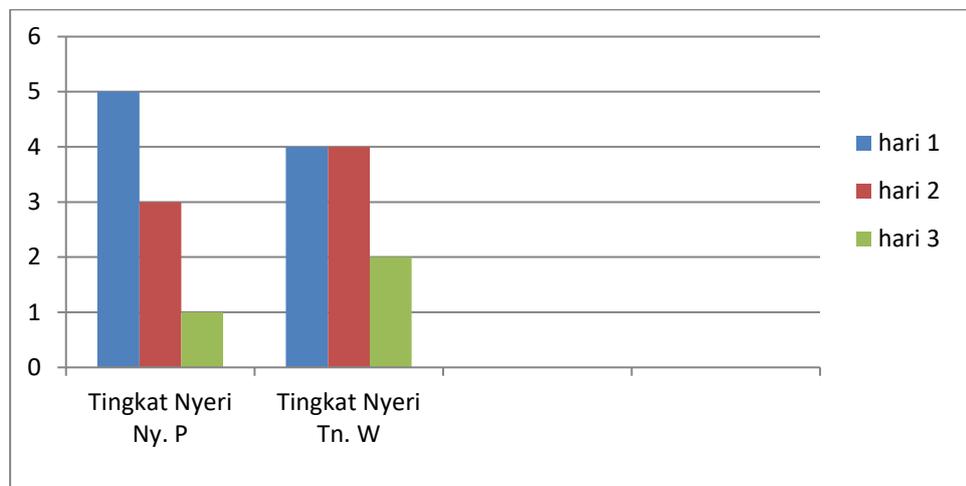


Diagram 4.2 Hasil Tingkat Skala Nyeri Setelah diberikan terapi relaksasi benson dengan aromaterapi lavender pada Ny. P dan Tn. W

Berdasarkan tabel 4.2, dan diagram 4.2 pemeriksaan yang dilakukan sebelum terapi Relaksasi Benso dengan Aromaterapi Lavender pada hari pertama diketahui tingkat nyeri yang dirasakan Ny. P tertinggi dengan skala nyeri 5, lalu pada hari kedua skala nyeri sedang dengan nilai 3, dan hari ketiga merupakan skala nyeri ringan dengan nilai 1. Sedangkan pada hari pertama tingkat nyeri Tn. W tertinggi dengan skala nyeri 4, lalu di hari kedua skala nyeri ringan dengan nilai 2, dan hari ketiga merupakan skala nyeri ringan dengan nilai 1.

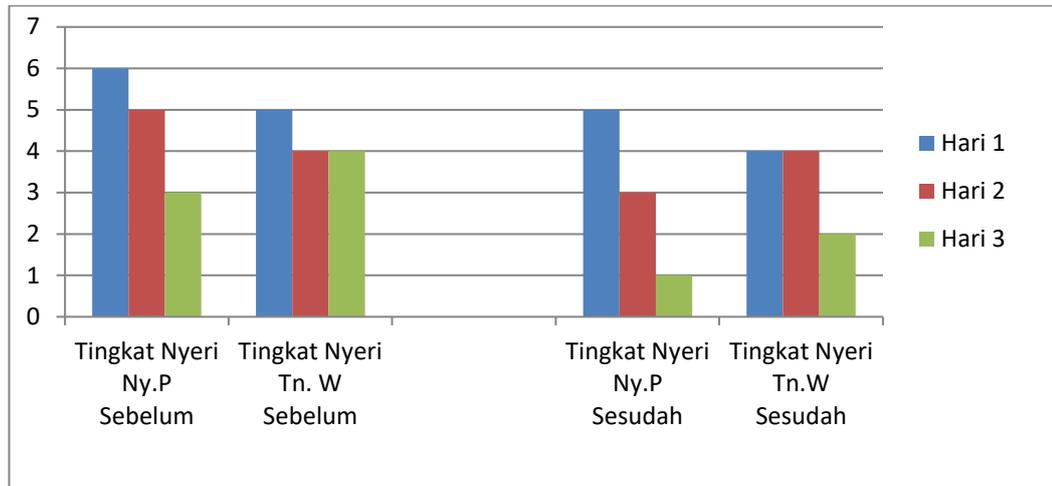


Diagram 4.3 Hasil Skala Nyeri sebelum dan setelah diberikan terapi relaksasi benson dengan aromaterapi lavender

## 4.2 Pembahasan

Dari hasil penelitian tentang perubahan tingkat nyeri pada anggota keluarga yang menderita rheumatoid arthritis dengan masalah nyeri sebelum dan setelah dilakukan terapi relaksasi benson dengan aromaterapi lavender yaitu pada hari pertama Ny.P memiliki tingkat nyeri dengan skala 6, dan setelah mendapat terapi relaksasi benson dengan aromaterapi lavender, Ny.P mengalami perubahan tingkat nyeri dengan skala 5. Sedangkan untuk Tn. W mendapatkan hasil skala 5, dan mengalami perubahan tingkat nyeri juga dengan skala 4. Pada saat hari kedua sebelum terapi relaksasi benson dengan aromaterapi lavender Ny. P memiliki tingkat nyeri dengan skala 5, dan setelah mendapatkan terapi relaksasi benson dengan aromaterapi lavender Ny. P mengalami perubahan tingkat nyeri dengan skala 3. Sedangkan untuk Tn. W sebelum mendapat terapi relaksasi benson dengan aromaterapi lavender memiliki tingkat nyeri dengan skala 4, dan setelah mendapatkan terapi relaksasi benson dengan aromaterapi lavender Tn. W tidak mengalami perubahan. Tn. W juga

memiliki kondisi yang sama dengan skala 4 dan setelah mendapatkan terapi hasil masih tetap di skala 4. Pada hari ketiga, sebelum dilakukan terapi relaksasi benson dengan aromaterapi lavender, Ny. P memiliki tingkat nyeri dengan skala 3, dan setelah mendapatkan terapi relaksasi benson dengan aromaterapi lavender Ny. P mengalami perubahan tingkat nyeri dengan skala 1. Sedangkan untuk Tn. W sebelum mendapatkan terapi relaksasi benson dengan aromaterapi lavender memiliki tingkat nyeri dengan skala 4, dan setelah mendapatkan terapi relaksasi benson dengan aromaterapi lavender Tn. W mengalami perubahan tingkat nyeri dengan skala 2.

Berdasarkan hasil penelitian yang dilakukan Fastiwi, Reska, dan Nurhayati yang berupa penelitian menggunakan *Quasy Exsperiment* dengan *one group pre and post test* menunjukkan terjadinya penurunan tingkat nyeri sebelum dan sesudah terapi relaksasi benson. Perubahan tersebut terlihat dari rata-rata tingkat nyeri sebelum dengan skala 5 mengalami perubahan tingkat nyeri menjadi skala 1. Hasil penelitian menunjukkan bahwa terdapat perbedaan tingkat nyeri responden antara sebelum dan sesudah dilakukan terapi relaksasi benson. ( Fastiwi,Reska & Nurhayati, 2021) Selain terapi relaksasi benson ada beberapa faktor yang membuat nyeri responden selalu menurun setiap dilakukan terapi relaksasi benson dengan beristirahat dengan cukup dan menghindari makanan-makanan yang mengandung pemanis. ( Ariyani, 2017)

Berdasarkan hasil penelitian yang dilakukan juli dan padila yang berupa penelitian menggunakan observasional analitik bahwa pengaruh terapi relaksasi benson pada pasien post SC menunjukkan ada beberapa responden yang tidak mengalami perubahan tingkat nyeri setelah dilakukan terapi relaksasi benson. ( Juli Andri & Padila, 2020) Adanya tidak terjadi perubahan di karenakan cuaca yang dingin dan sering melakukan aktivitas berat sehingga terapi yang diberikan untuk menurunkan nyeri pada saat itu kurang efektif , selain itu ada faktor lain yang

menyebabkan nyeri tidak berkurang karena berat badan yang berlebih dan bantalan sendi perlahan akan terkikis atau memang karena faktor usia juga. (Mawarni & Despiyadi, 2018)

Peneliti mendukung teori dari peneliti fastiwi, reska, dan nurhayati bahwa terapi relaksasi benson dengan aromaterapi lavender , dengan didasari istirahat yang cukup dan menghindari makanan yang mengandung pemanis mampu menurunkan tingkat nyeri dengan masalah nyeri, karena di dalam terapi relaksasi benson ini responden di ajarkan untuk merilekskan dan menenangkan pikiran beserta otot-otot seluruh tubuh untuk menurunkan tingkat nyeri. Sedangkan penelitian yang dilakukan juli dan padila menunjukkan bahwa ada beberapa responden yang tidak mengalami penurunan setelah dilakukan terapi relaksasi benson Karena beberapa faktor seperti cuaca yang dingin, melakukan aktivitas yang berat dan juga faktor berat badan.

### **4.3 Keterbatasan Penelitian**

Dalam studi kasus ini penulis menemui hambatan sehingga menjadi keterbatasan dalam menyusun studi kasus ini. Beberapa keterbatasan ini adalah :

- 4.3.1 keterbatasan waktu penelitian yang di adakan hanya 3 kali, sehingga untuk memperoleh suatu data kurang memuaskan.
- 4.3.2 Penelitian yang dilakukan di dalam rumah dan banyak anak kecil diruangan tersebut sehingga saat penelitian kurang nyaman dan bising, namun kemauan dari responden hanya ingin didalam rumah.
- 4.3.3 Kurangnya pengawasan setelah dilakukan penelitian sehingga risiko anggota keluarga yang mengalami rheumatoid arthritis dengan masalah nyeri tidak terkontrol dengan baik.

## **BAB V**

### **PENUTUP**

#### **5.1 Kesimpulan**

Berdasarkan pemaparan penelitian studi kasus yang dilakukan di Desa Wengkal, Kecamatan Rejoso mengenai perubahan tingkat nyeri pada anggota keluarga yang menderita rheumatoid arthritis dengan masalah nyeri sebelum dan setelah dilakukan terapi relaksasi benson dengan aromaterapi lavender dengan hasil perubahan tingkat nyeri sebagai berikut :

##### **5.1.1 Hasil Tingkat Skala Nyeri Sebelum Dilakukan Terapi Relaksasi Benson Dengan Aromaterapi Lavender**

Ny. P memiliki tingkat nyeri dihari pertama dengan skala nyeri 6, lalu pada hari kedua dengan skala nyeri 5, dan hari ketiga dengan skala nyeri 3. Sedangkan Tn. W pada hari pertama memiliki tingkat nyeri dengan skala nyeri 5, lalu pada hari kedua dengan tingkat nyeri 4 , dan dihari ketiga dengan skala nyeri 4.

##### **5.1.2 Hasil Tingkat Skala Nyeri Setelah Dilakukan Terapi Relaksasi Benson Dengan Aromaterapi Lavender**

Ny. P mengalami perubahan tingkat nyeri dengan skala 5, lalu pada hari kedua mengalami perubahan tingkat nyeri dengan skala 3, dan hari ketiga mengalami perubahan tingkat nyeri dengan skala 1. Sedangkan Tn. W mengalami perubahan tingkat nyeri dengan skala 4, lalu hari kedua Tn. W tidak ada perubahan setelah dilakukan terapi relaksasi benson dengan aromaterapi lavender dan skala nyeri tetap 4, dan hari ketiga Tn. W baru mengalami perubahan Tingkat nyeri dengan hasil skala 2.

## 5.2 Saran

### 5.2.1 Bagi Institusi Pendidikan

Diharapkan hasil penelitian ini dapat dijadikan sebagai bahan untuk pelaksanaan pendidikan serta masukan dan perbandingan untuk karya ilmiah lebih lanjut tentang keperawatan keluarga dengan Rheumatoid Arthritis.

### 5.2.2 Bagi Penderita

Diharapkan hasil penelitian ini dapat memberikan informasi yang akurat kepada seluruh penderita bahwa penerapan terapi relaksasi benson dengan aromaterapi lavender yang telah dilakukan ini bisa membuktikan untuk penurunan tingkat nyeri dengan masalah nyeri dan membantu untuk menambah pengetahuan tentang manfaat terapi relaksasi benson dengan aromaterapi lavender.

### 5.2.3 Bagi Keluarga Penderita

Diharapkan hasil penelitian ini bisa menjadi edukasi sumber penyuluhan di Desa Wengkal Kecamatan Rejoso untuk menerapkan terapi relaksasi benson dengan aromaterapi lavender ini kepada penderita lainnya.

### 5.2.4 Bagi Peneliti

Diharapkan bagi peneliti mendapat pengalaman ilmu baru yang berharga sehingga dapat meningkatkan pengetahuan dan wawasan mengenai pengaruh dalam pemberian terapi relaksasi benson dengan aromaterapi lavender untuk menurunkan tingkat nyeri pada penderita Rheumatoid Arthritis.

### 5.2.5 Bagi Institusi Kesehatan

Diharapkan bahan informasi ini bisa di gunakan bagi institusi dalam mengembangkan ilmu pengetahuan tentang pemberian teknik relaksasi

benson dengan aromaterapi lavender untuk menurunkan tingkat nyeri pada penderita Rheumatoid Arthritis.

#### 5.2.6 Bagi Masyarakat

Diharapkan agar masyarakat mengetahui dan dapat mengaplikasikan manfaat dari pengobatan non farmakologi, yaitu pemberian tindakan teknik relaksasi benson dengan aromaterapi lavender untuk menurunkan tingkat nyeri pada penderita Rheumatoid Arthritis.

## DAFTAR PUSTAKA

- Andari, F. N., Santri, R. A., & Nurhayati, N. (2021). Terapi Benson Untuk Penurunan Nyeri Rheumatoid Arthritis Lansia. *Jurnal Vokasi Keperawatan (JVK)*, 4(2), 345–356. <https://doi.org/10.33369/jvk.v4i2.19103>
- Arfianda, A., Tharida, M., & Masthura, S. (2022). Faktor-faktor yang mempengaruhi terjadinya penyakit rheumatoid arthritis pada lansia di Gampong Piyeung Manee Kecamatan Montasik Kabupaten Aceh Besar. *Journal of Healthcare Technology and Medicine*, 8(2), 992–1002.
- Anisah, I. N., & Maliya, A. (2021). Efektivitas Relaksasi Benson Terhadap Kecemasan Pasien. *Jurnal Berita Ilmu Keperawatan*, 14(1), 57–64. <https://doi.org/10.23917/bik.v14i1.12226>
- ANNET, N., & Naranjo, J. (2014). Prevalensi Rheumatoid Arthritis pada tahun 2018 -2019. *Applied Microbiology and Biotechnology*, 85(1), 2071–2079.
- Aspiani, R.Y. (2014). Buku Ajar Asuhan Keperawatan Keluarga. Jakarta: Trans Info Media
- Haryanti, S. (2011). Arthritis Reumatoid Juvenil. *Advances in Eye Research*, 1102005035, 1–35.
- Ludfiyani, F. (2020). Penerapan Relaksasi Benson Dan Kompres Hangat Terhadap Nyeri Rheumatoid Arthritis Di Keluarga. <http://eprintslib.ummgl.ac.id/2364/1/17.0601.0009>
- mawarni & despiyadi. (2020). jurnal penanganan penyakit rheumatoid arthritis. *File:///C:/Users/Dell/Downloads/1139-Article%20Text-12896-2-10-20210209%20(1).Pdf*, 21(1), 1–9.
- Mayangsari, D., & Sari, D. G. (2021). Manfaat Aromatherapy Lavender. *Jurnal Ilmiah Kesehatan*, 14(1), 1. <https://doi.org/10.48144/jiks.v14i1.523>
- Putri dan priyanto, (2020). jurnal kesmas asclepius, tingkat pengetahuan terhadap penanganan penyakit rheumatoid arthritis. *File:///C:/Users/Dell/Downloads/1139-Article%20Text-12896-2-10-20210209%20(1).Pdf*, 21(1), 1–9.
- Rin, R., Umaht, K., Mulyana, H., & Purwanti, R. (2021). terapi UNTUK MENURUNKAN NYERI REMATIK : A LITERATURE RIVIEW. 9(2), 183–191.
- Salsabilla, A. R. (2020). Aromaterapi Lavender sebagai Penurun Tingkat Kecemasan dan nyeri. *Jurnal Ilmiah Kesehatan Sandi Husada*, 12(2), 761–766. <https://doi.org/10.35816/jiskh.v12i2.407>
- Sari, D. W. I., Syarafina, F. Z., Ayuningtias, K., Rindiani, N. A., Setianingrum, P. B., Febriyanti, S., & Pradana, A. A. (2022). Efektivitas Terapi Relaksasi Benson untuk Meningkatkan Kualitas Hidup. *Muhammadiyah Journal of Geriatric*, 2(2), 55. <https://doi.org/10.24853/mujg.2.2.55-61>
- Sherwood. (2015). Hubungan Nyeri Dengan Rheumatoid Arthritis. *Naskah Publikasi*. <https://eprints.ums.ac.id/39507/1/FULL%20NASPUB.pdf>

- Suhartini, D. F., & Afrioza, S. (2021). Pengaruh Aromaterapi Lavender Terhadap Penurunan Skala Nyeri Pada Lanjut Usia Di Desa Batubantar Pandeglang. *Journal of Healath Research Science*, 1(1), 1–11. <https://doi.org/10.34305/jhrs.v1i1.285>
- Tante, Chris, (2014). kapita selekta kedokteran. jakarta: media aesculapius.
- Tim Pokja SDKI DPP PPNI, (2016), *Standar Diagnosis Keperawatan Indonesia (SDKI)*, Edisi 1, Jakarta, Persatuan Perawat Indonesia
- Tim Pokja SIKI DPP PPNI, (2018), *Standar Intervensi Keperawatan Indonesia (SIKI)*, Edisi 1, Jakarta, Persatuan Perawat Indonesia
- Tim Pokja SLKI DPP PPNI, (2018), *Standar Luaran Keperawatan Indonesia (SLKI)*, Edisi 1, Jakarta, Persatuan Perawat Indonesia
- Tjahya, A. (2019). Penilaian nyeri. *Academia*, 133–163. <http://www.academia.edu/download/49499859/pemeriksaan-dan-penilaian-nyeri.pdf>

Lampiran 1 Surat pengantar Izin Penelitian



**UNIVERSITAS NUSANTARA PGRI KEDIRI**  
**FAKULTAS ILMU KESEHATAN DAN SAINS**  
**PROGRAM STUDI DIII KEPERAWATAN**

Status "Terakreditasi Baik Sekali"

SK. No. 0039/LAM-PTKes/Akr/Dip/I/2022

Alamat : JL. K.H. Achmad Dahlan No. 25 Telp. & Fax : (0354) 771495 Kediri  
Website: [www.keperawatan.fik.unpkediri.ac.id](http://www.keperawatan.fik.unpkediri.ac.id) email: [keperawatan.fik@unpkediri.ac.id](mailto:keperawatan.fik@unpkediri.ac.id)

Nomor : 096/F1/DIII-Kep/UN-PGRI/Kd/VII/2023  
Lampiran : Proposal KTI  
Perihal : **Permohonan Ijin Penelitian**

Kepada Yth.  
Kepala Kantor Bakesbangpol Kabupaten Nganjuk

di-  
Kediri

Dengan hormat,  
Sehubungan dengan rencana penyusunan Karya Tulis Ilmiah bagi Mahasiswa Prodi D.III Keperawatan FIKS Universitas Nusantara PGRI Kediri Tahun Akademik 2022/2023.

Dengan ini kami mohon sekiranya mahasiswa yang tersebut di bawah ini diijinkan untuk melakukan Penelitian di Puskesmas Rejoso Kabupaten Nganjuk Adapun nama mahasiswa tersebut adalah:

Nama Mahasiswa : Devi Alfianita  
NPM : 2025050002  
Judul karya Tulis Ilmiah : Penerapan Terapi Relaksasi Benson dengan Aroma Terapi Lavender untuk Menurunkan Tingkat Nyeri Pada Anggota Keluarga Yang Mengalami Masalah Nyeri dengan Rheumatoid Arthritis Di Desa Wengkal Kecamatan Rejoso Kabupaten Nganjuk

Demikian permohonan ini kami sampaikan, atas perhatian dan kerjasama yang baik kami ucapkan terima kasih.

Kediri, 07 Juli 2023  
Kepala Prodi Keperawatan,  
  
Muhammad Mudzakkir, M.Kep



PEMERINTAH KABUPATEN NGANJUK  
**BADAN KESATUAN BANGSA DAN POLITIK**

Jl. Supriyadi No. 5 Nganjuk 64412  
Telp/Fax (0358) 328079 e-mail: bakesbangpol@nganjuk.go.id  
Web : kesbangpol.nganjukkab.go.id

Kepada  
Yth. Sdr. Kepala Desa Wengkal  
Kecamatan Rejoso  
di  
NGANJUK

**REKOMENDASI PENELITIAN**

Nomor : 072/ 347 /411.405/2023

- Memperhatikan :
1. Peraturan Menteri Dalam Negeri Nomor 20 Tahun 2011 tentang Pedoman Penelitian dan Pengembangan di Lingkungan Kementerian Dalam Negeri dan Pemerintah Daerah ;
  2. Peraturan Menteri Dalam Negeri Nomor 7 Tahun 2014 tentang Perubahan atas Peraturan Menteri Dalam Negeri Nomor 64 Tahun 2011 tentang Pedoman Penerbitan Rekomendasi Penelitian.
  3. Surat dari Ketua Prodi Keperawatan Fakultas Ilmu Kesehatan dan Sains Universitas Nusantara PGRI Kediri tanggal 07 Juli 2023 Nomor : 087/F1/DIII-Kep/UN-PGRI/Kd/VII/2023 Hal : Permohonan Ijin Penelitian

Dengan ini menyatakan memberikan Rekomendasi kepada :

Nama : DEVI ALFIANITA  
Status : Mahasiswi Program Studi Keperawatan Fakultas Ilmu Kesehatan dan Sains Universitas Nusantara PGRI Kediri  
Alamat : Jl. K.h Achmad Dahlan No. 76 Kediri  
Untuk Keperluan : Penelitian  
Judul/Tema : "PENERAPAN TERAPI RELAKSASI BENSON UNTUK MENURUNKAN TINGKAT NYERI PADA ANGGOTA KELUARGA YANG MENGALAMI MASALAH NYERI DENGAN DIAGNOSA MEDIS RHEUMATOID ARTHRITIS DI DESA WENGKAL KECAMATAN REJOSO KABUPATEN NGANJUK"  
Lama Kegiatan : Juli 2023  
Pengikut dalam Kegiatan : -

**DENGAN KETENTUAN SEBAGAI BERIKUT :**

1. Mentaati ketentuan-ketentuan yang berlaku dalam Daerah Hukum Pemerintah Kabupaten Nganjuk;
2. Menjaga tata tertib, mematuhi Protokol Kesehatan (memakai masker, jaga jarak dan cuci tangan pakai sabun dengan air mengalir) keamanan, kesopanan, dan kesucian serta menghindari dari perbuatan, pernyataan, baik lisan, tulisan maupun lukisan yang dapat melukai dan menyinggung perasaan atau menghina Agama, Bangsa dan Negara, maupun penduduk setempat ;
3. Kegiatan yang dilaksanakan harus sesuai dengan rencana / proposal yang telah diajukan ;
4. Tidak diperkenankan menjalankan kegiatan-kegiatan diluar ketentuan-ketentuan yang telah ditetapkan oleh Dinas/Badan/Kantor/Instansi lokasi Kegiatan ;
5. Setelah berakhirnya kegiatan, pemegang surat rekomendasi ini wajib melapor kepada Pejabat Dinas/Badan/Kantor/Instansi lokasi Kegiatan ;
6. Setelah selesai melaksanakan kegiatan, wajib memberikan laporannya kepada Bupati Nganjuk tentang hasil kegiatan maupun temuan-temuan yang ada didalamnya, melalui Kantor Kesatuan Bangsa dan Politik Kabupaten Nganjuk ;
7. Surat Rekomendasi ini akan dicabut dan dinyatakan tidak berlaku lagi apabila ternyata pemegang surat Rekomendasi ini tidak memenuhi ketentuan sebagaimana tersebut diatas.

Nganjuk, 12 Juli 2023  
KEPALA BADAN  
KESATUAN BANGSA DAN POLITIK  
KABUPATEN NGANJUK



IMAM ASHARI, S.Sos.  
Pembina Utama Muda  
NIP. 19670614 198902 1 002

Tembusan disampaikan Kpd Yth.:

1. Bupati Nganjuk (sebagai laporan)
2. Kepala Bappeda Kabupaten Nganjuk
3. Kepala Dinas Kesehatan Kabupaten Nganjuk
4. Camat Rejoso
5. Yang Bersangkutan



PEMERINTAH KABUPATEN NGANJUK  
KECAMATAN REJOSO  
DESA WENGKAL

Jalan Pahlawan No : 09 Rejoso 64453

**REKOMENDASI/IJIN PENELITIAN**

Nomor : /20 /411.516/2020/2023

Menindaklanjuti permohonan ijin penelitian dalam rangka pelaksanaan kegiatan Penusunan Karya Tulis Ilmiah ( Study Kasus ) Pada tanggal 7 Juli 2023 s/d 9 Juli 2023

**MEMBERIKAN IZIN**

Untuk Melaksanakan kegiatan Penusunan Karya Tulis Ilmiah ( Study Kasus ) Mahasiswa Prodi D3 Keperawatan Universitas Nusantara PGRI Kediri Dengan data sebagai Berikut :

Nama : DEFI ALFIANITA  
NPM : 2025050002  
Judul Karya Tulis : Penerapan Terapi Releksasi Benson dengan aroma terapi Lavender untuk menurunkan tingkat nyeri pada anggota keluarga yang mengalami masalah nyeri dengan diagnosa medis rheumatoid arthritis di Desa wengkal Kecamatan Rejoso Kabupaten Nganjuk.  
Pelaksanaan : 7 Juli 2023 s/d 9 Juli 2023  
Tempat : Desa wengkal, Kecamatan Rejoso, Kabupaten Nganjuk.

Demikian surat izin kami buat untuk di ikuti atau dilaksanakan sebagai mana mestinya.

Wengkal, 17 Juli 2023  
Kepala Desa wengkal.

  
**CATUR TOTOK WINARKO, SE**

**LEMBAR OBSERVASI TINGKAT NYERI  
PADA PENDERITA RHEUMATOID ARTHRITIS**

**A. IDENTITAS RESPONDEN**

Nama :  
Jenis Kelamin :  
Umur :  
Pendidikan :  
Pekerjaan :  
Alamat :

Tanggal Observasi :

	<b>Uraian</b>	<b>Skala Nyeri</b>	<b>Tindakan</b>
<b>Sebelum</b>	Tingkat Nyeri		
<b>Sesudah</b>	Tingkat Nyeri		

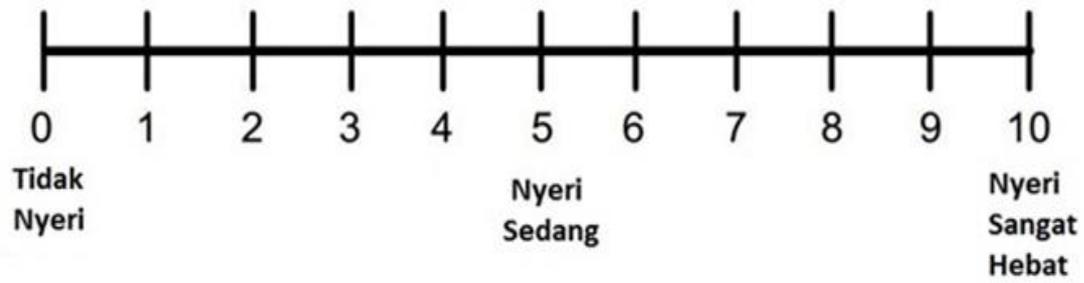
Tanggal Observasi :

	<b>Uraian</b>	<b>Skala Nyeri</b>	<b>Tindakan</b>
<b>Sebelum</b>	Tingkat Nyeri		
<b>Sesudah</b>	Tingkat Nyeri		

Tanggal Observasi :

	<b>Uraian</b>	<b>Skala Nyeri</b>	<b>Tindakan</b>
<b>Sebelum</b>	Tingkat Nyeri		
<b>Sesudah</b>	Tingkat Nyeri		

Lampiran 4 Alat Ukur Skala Nyeri



Keterangan : 0 : Tidak Nyeri

1-3 : Nyeri Ringan

4-6 : Nyeri Sedang

7-10 : Nyeri Berat

**STANDAR OPERASIONAL PROSEDUR (SOP)**

**TERAPI RELAKSASI BENSON DENGAN AROMATERAPI LAVENDER**

Berikut teknik terapi relaksasi benson dengan aromaterapi lavender :

No	Uraian	Ya	Tidak
<b>Persiapan</b>			
1.	Posisikan pasien pada posisi duduk yang paling nyaman atau semifowler		
2.	Mendekatkan peralatan inhalasi ke bad pasien		
3.	Mengisi gelas dengan air panas dan teteskan 4-5 tetes minyak esensial kedalam gelas yang berisi air panas 300ml		
4.	Intruksikan pasien memejamkan mata		
5.	Intruksikan pada pasien agar menarik nafas dalam lewat mulut disertai dengan mengucapkan doa atau kata-kata yang sudah dipilih		
6.	Intruksikan pasien agar tenang dan mengendorkan otot-otot tubuh dari ujung kaki sampai dengan otot wajah dan rasakan rileks		
7.	Intruksikan pasien untuk membuang pikiran negative, dan tetap fokus pada nafas dalam dan doa atau kata-kata yang diucapkan dengan menghirup aroma yang dihidupkan dari inhalasi		
8	Lakukan selama kurang lebih 10 menit		
9	Intruksikan pasien untuk mengakhiri relaksasi dengan tetap menutup mata selama 2 menit, lalu membukanya dengan perlahan.		
10	Setelah itu bersihkan mulut dan hidung dengan tissue		

**LEMBAR PERSETUJUAN**

**(INFORMED CONSENT)**

Saya yang telah bertanda tangan di bawah ini.

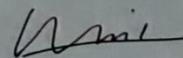
Nama : Tn. W  
Umur : 54  
Alamat : Dsn. purnukan

Dengan ini menyatakan bahwa saya telah memahami penjelasan segala sesuatu mengenai penelitian berjudul **“Penerapan Terapi Relaksasi Benson Dengan Aromaterapi Lavender Untuk Menurunkan Tingkat Nyeri Pada Anggota Keluarga Yang Mengalami Masalah Nyeri Dengan Rheumatoid Arthritis Di Desa Wengkal Kecamatan Rejoso Kabupaten Nganjuk ”** dan saya bersedia untuk ikut berpartisipasi dalam penelitian ini dengan penuh kesadaran dan tanpa paksaan dari siapapun dengan kondisi :

- a. Data yang diperoleh dari penelitian ini akan dijaga kerahasiaannya dan hanya dipergunakan untuk kepentingan ilmiah.
- b. Apabila saya menginginkan, saya dapat memutuskan untuk tidak berpartisipasi lagi dalam penelitian ini tanpa harus menyampaikan alasan apapun.

Kediri, 7 Juli 2023

Yang menyetujui



LEMBAR PERSETUJUAN

(INFORMED CONSENT)

Saya yang telah bertanda tangan di bawah ini.

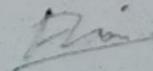
Nama : Ny. P  
Umur : 56  
Alamat : Ps Wengkal

Dengan ini menyatakan bahwa saya telah memahami penjelasan segala sesuatu mengenai penelitian berjudul "**Penerapan Terapi Relaksasi Benson Dengan Aromaterapi Lavender Untuk Menurunkan Tingkat Nyeri Pada Anggota Keluarga Yang Mengalami Masalah Nyeri Dengan Rheumatoid Arthritis Di Desa Wengkal Kecamatan Rejoso Kabupaten Nganjuk**" dan saya bersedia untuk ikut berpartisipasi dalam penelitian ini dengan penuh kesadaran dan tanpa paksaan dari siapapun dengan kondisi :

- a. Data yang diperoleh dari penelitian ini akan dijaga kerahasiaannya dan hanya dipergunakan untuk kepentingan ilmiah.
- b. Apabila saya menginginkan, saya dapat memutuskan untuk tidak berpartisipasi lagi dalam penelitian ini tanpa harus menyampaikan alasan apapun.

Kediri, 7 Juli 2022

Yang menyetujui



Lampiran 7 Dokumentasi Penelitian





PERSETUJUAN BAU :

## BERITA ACARA KEMAJUAN PEMBIMBINGAN PENULISAN KARYA TULIS ILMIAH

1. NAMA MAHASISWA : DEVI ALFIANITA  
 NPM : 2025050002  
 Fak/Jur/Prodi : FIKS / D-III KEPERAWATAN  
 Alamat Rumah : Des. WENGKAL, Kec. Rejoslo, Kab. Nganjuk  
 Alamat email : devialfanita@gmail.com  
 No. Telp. / HP : 0896-8534-8142
2. DOSEN PEMBIMBING I : Dhiani Ika Priharanto, S.KM, M.KM  
 Alamat Rumah : Per. Jl. Wahyu Asri VIX No. A 76, Tambak Ajih, Ngaliyan, Semarang  
 Alamat email : \_\_\_\_\_  
 No. Telp. / HP : 0856-4010-0586
3. DOSEN PEMBIMBING II : Norma Rusnasari, S.Kep.Ns., M. Kes  
 Alamat Rumah : Perum Puri Permata Blok A 30, Tubungagung  
 Alamat email : NormaRusnasari@unpkediri.ac.id  
 No. Telp. / HP : 0821-4066-3460
4. JUDUL KTI : \_\_\_\_\_  
PENERAPAN TERAPI RELAKSASI BENSON DENGAN AROMATERAPI LAVENDER  
UNTUK MEMURUNKAN TINGKAT NYERI PADA ANGGOTA KELUARGA YANG MENGALAMI  
MASALAH NYERI DENGAN RHEUMATOID ARTHRITIS DI DESA WENGKAL  
KECAMATAN REJOSLO KABUPATEN NGANJUK

Catatan :

1. Periode Bimbingan (Sesuai SK Rektor) : Semester Genap TA. 2022/2023  
 2. Jadwal Bimbingan : \_\_\_\_\_

	Hari	Pukul	Tempat / Ruang
Pembimbing I	Rabu	09.00 - 11.00	Daring
	Kamis	10.00 - 11.30	Ruang Dosen
	Jumat	09.00 - 10.30	Daring
Pembimbing II	<del>Selasa</del>	10.00 - 11.00	Ruang Dosen
	Selasa	10.30 - 11.30	Ruang Dosen
	Rabu	09.00 - 10.00	Ruang Dosen

3. Kemajuan Bimbingan : \_\_\_\_\_

Pembimbing I

NO.	TANGGAL	MATERI	MASALAH	TT. DOSEN
1.	31.01.2023	Konsul Judul	Mencari judul yang relevan	Duula
2	29.04.2023	Bab I	Kurangnya data pada justifikasi	Duula
3	06.05.2023	Bab I	Rumusan masalah serta tujuan	Duula
4	10.05.2023	Bab I	Kronologi pada pendahuluan	Duula
5	12.05.2023	Bab II	penatalaksanaan nyeri	Duula
6	15.05.2023	Bab II	Pengukuran Tingkat Nyeri	Duula
7	16.05.2023	Bab III	Subjektif penelitian	Duula
8	19.05.2023	Bab III	Definisi operasional	Duula
9	23.05.2023	Bab III	pengumpulan data	Duula
10	26.06.2023	Bab IV & V	pembahasan ditambah teori atau bukti perbedaan penentang & pendukung	Duula
11	27.05.2023	Bab III	Tambahkan kriteria subjek	Duula
12	07.07.2023	Bab V	Saran ditambah	Duula
13	10.07.2023	Bab IV	Penjelasan di diagram di tambah	Duula
14	15.07.2023	Bab I - V	ACC Ujian Sidang	Duula

Pembimbing II

NO.	TANGGAL	MATERI	MASALAH	TT. DOSEN
1	07.07.2023	Bab I & II	Justifikasi dan ket. penelitian	[Signature]
2	10.07.2023	Bab IV & V	Diagram, dan tabel, R. penyakit data	[Signature]
3.	13.07.2023	Bab I & II	Sistematisasi penulisan Bab I - II	[Signature]
4	13.07.2023	Bab II	perbaiki pathway	[Signature]
5	13.07.2023	Bab I	fakta pengantar	[Signature]
6	13.07.2023	Bab I & II	penomoran	[Signature]
7.	13.07.2023	Bab III	fokus studi	[Signature]
8.	13.07.2023	Bab III	Definisi operasional	[Signature]
9.	13.07.2023	Daftar Pustaka	Daftar pustaka dimasukkkan semua	[Signature]
10	13.07.2023	lampiran	lampiran diberi nomor	[Signature]
11	13.07.2023	Bab V	Saran disamakan	[Signature]
12	13.07.2023	Bab IV	subyek studi kasus di tambah penjelasan kondisi klien	[Signature]
13.	13.07.2023	Daftar Isi	Daftar isi ada yang belum dimasukkan	[Signature]
14	14.07.2023	Bab I - V	ACC Ujian Sidang	[Signature]

Mengetahui,  
Kaprosdi

  
Muhammad Mudzakir, M. Kep  
NIDN 0704037207

Kediri, 18 Agustus 2023  
Mahasiswa Ybs.

  
Devi Alfanita  
NPM. 2015050008