

APLIKASI TERAPI RELAKSASI BENSON TERHADAP NYERI PADA PASIEN DENGAN POST LAPARATOMI *NEOPLASM OVARIUM KISTIK*

Aurel Melinia¹, Mutia Nadra Maulida²

^{1, 2}Universitas Sriwijaya, Sumatera Selatan, Indonesia
meliniaurel@gmail.com

ABSTRACT

Background: *On the female reproductive period, NOK disease is most often found. Neoplasm Ovarium Kistik (NOK) can be surgically removed by laparotomy. Laparotomy is a surgery that causes severe pain intensity on postoperative patients. Nursing interventions that can be done to reduce postoperative pain are benson relaxation therapy. This study was aimed to apply the nursing care process in post Neoplasm Ovarium Kistik (NOK) surgery. Method:* This study used a qualitative descriptive method with a case study approach in Neoplasm Ovarium Kistik (NOK) postoperative patients. **Results:** *There were seven nursing problems in postoperative Neoplasm Ovarium Kistik (NOK) and the main nursing problem is pain. Non-pharmacological treatments that can be given to reduce pain are benson relaxation therapy and the results showed that pain has decreased by 4-5 scales. Conclusion:* Benson relaxation therapy is effective in reducing pain both subjective and objective symptoms experienced by patients.

Keywords : *Neoplasm Ovarium Kistik (NOK, Pain, Postoperative, Benson Therapy*

ABSTRAK

Latar belakang: Di masa reproduksi perempuan penyakit NOK (*Neoplasma ovarium Kistik*) paling sering ditemukan. Laparotomi merupakan salah satu jenis operasi yang menimbulkan intensitas nyeri pasca bedah yang berat. Intervensi keperawatan yang dapat dilakukan untuk mneurangi nyeri post operasi yaitu terapi relaksasi benson. Penelitian ini bertujuan untuk menerapkan asuhan keperawatan pada pasien post operasi *Neoplasma ovarium Kistik (NOK)* dengan aplikasi terapi relaksasi benson. **Metode:** Metode yang digunakan adalah penelitian kualitatif dengan pendekatan studi kasus terhadap 3 pasien post operasi *Neoplasma ovarium Kistik (NOK)*. **Hasil:** Terdapat tujuh masalah keperawatan yang ditegakkan pada pasien post operasi *Neoplasma ovarium Kistik (NOK)* dan didapatkan masalah keperawatan utamanya yaitu nyeri akut. Intervensi non farmakologi yang dapat diberikan untuk mengurangi nyeri yaitu terapi relaksasi benson dan didapatkan hasil nyeri menurun sebanyak 4-5 skala. **Kesimpulan:** Terapi relaksasi benson efektif dalam menurunkan nyeri baik tanda gejala subjektif maupun objektif yang dialami pasien.

Kata Kunci : *Neoplasma ovarium Kistik (NOK), Nyeri, Post Operasi, Terapi Benson*

PENDAHULUAN

NOK (*Neoplasma ovarium Kistik*) merupakan penyakit/gangguan yang terjadi pada perempuan yaitu tepatnya pada organ reproduksi. NOK (*Neoplasma ovarium Kistik*) merupakan tumor berbentuk seperti kantung berisikan cairan. Cairan yang terkumpul dibungkus oleh selaput yang terbentuk dari lapisan terluar ovarium (Mulyanto dan Yanti, 2020). WHO (2019), di Nepal menunjukkan angka kejadian kista ovarium sekitar 90,5% sedangkan angka kejadian kista ovarium di Kathmandu Amerika Serikat memperlihatkan angkanya mencapai 21.980 kasus pada tahun 2014. Pada tahun 2019 di Indonesia kista ovarium mencapai angka sebanyak 23.400 orang dan 13.900 orang penderitanya meninggal. Sekitar angka 7% dari jumlah seluruh perempuan dan sebanyak 85% bersifat jinak (Kurniawaty, 2019).

Mahasiswa profesi Ners melakukan observasi selama praktik pada departemen maternitas didapatkan hasil bahwa setiap bulannya terhitung sebanyak 10 hingga 15 kasus ginekologi yaitu NOK (*Neoplasma ovarium Kistik*) di Ruang Enim Lantai 2 RSUP Dr. Mohammad Hoesin

Palembang yang sedang menjalani pengobatan rawat inap maupun rencana untuk tindakan laparotomi.

Pada wanita usia subur penyakit NOK (*Neoplasma ovarium Kistik*) bisa menimbulkan kematian dan penyakit ini juga membutuhkan penatalaksanaan yang tepat agar mengurangi gejala serta meningkatkan kepercayaan diri pasien terutama kualitas hidup perempuan sebagai penderitanya (Pritts et al., 2015). Penanganan konservatif dan operatif dapat dilakukan sebagai upaya penatalaksanaan NOK (*Neoplasma ovarium Kistik*). Laparotomi didefinisikan sebagai suatu tindakan operatif yang dapat menimbulkan suatu keadaan nyeri berat pasca bedah (Coccolini et al., 2022; dalam Bintari, 2022). Terapi relaksasi benson merupakan terapi yang dipilih oleh penulis dalam menurunkan intensitas nyeri yang dirasakan oleh penderita NOK (*Neoplasma ovarium Kistik*). Melalui pemberian terapi non farmakologi benson perawat mengharapkan nyeri yang pasien rasakan menurun serta mampu memberi penguatan kepada pasien bahwa seluruh cobaan penyakit dan nyeri yang mereka rasakan diberikan oleh Tuhan sebagai bentuk ujian kepada hambanya serta diharapkan nyeri tidak menimbulkan dampak buruk pada status hemodinamik pasien, lamanya kesembuhan luka dan perasaan nyaman pasien (Tri & Siti, 2015)

Terapi relaksasi benson adalah terapi yang menggabungkan antara teknik relaksasi dengan *faith factor* atau kepercayaan/spiritual individu. Terapi relaksasi benson memfokuskan relaksasi digabungkan pengucapan kata yang di yakini dengan ritme yang teratur serta dilakukan sikap tenang dan pasrah. Terdapat empat faktor yang menentukan keberhasilan teknik relaksasi benson antara lain yaitu pertama lingkungan pasien aman/tenang, kedua pasien dengan sadar mampu merilekskan otot-ototnya, ketiga pasien mampu memfokuskan dirinya dalam kurung waktu 10-15 menit di ikuti pengucapan kata keyakinan yang telah dipilih dan keempat pasien mampu melakukan sikap pasif terhadap pikiran-pikiran yang sekiranya dapat mendistraksi atau mengganggu (Solehati & Rustina, 2015).

Berdasarkan uraian diatas, penulis melakukan studi kasus aplikasi terapi relaksasi benson terhadap nyeri pada pasien post laparotomi *Neoplasma ovarium Kistik* (NOK) di Ruang Enim lantai 2 RSUP Dr. Mohammad Hoesin Palembang.

METODE

Jenis penelitian ini adalah deskriptif untuk mengeksplorasi masalah Implementasi Keperawatan Aplikasi Terapi Relaksasi Benson Terhadap Nyeri Pada Pasien Post Laparotomi *Neoplasma ovarium Kistik* (NOK) di Ruang Enim Lantai 2 RSUP Dr. Mohammad Hoesin Palembang. Pendekatan yang digunakan adalah pendekatan asuhan keperawatan yang meliputi pengkajian, diagnosa keperawatan, perencanaan, pelaksanaan dan evaluasi keperawatan. Subjek yang digunakan dalam studi kasus keperawatan ialah pasien dengan post laparotomi NOK yang mengalami nyeri.

Adapun subjek yang diteliti berjumlah 3 orang pasien yakni Pasien 1 (Ny. SF) yang berusia 19 tahun, Pasien 2 (Ny. L) yang berusia 54 tahun dan Pasien 3 (Ny.N) yang berusia 67 tahun, dengan tujuan untuk mendeskripsikan nyeri post laparotomi NOK serta implementasi keperawatan terapi relaksasi benson untuk mengurangi nyeri post laparotomi NOK. Asuhan keperawatan dilakukan pada ketiga pasien kelolaan di Ruang Enim Lantai 2 RSUP Dr. Mohammad Hoesin Kota Palembang.

Asuhan ini dilakukan dimulai dari kegiatan analisis teori, penulis melakukan analisis PICO dengan jumlah 10 jurnal sebagai referensi, setelah itu penulis menyusun format pengkajian yang telah ditetapkan pada departemen keperawatan maternitas sebagai alat pengkajian. Menyusun rencana intervensi dan implementasi serta evaluasi sejalan dengan masalah-masalah yang ada pada pasien dengan nyeri post laparotomi NOK. Diagnosis keperawatan menggunakan buku panduan SDKI, tujuan dan kriteria hasil berdasarkan panduan SLKI serta rencana keperawatan dan implemmentasi berdasarkan panduan SIKI. Penulis melakukan aplikasi asuhan keperawatan dari mulai pasien masuk ke ruangan rawat inap hingga pasien pulang. Melakukan penilaian keefektifan terapi relaksasi benson pada pasien dengan nyeri post laparotomi NOK menggunakan terapi relaksasi benson.

HASIL

Setelah memberikan asuhan keperawatan pada pasien post laparatomi NOK yang mengalami nyeri pada ketiga pasien kelolaan. Proses keperawatan mulai dari pengkajian, perencanaan, implementasi dan evaluasi keperawatan.

Pengkajian

Kasus 1 (Ny. SF)

Pengkajian dilakukan tanggal 19 Mei 2023 pukul 10.00 wib. Ny. SF berusia 19 tahun dan merupakan seorang IRT. Ny. SF usia 19 tahun post operasi laparatomi *Neoplasma ovarium kistik* (NOK) pada tanggal 20 Mei 2023. Pasien mengeluh nyeri setelah operasi laparatomi NOK, pasien mengatakan nyeri timbul karena luka operasi, nyeri timbul terus-menerus, nyeri skala 7 dan nyeri seperti ditusuk serta nyeri dirasakan di bagian abdomen bawah. Pasien meringis dan gelisah sambil memegang perutnya. Pasien juga mengeluh sulit tidur setelah operasi, pasien mengatakan kepalanya sedikit pusing karena sulit tidur dan nyeri di bagian perut bawah. Pasien belum mampu bergerak seperti duduk dan takut melakukan gerakan miring kiri dan miring kanan karena masih merasa sangat nyeri. TD : 127/85 mmHg, N : 85 x/menit, RR : 18 x/menit dan T : 36,5°C.

Kasus 2 (Ny.L)

Pengkajian dilakukan tanggal 20 Mei 2023 pukul 20.00 WIB. Ny. L usia 54 tahun post operasi *Neoplasma ovarium kistik* (NOK) pada tanggal 22 Mei 2023. Pasien mengeluh nyeri dibagian luka operasi. Pasien mengatakan badannya lemas, pasien mengatakan juga dirinya takut dan cemas karena badannya terasa lemas setelah operasi. Ny. L mengatakan nyeri pada abdomen bawah, nyeri skala 8, nyeri terus menerus dan kualitasnya seperti disayat pisau serta pedih, nyeri semakin bertambah apabila Ny.L bergerak. Ny. L tampak gelisah sambil memegang perutnya. TD : 100/61 mmHg, N : 95 x/menit, T : 36,5°C, dan RR : 20 x/menit. Pasien mengatakan dirinya cemas karena dirinya merasa lemas setelah selesai menjalankan operasi. Pasien takut kadar Hb nya yang turun dan kembali melakukan transfusi darah. Hb pasien : 8,8 g/dL.

Kasus 3 (Ny.N)

Pengkajian dilakukan pada tanggal 21 Mei 2023 pukul 10.00 WIB. Ny. N usia 67 tahun post operasi *Neoplasma ovarium kistik* (NOK) pada tanggal 24 Mei 2023. Pasien mengeluh nyeri di bagian luka operasi yaitu pada abdomen bawah. Nyeri dirasakan Ny.N semakin berat ketika Ny.N bergerak dari tempat tidur. Nyeri seperti disayat oleh benda tajam dan sangat pedih. Skala nyeri dikaji dengan NRS yaitu skala 7, nyeri dirasakan terus menerus. Ny. N sudah mulai gejala mobilisasi seperti miring kiri miring kanan namun masih terasa sangat nyeri. TD : 140/90 mmHg, N : 102 x/menit, RR : 20 x/menit dan T : 36,3°C. Pasien mengatakan sekarang sudah merasa tenang dan lega karena operasinya berjalan dengan lancar. Pasien berharap dirinya akan segera pulih pasca operasi. Pemeriksaan Lab pasien Hb : 9,7 g/dL.

Diagnosa Keperawatan

Tabel 1. Diagnosa Keperawatan

No	Masalah Keperawatan	Ny. SF	Ny. L	Ny. N
1.	Nyeri Akut	√	√	√
2.	Gangguan Pola Tidur	√		
3.	Ansietas		√	
4.	Kesiapan Peningkatan Pengetahuan	√		
5.	Risiko Infeksi	√	√	√
6.	Risiko Jatuh	√	√	√
7.	Gangguan Integritas Kulit	√	√	√

Intervensi Keperawatan

Penulisan intervensi keperawatan mengikuti Standar Intervensi Keperawatan Indonesia (SIKI, 2018). Intervensi keperawatan pada studi kasus ini berfokus pada nyeri post laparatomi NOK yang memiliki tujuan setelah dilakukan tindakan keperawatan diharapkan klien dapat beradaptasi dengan nyeri dengan kriteria hasil berdasarkan SLKI: meliputi pasien menunjukkan penurunan nyeri dengan kriteria keluhan nyeri menurun dilihat dari skala nyeri menjadi ringan, tekanan darah membaik <140/90 mmHg, sulit tidur menurun, pasien tidak meringis dan gelisah serta frekuensi nadi membaik 60-100 x/menit.

Implementasi Keperawatan

Implementasi keperawatan dilakukan dengan cara mengidentifikasi lokasi, karakteristik, durasi, kualitas, intensitas dan skala nyeri menggunakan metode penilaian nyeri PQRST, skala nyeri diidentifikasi menggunakan skala NRS dengan skala 0-10, mengidentifikasi faktor yang memperberat nyeri, mengukur tanda-tanda vital, memposisikan pasien ke posisi yang nyaman, melakukan pemberian teknik non farmakologis untuk mengurangi nyeri menggunakan terapi relaksasi benson. Pasien diberikan terapi relaksasi benson selama 10 menit, Terapi relaksasi benson pada hari pertama diberikan pada 24 Jam post operasi dan hari selanjutnya diberikan sebelum pemberian analgesik, melakukan pengukuran skala nyeri kembali dan berkolaborasi pemberian analgesik.

Evaluasi Keperawatan

Selesai dilakukan implementasi manajemen nyeri relaksasi benson, seluruh pasien kelolaan yang berjumlah tiga orang dilakukan evaluasi dan hasilnya ditemukan adanya nyeri yang menurun hingga 4 sampai dengan 5 skala. Hari pertama terapi diberikan nyeri menurun hingga 2 sampai 3 skala, sedangkan dihari ketiga penurunan nyeri menurun 1 skala. Secara objektif juga ada hasil yang memperlihatkan perubahan dimana sebelum diberi terapi benson nadi dan tekanan darah pasien tinggi setelah diberikan terapi nadi dan tekanan darah normal, pasien juga tidak gelisah dan tidak menunjukkan raut wajah meringis. Hal ini menunjukkan bahwa terapi relaksasi benson efektif dalam menurunkan skala nyeri yang dirasakan oleh pasien.

PEMBAHASAN

Nyeri merupakan manifestasi klinis yang paling dikeluhkan oleh ketiga pasien kelolaan sesuai dengan hasil yang dilakukan saat mengkaji. Suatu proses operasi dapat menimbulkan sensasi tidak nyaman dan trauma. Salah satu yang sering dikeluhkan klien adalah nyeri. Hal ini juga selaras dengan apa yang dirasakan oleh pasien yaitu nyeri pada area perut bawah tepatnya lokasi pembedahan. Pasien mengatakan bahwa nyeri yang mereka rasakan seperti disayat dan ditusuk oleh benda yang tajam dengan skala yang berbeda namun masuk kategori berat.

Penulis mengukur nyeri yang dirasakan oleh ketiga pasien menggunakan metode NRS (*Numeric Rating Scale*) didapatkan hasil pasien mengatakan nyeri yang mereka rasakan pada skala 7 sampai dengan skala 8 yang diinterpretasikan nyeri berat dan nyeri akan semakin meningkat ketika mereka melakukan pergerakan. Data yang ditemukan saat mengkaji pasien juga dilengkapi dengan penilaian objektif dimana seluruh pasien kelolaan mengalami tekanan darah yang tinggi, nadi cepat dan didapatkan data objektif seluruh pasien juga terlihat tidak tenang/gelisah, bersikap *protect* dengan menjaga perutnya serta meringis kesakitan. Hal ini selaras dengan (Andarmoyo, 2013; dalam Bintari, 2022) yang mengatakan bahwa nyeri akan mengakibatkan saraf simpatis aktif sehingga pasien akan mengalami pernafasan cepat, tekanan darah diatas normal, takikardia, pupil berdilatasi

dan pasien juga akan mengungkapkan bahwa mereka tidak nyaman akibat nyeri, emosi tidak stabil, wajah mengerut kesakitan dan menangis.

Terdapat permasalahan lain pada pasien post pembedahan selain nyeri, dimana kerusakan integument pasien yang membuat pasien tidak mampu untuk beraktivitas juga menimbulkan kemampuan pasien menurun untuk melakukan *personal hygiene* seperti untuk membersihkan badan, menggunakan baju, BAK dan BAB dan harus dibantu oleh perawat maupun keluarga (Sulistiyowati & Handayani, 2012; dalam Bintari, 2022). Luka pembedahan juga bisa menyebabkan permasalahan yaitu infeksi. Hal ini sejalan dengan (Jitowiyono, 2010 dalam Renaldi, et al, 2020) Masuknya pathogen virus, bakteri maupun mikroorganisme lain memiliki potensial luka pembedahan mengalami infeksi.

Nyeri juga mempengaruhi mental atau psikologis pasien itu sendiri selain keluhan fisik, yaitu berupa ansietas setelah tindakan operatif selesai. Ansietas dirasakan oleh pasien kelolaan yaitu Ny.L, pasien merasa cemas karena tubuhnya terasa tidak berdaya dan tidak bertenaga. Ansietas dapat meningkat pada orang yang telah selesai operasi dengan anggapan bahwa operasi tidak menyembuhkan penyakitnya dan mengancam hidupnya.

Hasil pengkajian didapatkan masalah keperawatan yang dapat ditegakkan diantaranya nyeri akut, ansietas, gangguan pola tidur, risiko infeksi, risiko jatuh, gangguan integritas kulit dan kesiapan peningkatan pengetahuan. Masalah gangguan integritas kulit diangkat di hari ke 3 pasien selesai operasi, masalah ini ditegakkan didasari data objektif dan subjektif dari luka pasca operasi. Pemberian terapi benson digunakan sebagai intervensi non farmakologis untuk mengatasi permasalahan nyeri akut pada pasien post laparatomi NOK.

Terapi benson diaplikasikan kepada pasien dengan nyeri post laparatomi dengan waktu 10-15 menit. Pasien kelolaan menunjukkan hasil berarti terapi benson mengurangi nyeri yang di awalnya pada skala 7 dan 8, setelah post tindakan aplikasi terapi benson terdapat penurunan nyeri yaitu di skala 3. Pada saat pemberian terapi relaksasi benson penulis disinj mengkaji kesiapan pasien, memberikan penjelasan mengenai terapi relaksasi benson dan meminta pasien mempersiapkan satu kata yang diyakini. Dalam pemilihan kata yang diyakini, satu pasien memilih kata "astaghfirullahaladzim (istighfar), pasien kedua memilih kata "Ya Allah" dan pasien ketiga memilih kata "Ya Allah Ya Rabb". Sesuai dengan pernyataan (Novitasari & Aryana, 2014; dikutip Renaldi, et al., 2020) menerangkan terapi ini dilakukan dengan mengalihkan focus dengan pengucapan kata/frasa yang teratur, pengucapan kata juga harus dilakukan secara kontinyu.

Pemberian terapi relaksasi benson diaplikasikan kepada pasien untuk menurunkan nyeri sebanyak 1 kali setiap harinya. Saat memberikan terapi perawat juga harus mengetahui apakah pasien masih dalam pengaruh obat karenanya perawat harus memahami waktu paruh terapi antinyeri yang pasien dapat. Pasien kelolaan penulis dapat terapi anti nyeri yang beda-beda, hari pertama post operasi dan hari kedua post operasi seluruh pasien kelolaan sama mendapatkan terapi yaitu injeksi ketorolac dengan dosis 30 mg. Namun, dihari ketiga pasien kelolaan pertama Ny. SF juga pasien kelolaan kedua Ny.L mendapatkan terapi farmakologis oral yaitu Pct 500mg per 8 jam sedangkan pasien kelolaan ketiga Ny. N mendapat terapi asam mefenamat. Waktu paruh terapi obat ketorolac yaitu kurang lebih 5jam, Pct 2-4 jam dan asam mefenamat juga 2-4 jam (Norcahyanti, 2018; Prayitno & Ilmi, 2020).

Selesai dilakukan implementasi manajemen nyeri relaksasi benson, seluruh pasien kelolaan yang berjumlah tiga orang dilakukan evaluasi dan hasilnya ditemukan adanya nyeri yang menurun hingga 4 sampai dengan 5 skala. Secara objektif juga ada hasil yang memperlihatkan perubahan dimana sebelum diberi terapi benson nadi dan tekanan darah pasien tinggi setelah diberikan terapi nadi dan tekanan darah normal, pasien juga tidak gelisah dan tidak menunjukkan raut wajah meringis. Hal ini menunjukkan bahwa terapi relaksasi benson efektif dalam menurunkan skala nyeri yang dirasakan oleh pasien.

KESIMPULAN DAN SARAN

Keseluruhan pasien kelolaan mempunyai keluhan sama terutama nyeri. Ketiga pasien yang dikelola sama mempunyai masalah keperawatan diantaranya nyeri akut, gangguan integritas kulit, risiko infeksi dan risiko jatuh. Sedangkan masalah keperawatan yang beda anatara lain gangguan pola tidur, ansietas dan kesiapan peningkatan pengetahuan. Tindakan keperawatan dan implementasi yang diaplikasikan kepada ketiga pasien yang dikelola untuk membantu mengurangi nyeri dengan terapi non farmakologis relaksasi benson dengan waktu 10 menit. Pemberian terapi benson diberikan sebelum pasien mendapatkan terapi anti nyeri. Hasil evaluasi yang didapatkan terhadap 7 masalah keperawatan didapatkan 4 masalah teratasi dan 3 masalah teratasi sebagian.

Hasil evaluasi terhadap masalah keperawatan nyeri akut pada ketiga pasien kelolaan setelah diberikan terapi relaksasi benson didapatkan penurunan nyeri sebesar 4-5 skala selama 3 hari dilakukan terapi sehingga terapi relaksasi benson efektif dalam menurunkan nyeri post operasi laparotomi *Neoplasma ovarium kistik* (NOK).

DAFTAR PUSTAKA

- Agus, Renaldi., et al. (2020). Relaksasi Benson terhadap Tingkat Persepsi Nyeri pada Pasien Post Laparotomy di RSUD Nyi Ageng Serang. *Jurnal Keperawatan Vol.9, No. 1*, pp. 50 – 59 ISSN 1978-5755.
- Bintari, Azimah. (2022). Aplikasi Terapi Murattal Ar-Rahman Terhadap Nyeri Pada Pasien Dengan Post Operasi Mioma Uteri. Universitas Sriwijaya
- Kurniawati, Desy dan Hanifah Mirzanie. (2019). *Obgynacea*. Yogyakarta : Tosca Enterprise
- Mulyanto, A., & Fitri Yanti. (2020). Implementasi Case Based Reasoning Untuk Diagnosa Penyakit Kista Ovarium Dengan Metode Bayes Menggunakan Codeigniter Di Klinik Mutiara Sehat Bekasi. *Informatika SIMANTIK*, 5(1), 1–7.
- Prayitno, S., & Ilmi, A N. (2020). Uji Efek Analgetik Fraksinasi Ekstrak Etanol Batang Brotowali (*Tinospora crispa* L.) Terhadap Mencit (*Musmusculus*). *Fito Medicine: Journal Pharmacy and Sciences*, 11(2), 1-9.
- Pritts, E. A., Vanness, D. J., Berek, J. S., Parker, W., Feinberg, R., Feinberg, J., & Olive, D. L. (2015). *The Prevalence Of Occult Leiomyosarcoma At Surgery For Presumed Uterine Fibroids: A Meta-Analysis. Gynecological Surgery*, 12(3), 165-177.
- Solehati, T & Rustina, Y. (2015). *Benson Relaxation Technique in Reducing Pain Intensity in Women After Cesarean Section*, 5(3).
- Tim Pokja SDKI DPP PPNI. (2016). *Standar Diagnosis Keperawatan Indonesia*. Jakarta: DPP PPNI
- Tim Pokja SIKI DPP PPNI. (2018). *Standar Intervensi Keperawatan Indonesia*. Jakarta: DPP PPNI
- Tim Pokja SLKI DPP PPNI. (2018). *Standar Luaran Keperawatan Indonesia*. Jakarta: DPP PPNI
- Tri & Siti. (2015). Pengaruh Relaksasi Benson Terhadap Penurunan Skala Nyeri Dada Kiri Pada Pasien Acute Myocardial Infarc di RS Dr Moewardi Surakarta. *Jurnal Terpadu Ilmu Kesehatan, Volume 4, No 2, hlm 82-196*.