

# BAB\_I- V\_KTI\_RISKA\_PUTRI\_SYAM.docx

*by andi nabila fachruddin*

---

**Submission date:** 13-Jun-2024 07:16PM (UTC+0200)

**Submission ID:** 2401870601

**File name:** BAB\_I-V\_KTI\_RISKA\_PUTRI\_SYAM.docx (52.55K)

**Word count:** 6796

**Character count:** 41560

## PENDAHULUAN

## A. Latar Belakang

Salah satu proses melahirkan yang dipilih oleh perempuan ialah tindakan sectio caesarea, proses persalinan ini disertai dengan ada indikasi medis dan non medis. Tindakan sectio caesarea dilakukan dengan memotong jaringan kontinuitas pada irisan agar bayi dapat keluar dan bekas luka insisi ini akan meninggalkan rasa nyeri serta apabila obat anastesi telah habis nyeri akan bertambah (Apriliawati & Maryati, 2022).

World Health Organization (WHO), menyatakan bahwa sectio caesarea lebih banyak dilakukan dan berjumlah sekitaran 5-15%. Jumlah data (WHO) didalam *Global Survey On Maternal and Perinatal Health 2019* menyatakan bahwa jumlah banyaknya dilakukannya tindakan pembedahan section caesarea sebanyak 46,1% (Diniyati et al., 2022).

Riset Kesehatan Dasar (RISKESDAS 2018) didalam Indonesia memperlihatkan adanya prevalensi suatu kejadian proses melahirkan dengan cara tindakan Sectio Caesarea ialah 17,6%. Di daerah DKI Jakarta yang tertinggi (31,3%) dan prevalensi terendah pada kejadian partus tindakan sectio Caesarea di papua adalah (6,7%) (Anggraini & Utami, 2023).

Data dari wilayah Provinsi Sulawesi Selatan, telah tercatat di Dinas Kesehatan Kota Makassar tahun 2016, angka kejadian dari sectio caesarea adalah 323.629 kasus (Novianti & Mato, 2019).

Luka insisi dialami pada pasien post sectio caesarea, karena diakibatkan dari robekan terhadap jaringan dinding depan perut, saat proses pembedahan pengaruh dari efek anastesi epidural menyebabkan nyeri di punggung. Pasien operasi caesarea yang merasakan nyeri dapat memunculkan masalah lain, seperti saat melakukan mobilisasi

akan tidak merasa nyaman sebab intensitas nyeri yang dirasakan (Febiantri & Machmudah, 2021).

Intensitas nyeri sedang dan nyeri berat dapat terkendali secara efektif dengan diberikan perawatan farmakologis, Nyeri ialah kondisi tidak nyaman serta bersifat subjektif. Pemberian farmakologis tidak bertujuan untuk bisa meningkatkan kemampuan klien dengan mandiri mengontrol nyeri yang dirasakan. Sehingga membutuhkan kombinasi perawatan farmakologi agar dapat mengontrol dengan perawatan non farmakologis, perawatan ini lakukan agar proses pemulihan tidak berkepanjangan dan sensasi nyeri yang dirasakan bisa berkurang (Nur et al., 2023).

Terapi relaksasi benson adalah salah satu terapi yang digunakan agar dapat menurunkan nyeri. Relaksasi benson atau biasa disebut dengan teknik relaksasi pernafasan merupakan teknik yang biasanya dilakukan di rumah sakit dengan pasien yang merasakan cemas dan disertai nyeri. Teknik relaksasi benson ini mempunyai kelebihan yang mudah diterapkan serta tidak memiliki efek samping (Ayu et al., 2020).

Dari hasil studi Novita Febrianti dan Machmumah tahun 2021, dengan hasil terbuhtinya penurunan nyeri dengan pasien post section

caesarea yang menggunakan teknik terapi benson dan yang menunjukkan penurunan nyeri sedang ke nyeri ringan. Pada hari pertama, skala nyeri kasus pertama adalah 4, sedangkan pada kasus kedua adalah 5. Pada hari ketiga, skala nyeri kasus pertama menurun menjadi 2, sedangkan pada kasus kedua langsung menurun menjadi 3. Oleh karena itu, hasil studi kasus ini menunjukkan jika teknik relaksasi benson sangat efektif dalam menurunkan nyeri (Apriliawati & Maryati, 2022).

Berdasarkan latar belakang diatas, penulis tertarik untuk meneliti tentang "Pelaksanaan Terapi Teknik Relaksasi Benson Untuk Mengurangi Nyeri Pada Ibu Sectio Caesarea di "RS Khusus Daerah Ibu dan Anak Pertiwi makassar".

## B. Rumusan Masalah

Bagaimanakah gambaran pelaksanaan terapi teknik relaksasi benson untuk mengurangi nyeri pada ibu sectio caesarea di RSIA Pertiwi Makassar ?

## C. Tujuan Penelitian

Untuk mengetahui gambaran pelaksanaan terapi teknik relaksasi benson untuk mengurangi nyeri pada ibu sectio caesarea di RSIA Petiwi Makassar.

## D. Manfaat Penelitian

Adapun beberapa manfaat dilaksanakannya penelitian ini, yaitu :

### 1. Manfaat Teoritis

#### a. Terhadap Institusi

Dapat digunakan sebagai bahan referensi kedepannya bagi mahasiswa yang akan melakukan penelitian, khususnya bagi mahasiswa jurusan keperawatan Poltekkes Kemenkes Makassar.

#### b. Terhadap Peneliti

Sebagai pengembangan kemampuan, pengetahuan dan pengalaman terkait dengan penelitian khususnya mengenai pasien sectio caesarea dan penulisan karya ilmiah yang baik dan benar.

### 2. Manfaat Praktis

#### a. Terhadap Masyarakat

Sebagai edukasi kesehatan untuk meredakan nyeri sectio caesarea secara non farmakologi bila nanti nyeri kembali dirasakan diluar rumah sakit.

#### b. Terhadap Rumah Sakit

Sebagai bahan informasi dan wawasan pengetahuan baru bagi para pembaca

## TINJAUAN PUSTAKA

## A. Tinjauan Teori Sectio Caesarea

## 1. Definisi Sectio Caesarea

Sectio caesarea adalah prosedur medis yang dilakukan agar janin dari rahim bisa dikeluarkan melalui pembedahan, dengan membuat sayatan pada dinding perut dan dinding rahim. Proses ini memerlukan waktu sekitar enam minggu bagi organ reproduksi untuk kembali seperti kondisi sebelum kehamilan. Sectio caesarea sering dilakukan dalam situasi di mana persalinan pervaginam dapat membahayakan ibu atau bayi. Namun, ada juga kasus di mana pasien memilih untuk menjalani caesarea tanpa adanya indikasi medis yang jelas. World Health Organization menyarankan agar sectio caesarea hanya dilakukan jika ada alasan medis yang kuat (Dewi Pujiana, Yuniza, 2022).

## 2. Klasifikasi

Menurut Leniwita, H., & Anggraini, Y Berikut Jenis-Jenis Sectio Caesarea (Safitri, 2020).

## a. Sectio caesarea klasik atau corporal

Pembedahan dilaksanakan dengan melakukan pengirisan sepanjang 10 cm pada korpus uteri. Terdapat kelebihan dan kekurangan dari operasi sectio caesarea klasik.

## b. Sectio caesarea transperitoneal profunda

Proses operasi dilakukan dengan membuat sayatan terlintang pada bagian bawah uterus dengan Panjang sekitar 10 cm.

## c. Sectio caesarea ekstraperitoneal.

Pembedahan dikerjakan tanpa membuat sayatan pada peritoneum, dengan cara didorongkan lipatan peritoneum menuju di atas dan kandung kemih menuju ke

bawah atau menuju pada garis tengah, dan selanjutnya membuka rahim dengan melakukan insisi pada bagian bawahnya.

d. Sectio caesarea vagina

Proses pembedahan yang melewati dinding vagina anterior menuju masuk ke rongga rahim.

### 3. Etiologi

Tindakan pasca operasi caesarea diperlukan jika plasenta tumbuh rendah serta menutup setengah atau semua ostium uteri internum. Biasanya, plasenta tumbuh di dinding bagian depan, dinding bagian belakang rahim, serta fundus uteri (Safitri, 2020).

Keadaan tersebut dapat ditemukan pada :

- a. Multipara yaitu ibu melahirkan yang lebih dua kali, terutama jika jarak pada kehamilannya pendek.
- b. Usia lanjut
- c. Mioma uteri
- d. Bekas sectio caesarea
- e. Perubahan inflamasi atau atrofi (hilangnya jaringan otot)

### 4. Faktor Risiko

Beberapa faktor-faktor resiko (Kusumastuti, 2021).

- a. Risiko terhadap ibu, dalam jangka pendek termasuk hipotensi, mual, muntah, kejang, menggigil, dan gangguan pernapasan.
- b. Risiko terhadap ibu dalam jangka Panjang, komplikasi pada system saraf, hilangnya control untuk buang air kecil dan air besar, sakit bagian belakang tubuh, dan hilangnya sensasi bagian perineum (antara vagina & anus).

- c. Risiko terhadap bayi termasuk kekuatan dan kemampuan peregrakan tubuh yang kurang baik pada periode awal setelah lahir serta demam karena penurunan suhu tubuh.

## **5. Patofisiologi**

Sectio caesarea adalah prosedur persalinan buatan yang melibatkan sayatan terhadap dinding uterus, dan syarat bahwa rahim tetap utuh dan berat janin melebihi 500 gram. Alasan untuk melakukan tindakan pasca operasi caesarea termasuk kondisi di mana plasenta tumbuh rendah dan menutup setengah atau semua ostium uteri internum. Pada kasus plasenta previa, faktor risiko dapat mengenai umur ibu di bawah 20 tahunan atau di atas 35 tahunan, serta riwayat plasenta previa sebelumnya. Beberapa gangguan dalam waktu persalinan dapat berakibat bayi tidak bisa lahir dengan normal. Ini termasuk ketidak seimbangan antara ukuran kepala bayi dan panggungl ibu, posisi bayi yang tidak tepat seperti sungsang, preeklampsia, plasenta previa di mana sebagian mulut rahim tertutup oleh plasenta, persalinan yang berlangsung terlalu lama, keluarnya plasenta sebelum waktunya, pecahnya ketuban dan bayi belum keluar dalam 24 jam, serta kontraksi yang lemah. Dalam kasus-kasus ini, tindakan pembedahan melalui sectio caesarea mungkin diperlukan (Safitri, 2020).

## **6. Manifestasi Klinis**

Menurut Martowirjo dalam tanda & gejala terhadap pasien pada post Sectio Caesarea (IDAI, 2017) yaitu :

- a. Hilangnya darah pada waktu proses operasi 600-800 ml.
- b. Abdomen lunak & tidak ada distensi
- c. Terpasang kateter, urin jernih dan pucat
- d. Merasa tidak nyaman untuk menghadapi situasi yang baru

- e. Bising usus tidak ada
- f. Balutan pada perut terlihat sedikit bernoda
- g. Aliran lochia sedang, tidak ada pembekuan, kelebihan dan kebanyakan

## 7. Komplikasi Tindakan Sectio Caesarea

<sup>7</sup> Komplikasi persalinan sectio caesarea antara lain, (Hartati, 2021) yaitu ;

- a. Rasjidi menjelaskan bahwa komplikasi pertama dari persalinan dengan caesarea meliputi kerusakan pada <sup>7</sup> organ-organ seperti vesika urinaria dan rahim selama operasi, serta komplikasi yang saat persalinan dengan cara caesarea dari pada dengan cara persalinan pervaginam.
- b. Aksu, Kucuk, Duzgun, menyatakan bahwa komplikasi yang dapat timbul akibat tindakan sectio caesarea adalah thrombosis vena, yang dapat dipengaruhi oleh berbagai faktor seperti thrombophilia. American Collge of Obstetricians and Gynecologist (ACOG) telah membuat dua kategori risiko untuk pasien pasca operasi caesarea, yaitu risiko rendah dan risiko tinggi.
- c. Bonney dan Jenny, menjelaskan bahwa pasca operasi section caesarea, komplikasi yang dapat terjadi pada insisi segmen bagian bawah rahim meliputi:
  - 1. Berkurangnya sirkulasi darah pada bagian atas rahim yang dapat meningkatkan risiko robeknya membrane amnion, yang membungkus bayi di dalam rahim.
  - 2. Ileus & peritonitis
  - 3. Setelah operasi obstruksi
  - 4. Kelainan infeksi akibat mikroorganisme yang menyerang setelah operasi
- d. Leifer, menyatakan jika komplikasi terhadap ibu yang dilakukan sectio caesarea, <sup>7</sup> yaitu :
  - 1. Terjadi proses aspirasi
  - 2. Emboli pulmonal

3. Perdarahan
4. Infeksi urinaria
5. Injuri pada bladder
6. Infeksi pada luka operasi
7. Thrombophlebitis
8. Komplikasi yang berhubungan dengan efek anestesi dan terjadinya injury
9. Masalah respirasi

## B. Tinjauan Teori Nyeri

13

### 1. Definisi Nyeri

Nyeri adalah pengalaman sensorik dan emosional yang tidak menyenangkan karena adanya kerusakan jaringan, baik yang sebenarnya maupun yang potensial, atau yang digambarkan sebagai kerusakan. Menurut Asosiasi Internasional untuk Studi Nyeri (IASP). Definisi ini mencakup komponen objektif (fisiologis) dan subjektif (emosional dan psikologis) dari nyeri. <sup>19</sup> Nyeri tipe ini terkait dengan respon stress neuroendokrin yang sebanding dengan tingkat keparahan nyeri. Nyeri ini dikategorikan sebagai gangguan sensorik positif. Uniknya, rasa nyeri bisa bervariasi tergantung pada tingkat keparahan, sedang, atau ringan dari nyeri yang dialami, nyeri tidak hanya diatur dengan intensitas stimulus, akan tetapi juga dengan perasaan serta emosi saat itu, secara dasar, nyeri adalah reaksi fisiologis yang membantu melindungi tubuh dari stimulus yang berpotensi berbahaya. Namun, jika nyeri tetap terjadi meskipun stimulusnya sudah tidak ada, ini menandakan adanya perubahan pastofisiologis yang merugikan bagi tubuh. Sebagai contoh, nyeri yang muncul setelah pembedahan masih terasa meskipun proses operasi telah selesai. Nyeri tersebut bukan hanya menimbulkan ketidaknyamanan fisik, tetapi juga stress, yang merupakan serangkaian reaksi fisik dan biologis yang dapat menghambat proses penyembuhan (Wiarso, 2017).

## 2. Patofisiologi Nyeri

Proses pemicu nyeri adalah deskriptif yang terjadi pada jaringan yang dilengkapi oleh serabut saraf yang membawa impuls nyeri dikenal sebagai jaringan yang sensitive terhadap nyeri. Serabut saraf ini juga dinamakan serabut nyeri, sedangkan jaringan ini disebut sebagai jaringan yang sensitive terhadap nyeri. Bagaimana seseorang merasakan nyeri bergantung pada jenis jaringan yang dirangsang, jenis dan sifat rangsangan, serta kondisi psikologis dan fisik individu tersebut. Reseptor yang menghasilkan stimulus nyeri disebut nosiseptor. Nociceptor merupakan ujung saraf yang tidak dilapisi mielin A delta dan saraf yang dilapisi mielin C. Aliran nosiseptor tersebar di semua tubuh dan jumlah terbanyak terdapat pada kulit. Nosiseptor diaktifkan oleh stimulus yang berpotensi merusak jaringan. Stimulus ini juga dikenal sebagai stimulus noksius. Ketika stimulus noksius ini mencapai system saraf pusat, hal ini dapat meningkatkan emosi dan perasaan yang tidak menyenangkan, yang pada akhirnya menyebabkan rasa nyeri dan respons penarikan diri (Wiarso, 2017). Ada empat proses individu stimulus cedera pada jaringan serta pengalaman subjektif, (Wiarso, 2017) yaitu :

### a. Transduksi

Proses nyeri ini merupakan proses di mana stimulus nyeri berubah sebagai depolarisasi membrane reseptor, dan setelah itu menjadi impuls saraf yang membawa sinyal nyeri. Stimulus tersebut bisa seperti rangsangan fisik seperti tekanan, suhu, ataupun zat kimia.

### b. Transmisi

Proses impuls nyeri oleh nosiseptor pada saraf perifer melalui kornu dorsalis ke korteks serebri disebut transmisi nyeri. Saraf sensorik perifer menjalankan sinyal ke terminal di medulla spinalis yang dikenal sebagai neuron aferen primer. Jaringan saraf yang menuju dari medulla spinalis ke batang otak dan thalamus dikatakan sebagai neuron penerima kedua. Neuron yang menyambungkan thalamus menuju korteks serebri dikatakan neuron penerima ketiga.

#### c. Modulasi

Modulasi ialah interaksi antara sistem analgesia endogen yang diperoleh dari tubuh dengan impuls nyeri yang masuk menuju kornu posterior medula spinalis.

#### d. Persepsi

Persepsi nyeri ialah total dari serangkaian interaksi kompleks dan unik kemudian dimulai dari proses, penyebaran, dan pengubahan, yang pada akhirnya menghasilkan suatu perasaan subjektif yang dikenal sebagai persepsi nyeri.

### 3. Faktor Mempengaruhi Nyeri

Berikut adalah faktor-faktor mempengaruhi nyeri antara (Dewi Nurhanifah, 2022), lain :

#### a. Umur

Umur dengan fase perkembangan seseorang adalah faktor penting yang mempengaruhi bagaimana individu merespons dan mengekspresikan nyeri. Perbedaan dalam perkembangan antara anak-anak dan orang dewasa mempengaruhi cara mereka merespons.

#### b. Jenis kelamin

Jenis kelamin memiliki keterkaitan dengan faktor-faktor yang memengaruhi persepsi nyeri. Secara umum, laki-laki dan perempuan tidak menunjukkan ketidaksamaan yang penting dalam respon mereka terhadap nyeri.

c. **Lingkungan dan Individu**

Secara umum lingkungan yang tidak dikenal, pengcahayaan, tingkat kebisingan, serta aktivitas tinggi terhadap lingkungan ini dapat mempengaruhi persepsi nyeri individu. support dari keluarga serta orang terdekat juga penyebab salah satu faktor yang memengaruhi persepsi nyeri tersendiri.

d. **Ansietas dan stress**

Kecemasan sering sekali menyertai peristiwa nyeri. Ancaman yang tidak jelas asalnya dan ketidak mampuan untuk mengatasi nyeri atau peristiwa di sekitarnya dapat memperburuk persepsi nyeri. Sebaliknya, orang yang mempercayai bahwa mereka dapat mengatasi nyeri yang akan mereka rasakan akan mengalami penurunan rasa ketakutan dan kecemasan, yang dapat mengurangi persepsi nyeri mereka.

**4. Pengukuran Skala Nyeri**

Intensitas nyeri menggambarkan seberapa parahnya rasa nyeri yang dirasakan oleh individu. Pengukuran intensitas nyeri sangatlah subjektif dan individual, dan nyeri dengan intensitas yang sama mungkin dirasakan dengan adanya perbedaan terhadap dua orang yang beda. Penilaian nyeri didasarkan pada perilaku manusia yang dipengaruhi oleh gaya hidup, sehingga latar belakang individu memengaruhi cara mereka mengekspresikan dan memahami nyeri. Skala nyeri bisa dinilai menjadi dua bagian: pasien mampu berkomunikasi serta memberitahukan dengan sendirinya sakit yang dia rasakan (self-reported), dan pasien yang tidak mampu berkomunikasi secara verbal karena gangguan kognitif, sedasi, atau menggunakan ventilator (Wiarso, 2017).

a. **Pasien mampu berkomunikasi**

1. **Numerik Rating Scale (NRS)**

NRS tersebut telah banyak digunakan serta diverifikasi, untuk mengukur tingkat nyeri dengan cara mengkonversi pendapat subjektif tentang nyeri menjadi objektif. Skala numerik ini berkisar <sup>9</sup> dari 0 hingga 10, di mana 0 memperlihatkan <sup>43</sup> tidak ada nyeri dan 10 memperlihatkan nyeri yang sangat berat.

## 2. Visual Descriptif Scale (VDS)

Adapun skala serupa yang berupa garisan melurus yang tidak memakai angka, yang memungkinkan pasien untuk mengekspresikan nyeri dengan lebih bebas. Pada skala ini, arah kiri menunjukkan tidak ada nyeri, arah kanan menunjukkan nyeri yang tak tertahankan, dan posisi tengah menunjukkan nyeri yang sedang. Pasien dipersilahkan agar dapat memilih posisi nyeri terhadap garis diantara dua nilai ekstrem tersebut. Misalnya, jika pasien menunjukkan ke tengah garis, ini menunjukkan bahwa mereka merasakan <sup>3</sup> nyeri yang sedang.

## 3. Visual Analogue Scale (VAS)

Adapun solusi agar bisa memberi penilaian terhadap <sup>11</sup> intensitas nyeri yaitu memakai Visual Analog Scale (VAS). Ini adalah skala dengan bentuk garisan <sup>11</sup> lurus, biasanya sepanjang 10 cm atau 100 mm, dengan penggambaran suara pada kedua ujungnya, seperti angka nol (0) yang memperlihatkan tidak adanya nyeri, hingga angka 10 yang memperlihatkan nyeri terberat. Pada skala VAS, <sup>3</sup> nilai 0-4 menunjukkan nyeri ringan, 4-7- menunjukkan nyeri sedang, dan 7-10 menunjukkan nyeri berat.

## b. Pasien Tidak Dapat Berkomunikasi

### 1. Skala FLACC (Face, Legs, Activity, Cry and Consolability)

FLACC tersebut merupakan skala tingkah laku yang sudah diujikan pada anak umur 3 sampai 7 tahunan. Setiap bagian (Faces, Leges, Activity, Cry, and Consolability) diberikan penilaian 0 sampai 2, yang setelah itu dijumlah agar bisa mendapat total skor 0-10.

### <sup>3</sup> 2. Face Pain Rating Scale

Nyeri dengan skala enam menggunakan raut muka yang memiliki perbedaan, mulai dari ekspresi bahagia sampai ekspresi muka sedih, agar dapat memperlihatkan rasa nyeri yang dialami. Skala tersebut umumnya digunakan dari umur tiga tahunan.

### 3. Behavioural Pain Scale (BPS)

Skala ini terbagi menjadi tiga indikator : raut muka, peregrakan ekstermitas atas, dan toleransi pada jendela mekanik. Alasan menggunakan tiga indikator ini ialah karena gerakan selama prosedur sering kali dianggap sebagai indicator perilaku nyeri dan sering dikaitkan dengan skala nyeri tingkah laku terhadap anak. Raut muka disambungkan oleh berbagai rangsangan nosiseptif, dan menunjukkan bahwa raut muka secara luas bisa diterima sebagai indikator nyeri (Giri Wiarto 2017).

## 5. Klasifikasi Nyeri

Menurut Rohkamm, nyeri dapat diklasifikasikan menjadi empat (Wiarto, 2017), yaitu :

- a. Nociceptive adalah jenis nyeri yang biasa dan timbul berasal dari jaringan yang sebetulnya ataupun mungkin mengalami kerusakan, dan merupakan hasil dari aktivasi nociceptor serta proses yang selanjutnya di dalam system saraf yang sempurna.

- b. Jenis nyeri yang biasa menyebabkan trauma ataupun inflamasi lokal adalah somatik. somatik merupakan jenis dari <sup>11</sup>nyeri nociceptive yang diperantarai oleh serabut afferent somatosensoris, dan lebih mudah dilokalisasi dengan kualitas yang tajam, sakit, dan berdenyut.
- c. Nyeri tersebut disebabkan oleh serabut C serta didistribusikan oleh jalur korda spinalis, terutama berakhirnya di sistem limbik. Jenis nyeri ini menggambarkan perasaan yang tidak nyaman dan kesulitan emosional yang diakibatkan oleh nyeri visceral.
- d. Nyeri neuropatik diakibatkan oleh kerusakan terhadap jaringan saraf.

### **C. Tinjauan Teori Relaksasi Benson**

#### **1. Definisi Relaksasi Benson**

Setyoadi dan Kushariyadi, Teknik relaksasi benson suatu Teknik respon rileksasi yang dikenalkan oleh Herbet Benson. Teknik relaksasi benson adalah teknik non farmakologis, yang berfokus pada spiritual seseorang yang dipergunakan untuk mengurangi rasa nyeri, menurunkan tingkat insomnia serta mnegurangi rasa cemas atau stress. Teknik realaksasi ini mudah untuk dilakukan dan waktu pelaksanaannya juga fleksibel, karena bisa dilakukan secara mandiri, bersama-sama, dan boleh juga dengan bimbingan mentor. Dalimartha, Yosep, dan Sutini, teknik relaksasi benson dapat dilakukan dengan cara menarik nafas dan kemudian dihembuskan secara perlahan disertai dengan mengucapkan kalimat yang positif yang dipercayai dapat meningkatkan rasa nyaman, menurunkan tingkat nyeri serta stress dan dapat membantu memperoleh kondisi kesehatan yang baik serta meningkatkan kesejahteraan (Rian Tasalim, 2021).

#### **2. Tujuan Terapi Relaksasi Benson**

Ada beberapa tujuan dari terapi ini (Rian Tasalim, 2021), yaitu :

- a. Untuk mengurangi rasa nyeri, terutama setelah operasi

- b. Mengurangi rasa cemas dan stress
- c. menurunkan tingkat insomnia
- d. Menurunkan tekanan darah

### **3. Manfaat Relaksasi Benson**

Manfaat terapi relaksasi benson terhadap nyeri (Herdiani & Fitriani, 2023), yaitu

:

- a. Untuk bisa mendapatkan kondisi atau perasaan yang tenang dan nyaman
- b. Untuk melemaskan otot agar bisa mengurangi ketegangan serta kejenuhan yang biasanya mengiringi nyeri

## METODE PENELITIAN

### A. Jenis Penelitian

Metode penelitian ini menggunakan jenis penelitian studi kasus dengan menggunakan metode penelitian kualitatif untuk menganalisis dan mengevaluasi suatu objektif fisik, proses maupun kegiatan yang sedang berlangsung yang diperlukan peneliti untuk melakukan observasi langsung di lapangan untuk memperoleh data yang diinginkan.

### B. Sampel Penelitian

Populasi dalam penelitian ini adalah ibu post partum sectio caesarea yang berada di RSIA Pertiwi Makassar. Pada sampel penelitian ini menggunakan studi kasus tunggal, yang mengkaji lebih dari satu sampel, sampel dalam penelitian ini berjumlah tiga pasien ibu post partum section caesarea.

### C. Waktu dan Tempat

Penelitian ini berlangsung antara bulan Maret-April 2024 yang bertempat di RSIA Pertiwi Makassar.

### D. Variabel Penelitian

Variabel penelitian merupakan semua yang dipilih oleh peneliti untuk diteliti dengan tujuan mengumpulkan data yang dilanjutkan dengan menarik kesimpulan tentang apa yang diteliti. Variabel yang digunakan pada penelitian ini meliputi terapi teknik relaksasi benson dan nyeri pada ibu sectio caesarea.

### E. Metode Pengumpulan Data

Metode pada penelitian ini yang digunakan dalam pengumpulan data ialah observasi, wawancara dan analisis dokumen yang dilakukan secara langsung kepada responden untuk mengetahui penurunan intensitas skala nyeri sesudah diberikan terapi relaksasi benson pada pasien sectio caesarea.

## F. Analisis Data

Analisis data pada penelitian ini menggunakan pendekatan univariat yang dilakukan secara jelas dengan cara menganalisis dan mengevaluasi data yang ditemukan. Pada studi kasus ini, data yang dikumpulkan adalah data kualitatif. Analisis pada data kualitatif dilaksanakan dengan cara non-statistik, yaitu melalui uraian ataupun narasi, dan kemudian data yang disajikan dalam bentuk narasi.

## G. Etika Penelitian

### 1. Lembar *Informed Consent*

Merupakan lembar persetujuan yang berisi penjelasan untuk responden mampu memahami maksud dan tujuan penelitian dan sebagai legalitas yang menyatakan bahwa responden harus menandatangani formulir dan apabila responden tidak menyetujui maka peneliti harus menghormati hak mereka untuk tidak berpartisipasi.

### 2. *Anonymity*

Saat responden bersedia berpartisipasi dalam penelitian, peneliti harus menjaga nama responden agar tidak dicantumkan pada lembar pendataannya.

### 3. *Confidentiality*

Peneliti berjanji untuk menjaga privasi responden dengan cara data yang telah peneliti kumpulkan dan hanya data tertentu yang akan dibahas terkait penelitian.

### 4. Sukarela

Pada saat peneliti melakukan penelitian kepada responden itu bersifat sukarela dan tidak ada kata paksaan ataupun ancaman secara langsung maupun tidak langsung, fisik ataupun psikologis.

## HASIL STUDI KASUS DAN PEMBAHASAN

### A. Gambaran Peneliti

Studi kasus ini dilakukan di RSIA Pertiwi Makassar mulai dari tanggal 18 Mei hingga 20 Mei 2024. Dalam studi kasus ini terdapat 3 responden yaitu responden I (Ny. S), responden II (Ny. N), dan responden III (Ny. P). Ketiga subyek merupakan kriteria yang telah ditetapkan dan telah memperoleh informasi penelitian terkait studi kasus yang dilakukan. Peneliti membina hubungan saling percaya dan melakukan *informed consent* sebelum melakukan pengkajian kepada pasien dibuktikan melalui lembar penandatanganan *informed consent* sebagai bentuk persetujuan kesediaan menjadi responden di dalam studi kasus penelitian yang dilakukan.

Peneliti akan mendeskripsikan hasil studi kasus pelaksanaan terapi teknik relaksasi benson untuk mengurangi nyeri pada ibu sectio caesarea di RSIA Pertiwi Makassar, yang dimana data diperoleh melalui dari hasil wawancara, hasil observasi, dan rekam medis pasien.

Adapun hasil penelitian dari ke tiga responden sebagai berikut :

### B. Gambaran Informan

#### 1. Responden I (Ny. S )

Responden I Ny. S, umur 20 tahun, jenis kelamin perempuan, pekerjaan IRT, pendidikan terakhir SMP, alamat Jl. Baji Gau I. Dari hasil pengkajian Ny. S memiliki latar belakang agama islam, suku bugis makassar, pendidikan terakhir SMA, dan pekerjaan IRT. Riwayat kehamilan saat ini yaitu G1P1A0. Riwayat operasi sebelumnya, Ny. S mengatakan belum pernah melakukan operasi sectio caesarea sebelumnya. Riwayat persalinan ditolong oleh dokter dan bidan. Indikasi dilakukan tindakan sectio caesarea dikarenakan pinggul yang sempit. Riwayat

penyakit keluarga, Ny. S mengatakan tidak mempunyai penyakit keturunan maupun penyakit menular. Ny. S mengatakan tidak memiliki riwayat alergi terhadap obat. Ny. S dioperasi pada tanggal 18 Mei 2024, Ny. S masuk ke ruang operasi pada pukul 10.00 wita. Operasi dimulai pada pukul 10.45 wita. Bayi lahir dengan jenis kelamin laki-laki, dengan berat badan 2870 gram dan panjang 48 cm. operasi selesai pada pukul 11.55 wita. Ny. S kemudian dipindahkan ke ruangan pemulihan pada pukul 12.40 wita. Dari hasil pemeriksaan fisik pasca operasi didapatkan keadaan umum Ny. S baik, kesadaran compos mentis, tekanan darah 110/80 mmHg, nadi 84x/menit, respirasi 20x/menit, suhu 36C, dan SpO 98%. Pada saat pemeriksaan fisik pada bagian abdomen tampak luka pasca operasi sectio caesarea di daerah abdomen dengan bentuk luka memanjang dengan ukuran ± 10 cm dan dibalut kasa. Ny. S dipindahkan ke ruangan rawat nifas pada pukul 13.20 wita. Ny. S didampingi oleh suami dan keluarganya selama diruang rawat inap.

## 2. Responden II (Ny. N)

Responden I Ny. N, umur 27 tahun, jenis kelamin perempuan, pekerjaan IRT, pendidikan terakhir SMP, alamat Jl. Cenrawasih 3. Dari hasil pengkajian Ny. N memiliki latar belakang agama islam, suku bugis makassar, pendidikan terakhir SMA, dan pekerjaan IRT. Riwayat kehamilan saat ini yaitu G1P1A0. Riwayat operasi sebelumnya, Ny. N mengatakan belum pernah melakukan operasi sectio caesarea sebelumnya. Riwayat persalinan ditolong oleh dokter dan bidan. Indikasi dilakukan tindakan sectio caesarea dikarenakan tali pusat terlilit. Riwayat penyakit keluarga, Ny. R mengatakan tidak mempunyai penyakit keturunan maupun

penyakit menular. Ny. N mengatakan tidak memiliki riwayat alergi terhadap obat. Ny. N di operasi pada tanggal 18 Mei 2024, Ny. R masuk ke ruang operasi pada pukul 09.00 wita. Operasi dimulai pada pukul 09.30 wita. Bayi lahir dengan jenis kelamin laki-laki, dengan berat badan 2960 gram dan panjang 46 cm. operasi selesai pada pukul 10.40 wita. Ny. N kemudian dipindahkan ke ruangan pemulihan pada pukul 11.40 wita. Dari hasil pemeriksaan fisik pasca operasi didapatkan keadaan umum Ny. N baik, kesadaran compos mentis, tekanan darah 110/70 mmHg, nadi 80x/menit, respirasi 20x/menit, suhu 36,2C, dan SpO 97%. Pada saat pemeriksaan fisik pada bagian abdomen tampak luka pasca operasi sectio caesarea di daerah abdomen dengan bentuk luka memanjang dengan ukuran  $\pm$  10 cm dan dibalut kasa. Ny. N dipindahkan ke ruangan rawat nifas pada pukul 13.00 wita. Ny. N didampingi oleh suami dan keluarganya selama diruang rawat inap.

### 3. Responden III (Ny. P)

Responden Ny. P, umur 21 tahun, jenis kelamin perempuan, pekerjaan IRT, pendidikan terakhir SMP, alamat Jl. Sukaria 13 B No 16. Dari hasil pengkajian Ny. P memiliki latar belakang agama islam, suku bugis makassar, pendidikan terakhir SMK, dan pekerjaan IRT. Riwayat kehamilan saat ini yaitu G1P1A0. Riwayat operasi sebelumnya, Ny. P mengatakan belum pernah melakukan operasi sectio caesarea sebelumnya. Riwayat persalinan ditolong oleh dokter dan bidan. Indikasi dilakukan tindakan sectio caesarea dikarenakan pinggul yang sempit. Riwayat penyakit keluarga, Ny. P mengatakan tidak mempunyai penyakit keturunan maupun penyakit menular. Ny. P mengatakan tidak memiliki riwayat alergi terhadap obat. Ny. P di operasi pada tanggal 19 Mei 2024, Ny. P masuk ke ruang operasi pada pukul 08.00 wita. Operasi dimulai pada pukul 08.30 wita. Bayi lahir dengan jenis kelamin laki-laki, dengan berat badan 2680 gram dan panjang 48 cm.

operasi selesai pada pukul 09.40 wita. Ny. N kemudian dipindahkan ke ruangan pemulihan pada pukul 10.50 wita. Dari hasil pemeriksaan fisik pasca operasi didapatkan keadaan umum Ny. P baik, kesadaran compos mentis, tekanan darah 120/90 mmHg, nadi 88x/menit, respirasi 22x/menit, suhu 36,6C, dan SpO 98%. Pada saat pemeriksaan fisik pada bagian abdomen tampak luka pasca operasi sectio caesarea di daerah abdomen dengan bentuk luka memanjang dengan ukuran  $\pm$  10 cm dan dibalut kasa. Ny. P dipindahkan ke ruangan rawat nifas pada pukul 12.00 wita. Ny. P didampingi oleh suami dan keluarganya selama diruang rawat inap.

### C. Hasil Penelitian

#### a. Responden I (Ny. S)

Dari hasil wawancara pada tanggal 18 Mei 2024 pukul 14.00 wita sebelum dilakukan terapi teknik relaksasi benson didapatkan hasil dari pertanyaan pertama “bagaimana perasaan ibu hari ini ?” berikut keterangan dari Ny. S: *“iye kurang baik kurasa ini dek karna sakit nyeri dibekas operasiku”*

Pada pertanyaan kedua “bisakah ibu memberitahu bagaimana nyeri yang dirasakan?” keterangan Ny. S: *“sakitki baru rasa nyerinya kayak ditekan sama kayak tertusuk-tusuk kurasa ini”*

Pada pertanyaan ketiga “bisakah ibu menunjukkan lokasi nyeri yang ibu rasakan saat ini?” keterangan Ny. S: *“disini dek bagian bawah perutku nyeriki kurasa”*

Pada pertanyaan keempat “bisakah ibu <sup>1</sup>memberi tahu waktu kapan terjadi nyeri dan berapa lama nyeri berlangsung?” keterangan Ny. S: *“kalau bergerakka balik kanan atau kiri nyeriki kurasa, baru kalau mauka bangun atau duduk tambah nyeriki lagi dek, biasa sekitar 2 menit kurasa ini nyeriku kalau munculki baru juga terkadang tiba-tibaki nyeri baru berhenti sendiri”*

Pada pertanyaan kelima “bagaimana cara ibu mengatasi nyeri pada saat datang?” keterangan Ny. S: *kalau nyeriki baringja saja supaya berhentiki nyerinya”*

Pada pertanyaan keenam “apakah sebelumnya ibu sudah mengetahui tentang terapi teknik relaksasi benson?” keterangan Ny. S: *“tidak ku taupi dek”*

Dari hasil implementasi hari pertama pada tanggal 18 Mei 2024 dengan pasien pasca operasi sectio caesarea sebelum diberikan terapi teknik relaksasi benson didapatkan hasil : dari respon subyektif, Ny. S mengatakan perasaannya kurang baik dikarenakan nyeri pada bekas operasi sesar yang dirasakannya. Nyeri yang dirasakan Ny. S seperti nyeri tekan dan tertusuk-tusuk. Ny. S menunjukkan area nyeri yaitu dibagian bawah perutnya, Ny. S juga mengatakan bahwa nyerinya timbul ketika ingin bergerak berbalik sebelah kanan atau kiri dan memberat ketika dirinya ingin bangun untuk duduk atau berdiri, ketika nyeri Ny. S meringis sambil memejamkan mata, biasanya lama nyeri yang dirasakan Ny. S berlangsung sekitar 2-3 menit dan hilang timbul. Ny. S mengontrol nyerinya dengan berbaring di atas tempat tidur, dan kondisi tersebut mengganggu rasa nyamannya. Ny. S mengatakan belum mengetahui tentang terapi teknik relaksasi benson. Kemudian dilakukan observasi sebelum dan sesudah diberikan terapi teknik relaksasi benson kurang lebih satu jam untuk mengetahui kesadaran dan derajat skala nyeri pada Ny. S post sectio caesarea ketika Ny. S tersebut merasakan nyeri pada tingkat tertentu.

Hasil observasi hari pertama pada tanggal 18 Mei 2024 pukul 14.20 wita sebelum diberikan terapi teknik relaksasi benson nilai derajat skala nyeri yang dirasakan berada pada angka 8 (nyeri berat terkontrol). Ny. S diberikan terapi teknik relaksasi benson selama 10-15 menit. Setelah diberikan terapi teknik relaksasi benson ± 5-10 menit kemudian dilakukan kembali observasi mengenai derajat skala

nyeri pada Ny. S rasakan, setelah diberikan terapi teknik relaksasi benson yaitu berada pada angka 7 (nyeri berat terkontrol).

Hasil observasi hari kedua pada tanggal 19 Mei 2024 pukul 09.00 wita sebelum diberikan terapi teknik relaksasi benson nilai derajat skala nyeri yang dirasakan berada pada angka 6 (nyeri sedang). Ny. S diberikan terapi teknik relaksasi benson selama 10-15 menit. Setelah diberikan terapi teknik relaksasi benson ± 5-10 menit kemudian dilakukan kembali observasi mengenai derajat skala nyeri pada Ny. S rasakan, setelah diberikan terapi teknik relaksasi benson yaitu berada pada angka 5 (nyeri sedang).

Hasil observasi hari ketiga pada tanggal 20 Mei 2024 pukul 09.00 wita sebelum diberikan terapi teknik relaksasi benson nilai derajat <sup>15</sup> skala nyeri yang dirasakan berada pada angka 5 (nyeri sedang). Ny. S diberikan terapi teknik relaksasi benson selama 10-15 menit. Setelah diberikan terapi teknik relaksasi benson ± 5-10 menit kemudian dilakukan kembali observasi mengenai derajat skala nyeri pada Ny. S rasakan, setelah diberikan terapi teknik relaksasi benson yaitu berada pada angka 4 (nyeri sedang).

Dari hasil wawancara pada tanggal 20 Mei 2024 pukul 09.30 wita setelah dilakukan terapi <sup>17</sup> teknik relaksasi benson selama tiga hari berturut-turut didapatkan hasil dari pertanyaan “Bagaimana nyeri yang ibu rasakan saat ini setelah diberikan terapi teknik relaksasi benson?” keterangan Ny. S : *“eh..alhamdulillah enakanmi kurasa ini dek, adami perubahan juga kurang-kurangmi sakit nyerinya kurasa, .terus rileks ka kurasa apa lagi waktu pas tarik nafas pelan-pelan itu kayak tidak terasaki nyeriku disitu”*

b. Responden II (Ny. N)

Dari hasil wawancara pada tanggal 18 Mei 2024 pukul 15.20 wita sebelum dilakukan terapi teknik relaksasi benson didapatkan hasil dari pertanyaan pertama “bagaimana perasaan ibu hari ini ?” berikut keterangan dari Ny. N: “kurang baik kurasa ini ka sakitki nyeri di anu bekas operasiku dek”

Pada pertanyaan kedua “bisakah ibu memberitahu bagaimana nyeri yang dirasakan?” keterangan Ny. N: “eh...sakitki kayak anuki kayak ditusuk-tusuki kurasa ini nyeriku”

Pada pertanyaan ketiga “bisakah ibu menunjukkan lokasi nyeri yang ibu rasakan saat ini?” keterangan Ny. N: “mm..dibagian bawah perutku dek ini”

Pada pertanyaan keempat “bisakah ibu <sup>1</sup> memberi tahu waktu kapan terjadi nyeri dan berapa lama nyeri berlangsung?” keterangan Ny. N: “eh..anu kalau bergerak toh mau balik kanan atau kiri ini nyeriki kurasa dek, baru kalau mau bangun juga atau duduk tambah nyeriki lagi, biasa sekitar 2 menitan kurasa ini nyeriku, baru ini nyeriku juga biasa muncul biasa hilangji juga”

Pada pertanyaan kelima “bagaimana cara ibu mengatasi nyeri pada saat datang?” keterangan Ny. N: “eh..baringja biasa kalau nyeriki”

Pada pertanyaan keenam “apakah sebelumnya ibu sudah mengetahui tentang terapi teknik relaksasi benson?” keterangan Ny. N: “mm..ndakpi dek”

Dari hasil implementasi hari pertama pada tanggal 18 Mei 2024 dengan <sup>2</sup> pasien post operasi **sectio caesarea** sebelum diberikan **terapi teknik relaksasi benson** didapatkan **hasil** : dari respon subyektif, Ny. N mengatakan perasaannya kurang baik dikarenakan nyeri pada bekas operasi sesar yang dirasakannya, Nyeri yang dirasakan Ny. N seperti tertusuk-tusuk. Ny. N menunjukkan area nyeri yaitu dibagian bawah perutnya, Ny. N juga mengatakan bahwa nyerinya timbul ketika ingin bergerak berbalik sebelah kanan atau kiri dan memberat ketika dirinya ingin

bangun untuk duduk atau berdiri, ketika nyeri Ny. N meringis sambil memejamkan mata, biasanya lama nyeri yang dirasakan Ny. N berlangsung sekitar 2 menit dan hilang timbul. Ny. N mengontrol nyerinya dengan cara berbaring di atas tempat tidur, dan kondisi tersebut mengganggu rasa nyamannya. Ny. N mengatakan belum mengetahui tentang terapi teknik relaksasi benson. Kemudian dilakukan observasi sebelum dan sesudah diberikan terapi teknik relaksasi benson kurang lebih satu jam untuk mengetahui kesadaran dan derajat skala nyeri pada Ny. N post section caesarea ketika Ny. N tersebut merasakan nyeri pada tingkat tertentu.

Hasil observasi hari pertama pada tanggal 18 Mei 2024 pukul 15.20 sebelum diberikan terapi teknik relaksasi benson nilai derajat skala nyeri yang dirasakan berada pada angka 8 (nyeri berat terkontrol). Ny. N diberikan terapi teknik relaksasi benson selama 10-15 menit. Setelah diberikan terapi teknik relaksasi benson ± 5-10 menit kemudian dilakukan kembali observasi mengenai derajat skala nyeri pada Ny. N rasakan, setelah diberikan terapi teknik relaksasi benson yaitu berada pada angka 7 (nyeri berat terkontrol).

Hasil observasi hari kedua nilai nyeri pada tanggal 19 Mei 2024 pukul 10.00 wita sebelum diberikan terapi teknik relaksasi benson nilai derajat skala nyeri yang dirasakan berada pada angka 7 (nyeri berat terkontrol). Ny. N diberikan terapi teknik relaksasi benson selama 10-15 menit. Setelah diberikan terapi teknik relaksasi benson ± 5-10 menit kemudian dilakukan kembali observasi mengenai derajat skala nyeri pada Ny. N rasakan, setelah diberikan terapi teknik relaksasi benson yaitu berada pada angka 6 (nyeri sedang).

Hasil observasi hari ketiga pada tanggal 20 Mei 2024 pukul 10.00 wita sebelum diberikan terapi teknik relaksasi benson nilai derajat skala nyeri yang dirasakan berada pada angka 4 (nyeri sedang). Ny. N diberikan terapi teknik

relaksasi benson selama 10-15 menit. Setelah diberikan terapi teknik relaksasi benson ± 5-10 menit kemudian dilakukan kembali observasi mengenai derajat skala nyeri pada Ny. N rasakan, setelah diberikan terapi teknik relaksasi benson yaitu berada pada angka 3 (nyeri ringan).

Dari hasil wawancara pada tanggal 20 Mei 2024 pukul 10.30 wita setelah dilakukan terapi <sup>17</sup> teknik relaksasi benson selama tiga hari berturut-turut didapatkan hasil dari pertanyaan “Bagaimana nyeri yang ibu rasakan saat ini setelah diberikan terapi teknik relaksasi benson?” keterangan Ny. N : *“alhamdulillah enakanmi kurasa ini..baru itu kalau nyeriki tidak terlalu sakitmi kayak kemarin-kemarin sebelumnya juga, terus nyaman kurasa mm...baru kayak ringanki badanku kurasa juga kalau sudah lakukan itu terapi”*

c. Responden III (Ny. P)

Dari hasil wawancara pada tanggal 19 Mei 2024 pukul 14.00 wita sebelum dilakukan terapi teknik relaksasi benson didapatkan hasil dari pertanyaan pertama “bagaimana perasaan ibu hari ini ?” berikut keterangan dari Ny. P: *“mm..lumayan baikji dek ini, tapi anuki sakitki juga dibekas operasiku ini”*

Pada pertanyaan kedua “bisakah ibu memberitahu bagaimana nyeri yang dirasakan?” keterangan Ny.P: *“anu kayak ditekanki baru kayak ditusuk-tusuki juga sakitki”*

Pada pertanyaan ketiga “bisakah ibu menunjukkan lokasi nyeri yang ibu rasakan saat ini?” keterangan Ny. P: *“disini bawah bagian perutku dek”*

Pada pertanyaan keempat “bisakah ibu <sup>1</sup> memberi tahu waktu kapan terjadi nyeri dan berapa lama nyeri berlangsung?” keterangan Ny. P: *“anu biasa kalau bergerakka toh ini nyeriki kurasa, sama kalau mauka juga bangun atau duduk*

*tambah nyeriki lagi ini, biasa sekitar 1 menit kurasa nyerinya, terus ini nyeriku juga biasa muncul biasa ndaji juga”*

Pada pertanyaan kelima “bagaimana cara ibu mengatasi nyeri pada saat datang?” keterangan Ny. P: “*kalau nyeriki baringja saja dek*”

Pada pertanyaan keenam “apakah sebelumnya ibu sudah mengetahui tentang terapi teknik relaksasi benson?” keterangan Ny. P: “*eh..tidakpi dek..iye tidakpi*”

Dari hasil implementasi hari pertama pada tanggal 19 Mei 2024 dengan pasien<sup>2</sup> post operasi *sectio caesarea* sebelum diberikan *terapi teknik relaksasi benson* didapatkan *hasil* : dari respon subyektif, Ny. P mengatakan perasaannya kurang baik dikarenakan nyeri pada bekas operasi sesar yang dirasakannya. Nyeri yang dirasakan Ny. P seperti nyeri tekan dan tertusuk-tusuk. Ny. P menunjukkan area nyeri yaitu dibagian bawah perutnya, Ny. P juga mengatakan bahwa nyerinya timbul ketika ingin bergerak dan memberat ketika dirinya ingin bangun untuk duduk, ketika nyeri Ny. P meringis sambil memejamkan mata, biasanya lama nyeri yang dirasakan Ny. P berlangsung sekitar kurang lebih satu menit dan hilang timbul. Ny. P mengontrol dengan berbaring di atas tempat tidur, dan kondisi tersebut mengganggu rasa nyamannya. Ny. P mengatakan belum mengetahui tentang terapi teknik relaksasi benson. Kemudian dilakukan observasi<sup>6</sup> sebelum dan sesudah diberikan terapi teknik relaksasi benson<sup>1</sup> kurang lebih satu jam untuk mengetahui kesadaran dan derajat skala nyeri pada Ny. P post *sectio caesarea* ketika Ny. P tersebut merasakan nyeri pada tingkat tertentu.

*Hasil observasi* hari pertama pada tanggal 19 Mei 2024 pukul 14.25 nilai nyeri pada Ny. P sebelum diberikan terapi teknik relaksasi benson nilai derajat skala nyeri<sup>9</sup> yang dirasakan berada pada angka 7 (nyeri berat terkontrol). Ny. P diberikan terapi teknik relaksasi benson 10-15 menit, Setelah diberikan terapi teknik relaksasi

benson ± 5-10 menit kemudian dilakukan kembali observasi mengenai derajat skala nyeri pada Ny. P rasakan, setelah diberikan terapi teknik relaksasi benson yaitu berada pada angka 6 (nyeri sedang).

Hasil observasi hari kedua pada tanggal 20 Mei 2024 pada pukul 11.00 wita, sebelum diberikan terapi teknik relaksasi benson nilai derajat skala nyeri yang dirasakan berada pada angka 6 (nyeri sedang). Ny. P diberikan terapi teknik relaksasi benson 10-15 menit, Setelah diberikan terapi teknik relaksasi benson ± 5-10 menit kemudian dilakukan kembali observasi mengenai derajat skala nyeri pada Ny. P rasakan, setelah diberikan terapi teknik relaksasi benson yaitu berada pada angka 5 (nyeri sedang).

Hasil observasi hari ketiga pada tanggal 21 Mei 2024 pukul 11.00 wita sebelum diberikan terapi teknik relaksasi benson nilai derajat <sup>15</sup> skala nyeri yang dirasakan berada pada angka 5 (nyeri sedang). Ny. P diberikan terapi teknik relaksasi benson 10-15 menit, Setelah diberikan terapi teknik relaksasi benson ± 5-10 menit kemudian dilakukan kembali observasi mengenai derajat skala nyeri pada Ny. P yang dirasakan setelah diberikan terapi teknik relaksasi benson yaitu berada pada angka 4 (nyeri sedang).

Dari hasil wawancara pada tanggal 21 Mei 2024 pukul 11.30 wita setelah dilakukan terapi <sup>17</sup> teknik relaksasi benson selama tiga hari berturut-turut didapatkan hasil dari pertanyaan “Bagaimana nyeri yang ibu rasakan saat ini setelah diberikan terapi teknik relaksasi benson?” keterangan Ny. P : *“alhamdulillah dek tidak terlalu anu mi nyerinya kayak kemarin yang sakit sekali kurasa, terus agak enakanmi kurasa sekarang juga turun-turunmi nyerinya..eh kalau pas ku lakukan juga itu terapinya rileks ki kurasa badanku”*

#### D. Pembahasan

Berdasarkan hasil penelitian ini, pelaksanaan terapi teknik relaksasi benson untuk mengurangi nyeri pada ibu sectio caesarea di RSIA Pertiwi Makassar telah diberikan satu kali sehari dengan durasi 10-15 menit selama 3 hari ditemukan hasil dapat mengurangi atau menurunkan derajat skala nyeri pada ibu sectio caesarea.

Menurut Wahyu dan Liza tahun (2019) masalah yang muncul pada tindakan *Sectio Caesarea* yaitu akibat insisi atau robekan pada jaringan kontuitas perut depan dapat menyebabkan terjadinya perubahan jaringan kontuitas dan pasien akan merasa nyeri karena adanya proses insisi.

Pada pengkajian H-1 tanggal 18 Mei 2024 yaitu sebelum melakukan terapi teknik relaksasi benson sebanyak 1x/hari dalam waktu 10-15 menit selama 3 hari berturut-turut didapatkan hasil pada responden, Ny. S, Ny. N, dan Ny. P mengatakan merasakan nyeri pada bekas operasi dibagian bawah perutnya dan nyeri yang dirasakan seperti nyeri tekan dan tertusuk-tusuk. Hal ini sesuai dengan teori penelitian Rejeki (2020) yang dimana saat tindakan pembedahan dapat menimbulkan respon ketidaknyamanan berupa rasa nyeri.

Menurut penelitian Rian Tasalim (2021) salah satu tindakan yang terbukti efektif untuk mengurangi nyeri secara non farmakologi adalah dengan melakukan teknik relaksasi benson, yang dipergunakan untuk mengurangi rasa nyeri, menurunkan tingkat insomnia serta mengurangi rasa cemas atau stress. Teknik relaksasi ini mudah untuk dilakukan dan waktu pelaksanaannya juga fleksibel, karena bisa dilakukan secara mandiri, bersama-sama, dan boleh juga dengan bimbingan mentor. Pada penelitian Herdiani dan Fitriani (2023) yang mengatakan bahwa dengan penggunaan terapi teknik relaksasi benson maka saraf simpatis akan dihambat, terhambatnya substansia

gelatinosa di thalamus menyebabkan rangsangan yang menuju ke korteks serebri sehingga nyeri berkurang kedua kalinya.

Berdasarkan dari uraian hasil dari beberapa penelitian sebelumnya bersesuaian dengan hasil yang diperoleh pada pelaksanaan yang diberikan pada pasien. Hal ini dikarenakan pasien saat diberikan terapi teknik relaksasi benson pasien kenyamanan dan merasa nyerinya menurun. Pada pelaksanaan <sup>16</sup> terapi teknik relaksasi benson yang dilakukan selama 3 hari berturut-turut, sebanyak 1x/hari dalam waktu 10-15 menit pada ke tiga responden, Ny. S , Ny. N dan Ny. P mengatakan nyerinya berkurang, lebih rileks dan merasa nyaman saat <sup>5</sup> diberikan terapi teknik relaksasi benson. Setelah diberikan terapi teknik relaksasi benson didapatkan hasil bahwa terdapat penurunan nilai derajat skala nyeri yang dirasakan pasien <sup>8</sup> dari berat menjadi sedang, dan sedang menjadi ringan. <sup>14</sup> Hal ini sejalan dengan penelitian Gusti (2020) yang menyatakan bahwa <sup>6</sup> terapi teknik relaksasi benson berpengaruh terhadap penurunan derajat nyeri.

Didukung juga <sup>39</sup> dari hasil penelitian studi kasus yang dilakukan oleh (Apriliawati & Maryati, 2022) <sup>47</sup> sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh (Machmumah, 2021) mengenai pelaksanaan terapi <sup>5</sup> teknik relaksasi benson untuk mengurangi nyeri pada ibu <sup>2</sup> *sectio caesarea*, dengan hasil menunjukkan adanya penurunan derajat skala nyeri pada klien *Post Sectio Caesarea* dengan Teknik Relaksasi Benson dengan penurunan derajat skala sedang menjadi ringan. Analisis I kasus hari pertama derajat skala nyeri 4 hingga ke-3 skala nyeri mengalami penurunan menjadi 2, sedangkan kasus kedua pertama skala nyeri 5 hingga hari ke-3 mengalami penurunan menjadi skala 3. Hasil studi kasus ini menunjukkan bahwa Teknik Relaksasi Benson berpengaruh dalam menurunkan derajat skala nyeri.

Menurut <sup>4</sup> peneliti salah satu cara yang digunakan untuk mengatasi nyeri *Post sectio caesarea* non farmakologi yaitu melatih teknik relaksasi benson dalam

mengendalikan nyeri dengan meminimalkan aktifitas simpatik dalam sistem saraf otonom, sehingga dapat menurunkan atau mengurangi rasa nyeri *Post sectio caesarea*,<sup>4</sup> 1 sampai 2 skala derajat nyeri, seperti dari skala nyeri paling berat terkontrol menjadi nyeri sedang dan nyeri sedang menjadi nyeri ringan. Shingga disimpulkan bahwa Teknik Relaksasi Benson memang benar bisa menurunkan atau mengurangi rasa nyeri.

## BAB V

### KESIMPULAN DAN SARAN

#### A. Kesimpulan

Berdasarkan studi kasus yang telah dilakukan dapat disimpulkan bahwa pelaksanaan terapi teknik relaksasi benson terhadap ke tiga responden dapat mengatasi atau mengurangi nyeri pada pasien ibu sectio caesarea yaitu dengan menurunkan intensitas skala nyeri.

#### B. Saran

Berdasarkan studi kasus yang telah dilakukan terkait Pelaksanaan Terapi Teknik Relaksasi Benson Untuk Mengurangi Nyeri Pada Ibu Sectio Caesarea Di RSIA Pertiwi Makassar peneliti memberikan saran sebagai berikut :

##### 1. Bagi Institusi

Diharapkan kepada institusi agar dapat menyediakan referensi pendidikan kesehatan terbaru terkhususnya terkait materi terapi teknik relaksasi benson.

##### 2. Bagi Rumah Sakit

- a. Pada saat menentukan intervensi keperawatan, perawat hendaknya senantiasa mempertahankan melakukan pengkajian primer dan sekunder pada pasien agar data yang diperoleh terkait kondisi pasien lengkap dan akurat.
- b. Pada saat melakukan tindakan keperawatan tetap menjalin komunikasi terapeutik kepada pasien dan keluarga pasien agar senantiasa terbina hubungan saling percaya antara perawat dan pasien serta keluarga pasien.

##### 3. Bagi Peneliti Selanjutnya

Diharapkan peneliti selanjutnya dapat mengembangkan penelitian yang telah dilakukan terkait pelaksanaan terapi teknik relaksasi benson untuk mengurangi nyeri

pada ibu *sectio caesarea* di RSIA Pertiwi Makassar dengan melibatkan jumlah responden yang lebih banyak.

ORIGINALITY REPORT

25%

SIMILARITY INDEX

24%

INTERNET SOURCES

9%

PUBLICATIONS

6%

STUDENT PAPERS

PRIMARY SOURCES

1	<a href="http://repository.itekes-bali.ac.id">repository.itekes-bali.ac.id</a> Internet Source	7%
2	<a href="http://jurnal.stikesbethesda.ac.id">jurnal.stikesbethesda.ac.id</a> Internet Source	2%
3	<a href="http://repository.poltekkes-tjk.ac.id">repository.poltekkes-tjk.ac.id</a> Internet Source	2%
4	<a href="http://jurnal.poltekkespalu.ac.id">jurnal.poltekkespalu.ac.id</a> Internet Source	1%
5	<a href="http://journal.ipm2kpe.or.id">journal.ipm2kpe.or.id</a> Internet Source	1%
6	<a href="http://jurnal.unimus.ac.id">jurnal.unimus.ac.id</a> Internet Source	1%
7	<a href="http://repository.stikes-bhm.ac.id">repository.stikes-bhm.ac.id</a> Internet Source	1%
8	<a href="http://www.scribd.com">www.scribd.com</a> Internet Source	1%
9	Delia Mentari, Ikbal Fradianto, Yuyun Tafwidhah. "Implementasi Manajemen Nyeri Menggunakan Stretching Exercise pada	1%

Asuhan Keperawatan Keluarga Lansia dan  
Pensiunan dengan Masalah Nyeri Sendi",  
MAHESA : Malahayati Health Student Journal,  
2024

Publication

---

10	<a href="https://repo.stikesicme-jbg.ac.id">repo.stikesicme-jbg.ac.id</a> Internet Source	1 %
11	Submitted to Sriwijaya University Student Paper	1 %
12	Submitted to Udayana University Student Paper	1 %
13	<a href="https://123dok.com">123dok.com</a> Internet Source	1 %
14	<a href="https://es.scribd.com">es.scribd.com</a> Internet Source	1 %
15	<a href="https://docobook.com">docobook.com</a> Internet Source	<1 %
16	<a href="https://repo.stikesalifah.ac.id">repo.stikesalifah.ac.id</a> Internet Source	<1 %
17	<a href="https://www.researchgate.net">www.researchgate.net</a> Internet Source	<1 %
18	<a href="https://ojs.dinamikakesehatan.unism.ac.id">ojs.dinamikakesehatan.unism.ac.id</a> Internet Source	<1 %
19	<a href="https://docplayer.info">docplayer.info</a> Internet Source	<1 %

---

20	<a href="http://repository.setiabudi.ac.id">repository.setiabudi.ac.id</a> Internet Source	<1 %
21	Haifa Wahyu, Liza Fitri Lina. "Terapi Kompres Hangat dengan Aroma Jasmine Essential Oil terhadap Penurunan Intensitas Nyeri pada Pasien Post Sectio Caesarea", Journal of Telenursing (JOTING), 2019 Publication	<1 %
22	<a href="http://repository.upi.edu">repository.upi.edu</a> Internet Source	<1 %
23	Submitted to University of Wollongong Student Paper	<1 %
24	<a href="http://aihunan.blogspot.com">aihunan.blogspot.com</a> Internet Source	<1 %
25	<a href="http://akbid-alikhlas.e-journal.id">akbid-alikhlas.e-journal.id</a> Internet Source	<1 %
26	<a href="http://elibrary.almaata.ac.id">elibrary.almaata.ac.id</a> Internet Source	<1 %
27	<a href="http://adoc.pub">adoc.pub</a> Internet Source	<1 %
28	<a href="http://ulfamin.blogspot.com">ulfamin.blogspot.com</a> Internet Source	<1 %
29	<a href="http://eprints.ukh.ac.id">eprints.ukh.ac.id</a> Internet Source	<1 %

[repositori.uin-alauddin.ac.id](http://repositori.uin-alauddin.ac.id)

30

Internet Source

<1 %

31

[repository.ub.ac.id](http://repository.ub.ac.id)

Internet Source

<1 %

32

[repository.umy.ac.id](http://repository.umy.ac.id)

Internet Source

<1 %

33

Sartika Manuru, Nurlina Akbar, Sundari Sundari. "Manajemen Asuhan Kebidanan Intranatal Care pada Ny. S dengan Preeklamsia Berat", Window of Midwifery Journal, 2021

Publication

<1 %

34

[anbosh1599.blogspot.com](http://anbosh1599.blogspot.com)

Internet Source

<1 %

35

[e-journal.unizar.ac.id](http://e-journal.unizar.ac.id)

Internet Source

<1 %

36

[idoc.pub](http://idoc.pub)

Internet Source

<1 %

37

[munawirmanchunian.blogspot.com](http://munawirmanchunian.blogspot.com)

Internet Source

<1 %

38

[sarafambarawa.wordpress.com](http://sarafambarawa.wordpress.com)

Internet Source

<1 %

39

[library.palcomtech.com](http://library.palcomtech.com)

Internet Source

<1 %

[papers.gunadarma.ac.id](http://papers.gunadarma.ac.id)

40

Internet Source

<1 %

41

[repository.politeknikyakpermas.ac.id](https://repository.politeknikyakpermas.ac.id)

Internet Source

<1 %

42

[repository.unjaya.ac.id](https://repository.unjaya.ac.id)

Internet Source

<1 %

43

[sgd9fik2014.blogspot.com](http://sgd9fik2014.blogspot.com)

Internet Source

<1 %

44

[www.jurnal.stikes-aisyiyah.ac.id](http://www.jurnal.stikes-aisyiyah.ac.id)

Internet Source

<1 %

45

[www.slideshare.net](http://www.slideshare.net)

Internet Source

<1 %

46

[core.ac.uk](http://core.ac.uk)

Internet Source

<1 %

47

Feigi Mokoginta, Fatma Jama, Nur Ilah Padhila. "Lilin Aromaterapi Lavender Dapat Menurunkan Tingkat Dismenore Primer", Window of Nursing Journal, 2021

Publication

<1 %

48

Yurida Olviani, Erna Lidia Sari, Erna Lidia Sari. "Pengaruh Kompres Hangat Rebusan Air Serai Terhadap Penurunan Nyeri Arthritis Rheumatoid Pada Lansia di Panti Sosial Tresna Werdha Budi Sejahtera Banjarbaru Provinsi Kalimantan Selatan", DINAMIKA

<1 %

# KESEHATAN: JURNAL KEBIDANAN DAN KEPERAWATAN, 2020

Publication

---

---

Exclude quotes      Off

Exclude matches      Off

Exclude bibliography      Off

# BAB\_I-V\_KTI\_RISKA\_PUTRI\_SYAM.docx

---

PAGE 1

---

PAGE 2

---

PAGE 3

---

PAGE 4

---

PAGE 5

---

PAGE 6

---

PAGE 7

---

PAGE 8

---

PAGE 9

---

PAGE 10

---

PAGE 11

---

PAGE 12

---

PAGE 13

---

PAGE 14

---

PAGE 15

---

PAGE 16

---

PAGE 17

---

PAGE 18

---

PAGE 19

---

PAGE 20

---

PAGE 21

---

PAGE 22

---

PAGE 23

---

PAGE 24

---

PAGE 25

---

PAGE 26

---

PAGE 27

---

PAGE 28

---

PAGE 29

---

PAGE 30

---

PAGE 31

---

PAGE 32

---

PAGE 33

---

PAGE 34

---