

**PENERAPAN TEKNIK RELAKSASI *BENSON* UNTUK MENURUNKAN
NYERI PADA PASIEN *POST SECTIO CAESAREA* DI RS TK II. MOH
RIDWAN MEURAKSA**

KARYA TULIS ILMIAH AKHIR

Oleh

**JERNIH HATI TELAUMBANUA
2163030025**



**PROGRAM STUDI DIPLOMA TIGA KEPERAWATAN
FAKULTAS VOKASI
UNIVERSITAS KRISTEN INDONESIA
JAKARTA
2024**

**PENERAPAN TEKNIK RELAKSASI *BENSON* UNTUK
MENURUNKAN NYERI PADA PASIEN *POST SECTIO CAESAREA*
DI RS TK II. MOH RIDWAN MEURAKSA**

KARYA TULIS ILMIAH AKHIR

Diajukan untuk memenuhi persyaratan akademi guna memperoleh gelar
Ahli Madya Keperawatan (A.Md.Kep) pada Program Studi DIII Keperawatan
Fakultas Vokasi Universitas Kristen Indonesia

Oleh

**JERNIH HATI TELAUMBANUA
2163030025**



**PROGRAM STUDI DIPLOMA TIGA KEPERAWATAN
FAKULTAS VOKASI
UNIVERSITAS KRISTEN INDONESIA
JAKARTA
2024**



PERYATAAN KEASLIAN KARYA TULIS ILMIAH AKHIR

Saya yang bertanda tangan dibawah ini:

Nama : Jernih Hati Telaumbanua
NIM : 2163030025
Program Studi : Diploma Tiga Keperawatan
Fakultas : Vokasi

Dengan ini menyatakan Karya Tulis Akhir yang berjudul: **“PENERAPAN TEKNIK RELAKSASI BENSON UNTUK MENURUNKAN NYERI PADA PASIEN POST SECTIO CAESAREA DI RS TK. II MOH RIDWAN MEURAKSA”** adalah

1. Dibuat dan diselesaikan sendiri dengan menggunakan hasil kuliah, tinjauan lapangan, buku-buku dan jurnal acuan yang tertera di dalam referensi pada karya tugas akhir saya.
2. Bukan merupakan duplikasi karya tulis yang sudah dipublikasikan atau yang pernah dipakai untuk mendapatkan gelar ahli madya di Universitas lain, kecuali pada bagian sumber informasi yang dicantumkan dengan cara referensi yang semestinya.
3. Bukan merupakan karya terjemahan dari kumpulan buku atau jurnal acuan yang tertera di dalam referensi pada tugas.

Kalau terbukti saya tidak memenuhi apa yang dinyatakan di atas, maka karya tulis ilmiah akhir ini dianggap batal

Jakarta, 27 September 2024



Jernih Hati Telaumbanua



UNIVERSITAS KRISTEN INDONESIA FAKULTAS VOKASI

PERSETUJUAN DOSEN PEMBIMBING KARYA TULIS ILMIAH AKHIR
PENERAPAN TEKNIK RELAKSASI *BENSON* UNTUK MENURUNKAN NYERI
PADA PASIEN *POST SECTIO CAESAREA* DI RS TK. II MOH RIDWAN MEURAKSA

Oleh:

Nama : Jernih Hati Telaumbanua

NIM : 2163030025

Program Studi : Diploma Tiga Keperawatan

Telah diperiksa dan disetujui untuk diajukan dan dipertahankan dalam sidang Karya Tulis Ilmiah Akhir (KTIA) guna mencapai gelar Ahli Madya (A.Md.Kep) pada Program Studi Diploma Tiga Keperawatan Fakultas Vokasi Universitas Kristen Indonesia.

Jakarta, 03 Juli 2024

Menyetujui

Dosen Pembimbing

Ns. Erita, S.Kep., M.Kep
NIDN. 0326106606

Mengetahui

Ketua Program Studi DIII Keperawatan

Ns. Erita, S.Kep., M.Kep
NIDN. 0326106606



UNIVERSITAS KRISTEN INDONESIA FAKULTAS VOKASI

PERSETUJUAN TIM PENGUJI KARYA TULIS ILMIAH AKHIR

Pada tanggal 03 Juli 2024 telah diselenggarakan Sidang Karya Tulis Ilmiah (KTIA) untuk memenuhi sebagai persyaratan akademik guna memperoleh gelar Ahli Madya (A.Md.Kep) pada Program Studi Diploma Tiga Keperawatan, Fakultas Vokasi, Universitas Kristen Indonesia.

Nama : Jernih Hati Telaumbanua
NIM : 2163030025
Program Studi : Diploma Tiga Keperawatan
Fakultas : Vokasi

Termasuk ujian Tugas Akhir yang berjudul "PENERAPAN TEKNIK RELAKSASI BENSON UNTUK MENURUNKAN NYERI PADA PASIEN *POST SECTIO CAESAREA* DI RS TK. II MOH RIDWAN MEURAKSA" oleh tim penguji yang terdiri dari :

Nama Penguji	Jabatan dalam Tim Penguji	Tanda Tangan
1. <u>Ns. Sri Melfa Damanik, S.Kep., M.Kep., Sp.Kep.An</u> NIDN. 0320109003	Ketua Penguji	
2. <u>Ns. Hasian Leniwita, M.Kep., Sp.Kep.MB</u> NIDN. 0320127701	Anggota Penguji I	
3. <u>Ns. Erita, S.Kep., M.Kep</u> NIDN. 0326106606	Anggota Penguji II	



UNIVERSITAS KRISTEN INDONESIA FAKULTAS VOKASI

PENGESAHAN KARYA TULIS ILMIAH AKHIR

KTIA ini diajukan oleh :

Nama : Jernih Hati Telaumbanua

NIM : 2163030025

Program Studi : Diploma Tiga Keperawatan

Fakultas : Vokasi

Judul KTIA : PENERAPAN TEKNIK RELAKSASI *BENSON* UNTUK MENURUNKAN NYERI PADA PASIEN *POST SECTIO CAESAREA* DI RS TK. II MOH RIDWAN MEURAKSA.

Telah berhasil dipertahankan di hadapan penguji dan diterima sebagai salah satu syarat untuk Memperoleh gelar Ahli Madya pada Program Studi Keperawatan Fakultas Vokasi.

Disetujui Pada Tanggal: 27 September 2024

Pembimbing

Ketua Program Studi

Ns. Erita, S.Kep., M.Kep
NIDN. 0326106606

Ns. Erita, S.Kep., M.Kep
NIDN. 0326106606

Mengetahui

Dekan Fakultas Vokasi Universitas Kristen Indonesia



Dr. Maksimun Bisa, S.K.M., SSt.Ft., M.Fis
NIDN. 0329047101



UNIVERSITAS KRISTEN INDONESIA

PERNYATAAN DAN PERSETUJUAN PUBLIKASI KARYA TUGAS ILMIAH AKHIR

Saya yang bertanda tangan di bawah ini:

Nama : Jernih Hati Telaumbanua

NIM : 2163030025

Fakultas : Vokasi

Programe Studi : Diploma Tiga Keperawatan

Jenis Tugas Akhir : Karya Tulis Ilmiah Akhir (KTIA)

Judul : "Penerapan Teknik Relaksasi *Benson* Untuk Menurunkan Nyeri pada Pasien *Post Sectio Caesarea* di RS TK. II Moh Ridwan Meuraksa"

Menyatakan Bahwa:

1. Tugas akhir tersebut adalah benar karya saya dengan arahan dari dosen pembimbing dan bukan merupakan duplikasi karya tulis saya yang sudah dipublikasikan atau yang pernah dipakai untuk mendapatkan gelar akademik di perguruan tinggi manapun;
2. Tugas akhir tersebut bukan merupakan plagiat dari hasil karya pihak lain, dan apabila saya mengutip dari karya orang lain maka akan dicantumkan sebagai referensi sesuai dengan ketentuan yang berlaku;
3. Saya memberikan Hak Non eksklusif Tanpa Royalti kepada Universitas Kristen Indonesia yang berhak menyimpan, mengalih media/format-kan, mengelola dalam bentuk pengkalan data (*database*), merawat dan mempublikasikan tugas akhir saya selama tetap mencantumkan nama saya sebagai penulis/pencipta dan sebagai pemilik hak cipta.

Apabila dikemudian hari ditemukan pelanggaran Hak cipta dan Kekayaan Intelektual atau Peraturan Perundang-undangan Republik Indonesia lainnya dan integritas akademik dalam karya saya tersebut, maka saya bersedia menanggung secara pribadi segala bentuk tuntutan hukum dan sanksi akademis yang timbul serta membebaskan Universitas Kristen Indonesia dari segala tuntutan hukum yang berlaku.

Jakarta, 27 September 2024



Jernih Hati Telaumbanua

KATA PENGANTAR

Penulis panjatkan puji syukur kehadiran Tuhan Yang Maha Esa atas berkat, kasih, dan karunia-Nya, sehingga penulis dapat menyelesaikan Karya Tulis Ilmiah akhir ini dengan judul “Penerapan Teknik Relaksasi *Benson* untuk Menurunkan Nyeri pada Pasien *Post Sectio Caesarea* di RS TK II. Moh Ridwan Meuraksa Jakarta”.

Karya tulis ilmiah akhir ini dibuat dan disusun sebagai tugas akhir, serta syarat yang harus dipenuhi untuk menempuh Sidang Ujian Ahli Madya serta mendapat gelar Ahli Madya Keperawatan (A.Md.Kep) pada Program Studi Diploma Tiga Keperawatan Fakultas Vokasi Universitas Kristen Indonesia Tahun 2024.

Dalam penyusunan karya tulis ilmiah akhir ini, penulis menyadari tidak sedikit kendala yang dihadapi penulis dan menyadari bahwa karya tulis ilmiah akhir ini masih jauh dari kata sempurna dan masih terdapat banyak kekurangan dan keterbatasan kemampuan yang di miliki oleh penulis. Penyusunan karya tulis ilmiah akhir ini dapat terselesaikan tepat waktu pada waktu yang di tentukan berkat bantuan dan kontribusi dari berbagai pihak dan kemampuan yang diberikan oleh Tuhan Yesus Kristus.

Pada kesempatan ini dengan segala kerendahan dan ketulusan hati, maka penulis ingin mengucapkan rasa terima kasih yang sebesar-besarnya kepada:

1. Kedua Orang tua dan keluarga tercinta: Bapak Immanuel Telaumbanua dan psikologi, finansial, serta doa, sehingga saya mampu menyelesaikan karya tulis ilmiah akhir ini.
2. Prof. Dr. Dhaniswara K. Harjono, S.H., M.H., MBA selaku Rektor Universitas Kristen Indonesia
3. Dr. Maksimus Bisa, S.K.M., SSt.Ft., M.Fis selaku Dekan Fakultas Vokasi Univesitas Kristen Indonesia.
4. Ns. Erita, S.kep., M.kep selaku Ketua Prodi DIII Keperawatan Fakultas

Vokasi Universitas Kristen Indonesia, sekaligus dosen Pembimbing Akademik.

5. Ns. Anggrayeni Purba, S.Kep., M.kep., Sp.Kep.Mat selaku dosen pembimbing yang selalu sabar, meluangkan waktu, tenaga, pikiran untuk membimbing dan mengarahkan penulis dalam Menyusun Karya Tulis Ilmiah Akhir ini.
6. Ns. Sri Melfa Damanik, S.Kep., M.Kep., Sp.Kep.An sebagai dosen penguji utama maternitas yang telah memberikan waktunya dalam menguji penyusunan Karya Tulis Ilmiah Akhir ini.
7. Ns. Hasian Leniwita, M.Kep., Sp.Kep.MB Sebagai dosen penguji maternitas yang telah memberikan waktu dalam menguji penyusunan proposal Karya Tulis Ilmiah Akhir ini
8. Seluruh dosen dan seluruh staf Program Studi DIII Keperawatan Fakultas Vokasi Universitas Kristen Indonesia yang ikut memberikan dukungan dan bantuan dalam penulisan karya Tulis Ilmiah Akhir ini.
9. Seluruh teman-teman seperjuangan angkata 2021 Program Studi DIII Keperawatan Fakultas Vokasi Universitas Kristen Indonesia yang tidak dapat penulis sebutkan satu persatu. Terimakasih telah menjadi teman berbagi cerita serta berjuang dalam menempuh pendidikan selama tiga tahun.
10. Penulis juga tidak lupa berterima kasih kepada diri sendiri yang telah berjuang dan berproses menyelesaikan Karya Tulis Ilmiah ini tepat waktu, walaupun terdapat beberapa kendala namun penulis mampu menyelesaikan dengan baik. Seperti tertulis pada ayat Alkitab filipi 4 ayat 13 berbunyi *“segala perkara dapat kutanggung di dalam dia yang memberi kekuatan kepada ku.*

Jakarta, 12 Maret 2024

Jernih Hati Telaumba

DAFTAR ISI

PERNYATAAN KEASLIAN TUGAS AKHIR	i
PERSETUJUAN DOSEN PEMBIMBING KARYA TULIS ILMIAH	ii
PERSETUJUAN TIM PENGUJI KARYA TULIS ILMIAH AKHIR	iii
PENGESAHAN KARYA TULIS ILMIAH	iv
PERNYATAAN DAN PERSETUJUAN PUBLIKASI TUGAS AKHIR	v
KATA PENGANTAR	vi
DAFTAR ISI.....	viii
DAFTAR TABEL	xii
DAFTAR GAMBAR	xiii
DAFTAR LAMPIRAN	xiv
ABSTRAK	xv
ABSTRACT.....	xvi
BAB I PENDAHULUAN	1
1.1 Latar Belakang	1
1.2 Rumusan Masalah	4
1.3 Tujuan Studi Kasus	5
1.4 Manfaat Studi Kasus	6
BAB II TINJAUAN TEORI	7
2.1 Konsep <i>Sectio Caesarea</i>	7
2.1.2 Pengertian <i>Sectio Caesarea</i>	7
2.1.3 Klasifikasi <i>Sectio Caesarea</i>	7

2.1.4 Manifestasi Klinik	11
2.1.5 Indikasi <i>Sectio Caesarea</i>	11
2.1.6 Patofisiologi	12
2.1.7 Komplikasi	13
2.1.8 Pemeriksaan Penunjang	13
2.1.9 Penalaksanaan Medis	13
2.1.10 Konsep Asuhan Keperawatan Maternitas <i>Post Partum</i>	14
2.1.10.1 Pengkajian Keperawatan	14
2.1.10.2 Diagnosa Keperawatan	19
2.1.10.3 Intervensi Keperawatan	20
2.1.10.4 Implementasi Keperawatan	23
2.1.10.5 Evaluasi Keperawatan	23
2.2 Konsep Dasar Nyeri	23
2.2.1 Definisi Nyeri	23
2.2.2 Klasifikasi Nyeri	24
2.2.3 Faktor-Faktor Yang Mempengaruhi Nyeri	25
2.3 Konsep Teknik Relaksasi <i>Benson</i>	26
2.3.1 Definisi Relaksasi <i>Benson</i>	26
2.3.2 Manfaat Relaksasi <i>Benson</i>	27
2.3.3 Indikasi Relaksasi <i>Benson</i>	27
2.3.4 Kontraindikasi Relaksasi <i>Benson</i>	27
2.3.5 Prosedur Pelaksanaan Teknik Relaksasi <i>Benson</i>	28

BAB III METODE STUDI KASUS	29
3.1 Rencana Studi Kasus	29
3.2 Subjek Studi Kasus	30
3.3 Fokus Studi Kasus	31
3.4 Definisi Operasional	31
3.5 Instrumen Studi Kasus	32
3.6 Metode Pengumpulan Data	32
3.7 Lokasi Dan Waktu Studi Kasus	33
3.8 Analisa Data	33
3.9 Etika Studi Kasus	34
BAB IV PEMBAHASAN	36
4.1 Hasil Studi Kasus	36
4.1.1 Gambar Pengambilan Data	36
4.1.2 Pengkajian Keperawatan	36
4.1.3 Analisa Data	42
4.1.4 Diagnosa Keperawatan	44
4.1.5 Intervensi Keperawatan	46
4.1.6 Implementasi Keperawatan	48
4.1.7 Evaluasi Keperawatan	53
4.2 Pembahasan	64
BAB V KESIMPULAN DAN SARAN	65
5.1 Kesimpulan	65
5.1.1 Pengkajian Keperawatan	65
5.1.2 Diagnosa Keperawatan.....	65
5.1.3 Intervensi Keperawatan	66
5.1.4 Implementasi keperawaatan	66

5.1.5 Evaluasi Keperawatan.....	66
5.2 Saran	67
5.2.1 Bagi Pasien Dan Keluarga	67
5.2.2 Bagi Rumah Sakit	67
5.2.3 Bagi Institusi Pendidikan	67
5.2.4 Bagi Penulis	67
DAFTAR PUSTAKA	68



DAFTAR TABEL

Tabel 2.1 Intervensi Keperawatan	19
Tabel 4.1 Identitas Pasien	37
Tabel 4.2 Riwayat Keperawatan	37
Tabel 4.3 Riwayat Sehari-Hari	38
Tabel 4.4 Riwayat Psikososial	39
Tabel 4.5 Pemeriksaan Fisik.....	40
Tabel 4.6 Pemeriksaan Penunjang	41
Tabel 4.7 Penatalaksanaan Keperawatan.....	41
Tabel 4.8 Analisa Data Pasien 1	42
Tabel 4.9 Analisa Data Pasien Ke 2	43
Tabel 4.10 Diagnosa Keperawatan Pasien 1	44
Tabel 4.11 Diagnosa Keperawatan Pasien 2	45
Tabel 4.12 Intervensi Keperawatan	46
Tabel 4.13 Tindakan Keperawatan Hari Pertama Pasien	48
Tabel 4. 14 Tindakan Keperawatan Hari Ke 2	49
Tabel 4.15 Tindakan Keperawatan Hari Ke Tiga	51
Tabel 4.16 Evaluasi Keperawatan Pasien 1 Dan Pasien 2	53

DAFTAR GAMBAR

Gambar 2.1 Skala Numerik 25



DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran 1 Lembar <i>Informed Consent</i>	73
Lampiran 2 Lembar Observasi Skala	74
Lampiran 3 Pathway <i>Sectio Caesarea</i>	75
Lampiran 4 Leaflet Relaksasi <i>Benson</i>	76
Lampiran 6 Dokumentasi	77
Lampiran 7 Biodata	79



PENERAPAN TEKNIK RELAKSASI *BENSON* UNTUK MENURUNKAN NYERI PADA PASIEN POST *SECTIO CAESAREA* DI RS TK. II MOH RIDWAN MEURAKSA JAKARTA

¹Jernih Hati Telaumbanua, ²Erita Sitorus, ³Anggrayeni Purba

¹Mahasiswa Prodi DIII Keperawatan Universitas Kristen Indonesia

²Dosen Pembimbing Prodi DIII Keperawatan Universitas Kristen Indonesia

Jl. Mayjen Sutoyo No 2 RT 09/RW 06 Cawang, Kec. Kramat Jati, Jakarta Timur, 13630

Email : jernihhatitel@gmail.com

ABSTRAK

Pendahuluan: *Sectio caesarea* adalah proses melahirkan melalui tindakan prosedur pembedahan untuk mengeluarkan janin beserta plasenta. Nyeri *sectio caesarea* di sebabkan insisi/sayatan pada dinding abdomen dan dinding rahim. **Tujuan:** Memberikan asuhan keperawatan pada pasien *post sectio caesarea* dengan masalah nyeri untuk penerapan teknik relaksasi benson untuk menurunkan nyeri pada pasien *post sectio caesarea*. **Metode:** Studi kasus menggunakan deskriptif pendekatan proses asuhan keperawatan yaitu pengkajian keperawatan khusus maternitas (Postpartum). Melalui metode wawancara, observasi, pemeriksaan fisik dan data rekam medis. **Hasil:** Terjadi penurunan intensitas nyeri, pada pasien pertama sebelum melakukan teknik relaksasi benson dengan skala nyeri 8, setelah relaksasi benson diberikan selama 3 hari nyeri menurun dengan skala 3, pada pasien kedua sebelum melakukan teknik relaksasi benson dengan skala nyeri 8, setelah relaksasi benson diberikan selama 3 hari nyeri menurun dengan skala nyeri 5. **Kesimpulan:** Teknik relaksasi benson merupakan salah satu teknik menurunkan

Kata Kunci : *Sectio Caesarea*, Skala Nyeri, Teknik Relaksasi *Benson*

APPLICATION OF BENSON RELAXATION TECHNIQUE TO REDUCE PAIN IN POST SECTIO CAESAREA PATIENTS AT RS TK. II MOH RIDWAN MEURAKSA JAKARTA

¹Jernih Hati Telaumbanua, ²Erita Sitorus, ³Anggrayeni Purba

¹DIII Nursing Study Program Student, Indonesian Christian University

²Supervisor of DIII Nursing Study Program, Indonesian Christian University
Jl. Mayjen Sutoyo No. 2 RT 09/RW 06 Cawang, Kramat Jati, East Jakarta, 13630

Email : jernihhatitel@gmail.com

ABSTRACT

Introduction: *Cesarea sectio is a birthing process through a surgical procedure to remove the fetus and placenta. Cesarean section pain is caused by incisions in the abdominal wall and uterine wall.* **Objective:** *To provide nursing care to post cesarean section patients with pain problems for the application of Benson's relaxation technique to reduce pain in post-cesarea section patients.* **Method:** *Case study using descriptive nursing care process approach, namely special maternity nursing assessment (Postpartum). Through interview methods, observation, physical examination and medical record data.* **Results:** *There was a decrease in pain intensity, in the first patient before performing the Benson relaxation technique the pain scale was 8, after Benson relaxation was given for 3 days the pain decreased to a scale of 3, in the second patient before performing the Benson relaxation technique the pain scale was 8, after Benson relaxation was given for 3 days the pain decreased to a pain scale of 5.* **Conclusion:** *Benson relaxation technique is one of the techniques to reduce pain problems in post-cesarean section patients.*

Keywords : *Sectio Caesarea, Pain, Benson Relaxation Technique*