



**UNIVERSITAS SRIWIJAYA**

**PENERAPAN TERAPI RELAKSASI BENSON PADA ASUHAN  
KEPERAWATAN PASIEN DENGAN NYERI *POST SECTIO CAESAREA*  
DI RUANG ENIM 2 RSUP MOHAMMAD HOESIN**

**KARYA ILMIAH AKHIR**

**OLEH :**

**TIAR PUSPA NINGRUM, S.KEP**

**04064822326003**

**PROGRAM PROFESI NERS**

**BAGIAN KEPERAWATAN FAKULTAS KEDOKTERAN**

**UNIVERSITAS SRIWIJAYA**

**2023**



**UNIVERSITAS SRIWIJAYA**

**PENERAPAN TERAPI RELAKSASI BENSON PADA ASUHAN  
KEPERAWATAN PASIEN DENGAN NYERI *POST SECTIO CAESAREA*  
DI RUANG ENIM 2 RSUP MOHAMMAD HOESIN**

**KARYA ILMIAH AKHIR**

**OLEH :**

**TIAR PUSPA NINGRUM, S.KEP**

**04064822326003**

**PROGRAM PROFESI NERS  
BAGIAN KEPERAWATAN FAKULTAS KEDOKTERAN  
UNIVERSITAS SRIWIJAYA**

**2023**

## SURAT PERNYATAN

Saya yang bertanda tangan di bawah ini:

Nama : Tiar Puspa Ningrum

NIM : 04064822326003

Dengan sebenarnya menyatakan bahwa karya ilmiah akhir nrs ini saya susun tanpa tindakan plagiarism sesuai ketentuan yang berlaku di Program Profesi Keperawatan Universitas Sriwijaya. Jika dikemudian hari ternyata saya melakukan tindakan plagiarism, saya bertanggungjawab sepenuhnya dan menerima sanksi yang dijatuhkan oleh Universitas Sriwijaya kepada saya.

Indralaya, Oktober 2023



(Tiar Puspa Ningrum)

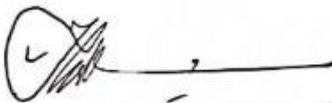
**UNIVERSITAS SRIWIJAYA  
FAKULTAS KEDOKTERAN  
PROGRAM PROFESI NERS**

**LEMBAR PERSETUJUAN KARYA ILMIAH AKHIR**

**NAMA : TIAR PUSPA NINGRUM**  
**NIM : 04064822326003**  
**JUDUL : PENERAPAN TERAPI RELAKSASI BENSON PADA  
ASUHAN KEPERAWATAN PASIEN DENGAN NYERI  
POST SECTIO CAESAREA DI RUANG ENIM 2 RSUP  
MOHAMMAD HOESIN**

**Pembimbing**

Jum Natosba, S.Kep.,Ns., M.Kep.,Sp.Kep.Mat  
NIP.198407202008122003

  
(.....)

**LEMBAR PENGESAHAN**

**NAMA** : TIAR PUSPA NINGRUM, S.Kep.  
**NIM** : 04064822326003  
**JUDUL** : PENERAPAN TERAPI RELAKSASI BENSON PADA ASUHAN KEPERAWATAN PASIEN DENGAN NYERI *POST SECTIO CAESAREA* DI RUANG ENIM 2 RSUP MOHAMMAD HOESIN

Laporan Karya Ilmiah Akhir Keperawatan ini telah dipertahankan dihadapan Tim Penguji Laporan Karya Ilmiah Akhir Program Profesi Ners Bagian Keperawatan Fakultas Kedokteran Universitas Sriwijaya dan telah diterima guna memenuhi salah satu syarat memperoleh gelar Ners.

Indralaya, Oktober 2023

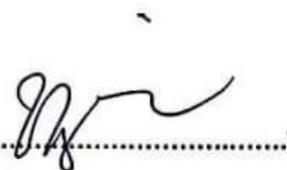
**Pembimbing**

Ns. Jum Natosba, M.Kep., Sp.Kep.Mat.  
NIP.198407202008122003

  
(.....)

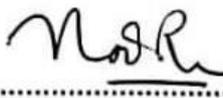
**Penguji I**

Nurna Ningsih, S.KP., M.Kes.  
NIP.197307172001122002

  
(.....)

**Penguji II**

Mutia Nadra Maulida, S.Kep.,Ns., M.Kes., M.Kep.  
NIP.198910202019032021

  
(.....)

**Mengetahui,**

**Ketua Bagian Keperawatan**

  
  
Hikmah S.Kep., Ns., M.Kep.  
NIP.197602202002122001

**Koordinator Program Profesi Ners**

  
Dhona Andhini, S.Kep.,Ns.,M.Kep.  
NIP.198306082008122002

## KATA PENGANTAR

Alhamdulillah segala puji dan syukur kepada Tuhan Yang Maha Esa karena atas rahmat dan karunianya, sehingga peneliti dapat menyelesaikan laporan Karya Ilmiah Akhir yang berjudul “Penerapan Terapi Relaksasi Benson Pada Asuhan Keperawatan Pasien dengan Nyeri *Post Sectio Caesarea* Di Ruang Enim 2 RSUP Mohammad Hoesin”. Dalam penyusunan laporan Karya Ilmiah Akhir ini peneliti mendapat bantuan dan bimbingan dari berbagai pihak baik itu secara langsung maupun tidak langsung. Maka dari itu peneliti ingin mengucapkan terima kasih kepada:

Hikayati, S.Kep., Ns., M.Kep. selaku Ketua Bagian Keperawatan Fakultas Kedokteran Universitas Sriwijaya. Dhona Andhini, S. Kep., Ns., M. Kep. selaku Koordinator Program Profesi Ners Fakultas Kedokteran Universitas Sriwijaya. Ns. Jum Natosba, M.Kep.,Sp.Kep.Mat. selaku pembimbing yang telah meluangkan waktu, tenaga, dan pikiran untuk membimbing, mengarahkan, serta memberikan saran kepada penulis. Nurna Ningsih, S.KP., M.Kes dan Mutia Nadra Maulida, S.Kep.,Ns., M.Kes., M.Kep. selaku penguji I dan II yang telah bersedia menjadi penguji dan memberikan saran serta pengarahan dalam penyusunan skripsi penelitian ini. Kepada seluruh jajaran dosen pengajar yang telah memberikan ilmu selama perkuliahan dan staf tata usaha Program Studi Ilmu Keperawatan Fakultas Kedokteran Universitas Sriwijaya yang telah membantu dan memberikan kemudahan dalam pengurusan administrasi.

Peneliti menyadari dalam penulisan laporan Karya Ilmiah Akhir ini masih terdapat banyak kekurangan baik dalam teknik penulisan maupun isinya. Hal ini karena keterbatasan kemampuan dan pengetahuan yang penulis miliki. Akhir kata, besar harapan peneliti semoga penelitian ini dapat memberikan manfaat.

Indralaya, Oktober 2023

Tiar Puspa Ningrum

## DAFTAR ISI

<b>SURAT PERNYATAN .....</b>	<b>iii</b>
<b>LEMBAR PERSETUJUAN .....</b>	<b>iv</b>
<b>LEMBAR PENGESAHAN .....</b>	<b>v</b>
<b>KATA PENGANTAR.....</b>	<b>vi</b>
<b>DAFTAR ISI.....</b>	<b>vii</b>
<b>DAFTAR TABEL .....</b>	<b>ix</b>
<b>DAFTAR SKEMA .....</b>	<b>x</b>
<b>DAFTAR GAMBAR.....</b>	<b>xi</b>
<b>DAFTAR LAMPIRAN .....</b>	<b>xii</b>
<b>ABSTRAK .....</b>	<b>xiii</b>
<b>ABSTRACT .....</b>	<b>xiv</b>
<b>BAB I PENDAHULUAN.....</b>	<b>15</b>
A. Latar Belakang .....	15
B. Tujuan Penulisan.....	17
C. Manfaat Penulisan.....	18
D. Metode penulisan .....	18
<b>BAB II TINJAUAN PUSTAKA.....</b>	<b>20</b>
A. Konsep <i>Sectio Caesarea</i> .....	20
1. Pengertian <i>Sectio Caesarea</i> .....	20
2. Klasifikasi <i>Sectio Caesarea</i> .....	20
3. Etiologi <i>Sectio Caesarea</i> .....	21
4. Komplikasi <i>Sectio Caesarea</i> .....	22
5. Penatalaksanaan <i>Sectio Caesarea</i> .....	22
B. Konsep Nyeri .....	24
1. Pengertian Nyeri.....	24
2. Klasifikasi Nyeri .....	24
3. Pengukuran nyeri .....	26
C. Konsep Terapi Relaksasi Benson.....	28
1. Pengertian Terapi Relaksasi Benson.....	28
2. Tujuan dan Manfaat Relaksasi Benson .....	28
3. Prosedur Relaksasi Benson .....	29
4. Mekanisme Penurunan Nyeri dengan Relaksasi Benson .....	30
D. Konsep Dasar Asuhan Keperawatan.....	31
1. Pengkajian Keperawatan.....	31

2. Diagnosis Keperawatan.....	34
3. Intervensi Keperawatan.....	34
4. Implementasi keperawatan.....	41
5. Evaluasi keperawatan.....	41
E. WOC <i>Sectio Caesarea</i> .....	43
F. Penelitian Terkait .....	44
<b>BAB III ASUHAN KEPERAWATAN.....</b>	<b>50</b>
A. Gambaran Hasil Pengkajian.....	50
B. Gambaran Hasil Diagnosis Keperawatan.....	56
C. Gambaran Hasil Intervensi dan Implementasi Keperawatan.....	57
D. Gambaran Hasil Evaluasi Keperawatan.....	64
<b>BAB IV PEMBAHASAN.....</b>	<b>68</b>
A. Gambaran Kasus Berdasarkan Teori dan Jurnal .....	68
B. Implikasi.....	77
C. Dukungan dan Hambatan Selama Profesi.....	79
<b>BAB V PENUTUP.....</b>	<b>81</b>
A. Kesimpulan .....	81
B. Saran.....	82
<b>DAFTAR PUSTAKA .....</b>	<b>84</b>

## DAFTAR TABEL

Tabel 2.1 Tujuan dan Intervensi Keperawatan .....	35
Tabel 2.2 PICO Penelitian Terkait .....	44
Tabel 3.1 Gambaran Pengkajian Pasien Kelolaan .....	50
Tabel 3.2 Diagnosis Keperawatan Pada Pasien Kelolaan .....	57
Tabel 3.3 Skala Nyeri.....	62

## DAFTAR SKEMA

Skema 2.1 WOC <i>Sectio Caesarea</i> .....	43
--	----

## DAFTAR GAMBAR

Gambar 2.1 <i>Numeric Rating Scale</i> .....	27
Gambar 2.2 <i>Visual Analog Sgambarcale</i> .....	27
Gambar 2.3 <i>Faces Analog Scale</i> .....	27
Gambar 3.1 Skala Penurunan Tingkat Nyeri Pasien .....	64

## DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran 1 Manuskrip Studi Kasus.....	91
Lampiran 2 Asuhan Keperawatan .....	103
Lampiran 3 Dokumentasi.....	192
Lampiran 4 Lembar Konsultasi.....	195
Lampiran 5 Standar Prosedur Operasional .....	206
Lampiran 6 Artikel Penelitian.....	210

**UNIVERSITAS SRIWIJAYA  
FAKULTAS KEDOKTERAN  
PROGRAM PROFESI NERS**

**Karya Ilmiah Akhir Keperawatan, Oktober 2023**

**Penerapan Terapi Relaksasi Benson Pada Asuhan Keperawatan Pasien Dengan Nyeri *Post Sectio Caesarea* Di Ruang Enim 2 RSUP Mohammad Hoesin.**

xiv + 89 halaman + 5 tabel + 1 skema + 4 gambar + 6 lampiran

**ABSTRAK**

**Latar Belakang :** Efek utama akibat tindakan pembedahan *sectio caesarea* dapat menimbulkan rasa nyeri pada daerah insisi yang disebabkan oleh terputusnya kontinuitas jaringan. Rasa nyeri yang berlangsung secara terus menerus jika dibiarkan tanpa penanganan yang tepat dapat menyebabkan permasalahan lain, seperti mobilisasi yang terganggu dan gangguan tidur. Salah satu terapi non farmakologi yang dapat dilakukan untuk mengurangi rasa nyeri pada pasien *post sectio caesarea* adalah dengan memberikan terapi relaksasi benson. **Tujuan:** Menerapkan terapi relaksasi benson dalam asuhan keperawatan pada pasien *post sectio caesarea* yang mengalami nyeri. **Metode:** Metode yang digunakan adalah penelitian kualitatif dengan pendekatan studi kasus terhadap 3 pasien *post sectio caesarea* dengan menerapkan terapi relaksasi benson. **Hasil:** Terdapat empat masalah keperawatan yang ditemukan pada ketiga pasien *post sectio caesarea* dengan masalah keperawatan utama yaitu nyeri akut. Hasil dari pemberian intervensi nonfarmakologi yaitu terapi relaksasi benson yang dilakukan selama 10-15 menit setiap harinya didapatkan hasil bahwa terdapat penurunan 3 hingga 4 poin skala nyeri pada ketiga pasien. **Pembahasan:** Hasil pengkajian yang didapatkan bahwa nyeri merupakan keluhan utama yang dialami oleh ketiga pasien *post sectio caesarea*, sehingga ditegakkan diagnosis keperawatan utama yaitu nyeri akut. Terapi relaksasi benson diberikan pada ketiga pasien *post sectio caesarea* sebagai terapi nonfarmakologi untuk mengurangi rasa nyeri. Terapi relaksasi benson merupakan teknik relaksasi nafas dalam disertai dengan penambahan unsur keyakinan dalam bentuk kata-kata yang memiliki efek menenangkan, rileks, dan dapat mengurangi rasa nyeri dengan meningkatkan produksi endorphin serta menghambat impuls nyeri. Terdapat penurunan intensitas nyeri dari nyeri berat dan sedang menurun menjadi nyeri ringan setelah diberikan terapi relaksasi benson. **Kesimpulan:** Terapi relaksasi benson efektif dalam menurunkan rasa nyeri yang dialami oleh pasien *post sectio caesarea*.

**Kata Kunci:** Nyeri, *Sectio Caesarea*, Relaksasi Benson.

**Daftar Pustaka:** 66 (2015-2023).

**SRIWIJAYA UNIVERSITY  
MEDICAL FACULTY  
NERS PROFESSION STUDY PROGRAM**

*Nursing Scientific Reporting, October 2023*

*Application of Benson Relaxation Therapy in Nursing Care for Patients with Post Sectio Caesarea Pain in Enim Room 2 at Mohammad Hoesin Hospital.*

*xiv + 89 pages + 5 tables + 1 scheme + 4 figures + 6 enclosure*

**ABSTRACT**

**Background:** The main effect of sectio caesarea surgery can cause pain in the incision area caused by tissue continuity break. Pain that lasts continuously if left without proper treatment can cause other problems, such as disrupted mobilization and sleep disorders. One of the non pharmacological therapies that can be done to reduce pain in post sectio caesarea patients is to provide Benson relaxation therapy. **Aim:** Apply benson relaxation therapy in nursing care to post sectio caesarea mothers who experience pain. **Method:** The method used is qualitative research with a case study approach on 3 post sectio caesarea patients by applying Benson relaxation therapy. **Results:** There were four nursing problems found in all three post sectio caesarea patients with the main nursing problem being acute pain. The results of the nonpharmacological intervention, namely Benson relaxation therapy carried out for 10-15 minutes every day, found that there was a decrease of 3 to 4 points on the pain scale in the three patients. **Discussion:** The results of the study found that pain is the main complaint experienced by the three post sectio caesarea patients, so that the main nursing diagnosis is acute pain. Benson's relaxation therapy was given to all three post sectio caesarea patients as a nonpharmacological therapy to reduce pain. Benson relaxation therapy is a deep breath relaxation technique accompanied by the addition of an element of confidence in the form of words that has a calming, relaxing effect, and can reduce pain by increasing endorphin production and inhibiting pain impulses. There was a decrease in pain intensity from severe and moderate pain to mild pain after Benson's relaxation therapy. **Conclusion:** Benson's relaxation therapy is effective in reducing the pain experienced by post sectio caesarean patients.

**Keywords:** Pain, Sectio caesarea, Benson relaxation.

**Bibliography:** 66 (2015-2023).

# BAB I

## PENDAHULUAN

### A. Latar Belakang

*Sectio caesarea* merupakan tindakan medis yang diperlukan untuk membantu persalinan yang tidak bisa dilakukan secara normal akibat masalah kesehatan ibu ataupun kondisi janin. Tindakan ini diartikan sebagai pembedahan untuk melahirkan janin dengan membuka dinding perut dan dinding uterus atau histerotomi untuk melahirkan janin dari dalam rahim (Arda & Hartaty, 2021). *Sectio caesarea* adalah salah satu jenis persalinan melalui sayatan terbuka pada perut (laparotomi) dan sayatan pada rahim (histerotomi) untuk melahirkan bayi (Wahyu, 2018).

World Health Organization (WHO) menyatakan bahwa di beberapa negara kejadian *sectio caesarea* meningkat tajam (WHO, 2021). Trend persalinan di Indonesia melalui tindakan *sectio caesarea* meningkat pesat melewati standar persalinan *sectio caesarea* yang telah ditetapkan oleh WHO untuk setiap Negara yang hanya 15%. Data dari Riset Kesehatan Dasar (Riskesdas) Republik Indonesia, terjadi peningkatan tindakan *sectio caesarea* dari 15,3% pada 7.440 persalinan di tahun 2013 menjadi 17,6% dari 78.736 persalinan di tahun 2018 dan angka ini diperkirakan akan meningkat setiap tahunnya (Riskesdas, 2018).

Tindakan operasi *sectio caesarea* dapat menimbulkan rasa nyeri akibat adanya insisi atau robekan pada jaringan di perut yang menyebabkan terputusnya kontuitas jaringan, sehingga pasien akan merasakan nyeri karena adanya luka insisi tersebut (Suryanti & Sharief, 2023). Nyeri merupakan suatu pengalaman sensori dan emosional yang tidak menyenangkan akibat kerusakan jaringan secara aktual maupun potensial (Kartaatmadja & Suherman, 2023). Intensitas nyeri yang dialami oleh pasien *post sectio caesarea* akan mulai terasa setelah efek anestesi menghilang (Febrianti & Machmudah, 2021). Karyati (2018) menerangkan bahwa efek anestesi spinal akan mulai hilang setelah 6 hingga 8 jam setelah operasi dan respon nyeri akan semakin terasa setelah 12 jam.

Nyeri pasca operasi *sectio caesarea* apabila tidak ditangani akan menimbulkan reaksi fisik dan psikologi seperti mobilisasi terbatas, *bounding attachment* (ikatan kasih sayang) terganggu, *activity of daily living* terganggu, (Tahapary *et al.*, 2022). Kemenkes (2022) juga menerangkan bahwa nyeri yang dirasakan oleh pasien tanpa tatalaksana yang tepat dapat mengakibatkan proses pemulihan dan hospitalisasi pasien menjadi lebih lama serta tingkat komplikasi yang tinggi, sehingga perlu adanya cara untuk mengurangi rasa nyeri tersebut. Terapi relaksasi benson merupakan salah satu terapi non farmakologi yang dapat diterapkan pada pasien *post sectio caesarea* untuk mengurangi rasa nyeri (Batubara dkk., 2016; Febiantri dkk., 2021; Haris dkk., 2019; Morita dkk., 2020; Novita dkk., 2022; Parmar dkk., 2021, Wahyu, 2018; Warsono dkk. 2019).

Upaya untuk mengurangi rasa nyeri dapat dilakukan dengan menggunakan dua metode yaitu secara farmakologi dan nonfarmakologi. Penanganan nyeri secara farmakologi memiliki kelebihan berupa rasa nyeri yang lebih cepat hilang, namun penggunaan obat pereda nyeri yang digunakan dalam jangka panjang dapat menimbulkan efek samping seperti gangguan fungsi ginjal. Penanganan nyeri dengan secara non farmakologi dapat menurunkan nyeri secara berangsur-angsur dan tidak memiliki efek samping dalam jangka pendek maupun jangka panjang (Yanti & Kristiana, 2019). Oleh karena itu, diperlukan kombinasi antara penatalaksanaan farmakologis dan nonfarmakologis berupa terapi relaksasi benson untuk menurunkan intensitas nyeri serta tidak memperpanjang waktu pemulihan (Nugroho & Suyanto, 2023).

Terapi relaksasi benson merupakan pengembangan metode relaksasi pernafasan dengan melibatkan faktor keyakinan pasien yaitu melalui kata-kata yang menenangkan sesuai dengan agama yang dianut pasien (Sagala, 2018). Terapi relaksasi benson memiliki manfaat yaitu membuat tubuh menjadi rileks dan mengurangi nyeri karena meningkatnya produksi hormon endorpine (Batubara, Indrani & Siregar, 2016). Teknik relaksasi benson merupakan terapi non farmakologi yang mudah dilakukan dalam kondisi apapun serta tidak memiliki efek samping (Sagala, 2018). Terapi relaksasi

benson bukanlah terapi pengganti farmakologi, namun diberikan sebagai terapi pendamping farmakologi agar dapat mempersingkat episode nyeri (Norma, Rasyid & Samaran, 2019).

Berdasarkan uraian di atas, peneliti tertarik untuk membahas tentang “Penerapan Terapi Relaksasi Benson Untuk Mengurangi Nyeri *Post Sectio Caesare*.”

## **B. Tujuan Penulisan**

### **1. Tujuan Umum**

Melakukan penerapan terapi relaksasi benson dalam asuhan keperawatan pada pasien *post sectio caesaria* yang mengalami nyeri di Ruang Enim 2 RSUP Mohammad Hoesin Palembang.

### **2. Tujuan Khusus**

- a. Memberikan gambaran pengkajian keperawatan yang dilakukan pada asuhan keperawatan pasien *post sectio caesarea* dengan menggunakan terapi relaksasi benson di Ruang Enim 2 RSUP Mohammad Hoesin Palembang.
- b. Memberikan gambaran diagnosis keperawatan yang muncul pada asuhan keperawatan pasien *post sectio caesarea* dengan menggunakan terapi relaksasi benson di Ruang Enim 2 RSUP Mohammad Hoesin Palembang.
- c. Memberikan gambaran rencana intervensi dan implementasi keperawatan pada asuhan keperawatan pasien *post sectio caesarea* dengan menggunakan terapi relaksasi benson di Ruang Enim 2 RSUP Mohammad Hoesin Palembang.
- d. Memberikan gambaran evaluasi keperawatan pada asuhan keperawatan pasien *post sectio caesarea* dengan menggunakan terapi relaksasi benson di Ruang Enim 2 RSUP Mohammad Hoesin Palembang.
- e. Memaparkan informasi *Evidence Based* pada area keperawatan maternitas mengenai penerapan terapi relaksasi benson terhadap

penurunan nyeri pada pasien *post sectio caesarea* di Ruang Enim 2 RSUP dr.Mohammad Hoesin Palembang.

### **C. Manfaat Penulisan**

#### **1. Bagi Profesi Keperawatan**

Karya tulis ilmiah ini diharapkan dapat menjadi ilmu pengetahuan bagi perawat dalam memberikan asuhan keperawatan berupa manajemen nyeri dengan menggunakan terapi relaksasi benson pada ibu *post sectio caesarea*.

#### **2. Bagi Institusi Pendidikan**

Karya tulis ilmiah ini diharapkan dapat menjadi bahan pertimbangan bagi institusi dalam pengembangan ilmu keperawatan maternitas untuk memberikan asuhan keperawatan pada ibu *post sectio caesarea* dengan menggunakan terapi relaksasi benson.

#### **3. Bagi Pasien**

Karya tulis ilmiah ini diharapkan dapat memberikan informasi kepada ibu *post sectio caesarea* mengenai manfaat terapi relaksasi benson dalam mengurangi nyeri *post sectio caesarea*.

#### **4. Bagi Mahasiswa Keperawatan**

Karya tulis ilmiah ini diharapkan dapat menjadi suatu pengetahuan baru, menambah wawasan dan meningkatkan *critical thinking* bagi pembaca mengenai gambaran pelaksanaan asuhan keperawatan pada pasien *post sectio caesarea* dengan menggunakan terapi relaksasi benson.

### **D. Metode penulisan**

Metode penulisan dalam penulisan Karya ilmiah adalah dengan metode kualitatif dengan pendekatan studi kasus. Langkah pelaksanaan studi kasus dilakukan melalui beberapa tahapan sebagai berikut:

1. Penerapan terapi relaksasi benson dalam asuhan keperawatan yang dilakukan pada tiga pasien *post sectio caesarea* dengan masalah keperawatan yang sama yaitu nyeri akut.

2. Tahapan dalam pelaksanaan studi kasus:
  - a. Melakukan analisis teori melalui studi literatur mengenai permasalahan yang kemungkinan dapat ditemukan pada pasien *post sectio caesarea* dengan mengumpulkan 10 artikel penelitian tentang terapi relaksasi benson yang akan diterapkan pada pasien dengan menggunakan konsep *evidence based practice*.
  - b. Menggunakan format asuhan keperawatan maternitas yang terdiri pengkajian, analisa data, penegakkan diagnosis keperawatan, perencanaan intervensi, implementasi dan evaluasi keperawatan yang sesuai dengan konsep permasalahan pada pasien *post sectio caesarea*.
  - c. Menegakan diagnosis keperawatan berdasarkan panduan SDKI (Standar Diagnosa Keperawatan Indonesia), tujuan dan kriteria hasil berdasarkan panduan SLKI (Standar Luaran Keperawatan Indonesia), serta rencana keperawatan dan implementasi berdasarkan panduan SIKI (Standar Intervensi Keperawatan Indonesia).
  - d. Mengaplikasikan asuhan keperawatan pada 3 pasien kelolaan yang mengalami nyeri akut *post operasi sectio caesarea* dengan memberikan intervensi keperawatan berupa terapi relaksasi benson dari mulai pasien masuk ke ruang rawat inap hingga pasien pulang dan melakukan evaluasi keperawatan pada ketiga kasus serta mengevaluasi keefektifan asuhan keperawatan yang diberikan.

## DAFTAR PUSTAKA

- Andayani, N., Eliyanti, Y., Ningsih, S. A. (2021). Pengaruh Relaksasi Benson terhadap Nyeri pada Pasien Post Operasi Benigna Prostat Hyperplezia (BPH) di RS Sobirin Kabupaten Musi Rawas. *Anjani Journal*. 1(1), 41–48. <https://doi.org/10.37638/anjani.1.2.41-48>
- Arda, D., & Hartaty, H. (2021). Penerapan Asuhan Keperawatan Post *Op Sectio Caesarea* dalam Indikasi Preeklampsia Berat. *Jurnal Ilmiah Kesehatan Sandi Husada*, 10(2), 447-451. <https://doi.org/10.35816/jiskh.v10i2.631>
- Astutiningrum, D., & Fitriyah, F. (2019). Penerapan Tehnik Relaksasi Benson untuk Menurunkan Nyeri pada Pasien Post *Sectio Caesarea*. In *Prosiding University Research Colloquium*. 934-938.
- Aulya, Y., Novelia, S., & Isnaeni, A. (2021). Perbedaan Kejadian Infeksi Luka Operasi Antara Elektif SC Dengan Cito Sc di Rumah Sakit Harapan Jayakarta Tahun 2019. *Journal for Quality in Women's Health*, 4(1), 115-122. <https://doi.org/10.30994/jqwh.v4i1.112>
- Batubara, I., Harahap, E. I., & Siregar, R. (2016). Pengaruh Relaksasi Benson Terhadap Nyeri Pada Pasien Post Seksio Sesaria Di Rsud Kota Padangsidempuan. *Jurnal Ilmiah PANNMED*, 10(3), 301-304.
- Cahyawati, F. E., & Wahyuni, A. (2023). Mobilisasi Dini Pada Ibu Postpartum Dengan Sectio Caesarea terhadap Penurunan Intensitas Nyeri Luka Operasi. *Jurnal Kesehatan Perintis*, 10(1), 44-52. <https://doi.org/10.33653/jkp.v10i1.951>
- Dewi, P. I. S., Astriani, N. M. Y., & Putu, Y. A. N. (2018). Pengaruh Terapi Relaksasi Benson Terhadap Intensitas Nyeri Pasien Post Operasi Benigna Prostat Hyperplasia. *Jurnal Kesehatan STIKes Buleleng*, 3(1), 12-16.
- Dharmayanti, L. (2019). Pengaruh Konsumsi Putih Telur Kukus terhadap Penyembuhan Luka Jahitan Post *Sectio Caesarea*. *Jurnal Keperawatan Dan Kebidanan*, 11(1), 5-5.
- Febiantri, N., & Machmudah, M. (2021). Penurunan Nyeri Pasien Post *Sectio Caesarea* Menggunakan Terapi Teknik Relaksasi Benson. *Ners Muda*, 2(2), 31. <https://doi.org/10.26714/nm.v2i2.6239>
- Hadinata, D & Awaludin, J.A. (2020). *Metodologi Keperawatan*. Bandung: Widina Bhakti Persada Bandung.
- Haris, A., Hidayanti, D., & Dramawan, A. (2019). Pemberian Relaksasi Benson Terhadap Penurunan Nyeri pada Ibu Post Partum *Sectio Caesarea* di RSUD

Bima. *Jurnal Analis Medika Biosains*, 4(2), 57-62.  
<https://doi.org/10.32807/jamb.v4i2.86>

Hartati, S., Ayuningtyas, F. L., Kherunnisa, K., Arnils, G., Chipojola, R., Ma'rifah, A. R & Huda, M. H. (2023). Efektivitas Relaksasi Benson Terhadap Intensitas Nyeri Dan Pemberian ASI Eksklusif Pada Ibu Pasca Seksio Sesarea. *Jurnal Ilmiah Keperawatan*, 7(1), 40-48.<https://doi.org/10.33366/nn.v7i1.2604>

Hayuni, A. (2023). Asuhan Keperawatan Pada Pasien Dengan Nyeri *Post Sectio Caesarea* Indikasi Ketuban Pecah Dini Menggunakan Terapi Relaksasi Benson Di Ruang Enim 2 Rsup Mohammad Hosein. *Karya ilmiah tidak dipublikasikan*. Palembang : Universitas Sriwijaya.

Herawati, T., Kania, D. A. P., & Utami, D. S. (2018). Pengetahuan Mobilisasi Pada Pasien Pasca Operasi Di Ruang Gelatik Dan Rajawali Di RSAU Dr. M. Salamun. *Jurnal Kesehatan Aeromedika*, 4(2): 83–89.  
<https://doi.org/10.58550/jka.v4i2.63>

Jumatrin, N. F., Herman, H., & Pane, M. D. (2022). Gambaran Indikasi Persalinan *Sectio Caesarea* di RSUD Kota Kendari Tahun 2018. *Jurnal Keperawatan*, 6(01), 01-05.<https://doi.org/10.46233/jk.v6i01.870>

Kartaatmadja, F. S. U., & Suherman, R. (2023). Pengaruh Teknik Relaksasi Nafas Dalam Terhadap Intensitas Nyeri Pasien Post Partum Sectio Caesarea Di Ruang Rawat Nifas Rsud Sekarwangi Sukabumi. *Media Informasi*, 19(1), 13-19. <https://doi.org/10.37160/bmi.v19i1.53>

Karyati, S. (2018). Efektivitas Mobilisasi Dini Terhadap Penurunan Skala Nyeri Post Operasi *Sectio Caesarea* Di RSUD Kudus. *In Prosiding University Research Colloquium*. 866-872.

Kakuhese, F. F., & Rambli, C. (2019). Penerapan teknik relaksasi aromaterapi lavender pada klien dengan nyeri Post Sectio Caesarea. *Jurnal Ilmiah Sesebanua*, 3(2), 52-58.

Kementerian Kesehatan Republik Indonesia. (2022). *Post Sc Dimasa Kini*..Jakarta : Direktorat Pengendalian Penyakit Tidak Menular Kementerian Kesehatan Republik Indonesia.[https://yankes.kemkes.go.id/view\\_artikel/100/post-sc-dimasa-kini](https://yankes.kemkes.go.id/view_artikel/100/post-sc-dimasa-kini)

Kementerian Kesehatan Republik Indonesia. (2022). *Mobilisasi Dini terhadap Penurunan Nyeri pada Pasien Post Operasi*. Jakarta : Direktorat Pengendalian Penyakit Tidak Menular Kementerian Kesehatan Republik Indonesia. [https://yankes.kemkes.go.id/view\\_artikel/1199/mobilisasi-dini-terhadap-penurunan-nyeri-pada-pasien-post-operasi-pentingkah](https://yankes.kemkes.go.id/view_artikel/1199/mobilisasi-dini-terhadap-penurunan-nyeri-pada-pasien-post-operasi-pentingkah)

- Lestari, I. N. (2022). Asuhan Keperawatan Pada Ny. A dengan *Post Sectio Caesarea* dalam Pemenuhan Kebutuhan Rasa Nyaman Di Rsu Aliyah I Kota Kendari. Poltekkes Kemenkes Kendari.
- Morita, K. M., Amelia, R., & Putri, D. (2020). Pengaruh Teknik Relaksasi Benson Terhadap Penurunan Nyeri Pada Pasien Post Operasi *Sectio Caesarea* di RSUD Dr. Achmad Mochtar Bukittinggi. *Jurnal Riset Hesti Medan Akper Kesdam I/BB Medan*, 5(2), 106-115. <https://doi.org/10.34008/jurhesti.v5i2.197>
- Mustika, Y., Mahati, E., & Ropyanto, C. B. (2019). Relaksasi Benson: Intervensi Mandiri Perawat Dengan Berbagai Manfaat. *Prosiding Universitas Diponegoro*, 1(1).
- Naili, N., & Heny, P. (2023). Penerapan Relaksasi Benson Untuk Menurunkan Nyeri Pada Pasien Dengan Post Operasi *Sectio Caesarea*. *Jurnal Manajemen Asuhan Keperawatan*, 7(1), 6-10. <https://doi.org/10.33655/mak.v7i1.143>
- Ningtyas, N. W. R., Fadillah, S., & Syahleman, R. (2020). Pengaruh Pemberian Kombiasi Ikan Gabus Dan Putih Telur Terhadap Kesembuhan Pasien Luka Post Operasi Laparatomi. *Jurnal Borneo Cendekia*, 4(1), 108-113.
- Norma, N., Rasyid, R. A., & Samaran, E. (2019). Pengaruh Tekhnik Relaksasi Genggam Jari Terhadap Penurunan Skala Nyeri Pada Klien Post Operasi Apendisitis Di Rsud Kabupaten Sorong Dan Rsud Sele Be Solu Kota Sorong. *Nursing Arts*, 13(2), 76-86. <https://doi.org/10.36741/jna.v13i2.100>
- Novita, N., Sumastri, H., & Sari, M. N. (2022). Pengaruh Teknik Benson Relaxation Terhadap Intensitas Nyeri Pada Ibu Post *Sectio Caesarea* di RSUD dr. HM Rabain Muara Enim. *Jurnal Kesehatan Poltekkes Palembang*, 17(1), 37-43. <https://doi.org/10.36086/jpp.v17i1.1160>
- Novita, R., & Saragih, M. (2019). Perbedaan Intensitas Nyeri Sebelum Dan Sesudah Ambulasi Dini Pada Ibu Postpartum Post Seksio Sesar. *Jurnal Kebidanan Dan Keperawatan Aisyiyah*, 10(1), 318–327. <https://doi.org/https://doi.org/10.33859/dksm.v10i1.390>
- Nugroho, R. K., & Suyanto, S. (2023). Meta-Analisis Pengaruh Pemberian Teknik Relaksasi Napas Dalam terhadap Rasa Nyeri pada Pasien Post Operasi. *Jurnal Penelitian Perawat Profesional*, 5(3), 1039-1048. <https://doi.org/10.37287/jppp.v5i3.1698>
- Nurarif, A. H. dan Kusuma, H. (2016). *Asuhan Keperawatan Praktis*. Yogyakarta: Medi Action.
- Parmar, R., & Tiwari, A. (2021). Effect of Benson's Relaxation Therapy on *Post Caesarean Sectio Pain and Stress: A Pilot Study*. *Journal of Clinical &*

*DiagnosticResearch*, 15(6).<https://doi.org/10.7860/JCDR/2021/48029.15020>

- Pinzon, R. T. (2016). *Pengkajian Nyeri*. Betha Grafika: Yogyakarta.
- Pilozzi, A., Carro, C., & Huang, X. (2020). Roles of  $\beta$ -Endorphin in Stress, Behavior, Neuroinflammation, and Brain Energy Metabolism. *International Journal Of Molecular Sciences*, 22(1), 338. <https://doi.org/10.3390/ijms22010338>
- Purba, A., Anggorowati, A., Sujianto, U., & Muniroh, M. (2021). Penurunan Nyeri *Post Sectio Caesarea* Melalui Teknik Relaksasi Benson dan Natural Sounds Berbasis Audio Visual. *Jurnal Keperawatan Silampari*, 4(2), 425-432.<https://doi.org/10.31539/jks.v4i2.1808>
- Purba, D., & Situmorang, T. (2021). Pengaruh ROM Terhadap Perubahan Nyeri Pada Pasie Post Op Ekstremitas Atas. *Jurnal Keperawatan Flora*, 14(1), 102-112.
- Ratnawati, R., & Utari, K. (2022). Efektifitas Tehnik Relaksasi Benson dalam Menurunkan nyeri *Post Sectio Cesarea* Ibu Pospartum. *Jurnal Ilmiah JKA*, 8(1), 49-51.<https://doi.org/10.58550/jka.v8i1.134>
- Riset Kesehatan Dasar (Riskesdas). (2018). *Laporan Nasional Riskesdas*. Badan Penelitian dan Pengembangan Kesehatan Kementerian RI.
- Rita, N. (2018). Hubungan Penyakit Penyerta Dengan Terjadinya Infeksi Nosokomial Luka Operasi Pada Pasien. *Jurnal Ilmu Kesehatan*, 2(2). 2597-8594.
- Rizani, A. (2023). Edukasi Perawatan Luka Pada Ibu Post Operasi Seksio Seksaria Di Wilayah Kerja Puskesmas Marabahan. *Jurnal Rakat Sehat: Pengabdian Kepada Masyarakat*, 2(1), 54-59. <https://doi.org/10.3964/jrs.v2i1.28>
- Rukmasari, E. A., Rohmatin, T., Amalia, P., Aziza, A. K., & Yusandi, S. (2023). Efektivitas Terapi Relaksasi Benson Terhadap Penurunan Nyeri Pada Ibu Post Partum *Sectio Caesarea*. *Jurnal Ilmiah Nasional*, 5(2), 65-72. <https://doi.org/10.54783/jin.v5i2.710>
- Sagala, D. S. P. (2018). Pengaruh Teknik Relaksasi Benson Terhadap Tingkat Stres Pada Lansia Di Ruang Rawat Inap RSUD Bhayangkara Tebing-Tinggi. *Jurnal Ilmiah Keperawatan IMELDA*, 4(1), 68-74.<https://doi.org/10.52943/jikeperawatan.v4i1.287>
- Santoso, A. I., Firdaus, A. D., & Mumpuni, R. Y. (2022). Penurunan Skala Nyeri Pasien Post Operasi *Sectio Caesarea* dengan Teknik Mobilisasi Dini. *Jurnal*

- Sari, R., & Anggorowati, A. (2020). Intervensi Non Farmakologi untuk Meningkatkan Kualitas Tidur Postpartum: Kajian Literatur. *Holistic Nursing and Health Science*, 3(2), 59-69. <https://doi.org/10.14710/hnhs.3.2.2020.59-69>
- Sari, D. N. (2022). Asuhan Keperawatan Pada Pasien Post Sectio Caesarea dengan Mobilisasi Dini. *Karya Ilmiah Akhir Terpublikasi*. Bengkulu: STIKes Saptabakti.
- Sinanto, R. A., & Djannah, S. N. (2020). Efektivitas Cuci Tangan Menggunakan Sabun Sebagai Upaya Pencegahan Infeksi. *Jurnal Kesehatan Karya Husada*, 8(2), 96-111. <https://doi.org/10.36577/jkhh.v8i2.403>
- Solehati, T. & Kosasih, C. (2015). *Konsep & Aplikasi Relaksasi dalam Keperawatan Maternitas*. Bandung : PT. Refika Aditama.
- Sri, K., Muhammad, H., & Dwi, A. (2018). Efektifitas mobilisasi dini terhadap Penurunan Skala Nyeri Post Operasi *Sectio Caesarea* Di RSUD Kudus. *Proceeding of URECOL*, 866– 872.
- Sung, S. & Heba, M. (2020). *Cesarean Section*. StatPearls, [www.ncbi.nlm.nih.gov/books/NBK546707/](http://www.ncbi.nlm.nih.gov/books/NBK546707/).
- Suryanti, S. & Sharief, S. A. (2023). Manajemen Asuhan Kebidanan Post Sectio Caesarea pada Ny. D dengan Nyeri Luka Operas. *Window of Midwifery Journal*, 1-11.
- Suyati, S. (2021). Hubungan Hidrasi Luka Dan Penyakit Penyerta Dm Dengan Lamanya Penyembuhan Luka Pada Pasien Post *Sectio Caesarea* Di Rsud Batara Guru Belopa Tahun 2021. *Jurnal Kesehatan Luwu Raya*, 8(1), 72-77.
- Sylvia, E., & Rasyada, A. (2023). Mobilisasi Dini Terhadap Penurunan Intensitas Nyeri Post Operasi *Sectio Caesarea*. *Babul Ilmi Jurnal Ilmiah Multi Science Kesehatan*, 15(1), 74-85 <https://doi.org/10.36729/bi.v15i1.1064>
- Tahapary, W., Nursanti, I., & Widagdo, G. (2022). Efek Pemberian Paket Kasih terhadap Keberlanjutan Bounding Attachment pada Ibu *Post Sectio Caesarea*. *Journal of Telenursing*, 4(1), 78-83. <https://doi.org/10.31539/joting.v4i1.2052>
- Tim Pokja SDKI DPP PPNI. (2018). *Standar Intervensi Keperawatan Indonesia*. Jakarta: DPP PPNI.
- Tim Pokja SDKI DPP PPNI. (2017). *Standar Diagnosa Keperawatan Indonesia*. Jakarta: DPP PPNI.

- Tim Pokja SDKI DPP PPNI. (2018). *Standar Luaran Keperawatan Indonesia*. Jakarta: DPP PPNI
- Utami, A. A. (2022). Gangguan Pertukaran Gas Pada Tn. S Dengan Pneumonia Di Ruang Intensive Care Unit (Icu) Rumah Sakit Bhayangkara Anton Soedjarwo. *Karya Ilmiah Akhir Terpublikasi*. Pontianak : Stik Muhammadiyah Pontianak
- Vevi, D. A. (2022). Asuhan Keperawatan Pada Pasien Ny. O Dengan Post Sectio Caesarea Di Ruang Rawat Inap Teratai Rsud Curup Tahun 2022. *Karya Ilmiah Akhir Terpublikasi*. Bengkulu: Poltekkes Kemenkes Bengkulu.
- Wahyu, A. (2018). Efektifitas Relaksasi Benson terhadap Penurunan Nyeri Pasien Pasca *Sectio Caesarea*. *Jurnal Keperawatan Silampari*, 2(1), 236-251. <https://doi.org/10.31539/jks.v2i1.303>
- Wahyuningsih, D., Inayati, A., & Immawati, I. (2021). Penerapan Terapi Relaksasi Benson Untuk Menurunkan Kecemasan Pasien Gagal Ginjal Kronik. *Jurnal Cendikia Muda*, 2(1), 66-70.
- Wahyuni, A. K. (2019). Pengaruh Teknik Relaksasi Benson Terhadap Penurunan Skala Nyeri Pasien Post Sectio Caesarea Di Rs Bhayangkara Polda Bengkulu. *Skripsi Terpublikasi*. Bengkulu: Poltekkes Kemenkes Bengkulu.
- Warsono, W., Fahmi, F. Y., & Iriantono, G. (2019). Pengaruh Pemberian Teknik Relaksasi Benson terhadap Intensitas Nyeri Pasien Post Sectio Caesarea di RS PKU Muhammadiyah Cepu. *Jurnal Ilmu Keperawatan Medikal Bedah*, 2(1), 44-54. <https://doi.org/10.32584/jikmb.v2i1.244>
- WHO. (2021). *Provinsial Reproductive Health and MPS Profile of Indonesia*. <https://apps.who.int/iris/handle/10665/205696>
- Winarni, W., Dewi, A. S., Widarti, R., & Triyani, Y. (2023). Efektifitas Massage Aromaterapi Dalam Menurunkan Nyeri Dysmenorrhea Pada Remaja. *Termometer: Jurnal Ilmiah Ilmu Kesehatan dan Kedokteran*, 1(1), 208-220. <https://doi.org/10.55606/termometer.v1i1.1238>
- Windari, Y. (2020). Penerapan Teknik Relaksasi Benson Untuk Menurunkan Nyeri Pada Pasien Post *Sectio Caesarea*. *Karya Ilmiah Akhir Terpublikasi*. Poltekkes Kemenkes Palembang
- Yanti, D., & Kristiana, E. (2019, November). Efektifitas Relaksasi Teknik Benson Terhadap Penurunan Intensitas Nyeri Ibu Post Seksio Sesarea. In *Conference on Innovation and Application of Science and Technology*, 2 (1), 177-184.
- Zaharany, T. A. (2022). Asuhan Keperawatan Pada Ibu Post Partum *Sectio Caesarea* Dengan Penyulit Malpresentasi Janin di Rumah Sakit Wilayah

Kerja Depok. *Indonesian Journal of Nursing Scientific*, 2(1), 43-52. <https://doi.org/10.58467/ijons.v2i1.18>.