

**KARYA TULIS ILMIAH**

**IMPLEMENTASI RELAKSASI BENSON PADA IBU *POST SECTIO*  
*CAESAREA* UNTUK MENGURANGI INTENSITAS NYERI  
DI RUANG SALMON RSUD PANDEGA  
PANGANDARAN**

**AJENG PUTRI AGUSMAN**  
**NIM.P2.06.20.1.22.041**

**PROGRAM STUDI DIPLOMA III KEPERAWATAN**

**JURUSAN KEPERAWATAN**  
**POLITEKNIK KESEHATAN TASIKMALAYA**  
**KEMENTERIAN KESEHATAN REPUBLIK INDONESIA**  
**TAHUN 2025**







## **KARYA TULIS ILMIAH**

### **IMPLEMENTASI RELAKSASI BENSON PADA IBU *POST SECTIO* *CAESAREA* UNTUK MENGURANGI INTENSITAS NYERI DI RUANG SALMON RSUD PANDEGA PANGANDARAN**

Diajukan dalam rangka memenuhi salah satu syarat untuk  
memperoleh gelar Ahli Madya Keperawatan  
Pada Program Studi Keperawatan  
Tasikmalaya

**AJENG PUTRI AGUSMAN**

**NIM. P2.06.20.1.22.041**

**PROGRAM STUDI DIPLOMA III KEPERAWATAN**

**JURUSAN KEPERAWATAN**

**POLITEKNIK KESEHATAN TASIKMALAYA**

**KEMENTERIAN KESEHATAN REPUBLIK INDONESIA**

**TAHUN 2025**

## LEMBAR PERSTUJUAN

**JUDUL** :IMPLEMENTASI RELAKSASI BENSON  
PADA IBU *POST SECTIO CAESAREA* UNTUK  
MENGURANGI INTENSITAS NYERI DI  
RUANG SALMON RSUD PANDEGA  
PANGANDARAN

**PENYUSUN** : AJENG PUTRI AGUSMAN  
**NIM** : P2.06.20.1.22.041

Karya Tulis Ilmiah ini telah diperiksa dan disetujui

Oleh Pembimbing untuk diujikan

Tasikmalaya, 20 Mei 2025

Pembimbing

Pembimbing I



**Dr. Tetet Kartilah, S.Kp, M.Kes**  
NIP.19690715199202032002

Pembimbing II



**Tetik Nurhayati, S.Kep, Ners., M.Kep**  
NIP. 198701122019022001

## LEMBAR PENGESAHAN

**JUDUL** :IMPLEMENTASI RELAKSASI BENSON  
PADA IBU *POST SECTIO CAESAREA* UNTUK  
MENGURANGI INTENSITAS NYERI DI  
RUANG SALMON RSUD PANDEGA  
PANGANDARAN

**PENYUSUN** : AJENG PUTRI AGUSMAN  
**NIM** : P2.06.20.1.22.041

Karya Tulis Ilmiah ini dipertahankan di Depan Dewan Penguji  
Pada Sidang Hasil Karya Tulis Ilmiah  
Tasikmalaya, 21 Mei 2025

Penguji  
Ketua

Dr. Tetet Kartilah, S.Kp, M.Kes  
NIP.19690715199202032002

Anggota

Tetik Nurhayati, S.Kep, Ners., M.Kep  
NIP. 198701122019022001

Anggota

Sofia Februanty, S.Kep, Ners., M.Kep  
NIP. 198202062002122002



Mengetahui:  
Ketua Jurusan Keperawatan Tasikmalaya

Ridwan Kustiawan, Ns., M.Kep, Sp.KepJiwa  
NIP. 197504142006041007

Mengesahkan:  
Ketua Program Studi D-III Keperawatan  
Tasikmalaya

Sofia Februanty, S.Kep, Ners., M.Kep  
NIP. 198202062002122002

## KATA PENGANTAR

Puji dan syukur penulis panjatkan ke hadirat Allah SWT atas rahmat dan karunia-Nya. Sholawat dan salam semoga selalu dilimpahkan kepada Rasulullah Muhammad SAW, yang telah memungkinkan penulis menyelesaikan Karya Tulis Ilmiah berjudul "Implementasi Relaksasi Benson Pada Ibu *Post Sectio Caesarea* Untuk Mengurangi Intensitas Nyeri Di Ruang Salmon RSUD Pandega Pangandaran."

Penulis mengucapkan terima kasih kepada semua pihak yang telah membantu dalam penyusunan Karya Tulis Ilmiah ini. Bimbingan dan arahan dari berbagai pihak sangat berarti dalam proses ini. Pada kesempatan ini penulis mengucapkan terima kasih kepada:

1. Ibu Dini Mariani, S.Kep, Ners, M.Kep selaku Direktur Poltekkes KemenkesTasikmalaya.
2. Bapak Ridwan Kustiawan, Ns, M.Kep. Sp.Kep.J selaku Ketua JurusanKeperawatan Poltekkes Kemenkes Tasikmalaya.
3. Ibu Sofia Februanti S.kep. Ners, M.Kep selaku Ketua Program Studi D-IIIKeperawatan Poltekkes Kemenkes Tasikmalaya.
4. Ibu Dr. Tetet Kartilah, S.Kp., M.Kes selaku pembimbing I yang telahmembimbing penulis dengan saran serta motivasi selama penyusunan Proposal Karya Tulis Ilmiah ini.
5. Ibu Tetik Nurhayati, S.Kep., Ns., M.Kep selaku pembimbing II yang telahmembimbing penulis dengan saran serta motivasi selama penyusunan Proposal Karya Tulis Ilmiah ini.
6. Untuk kedua orang tercinta, pintu surga dan cinta pertama penulis. Sehat selalu,hidup lebih lama, lebih bahagia Ibu Papap, *gomawo & saranghae*.
7. Untuk tiga keponakan tersayang, Beryl Muhammad, Muhammad Ukkasyaah,dan Muhammad Akhnuukh yang selalu menjadi tawa dan pelepas penat selama penulisan Karya Tulis Ilmiah ini. *Love you both*.

8. Terima kasih untuk Ajeng Putri Agusman, selalu kembali berjuang sampai ditahap ini. Semoga selalu sehat, *be the happiest endless person*.
9. Terima kasih kepada semua pihak yang tidak bisa disebutkan satu persatu yang telah membantu memberikan doa dan semangat kepada penulis dalam penulisan Karya Tulis Ilmiah ini.

Penulis menyadari bahwa Karya Tulis Ilmiah ini masih memerlukan perbaikan. Oleh karena itu, saran dan kritik yang membangun sangat diharapkan. Semoga karya ini dapat memberikan manfaat dalam pengembangan ilmu pengetahuan di masa depan.

Tasikmalaya, 5 Mei 2025

Penulis,

A handwritten signature in dark ink, featuring a stylized, cursive 'A' followed by a vertical line and a small '2' at the bottom.

**AJENG PUTRI AGUSMAN**

NIM. P.2.06.20.1.22.041

## ABSTRAK

### **“Implementasi Relaksasi Benson Pada Ibu *Post Sectio Caesarea* Untuk Mengurangi Intensitas Nyeri Di Ruang Salmon RSUD Pandega Pangandaran”**

**Ajeng Agusman<sup>1</sup>**

**Tetet Kartilah<sup>2</sup>**

**Tetik Nurhayati<sup>3</sup>**

*Sectio caesarea* adalah persalinan yang melibatkan pembuatan sayatan terbuka di perut dan sayatan rahim untuk melahirkan bayi, karena adanya kesulitan medis tambahan. Persalinan ini biasanya dilakukan ketika ibu tidak dapat melahirkan melalui vagina, dampak dari persalinan ini ibu akan mengalami nyeri akibat luka sayatan di bagian perut. Tujuan dari penulisan Karya Tulis Ilmiah ini adalah mampu menggambarkan implementasi relaksasi Benson pada ibu *post sectio caesarea* dalam mengurangi intensitas nyeri. Jenis desain dari Karya Tulis Ilmiah ini adalah studi kasus dengan pendekatan deskriptif kualitatif menggunakan teknik observasi partisipatif dimana membandingkan kedua klien ibu *post partum sectio caesarea*, serta mengobservasi penurunan intensitas nyeri. Perubahan skala nyeri dengan implementasi relaksasi Benson diukur menggunakan *numeric rating scale* (NRS). Hasil dilakukannya asuhan keperawatan asuhan keperawatan selama 3 hari berturut-turut dengan durasi 10 menit dalam 1 kali intervensi, terdapat penurunan skala nyeri. Pada klien 1 *pra*-intervensi skala nyeri 6 dan *post* intervensi skala nyeri menjadi 2. Sedangkan klien 2 *pra*-intervensi skala nyeri 6 dan *post*-intervensi skala nyeri menjadi 1. Kesimpulan dari Karya Tulis Ilmiah ini, bahwa relaksasi Benson berpengaruh untuk mempercepat penurunan intensitas nyeri pada ibu *post partum sectio caesarea*. Diharapkan relaksasi Benson ini bisa di terapkan sebagai manajemen nyeri pada ibu *post partum*.

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

**Kementerian Kesehatan Republik Indonesia  
Poltekkes Kemenkes Tasikmalaya<sup>123</sup>**

## **ABSTRACT**

**“Implementation of Benson Relaxation for Post Sectio Caesarea Mothers  
To Reduce Pain Intensity  
in the Salmon Room of Pandega Pangandaran Hospital”**

**Ajeng Agusman<sup>1</sup>**

**Tetet Kartilah<sup>2</sup>**

**Tetik Nurhayati<sup>3</sup>**

Sectio caesarea is a delivery that involves making an open cut in the abdomen and incision of the uterus to deliver the baby, due to additional medical difficulties. This delivery is usually done when the mother cannot give birth vaginally, the impact of this delivery the mother will experience pain due to the incision wound in the abdomen. The purpose of writing this scientific paper was to be able to describe the implementation of Benson relaxation in post sectio caesarea mothers in reducing pain intensity. The design type of this scientific paper was a case study with a qualitative descriptive approach using participatory observation techniques which compares the two clients of post partum sectio caesarea mothers, and observes a decrease in pain intensity. Changes in pain scale with the implementation of Benson relaxation are measured using a numeric rating scale (NRS). The results of conducting nursing care for 3 consecutive days with a duration of 10 minutes in 1 intervention, there was a decrease in the pain scale. In client 1 pre-intervention pain scale 6 and post intervention pain scale to 2. While client 2 pre-intervention pain scale 6 and post-intervention pain scale to 1. The conclusion of this Scientific Writing, that Benson relaxation has an effect to accelerate the decrease in pain intensity in post partum sectio caesarea mothers. It is hoped that Benson relaxation can be applied as pain management in post partum mothers.

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

**Ministry of Health of the Republic of Indonesia  
Poltekkes Kemenkes Tasikmalaya<sup>123</sup>**

## DAFTAR ISI

|                                                    | Halaman    |
|----------------------------------------------------|------------|
| <b>LEMBAR PERSTUJUAN.....</b>                      | <b>iii</b> |
| <b>LEMBAR PENGESAHAN.....</b>                      | <b>iv</b>  |
| <b>SURAT PERNYATAAN KEASLIAN PENULISAN.....</b>    | <b>v</b>   |
| <b>SURAT PERNYATAAN PERSETUJUAN PUBLIKASI.....</b> | <b>vi</b>  |
| <b>KATA PENGANTAR.....</b>                         | <b>vii</b> |
| <b>ABSTRAK.....</b>                                | <b>ix</b>  |
| <b>ABSTRACT.....</b>                               | <b>x</b>   |
| <b>DAFTAR ISI.....</b>                             | <b>xi</b>  |
| <b>DAFTAR BAGAN.....</b>                           | <b>xv</b>  |
| <b>BAB I PENDAHULUAN.....</b>                      | <b>1</b>   |
| A. Latar Belakang.....                             | 1          |
| B. Rumusan Masalah.....                            | 4          |
| C. Tujuan Penelitian.....                          | 4          |
| D. Manfaat Karya Tulis Ilmiah.....                 | 5          |
| <b>BAB II TINJAUAN PUSTAKA.....</b>                | <b>6</b>   |
| A. Konsep Biomedik.....                            | 6          |
| B. Konsep Dasar Nyeri.....                         | 14         |
| C. Terapi Relaksasi Benson.....                    | 20         |
| D. Konsep Asuhan Keperawatan.....                  | 24         |
| E. Kerangka Teori.....                             | 37         |
| F. Kerangka Konsep Studi Kasus.....                | 37         |
| <b>BAB III METODE KARYA TULIS ILMIAH.....</b>      | <b>38</b>  |
| A. Desain Karya Tulis Ilmiah.....                  | 38         |
| B. Subjek Karya Tulis Ilmiah.....                  | 38         |
| C. Definisi Operasional/ Batasan Istilah.....      | 39         |
| D. Lokasi dan Waktu.....                           | 40         |
| E. Prosedur Penyusunan KTI.....                    | 40         |
| F. Teknik Pengumpulan Data.....                    | 42         |

|                                           |           |
|-------------------------------------------|-----------|
| G. Instrumen Pengumpulan Data.....        | 42        |
| H. Keabsahan Data.....                    | 44        |
| I. Analisis Data.....                     | 45        |
| J. Etika Penelitian.....                  | 45        |
| <b>BAB IV HASIL DAN PEMBAHASAN.....</b>   | <b>47</b> |
| A. Hasil.....                             | 47        |
| B. Pembahasan.....                        | 57        |
| <b>BAB V PENUTUP.....</b>                 | <b>66</b> |
| A. Kesimpulan.....                        | 66        |
| B. Saran.....                             | 67        |
| <b>DAFTAR PUSTAKA.....</b>                | <b>68</b> |
| <b>DAFTAR RIWAYAT HIDUP PENELITI.....</b> | <b>83</b> |

## DAFTAR TABEL

|                                                       | Halaman |
|-------------------------------------------------------|---------|
| Tabel 2.1 Intervensi Keperawatan.....                 | 32      |
| Tabel 3.1 Proses Penelitian.....                      | 44      |
| Tabel 4. 1 Karakteristik Klien.....                   | 48      |
| Tabel 4. 2 Data Fokus Hasil Pengkajian.....           | 49      |
| Tabel 4. 3 Analisa Data dan Diagnosa Keperawatan..... | 50      |
| Tabel 4. 4 Gambaran Intervensi Keperawatan.....       | 52      |
| Tabel 4. 5 Gambaran Implementasi.....                 | 53      |
| Tabel 4. 6 Evaluasi Keperawatan.....                  | 54      |
| Tabel 4. 7 Gambaran Relaksasi Benson.....             | 54      |
| Tabel 4. 8 Respon dan Perubahan Skala Nyeri.....      | 56      |

## DAFTAR GAMBAR

|                                                   | Halaman |
|---------------------------------------------------|---------|
| Gambar 2.1 <i>Visual Analog Scale</i> (VAS).....  | 17      |
| Gambar 2.2 <i>Numeric Rating Scale</i> (NRS)..... | 18      |
| Gambar 2.3 Wong Baker Pain Rating Scale .....     | 18      |

## DAFTAR BAGAN

|                                                | Halaman |
|------------------------------------------------|---------|
| Bagan 2.1 <i>Pathway Sectio Caesarea</i> ..... | 13      |
| Bagan 2.2 Kerangka Tepri.....                  | 37      |
| Bagan 2.3 Konsep Studi Kasus.....              | 37      |

## DAFTAR LAMPIRAN

|                                                                      | Halaman |
|----------------------------------------------------------------------|---------|
| <i>Lampiran 1 Penjelasan Sebelum Pelaksanaan KTI/TA.....</i>         | 72      |
| <i>Lampiran 2 Informed Consent Responden 1.....</i>                  | 73      |
| <i>Lampiran 3 Informed Consent Responden 2.....</i>                  | 74      |
| <i>Lampiran 4 Standar Operational Prosedur Relaksasi Benson.....</i> | 75      |
| <i>Lampiran 5 Lembar Observasi Klien 1.....</i>                      | 78      |
| <i>Lampiran 6 Lembar Observasi Klien 2.....</i>                      | 79      |
| <i>Lampiran 7 Dokumentasi Klien 1.....</i>                           | 80      |
| <i>Lampiran 8 Dokumentasi Klien 2.....</i>                           | 81      |
| <i>Lampiran 9 Hasil Pengecekan Plagiarisme.....</i>                  | 82      |