

**PELAKSANAAN TEKNIK RELAKSASI BENSON PADA IBU
POST SECTIO CAESAREA ATAS INDIKASI KETUBAN
PECAH DINI DI RSUD ARJAWINANGUN**

KARYA TULIS ILMIAH



Oleh :

SYIFA FAUZIAH
NIM. P2.06.20.2.19.035

**KEMENTERIAN KESEHATAN REPUBLIK INDONESIA
POLITEKNIK KESEHATAN TASIKMALAYA
JURUSAN KEPERAWATAN TASIKMALAYA
PROGRAM STUDI KEPERAWATAN
CIREBON
2022**

**PELAKSANAAN TEKNIK RELAKSASI BENSON PADA IBU
POST SECTIO CAESAREA ATAS INDIKASI KETUBAN PECAH
DINI DI RSUD ARJAWINANGUN**

KARYA TULIS ILMIAH

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



Oleh :

SYIFA FAUZIAH
NIM. P2.06.20.2.19.035

**KEMENTERIAN KESEHATAN REPUBLIK INDONESIA
POLITEKNIK KESEHATAN TASIKMALAYA
JURUSAN KEPERAWATAN TASIKMALAYA
PROGRAM STUDI KEPERAWATAN
CIREBON
2022**

KATA PENGANTAR

Alhamdulillah, puji syukur penulis panjatkan kehadirat Allah SWT karena berkat, rahmat dan hidayah-Nya, penulis dapat menyelesaikan Karya Tulis Ilmiah yang berjudul “Pelaksanaan Teknik Relaksasi Benson Pada Ibu *Post Sectio Caesarea* Atas Indikasi Ketuban Pecah Dini Di RSUD Arjawinangun”. Karya Tulis Ilmiah ini disusun untuk memenuhi salah satu syarat dalam menyelesaikan pendidikan di Program Studi Diploma Tiga Keperawatan Poltekkes Kemenkes Tasikmalaya.

Dalam penyusunan Karya Tulis Ilmiah ini penulis tentunya membutuhkan bimbingan, pengetahuan dan dukungan dari berbagai pihak yang selama ini tulus dan ikhlas membantu penulis dalam menyelesaikan Karya Tulis Ilmiah ini. Dengan itu penulis mengucapkan terimakasih kepada :

1. Hj. Ani Radiati, S. Pd, M. Kes selaku direktur Poltekkes Kemenkes Tasikmalaya
2. Edi Ruhmadi, Skep, M.Kes selaku Ketua Program Studi Keperawatan Cirebon.
3. Ns. Sriyatin, APP, S.Kep, M.Kep selaku pembimbing utama yang telah memberikan waktu untuk membimbing dan mengarahkan dengan penuh kesabaran sehingga karya tulis ini dapat terselesaikan.
4. Hj. Badriah, SST, MPH selaku pembimbing II yang telah memberikan arahan dan bimbingan dengan penuh kesabaran.
5. Komarudin, S.Kp, M.Kep selaku pembimbing akademik yang senantiasa memotivasi penulis untuk selalu semangat berjuang di Politeknik Kesehatan Kemenkes Tasikmalaya.
6. Dosen dan seluruh staf pengajar di Program Studi Keperawatan Cirebon yang telah memberikan ilmu, bimbingan dan nasihat selama menempuh pendidikan.
7. Keluarga saya tercinta terutama bapak, ibu dan kakak yang selalu mendukung dan memberikan doa dari pertama masa perkuliahan sampai pembuatan tugas akhir.
8. Teman-teman Program Studi Keperawatan Cirebon angkatan 2019, kebersamaan dan perjuangan kita dalam menempuh pendidikan tidak akan pernah penulis lupakan.

9. Semua pihak yang tidak dapat disebutkan satu persatu yang telah banyak membantu baik langsung maupun tidak langsung dalam penyusunan Karya Tulis Ilmiah ini.

Penulis menyadari masih banyak kekurangan dalam Karya Tulis Ilmiah ini. Penulis mengharapkan saran dan kritik yang membangun dari semua pihak guna memperbaiki Karya Tulis Ilmiah ini agar lebih baik.

Cirebon, 17 Juni 2022

Penulis

POLITEKNIK KESEHATAN KEMENKES TASIKMALAYA

PROGRAM STUDI KEPERAWATAN CIREBON

Karya Tulis Ilmiah, Juni 2022

Pelaksanaan Teknik Relaksasi Benson Pada Ibu *Post Sectio Caesarea* Atas Indikasi Ketuban Pecah Dini di RSUD Arjawinangun

Syifa Fauziah ¹, Sriyatin ², Badriah ³

ABSTRAK

Latar belakang: klien dengan *post sectio caesarea* akan mengalami nyeri yang lebih tinggi yaitu sekitar 27% dibandingkan dengan persalinan normal 9%. Hal ini terjadi karena adanya sayatan pada dinding perut dan uterus akibat prosedur pembedahan, sehingga dapat menimbulkan rasa nyeri. Penatalaksanaan nyeri untuk klien *post sectio caesarea* dilakukan secara farmakologis dan non farmakologis. Salah satu teknik nonfarmakologis untuk mengurangi nyeri yaitu teknik relaksasi benson. Teknik ini dapat menghambat saraf simpatis sehingga mampu menurunkan konsumsi oksigen di dalam tubuh yang selanjutnya akan membuat otot-otot tubuh menjadi rileks, tubuh menjadi tenang, nyaman, dan membantu menurunkan nyeri. **Tujuan:** untuk mengetahui pelaksanaan teknik relaksasi benson pada ibu *post sectio caesarea*. **Metode:** karya tulis ilmiah ini menggunakan desain kualitatif dengan pendekatan studi kasus. Sampel yang digunakan yakni 2 orang klien *post sectio caesarea* atas indikasi ketuban pecah dini. **Hasil:** data dari studi kasus ini sebelum dan setelah dilakukan teknik relaksasi benson selama 3 hari pada ibu *post sectio caesarea* mengalami penurunan tingkat nyeri pada kedua klien yaitu dari nyeri berat menjadi nyeri ringan. **Kesimpulan:** setelah dilakukan teknik relaksasi benson, terdapat perubahan tingkat nyeri yang dirasakan oleh ibu *post sectio caesarea* yaitu dari nyeri berat menjadi nyeri ringan. **Saran:** diharapkan bisa menerapkan teknik relaksasi benson setiap kali klien merasakan nyeri pada luka *post sectio caesarea*.

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

¹ Mahasiswa Program Studi DIII Keperawatan Cirebon Poltekkes Kemenkes Tasikmalaya

^{2,3} Dosen Program Studi DIII Keperawatan Cirebon Poltekkes Kemenkes Tasikmalaya

**Implementation of Benson Relaxation Technique for *Post Sectio Caesarea*
Mothers on Indication of Premature Rupture of Membrans at Arjawinangun
Hospital**

Syifa Fauziah ¹, Sriyatin ², Badriah ³

Abstract

Background: clients with *post sectio caesarea* will experience higher pain, which is around 27% compared to 9% normal delivery. This occurs because of an incision in the abdominal wall and uterus due to a surgical procedure, which can cause pain. Pain management for post sectio caesarea clients is done pharmacologically and non-pharmacologically. One of the non-pharmacological techniques to reduce pain is the Benson relaxation technique. This technique can inhibit the sympathetic nerves so as to reduce oxygen consumption in the body which in turn will make the muscles of the body relax, the body becomes calm, comfortable, and helps reduce pain. **Purpose:** to determine the implementation of the Benson relaxation technique in *post sectio caesarea* mothers. **Methods:** this scientific paper uses a qualitative design with a case study approach. The samples used were 2 *post sectio caesarea* clients for indications of premature rupture of membranes. **Results:** the data from this case study before and after Benson's relaxation technique was performed for 3 days in *post sectio caesarea* mothers experienced a decrease in pain levels in both clients, from severe pain to mild pain. **Conclusion:** after using the Benson relaxation technique, there was a change in the level of pain felt by *post sectio caesarea* mothers, namely from severe pain to mild pain. **Suggestion:** it is expected to apply the Benson relaxation technique every time the client feels pain in the *post sectio caesarea* wound.

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

¹ Cirebon Nursing DIII Study Program Students Poltekkes Kemenkes Tasikmalaya

^{2,3} Lecturer of the Cirebon DIII Nursing Study Program Poltekkes Kemenkes Tasikmalaya

DAFTAR ISI

HALAMAN JUDUL	i
LEMBAR PERSETUJUAN	ii
LEMBAR PENGESAHAN	iii
SURAT PERNYATAAN ORISINALITAS / KEASLIAN TULISAN	iv
SURAT PERNYATAAN PERSETUJUAN PUBLIKASI	v
KATA PENGANTAR	vi
ABSTRAK	viii
ABSTRACT	ix
DAFTAR ISI	x
DAFTAR GAMBAR	xii
DAFTAR TABEL	xiii
DAFTAR BAGAN	xiv
DAFTAR DIAGRAM BATANG	xv
DAFTAR LAMPIRAN	xvi
BAB I PENDAHULUAN	1
1.1. Latar Belakang	1
1.2. Rumusan Masalah	3
1.3. Tujuan	4
1.4. Manfaat	4
BAB II TINJAUAN TEORI	6
2.1. Konsep <i>Post Partum</i>	6
2.1.1. Pengertian <i>Post Partum</i>	6
2.1.2. Tahapan <i>Post partum</i>	6
2.1.3. Perubahan Fisiologis <i>Post Partum</i>	7
2.2. Konsep <i>Sectio Caesarea</i>	11
2.2.1. Pengertian <i>Sectio Caesarea</i>	11
2.2.2. Indikasi	12
2.2.3. Jenis-jenis <i>Sectio Caesarea</i>	13
2.2.4. Patofisiologi	13
2.2.5. Manifestasi Klinik	16
2.2.6. Pemeriksaan penunjang	16
2.2.7. Penatalaksanaan Medis	17
2.3. Konsep Ketuban Pecah Dini	18
2.3.1. Pengertian Ketuban Pecah Dini	18
2.3.2. Etiologi	19
2.3.3. Manifestasi Klinis	20
2.3.4. Komplikasi	21
2.4. Konsep Nyeri	21
2.4.1. Pengertian Nyeri	21
2.4.2. Klasifikasi Nyeri	22
2.4.3. Faktor-faktor yang Mempengaruhi Nyeri	22
2.4.4. Karakteristik Nyeri	24
2.4.5. Pengukuran intensitas Nyeri	25
2.4.6. Penatalaksanaan Nyeri	27

2.5.	Konsep Relaksasi Benson.....	31
2.5.1.	Pengertian Relaksasi Benson.....	31
2.5.2.	Manfaat Relaksasi Benson.....	32
2.5.3.	Empat Elemen Dasar yang Mempengaruhi Relaksasi Benson	32
2.5.4.	Cara Kerja Teknik Relaksasi Benson.....	33
2.5.5.	Prosedur Tindakan Relaksasi Benson	33
2.6.	Konsep Asuhan Keperawatan <i>Post Sectio Caesarea</i>	34
2.6.1.	Pengkajian	34
2.6.2.	Diagnosa Keperawatan.....	41
2.6.3.	Intervensi Keperawatan.....	42
2.6.4.	Implementasi Keperawatan	47
2.6.5.	Evaluasi Keperawatan	47
2.7.	Kerangka Teori	48
	BAB III METODE KARYA TULIS ILMIAH	49
3.1.	Desain	49
3.2.	Subyek	49
3.3.	Definisi Operasional	50
3.4.	Lokasi dan Waktu	51
3.5.	Prosedur Penyusunan.....	51
3.6.	Teknik Pengumpulan Data	51
3.7.	Instrumen Pengumpulan Data	52
3.8.	Analisis Data.....	52
3.9.	Etika Penelitian.....	53
	BAB IV HASIL LAPORAN STUDI KASUS DAN PEMBAHASAN	55
4.1.	Hasil Laporan Studi Kasus	55
4.1.1.	Gambaran Lokasi.....	55
4.1.2.	Laporan Pelaksanaan.....	55
4.2.	Pembahasan	60
4.3.	Keterbatasan	64
4.4.	Implikasi Keperawatan	65
	BAB V PENUTUP	66
5.1.	Kesimpulan	66
5.2.	Saran	67
	DAFTAR PUSTAKA	68

DAFTAR GAMBAR

	Halaman
Gambar 2. 1 Skala Numerik.....	25
Gambar 2. 2 Skala Deskriptif.....	26
Gambar 2. 3 Skala Analog Visual.....	26

DAFTAR TABEL

	Halaman
Tabel 2. 1 Perubahan Uterus	7
Tabel 2. 2 Intervensi Keperawatan.....	43

DAFTAR BAGAN

	Halaman
Bagan 2. 1 <i>Pathway</i>	15
Bagan 2. 2 Kerangka Teori	48

DAFTAR DIAGRAM BATANG

	Halaman
Diagram Batang 4. 1 Tingkat Nyeri Klien Pertama Sebelum dan Setelah dilakukan Teknik Relaksasi Benson	59
Diagram Batang 4. 2 Tingkat Nyeri Klien Kedua Sebelum dan Setelah dilakukan Teknik Relaksasi Benson	59

DAFTAR LAMPIRAN

- Lampiran 1 Penjelasan Sebelum Pelaksanaan KTI/TA
- Lampiran 2 *Informed Consent*
- Lampiran 3 Asuhan Keperawatan *Post* Natal
- Lampiran 4 Lembar Observasi
- Lampiran 5 SOP Relaksasi Benson
- Lampiran 6 Lembar Konsultasi