



**ANALISIS ASUHAN KEPERAWATAN DENGAN INTERVENSI TEKNIK  
RELAKSASI BENSON DAN TERAPI MUSIK DALAM MENGATASI  
KECEMASAN PRE OPERASI *SECTIO CAESAREA* PADA IBU  
PRIMIGRAVIDA DI RSUD TARAKAN JAKARTA**

**KARYA ILMIAH AKHIR NERS**

**RAISHA ATHAYA RAGILITA**

**2410721024**

**UNIVERSITAS PEMBANGUNAN NASIONAL “VETERAN” JAKARTA  
FAKULTAS ILMU KESEHATAN  
PROGRAM STUDI PENDIDIKAN PROFESI NERS PROGRAM PROFESI  
2025**



**ANALISIS ASUHAN KEPERAWATAN DENGAN INTERVENSI TEKNIK  
RELAKSASI BENSON DAN TERAPI MUSIK DALAM MENGATASI  
KECEMASAN PRE OPERASI *SECTIO CAESAREA* PADA IBU  
PRIMIGRAVIDA DI RSUD TARAKAN JAKARTA**

**KARYA ILMIAH AKHIR NERS**

**Diajukan Sebagai Salah Satu Syarat Untuk Memperoleh Gelar Ners**

**RAISHA ATHAYA RAGILITA**

**2410721024**

**UNIVERSITAS PEMBANGUNAN NASIONAL “VETERAN” JAKARTA  
FAKULTAS ILMU KESEHATAN  
PROGRAM STUDI PENDIDIKAN PROFESI NERS PROGRAM PROFESI  
2025**

## PERNYATAAN ORISINALITAS

Karya Ilmiah Akhir Ners ini adalah hasil karya sendiri, dan semua sumber yang dikutip maupun yang dirujuk telah saya nyatakan benar.

Nama : Raisha Athaya Ragilita

NIM : 2410721024

Tanggal : 19 Mei 2025

Bilamana dikemudian hari ditemukan ketidaksesuaian dengan pernyataan saya ini, maka saya bersedia dituntut dan diproses sesuai dengan ketentuan yang berlaku.

Jakarta, 19 Mei 2025

Yang Menyatakan,



10000  
MEETER  
TEMPEL  
5C3AMX157235199  
(Raisha Athaya Ragilita)

## **PERNYATAAN PERSETUJUAN PUBLIKASI KIA UNTUK KEPENTINGAN AKADEMIS**

---

Sebagai civitas akademik Universitas Pembangunan Nasional “Veteran” Jakarta, saya yang bertanda tangan di bawah ini:

Nama : Raisha Athaya Ragilita  
NIM : 2410721024  
Fakultas : Fakultas Ilmu Kesehatan  
Program Studi : Pendidikan Profesi Ners Program Profesi

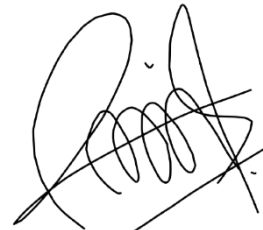
Demi pengembangan ilmu pengetahuan, menyetujui untuk memberikan kepada Universitas Pembangunan Nasional “Veteran” Jakarta Hak Bebas Royalti Non eksklusif (*Non-exclusive Royalty Free Right*) atas karya ilmiah saya yang berjudul: “Analisis Asuhan Keperawatan dengan Intervensi Teknik Relaksasi Benson dan Terapi Musik dalam Mengatasi Kecemasan Pre Operasi *Sectio caesarea* pada Ibu Primigravida di RSUD Tarakan Jakarta”. Dengan Hak Bebas Royalti ini Universitas Pembangunan Nasional “Veteran” Jakarta berhak menyimpan, mengalih, dan mempublikasikan hasil KIA saya selama tetap mencantumkan nama saya sebagai penulis/pencipta dan sebagai pemilik Hak Cipta.

Demikian pernyataan ini saya buat dengan sebenarnya.

Dibuat di: Jakarta

Pada tanggal: 19 Mei 2025

Yang menyatakan,



(Raisha Athaya Ragilita)

## PENGESAHAN

Karya Ilmiah Akhir Ners diajukan oleh:

Nama : Raisha Athaya Ragilita  
NIM : 2410721024  
Program Studi : Pendidikan Profesi Ners Program Profesi  
Judul Karya Ilmiah : Analisis Asuhan Keperawatan dengan Intervensi Teknik  
Relaksasi Benson dan Terapi Musik dalam Mengatasi  
Kecemasan Pre Operasi *Section caesarea* pada Ibu  
Primigravida di RSUD Tarakan Jakarta

Telah berhasil dipertahankan di hadapan Tim Penguji dan diterima sebagai bagian persyaratan yang diperlukan untuk memperoleh gelar Ners pada Program Studi Pendidikan Profesi Ners Program Profesi, Universitas Pembangunan Nasional "Veteran" Jakarta.

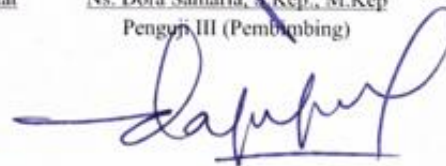


Desmawati, SKp., M.Kep., Sp.Kep.Mat., Ph.D  
Ketua Penguji



Desmawati, SKp., M.Kep., Sp.Kep.Mat., Ph.D  
Dekan FKES UPN "Veteran" Jakarta

Ns. Dora Samaria, S.Kep., M.Kep  
Pengji III (Pembimbing)



Ns. Cut Sarida Pompey, S.Kep., M.N.S  
Koordinator Program Studi  
Pendidikan Profesi Ners Program Profesi

Ditetapkan di: Jakarta

Tanggal Seminar: 19 Mei 2025

# **ANALISIS ASUHAN KEPERAWATAN DENGAN INTERVENSI TEKNIK RELAKSASI BENSON DAN TERAPI MUSIK DALAM MENGATASI KECEMASAN PRE OPERASI *SECTIO CAESAREA* PADA IBU PRIMIGRAVIDA DI RSUD TARAKAN JAKARTA**

**Raisha Athaya Ragilita**

## **Abstrak**

Kecemasan preoperatif merupakan salah satu masalah psikologis yang umum dialami oleh ibu primigravida menjelang tindakan *sectio caesarea* (SC). Kecemasan ini, jika tidak ditangani dengan tepat, dapat berdampak negatif terhadap proses persalinan dan kondisi fisiologis ibu dan janin. Menganalisis efektivitas penerapan teknik relaksasi Benson dan terapi musik sebagai intervensi keperawatan berbasis evidence-based nursing dalam mengurangi tingkat kecemasan preoperatif pada ibu primigravida yang akan menjalani tindakan *sectio caesarea*. Studi kasus menggunakan pendekatan pada dua pasien yang akan menjalani operasi SC. Intervensi dilakukan dengan teknik relaksasi Benson dan terapi musik selama 20 menit, dua jam sebelum tindakan. Setelah intervensi, terjadi penurunan tingkat kecemasan dari kategori sedang menjadi ringan berdasarkan skor State Anxiety Inventory (SAI). Pasien menunjukkan tanda-tanda fisiologis yang lebih stabil, perbaikan pola tidur, dan peningkatan kesiapan mental menghadapi operasi. Teknik relaksasi Benson dan terapi musik sebagai pendekatan nonfarmakologis dalam mengurangi kecemasan preoperatif pada ibu primigravida. Intervensi ini dapat diterapkan sebagai bagian dari asuhan keperawatan untuk meningkatkan kenyamanan dan kesiapan pasien menjelang tindakan bedah obstetri.

**Kata Kunci:** Kecemasan, Primigravida, Relaksasi Benson, *Sectio caesarea*, Terapi Musik

**ANALYSIS OF NURSING CARE WITH THE INTERVENTION  
OF BENSON RELAXATION TECHNIQUES AND MUSIC  
THERAPY IN OVERCOMING PREOPERATIVE SECTIO  
CAESAREA ANXIETY IN PRIMIGRAVIDA MOTHERS AT RSUD  
TARAKAN JAKARTA**

**Raisha Athaya Ragilita**

***Abstract***

*Preoperative anxiety is one of the common psychological problems experienced by primigravida mothers before sectio caesarea (SC). This anxiety, if not treated appropriately, can have a negative impact on the labor process and the physiological condition of the mother and fetus. To analyze the effectiveness of applying Benson relaxation technique and music therapy as evidence-based nursing interventions in reducing preoperative anxiety levels in primigravida mothers who will undergo SC. The case study used an approach to two patients who would undergo SC surgery. Intervention was conducted with Benson relaxation technique and music therapy for 20 minutes, two hours before the procedure. After the intervention, there was a decrease in anxiety level from moderate to mild category based on State Anxiety Inventory (SAI) score. Patients showed more stable physiological signs, improved sleep patterns, and increased mental readiness for surgery. Benson relaxation technique and music therapy as a nonpharmacological approach in reducing preoperative anxiety in primigravida mothers. These interventions can be applied as part of nursing care to improve patient comfort and readiness before obstetric surgery.*

**Keyword:** *Anxiety, Benson Relaxation, Music Therapy, Primigravida, Sectio caesarea*

## KATA PENGANTAR

Puji dan syukur penulis panjatkan kehadirat Allah SWT yang telah melimpahkan rahmat serta karunia-Nya sehingga penulis dapat menyusun karya ilmiah akhir dengan judul “Analisis Asuhan Keperawatan dengan Intervensi Teknik Relaksasi Benson dan Terapi Musik dalam Mengatasi Kecemasan Pre Operasi *Sectio caesarea* pada Ibu Primigravida di RSUD Tarakan Jakarta”.

Terima kasih penulis ucapkan kepada Prof. Dr. Anter Venus, MA, Comm selaku Rektor UPN “Veteran” Jakarta, selain itu penulis mengucapkan terima kasih kepada Desmawati, SKP, MKep, Sp.Mat, PhD selaku Dekan FIKES UPN “Veteran” Jakarta, dan Ns. Cut Sarida Pompey, S.Kep., M.N.S selaku kepala Program Studi Pendidikan Profesi Ners Program Profesi, dan Ns. Dora Samaria, S.Kep., M.Kep selaku dosen pembimbing karya ilmiah yang telah memberikan masukan dan membimbing penulis dalam proses penyusunan karya ilmiah ini, sehingga dapat selesai dengan baik.

Disamping itu, ucapan terima kasih penulis sampaikan kepada Bapak Legimin dan Ibu Eli Rismayani, serta seluruh keluarga yang selalu memberi dukungan kepada penulis. Kepada rekan seperjuangan Pendidikan Profesi Ners Program Profesi 2024 yang sudah berjuang bersama. Kepada sahabat penulis yang telah siap mendengarkan dan membantu penulis saat mengalami kendala selama proses penyusunan karya ilmiah. Kepada diri sendiri yang telah bersabar dan tetap berjuang dalam menyusun karya tulis ini sampai dapat diselesaikan dengan baik.

Penulis menyadari dalam proses penyusunan karya ilmiah akhir ini masih jauh dari kata sempurna, serta masih terdapat banyak kekurangan dan kesalahan didalamnya. Dengan demikian, segala kritik, masukan, dan saran akan memberikan kesempurnaan karya tulis ilmiah ini serta bermanfaat bagi penulis dan pembaca nantinya.

Jakarta, 19 Mei 2025

Penulis

Raisha Athaya Ragilita

## DAFTAR ISI

|                                                                         |        |
|-------------------------------------------------------------------------|--------|
| HALAMAN JUDUL.....                                                      | i      |
| PERNYATAAN ORISINALITAS.....                                            | ii     |
| PERNYATAAN PERSETUJUAN PUBLIKASI .....                                  | iii    |
| PENGESAHAN .....                                                        | iv     |
| ABSTRAK .....                                                           | v      |
| ABSTRACT.....                                                           | vi     |
| KATA PENGANTAR.....                                                     | vii    |
| DAFTAR ISI .....                                                        | ix     |
| DAFTAR TABEL.....                                                       | x      |
| DAFTAR SKEMA .....                                                      | xi     |
| DAFTAR LAMPIRAN .....                                                   | xii    |
| <br>BAB I PENDAHULUAN .....                                             | <br>1  |
| I.1 Latar Belakang .....                                                | 1      |
| I.2 Tujuan Penulisan.....                                               | 4      |
| I.3 Manfaat Penulisan.....                                              | 4      |
| <br>BAB II TINJAUAN PUSTAKA .....                                       | <br>6  |
| II.1 Konsep Kehamilan.....                                              | 6      |
| II.2 Konsep Kecemasan.....                                              | 15     |
| II.3 Konsep Teknik Relaksasi Benson dan Terapi Musik.....               | 23     |
| II.4 Jurnal Penelitian Terkait.....                                     | 26     |
| II.5 Konsep Asuhan Keperawatan .....                                    | 27     |
| <br>BAB III GAMBARAN KASUS .....                                        | <br>34 |
| III. 1 Pengkajian Keperawatan.....                                      | 34     |
| III. 2 Analisa Data.....                                                | 40     |
| III. 3 Diagnosa Keperawatan .....                                       | 43     |
| III. 4 Rencana Keperawatan.....                                         | 43     |
| III. 5 Implementasi Keperawatan.....                                    | 45     |
| III. 6 Evaluasi Keperawatan.....                                        | 48     |
| III. 7 Asuhan Keperawatan Kasus Resume.....                             | 51     |
| <br>BAB IV PEMBAHASAN.....                                              | <br>58 |
| IV. 1 Analisis Asuhan Keperawatan Berdasarkan Konsep Teoritis .....     | 58     |
| IV. 2 Analisis Penerapan Intervensi Sesuai Praktik Berbasis Bukti ..... | 60     |
| IV. 3 Implikasi .....                                                   | 63     |
| <br>BAB V PENUTUP.....                                                  | <br>64 |
| V.1 Kesimpulan .....                                                    | 64     |
| V.2 Saran .....                                                         | 65     |
| <br>DAFTAR PUSTAKA .....                                                | <br>67 |
| RIWAYAT HIDUP                                                           |        |
| LAMPIRAN                                                                |        |

## DAFTAR TABEL

|          |                                                                 |    |
|----------|-----------------------------------------------------------------|----|
| Tabel 1  | Intervensi Keperawatan Sesuai Teori .....                       | 39 |
| Tabel 2  | Pemeriksaan Fisik Pasien Kelolaan .....                         | 48 |
| Tabel 3  | Pemeriksaan Penunjang Pasien Kelolaan .....                     | 50 |
| Tabel 4  | Terapi Medis Pasien Kelolaan .....                              | 51 |
| Tabel 5  | Analisa Data Pasien Kelolaan .....                              | 51 |
| Tabel 6  | Diagnosa Keperawatan Pasien Kelolaan .....                      | 54 |
| Tabel 7  | Rencana Keperawatan Pasien Kelolaan .....                       | 55 |
| Tabel 8  | Implementasi Keperawatan Pasien Kelolaan .....                  | 57 |
| Tabel 9  | Evaluasi Keperawatan Pasien Kelolaan .....                      | 60 |
| Tabel 10 | Implementasi Pasien Resume .....                                | 64 |
| Tabel 11 | Evaluasi Keperawatan Pasien Resume .....                        | 67 |
| Tabel 12 | Hasil Intervensi Teknik Relaksasi Benson dan Terapi Musik ..... | 73 |

## DAFTAR SKEMA

|         |                                                                                                                |    |
|---------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----|
| Skema 1 | Kecemasan Pre Operasi <i>Sectio caesarea</i> .....                                                             | 32 |
| Skema 2 | Kecemasan Pre Operasi <i>Sectio caesarea</i> dengan Penerapan Teknik<br>Relaksasi Benson dan Terapi Musik..... | 33 |
| Skema 3 | Genogram Pasien.....                                                                                           | 47 |

## DAFTAR LAMPIRAN

|            |                                                 |
|------------|-------------------------------------------------|
| Lampiran 1 | Lembar Persetujuan Judul KIA Ners               |
| Lampiran 2 | Lembar Persetujuan Sidang KIA Ners              |
| Lampiran 3 | Kartu Monitoring Bimbingan                      |
| Lampiran 4 | SOP Teknik Relaksasi Benson dan Terapi Musik    |
| Lampiran 5 | Hasil <i>Assessment</i> Kecemasan Pasien Keloan |
| Lampiran 6 | Hasil <i>Assessment</i> Kecemasan Pasien Resume |
| Lampiran 7 | Dokumentasi                                     |
| Lampiran 8 | Surat Bebas Plagiarisme                         |
| Lampiran 9 | Hasil Uji Turnitin KIA Ners                     |