



**PENERAPAN *EVIDENCE BASED NURSING* TERAPI  
RELAKSASI BENSON PADA PASIEN DENGAN NYERI *POST  
SECTIO CAESAREA* DI RS BHAYANGKARA TK.I R SAID  
SUKANTO**

**KARYA ILMIAH AKHIR**

**TIARA FADJRIYATY**

**2110721033**

**UNIVERSITAS PEMBANGUNAN NASIONAL VETERAN JAKARTA  
FAKULTAS ILMU KESEHATAN  
PROGRAM STUDI PENDIDIKAN PROFESI NERS PROGRAM PROFESI  
2022**



**PENERAPAN EVIDENCE BASED NURSING TERAPI  
RELAKSASI BENSON PADA PASIEN DENGAN NYERI *POST  
SECTIO CAESAREA* DI RS BHAYANGKARA TK.I R SAID  
SUKANTO**

**KARYA ILMIAH AKHIR**

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

**TIARA FADJRIYATY**

**2110721033**

**UNIVERSITAS PEMBANGUNAN NASIONAL VETERAN JAKARTA  
FAKULTAS ILMU KESEHATAN  
PROGRAM STUDI PENDIDIKAN PROFESI NERS PROGRAM PROFESI  
2022**

# PERNYATAAN ORISINALITAS

## PERNYATAAN ORISINALITAS

Karya Ilmiah Akhir ini adalah hasil karya sendiri. Semua sumber yang dikutip maupun yang dirujuk telah saya nyatakan dengan benar.

Nama : Tiara Fadrijaty, S.Kep

NIM : 2110721033

Tanggal : 21 April 2022

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

Jakarta, 21 April 2022

Yang Menyatakan,



(Tiara Fadrijaty, S.Kep)

# PERNYATAAN PERSETUJUAN PUBLIKASI KARYA ILMIAH AKHIR UNTUK KEPENTINGAN AKADEMIS

---

## PERNYATAAN PERSETUJUAN PUBLIKASI KARYA ILMIAH AKHIR NERS UNTUK KEPENTINGAN AKADEMIS

---

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

Nama : Tiara Fadriyaty, S.Kep  
NRP : 2110721033  
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 Noneksekutif (*Non-exclusive Royalty Free Right*) atas karya ilmiah saya yang berjudul : Penerapan *Evidence Based Nursing* Terapi Relaksasi Benson Pada Pasien Dengan Nyeri *Post Sectio Caesarea* Di RS Bhayangkara TK.I R Said Sukanto.

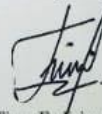
Beserta perangkat yang ada (jika diperlukan). Dengan Hak Bebas Royalti ini Universitas Pembangunan Nasional Veteran Jakarta berhak menyimpan, mengalih media/formatkan, mengelola dalam bentuk pangkalan data (*database*), merawat, dan mempublikasikan tugas Skripsi saya selama tetap mencantumkan nama saya sebagai penulis dan sebagai pemilik Hak Cipta.

Demikian persyaratan ini saya buat dengan sebenarnya.

Dibuat di : Jakarta

Pada tanggal : 21 April 2022

Yang menyatakan



(Tiara Fadriyaty, S.Kep)

# PENGESAHAN

## PENGESAHAN

Karya Ilmiah Akhir Ners diajukan oleh :

Nama : Tiara Fadriyaty, S.Kep

NIM : 2110721033

Program Studi : Pendidikan Profesi Ners Program Profesi

Judul KIAN : Penerapan Evidence Based Nursing Terapi Relaksasi Benson  
Pada Pasien Dengan Nyeri Post Sectio Caesarea Di RS  
Bhayangkara TK.I R Said Sukanto

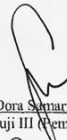
Telah berhasil dipertahankan di hadapan Tim Penguji dan diterima sebagai bagian persyaratan yang diperlukan untuk memperoleh gelar Profesi Ners pada Program Studi Pendidikan Profesi Ners Program Profesi, Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas Pembangunan Nasional Veteran Jakarta.



Desmarwan, S.Kep., Sp.Mat., PhD  
Penguji I



Ns. Indah Permatasari, M.Kep  
Penguji II



Ns. Dora Sanjaria, M.Kep  
Penguji III (Pembimbing)



Dr. drg. Wahyu Sulistiardi, MARS  
Dekan Fakultas Ilmu Kesehatan

Ditetapkan di : Jakarta

Tanggal Ujian : 21 April 2022

Ns. Dora Sanjaria, M.Kep  
Ka Prodi Program Ners

**PENERAPAN *EVIDENCE BASED NURSING* TERAPI RELAKSASI  
BENSON PADA PASIEN DENGAN NYERI *POST SECTIO*  
*CAESAREA* DI RS BHAYANGKARA TK.I R SAID SUKANTO**

**Tiara Fadjriyaty**

**Abstrak**

*Sectio caesarea* adalah suatu tindakan prosedur bedah yang dilakukan untuk membantu ibu dalam mengeluarkan janin dengan cara melakukan perlukaan seperti memberi sayatan pada area abdomen dan dinding perut ibu. Tindakan *sectio caesarea* mengakibatkan terputusnya kontinuitas jaringan dan adanya luka pada area abdomen ibu sehingga akan menyebabkan ibu merasakan nyeri pada area luka. Rasa nyeri yang dialami ibu dapat diatasi dengan dua cara yaitu terapi farmakologi dan nonfarmakologi. Banyak cara yang dapat dilakukan untuk mengatasi nyeri secara non farmakologis salah satunya dengan terapi relaksasi benson. Terapi relaksasi benson adalah tindakan menggabungkan teknik relaksasi dan keyakinan yang dimiliki pasien dalam mengatasi nyeri. Saat terapi ini dilakukan tubuh akan mengeluarkan zat endorfin yang memiliki fungsi untuk menahan perpindahan impuls nyeri di sistem saraf pusat sehingga rasa nyeri berkurang. Instrumen pengukuran yang digunakan untuk mengukur skala nyeri pada ibu *post sectio caesarea* yaitu dengan *Numeric Rating Scale* (NRS). Hasil implementasi setelah dilakukan terapi relaksasi benson sebanyak 1-2 kali sehari dengan waktu 10-20 menit menunjukkan adanya penurunan skala nyeri pada pasien *post sectio caesarea*. Maka dari itu, ibu dengan *post sectio caesarea* disarankan menggunakan terapi relaksasi benson sebagai terapi non farmakologis untuk menurunkan skala nyeri

**Kata kunci:** Nyeri, *Sectio Caesarea*, Terapi Relaksasi Benson

**IMPLEMENTATION OF EVIDENCE BASED NURSING BENSON  
RELAXATION THERAPY IN PATIENTS WITH POST SECTIO CAESAREA  
PAIN IN BHAYANGKARA HOSPITAL TK.I R SAID SUKANTO**

**Tiara Fadjriyaty**

***Abstract***

*Sectio caesarea is a surgical procedure that is carried out to assist the mother in removing the fetus by performing injuries such as making an incision in the abdominal area and the mother's abdominal wall. Sectio caesarea action resulted in the disruption of tissue continuity and the presence of wounds in the mother's abdominal area so that it would cause the mother to feel pain in the wound area. The pain experienced by the mother can be overcome in two ways, namely pharmacological and non-pharmacological therapy. There are many ways that can be done to treat pain non-pharmacologically, one of which is Benson relaxation therapy. Benson relaxation therapy is an act of combining relaxation techniques and beliefs that the patient has in dealing with pain. When this therapy is carried out the body will release endorphins which have a function to restrain the transfer of pain impulses in the central nervous system so that pain is reduced. The measurement instrument used to measure the pain scale in post sectio caesarea mothers is the Numeric Rating Scale (NRS). The results of the implementation after Benson relaxation therapy 1-2 times a day with a time of 10-20 minutes showed a decrease in the pain scale in post sectio caesarea patients. Therefore, mothers with post-section caesarea are advised to use Benson's relaxation therapy as a non-pharmacological therapy to reduce pain scale.*

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

## KATA PENGANTAR

Puji dan syukur penulis panjatkan kehadiran Allah SWT atas segala karunia-Nya sehingga penulis dapat menyelesaikan karya ilmiah akhir dengan judul “Penerapan *Evidence Based Nursing* Terapi Relaksasi Benson Pada Pasien Dengan Nyeri Post *Sectio Caesarea* Di RS Bhayangkara TK.I. R Said Sukanto” sebagai salah satu syarat guna menyelesaikan Pendidikan Profesi Ners.

Pada kesempatan ini izinkan penulis mengucapkan terimakasih kepada responden dalam melakukan penelitian ini yaitu Ny. A dan Ny. S. Saya ucapkan terimakasih kepada Rumah Sakit Bhayangkara TK. I. R Said Sukanto yang menjadi lahan praktik saya dalam melakukan penelitian. Penulis mengucapkan terimakasih kepada Dr. Erna Herawati, Ak, CPMA, CA selaku Rektor Universitas Pembangunan Nasional Veteran Jakarta, Dr. drg Wahyu Sulistiadi, MARS selaku Dekan Fakultas Ilmu Kesehatan, Ns. Wiwin Winarti, S.Kep., M.Epid, M.N selaku Ketua Jurusan Keperawatan dan Ns. Dora Samaria, M.Kep selaku Ketua Program Studi Profesi Ners sekaligus dosen pembimbing yang telah memberikan dukungan dan arahan yang bermanfaat bagi penulis serta kepada Desmawati, SKp., M.Kep., Sp.Mat, PhD dan Ns. Indah Permatasari, M.Kep selaku dosen penguji yang telah memberikan masukan dan saran.

Terimakasih penulis ucapkan kepada kedua orang tua Bapak Nurul Fadji dan Ibu Nunung Nurhayati serta seluruh keluarga atas doa dan dukungannya yang diberikan sampai saat ini. Tidak lupa penulis ucapkan terimakasih kepada diri sendiri dan teman-teman yang banyak membantu dalam penyusunan laporan akhir.

Penulis menyadari sepenuhnya bahwa dalam penyusunan karya ilmiah ini masih banyak kekurangan. Akhir kata, semoga karya ilmiah dan produk ini dapat bermanfaat dan dapat memberikan bahan masukan bagi semua pihak yang membutuhkan.

Jakarta, 20 April 2022

Penulis

Tiara Fadjriyaty, S.Kep



## DAFTAR ISI

HALAMAN JUDUL .....	i
PERNYATAAN ORISINALITAS .....	ii
PERNYATAAN PERSETUJUAN PUBLIKASI .....	iii
PENGESAHAN .....	iv
ABSTRAK .....	v
ABSTRACT .....	vi
KATA PENGANTAR .....	vii
DAFTAR ISI.....	viii
DAFTAR TABEL.....	x
DAFTAR SKEMA.....	xi
DAFTAR LAMPIRAN.....	xii
BAB I PENDAHULUAN.....	1
I.1 Latar Belakang .....	1
I.2 Tujuan Penulisan.....	4
I.3 Manfaat Penulisan.....	5
I.4 Target Luaran .....	5
BAB II TINJAUAN PUSTAKA.....	6
II.1 Konsep <i>Sectio Caesarea</i> .....	6
II.2 Konsep Nyeri.....	16
II.3 Teknik Terapi Relaksasi Benson.....	26
II.4 Konsep Asuhan Keperawatan .....	29
BAB III GAMBARAN KASUS KELOLAAN .....	40
III.1 Pengkajian Keperawatan.....	400
III.2 Data Fokus .....	444
III.3 Analisa Data.....	455
III.4 Diagnosa Keperawatan.....	47
III.5 Rencana Keperawatan .....	47
III.6 Implementasi Keperawatan.....	49
III.7 Evaluasi Keperawatan .....	52
III.8 Pasien Resume.....	57
BAB IV PEMBAHASAN.....	<b>Error! Bookmark not defined.</b>
IV.1 Analisis Asuhan Keperawatan Berdasarkan Konsep Teoritis dan Penelitian Terkait.....	<b>Error! Bookmark not defined.</b>
IV.2 Analisis Penerapan <i>Evidence Based Nursing</i> pada Kasus.....	<b>Error! Bookmark not defined.</b>
BAB V PRODUK LUARAN .....	69
V.1 Gambaran Produk .....	69

V.2	Legalitas Produk (sertifikat HKI/ISBN/Jurnal) .....	70
V.3	Manfaat Produk .....	70
V.4	Keterbatasan Produk .....	71
BAB VI PENUTUP .....		72
VI.1.	Kesimpulan .....	72
VI.2.	Saran .....	733
DAFTAR PUSTAKA .....		74
RIWAYAT HIDUP		
LAMPIRAN		

## DAFTAR TABEL

Tabel 1	Data Fokus .....	44
Tabel 2	Analisa Data.....	45
Tabel 3	Diagnosa Keperawatan .....	45
Tabel 3	Rencana Keperawatan.....	47
Tabel 4	..Implementasi Keperawatan.....	49
Tabel 5	Evaluasi Keperawatan.....	52

## DAFTAR SKEMA

Skema 1 Genogram.....	41
-----------------------	----

## **DAFTAR LAMPIRAN**

Lampiran 1	Surat Persetujuan Judul
Lampiran 2	Kartu Monitor
Lampiran 3	SOP Terapi Relaksasi Benson
Lampiran 4	Sertifikat Produk HKI
Lampiran 5	Booklet Produk HKI
Lampiran 6	Hasil Uji Turnitin Produk
Lampiran 7	Surat Pernyataan Bebas Plagiarisme
Lampiran 8	Hasil Uji Turnitin KIANI