



**PENGARUH TEKNIK RELAKSASI AUTOGENIK TERHADAP  
PERUBAHAN INTENSITAS NYERI PADA IBU POST SEKSIO  
SESAREA DI RUMAH SAKIT BHINNEKA BHAKTI HUSADA**

**SKRIPSI**

**ANGGI SUCIA DEWI**

**1310711085**

**UNIVERSITAS PEMBANGUNAN NASIONAL “VETERAN” JAKARTA**

**FAKULTAS ILMU KESEHATAN**

**PROGRAM STUDI S-1 KEPERAWATAN**

**2017**



**PENGARUH TEKNIK RELAKSASI AUTOGENIK TERHADAP  
PERUBAHAN INTENSITAS NYERI PADA IBU POST SEKSIO  
SESAREA DI RUMAH SAKIT BHINNEKA BHAKTI HUSADA**

**SKRIPSI**

**Diajukan Sebagai Salah Satu Syarat Untuk Memperoleh Gelar  
Sarjana Keperawatan**

**ANGGI SUCIA DEWI**

**1310711085**

**UNIVERSITAS PEMBANGUNAN NASIONAL “VETERAN” JAKARTA  
FAKULTAS ILMU KESEHATAN  
PROGRAM STUDI S-1 KEPERAWATAN  
2017**

## PERNYATAAN ORISINALITAS

Skripsi ini adalah hasil karya sendiri, dan semua sumber yang dikutip maupun yang dirujuk telah saya nyatakan dengan benar.

Nama : Anggi Sucia Dewi

NRP : 1310711085

Tanggal : 21 Juni 2017

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

Jakarta, 21 Juni 2017

Yang menyatakan,

  
(Anggi Sucia Dewi)

**PERNYATAAN PERSETUJUAN PUBLIKASI  
SKRIPSI UNTUK KEPENTINGAN AKADEMIS**

---

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

Nama : Anggi Sucia Dewi  
Nrp : 1310711085  
Fakultas : Ilmu-Ilmu Kesehatan  
Program Studi : S-1 Keperawatan

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:

“Pengaruh Teknik Relaksasi Autogenik Terhadap Perubahan Intensitas Nyeri pada Ibu Post Seksio Sesarea di Rumah Sakit Bhinneka Bhakti Husada”

Beserta perangkat yang ada (jika diperlukan). Dengan hak bebas royalti ini kepada Universitas Pembangunan Nasional “Veteran” Jakarta berhak menyimpan, mengalihmedia/formatkan, mengelola dalam bentuk pangkalan data (*database*), merawat dan mempublikasikan Skripsi saya selama tetap mencantumkan nama saya sebagai penulis/pencipta sebagai pemilik Hak Cipta.

Demikian pernyataan ini saya buat dengan sebenarnya.

Jakarta, 21 Juni 2017

Yang menyatakan,



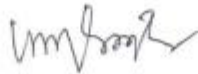
(Anggi Sucia Dewi)

## PENGESAHAN

Skripsi Diajukan oleh :

Nama : Anggi Sucia Dewi  
NRP : 1310711085  
Program Studi : S1 Keperawatan  
Judul Skripsi : Pengaruh Teknik Relaksasi Autogenik Terhadap Perubahan Intensitas Nyeri pada Ibu Post Seksio Sesarea Di Rumah Sakit Bhinneka Bhakti Husada

Telah berhasil dipertahankan di hadapan Tim Penguji dan diterima sebagai bagian persyaratan yang diperlukan untuk memperoleh gelar sarjana pada Program Studi S1 Keperawatan, Fakultas Ilmu-Ilmu Kesehatan, Universitas Pembangunan Nasional "Veteran" Jakarta.



Ns. Nelly Febriani, S.Kep., M.Kep

Penguji Utama



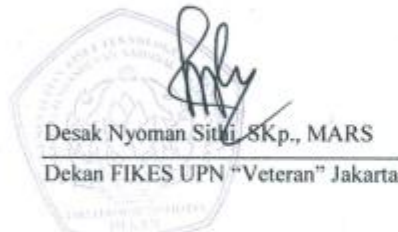
Desak Nyoman Sithi, SKp., MARS

Penguji I



Desmawati, SKp., M.Kep, Sp. Kep. Mat


Penguji II (Pembimbing)



Desak Nyoman Sithi, SKp., MARS  
Dekan FIKES UPN "Veteran" Jakarta

Ditetapkan di : Jakarta

Tanggal Ujian : 21 Juni 2017



Ns. Santi Herlina, S. Kep., M. Kep., Sp. Kep. MB

Ketua Jurusan S1 Keperawatan

# **PENGARUH TEKNIK RELAKSASI AUOGENIK TERHADAP PERUBAHAN INTENSITAS NYERI PADA IBU POST SEKSIO SESAREA DI RUMAH SAKIT BHINNEKA BHAKTI HUSADA**

**Anggi Sucia Dewi**

## **Abstrak**

Seksio sesarea merupakan prosedur operatif yang dilakukan dibawah anestesia sehingga janin, plasenta dan ketuban dilahirkan melalui insisi dinding abdomen dan uterus. Strategi penatalaksanaan nyeri metode untuk mengatasi nyeri secara non-farmakologis adalah terapi relaksasi autogenik. Tujuan penelitian ini adalah untuk mengetahui apakah terdapat pengaruh teknik relaksasi autogenik terhadap perubahan intensitas nyeri yang dinilai menggunakan skala NRS. Populasi dalam penelitian ini adalah ibu post seksio sesarea di Rumah Sakit Bhinneka Bhakti Husada. Penelitian ini menggunakan metode Kuasi Eksperimen yaitu *One Group Pretest Posttest*. Metode pengambilan sampel menggunakan *total sampling* yaitu metode estimasi besar sampel beda 2 mean kelompok independen diperoleh sampel sebanyak 41 responden. Penelitian ini dilakukan pada April-Mei 2017. Analisa data menggunakan perangkat lunak komputer. Berdasarkan hasil uji T-Dependen menunjukkan bahwa pada variabel frekuensi umur  $p=0,000$ , variabel frekuensi paritas  $p=0,000$ , variabel frekuensi suku  $p=0,000$ , dan berdasarkan hasil uji T-dependen menunjukkan bahwa hasil *pretest* dan *posttest* teknik relaksasi autogenik  $p=0,000$ . Kesimpulan penelitian ini terdapat pengaruh sebelum dan sesudah teknik relaksasi autogenik terhadap perubahan intensitas nyeri. Berdasarkan hasil penelitian ini direkomendasikan memberikan teknik relaksasi autogenik pada nyeri post seksio sesarea

**Kata Kunci:** Seksio Sesarea, Teknik Relaksasi Autogenik, Nyeri.

**THE EFFECT OF AUOGENIC RELAXATION TECHNIQUE ON PAIN INTENSITY CHANGES TO POST SECTIO CAESAREA MOTHER AT BHINNEKA BHAKTI HUSADA HOSPITAL**

**Anggi Sucia Dewi**

**Abstract**

Sectio caesarea is a operative procedure which is done under anesthesia control to make fetus, placenta, and amniotic are born through incision of the abdomen wall and uterus. Method of pain management strategy for treating pain non-pharmacologically is autogenic relaxation therapy. The objective of the study is to determine whether there is an effect of autogenic relaxation technique on pain intensity changes which is assesed using NRS scale. The population of the study is Post Sectio Caesarea mothers at Bhinneka Bhakti Husada Hospital. This research uses Quasi Experimental method which is One Group Pre-test and Post-test. Sampling method uses total sampling which the size of estimation method of sample is 2 mean independent group which is obtained by 41 respondents. This study was conducted from April to May 2017. The data was analyzed using computer software. Based on the result of T-Dependent test, it indicates that at frequency variable of age  $p=0,000$ , frequency variable of parity  $p=0,000$ , frequency variable  $p=0,000$ . Furthermore, based on the result of T-dependent test, it shows that pretest and posttest result of autogenic relaxation technique  $p = 0,000$ . The conclusion of this study is that there is effect of before and after autogenic relaxation technique on pain intensity changes. Based on the results of this study, it is recommended to give autogenic relaxation technique to the pain of post sectio caesarea.

**Keywords:** Sectio Caesarea, Autogenic Relaxation Technique, Pain.

## KATA PENGANTAR

Puji dan syukur penulis panjatkan kehadirat Allah SWT atas segala karunia-Nya sehingga skripsi ini berhasil diselesaikan. Judul yang dipilih dalam penelitian ini yang dilaksanakan sejak bulan April tahun 2017 ini adalah Teknik Relaksasi Autogenik Terhadap Perubahan Intensitas Nyeri pada Ibu Post Seksio Sesarea di Rumah Sakit Bhinneka Bhakti Husada. Adapun tujuan dari penyusunan skripsi ini adalah untuk memenuhi syarat kelulusan sebagai Sarjana Keperawatan Program Studi Ilmu Keperawatan Universitas Pembangunan Nasional “Veteran” Jakarta.

Terimakasih penulis ucapkan kepada Prof. Dr. Ir Eddy Sumarno Siradj, M,Se selaku Rektor Universitas Pembangunan Nasional “Veteran” Jakarta. Ibu Desak Nyoman Sithi, SKp.,MARS selaku Dekan Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas Pembangunan Nasional “Veteran” Jakarta. Ibu Ns. Santi Herlina, S.Kep, M.Kep, Sp.Kep.MB, selaku Kepala Program Studi S1 Keperawatan Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas Pembangunan Nasional “Veteran” Jakarta. Ibu Desmawati, SKp, M.Kep, Sp.Kep.Mat, selaku dosen pembimbing penelitian yang telah memberikan saran yang sangat bermanfaat. Ibu Ns. Nelly Febriani, S.Kep.,M.Kep dan ibu Desak Nyoman Sithi, SKp.,MARS selaku dosen penguji.

Disamping itu, ucapan terimakasih sebesar-besarnya disampaikan kepada kedua orang tua yang saya cintai Bapak dan Ibu saya yang telah memberikan doa dan dukungan baik moril maupun materil. Terimakasih kepada Rumah Sakit Bhinneka Bhakti Husada yang telah memberikan kesempatan kepada penulis untuk melakukan penelitian. Penulis menyadari dalam penyusunan skripsi ini masih jauh dari kata sempurna. Oleh karena itu penulis mengharapkan kritik dan saran.

Jakarta, 21 Juni2017

Penulis

Anggi Sucia Dewi



## 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 SKEMA.....	x
DAFTAR TABEL.....	xi
DAFTAR GAMBAR .....	xii
DAFTAR GRAFIK.....	xiii
DAFTAR LAMPIRAN .....	xiv
BAB I. PENDAHULUAN .....	1
I.1 Latar Belakang.....	1
I.2 Rumusan Masalah.....	4
I.3 Pertanyaan Penelitian.....	4
I.4 Tujuan Penelitian .....	5
I.5 Manfaat Penelitian .....	5
I.6 Ruang Lingkup Penelitian .....	6
BAB II TINJAUAN PUSTAKA.....	7
II.1 Konsep Sectio Sesarea.....	7
II.2 Konsep Penyembuhan Luka Post Seksio Sesarea .....	8
II.3 Konsep Nyeri Secara Umum .....	9
II.4 Konsep Nyeri Seksio Sesarea.....	16
II.5 Konsep Relaksasi Autogenik.....	19
II.6 Penelitian Terkait.....	24
II.7 Kerangka Teori.....	26
BAB III METODE PENELITIAN.....	23
III.1 Kerangka Konsep .....	23
III.2 Hipotesis.....	24
III.3 Defenisi Operasional.....	24
III.4 Desain Penelitian.....	25
III.5 Lokasi Dan Waktu Penelitian.....	27
III.6 Populasi Dan Sampel .....	25
III.7 Teknik Sampling .....	27
III.8 Etika Penelitian .....	28
III.9 Metode Pengumpulan Data .....	31
III.10 Prosedur dan Alat Pengumpulan Data .....	31
III.11 Instrumen Penelitian.....	32
III.12 Uji Validitas Dan Reabilitas.....	32
III.13 Teknik Analisa Data.....	44

BAB IV HASIL DAN PEMBAHASAN .....	46
IV.1 Tempat Profil Penelitian .....	46
IV.2 Pembahasan.....	46
IV.3 Keterbatasan Penelitian.....	63
BAB V PENUTUP.....	57
V. Kesimpulan .....	57
V. Saran .....	57
DAFTAR PUSTAKA .....	60
RIWAYAT HIDP	
LAMPIRAN	

## DAFTAR SKEMA

Skema. 1 Kerangka Teori.....	33
Skema. 2 Kerangka Konsep .....	35

## DAFTAR TABEL

Tabel. 1	Defenis Operasional.....	25
Tabel. 2	Intepretasi Reabilitas.....	29
Tabel. 3	Uji Normalitas Karakteristik.....	30
Table. 4	Uji Normalitas Skala Nyeri.....	46
Tabel. 5	Gambaran Distribusi Frekuensi Berdasarkan Umur.....	48
Tabel. 6	Gambaran Distribusi Frekuensi Berdasarkan Paritas.....	50
Tabel. 7	Gambaran Distribusi Frekuensi Berdasarkan Suku.....	57
Tabel. 8	Gambaran Distribusi Frekuensi Berdasarkan Skala Nyeri Sebelum dan Sesudah diberikan Intervensi Teknik Relaksasi Autogenik.....	52
Tabel 9	Gambaran Distribusi Rata-rata Berdasarkan Skala Nyeri Sebelum dan Sesudah diberikan Intervensi Teknik Relaksasi Autogenik.....	53
Tabel 10	Analisa Pengaruh Teknik Relaksasi Autogenik Terhadap Perubahan Intensitas Nyeri pada Ibu Post Seksio Sesarea.....	55

## DAFTAR GAMBAR

Gambar 1 Skala Wajah Wong-Baker.....	27
Gambar 2 Skala Analog Visual.....	28
Gambar 3 Skala Penilaian Numerik (NRS).....	29

## DAFTAR GRAFIK

Grafik 1 Frekuensi Skala Nyeri .....	53
Grafik 2 Distribusi Rata-rata Skala Nyeri.....	54

## **DAFTAR LAMPIRAN**

- Lampiran 1 Surat Pengambilan Data
- Lampiran 2 Informed Consent
- Lampiran 3 Laporan Study Kasus
- Lampiran 4 Surat Selesai Pengambilan Data
- Lampiran 5 Dokumentasi