

POLITEKNIK KESEHATAN KEMENTRIAN KESEHATAN
TANJUNGPURUN
JURUSAN KEPERAWATAN
PROGRAM STUDI D-III KEPERAWATAN KOTABUMI

Karya Tulis Ilmiah, Mei 2025
Binda Ayu Safitri

PENERAPAN TEKNIK RELAKSASI BENSON PADA IBU POST SECTIO
CAESAREA DENGAN MASALAH KEPERAWATAN NYERI AKUT DI
RUMAH SAKIT UMUM HANDAYANI KOTABUMI, LAMPUNG
xvii + 49 Halaman + 8 Tabel + 2 Gambar + 4 Lampiran

ABSTRAK

Sectio caesarea (SC) adalah tindakan yang dilakukan oleh tenaga medis dengan beberapa indikasi medis dilakukan dengan cara membuat insisi pada dinding rahim dengan tujuan menyelamatkan nyawa ibu dan bayi. Keluhan utama yang dirasakan oleh ibu post OP SC adalah nyeri. Salah satu tindakan nonfarmakologi meredakan nyeri adalah teknik relaksasi Benson. Penulisan studi kasus ini bertujuan untuk mengetahui gambaran penerapan teknik relaksasi benson di Rumah Sakit Umum Handayani Kotabumi, Lampung Utara. Penelitian ini menggunakan metode studi kasus dengan desain deskriptif pada 1 pasien post OP SC dengan masalah keperawatan nyeri akut yang diberikan teknik relaksasi benson dan diukur menggunakan *Numeric Rating Scale* (NRS). Pengumpulan data melalui wawancara, observasi, pemeriksaan fisik dan studi dokumentasi. Hasil penelitian selama 3 hari perawatan didapatkan adanya penurunan skala nyeri sebelum diberikan teknik relaksasi Benson adalah 8 dan setelah diberikan teknik relaksasi Benson skala nyeri menjadi 2. Kesimpulan dari penulisan studi kasus ini menunjukkan bahwa penerapan teknik relaksasi benson dan pemberian terapi analgesik dapat menurunkan skala nyeri pada ibu post OP SC. Diharapkan teknik relaksasi benson dapat diterapkan oleh fasilitas kesehatan sebagai teknik nonfarmakologi untuk mengurangi nyeri.

Kata kunci: Teknik relaksasi Benson, *sectio caesarea*, nyeri akut
Daftar bacaan: 29 (2017-2024)

HEALTH POLYTECHNIC MINISTRY OF HEALTH TANJUNGKARANG
NURSING DEPARTEMENT
DIPLOMA NURSING PROGRAM KOTABUMI

Karya Tulis Ilmiah, Mei 2025

Binda Ayu Safitri

APPLICATION OF BENSON RELAXATION TECHNIQUE IN OST CAESAREA
SECTION SURGERY MOTHER WITH ACUTE PAIN NURSING PROBLEM AT
HANDAYANI GENERAL HOSPITAL, KOTABUMI, NORTH LAMPUNG
xvii + 49 pages + 8 Table + 2 pictures + 4 attachments

ABSTRACT

Sectio Caesarea is a medical procedure performed by healthcare professionals with specific medical indications, involving an incision in the uterine wall to save the lives of both mother and baby. The primary complaint experienced by post-CS mothers is pain. One non-pharmacological intervention to alleviate pain is the Benson relaxation technique. This case study aims to determine the description of the application of Benson relaxation technique at Handayani General Hospital, Kotabumi, North Lampung. This study used a case study method with a descriptive design on 1 post-CS patient with acute pain nursing problems who was given the Benson relaxation technique and measured using the Numeric Rating Scale (NRS). Data was collected through interviews, observations, physical examinations, and documentation studies. The study's results over 3 days of care showed a decrease in pain scale from 8 before the Benson relaxation technique was given to 2 after the technique was applied. The conclusion of this case study shows that the application of the Benson relaxation technique and analgesic therapy can reduce pain scale in post-CS mothers. It is expected that the Benson relaxation technique can be applied by healthcare facilities as a non-pharmacological technique to reduce pain."

Keywords: Benson relaxation technique, Sectio Caesarea, acute pain

Reference: 29 (2017-2024)