



IMPLEMENTASI PEMBERIAN TEKNIK RELAKSASI BENSON UNTUK MENURUNKAN NYERI PADA PASIEN POST *SECTIO CAESAREA* DI RUMAH SAKIT TENTARA TK IV 01.07.01 PEMATANGSIANTAR

Anjeli Hutabarat¹, Lismawati²

(1,2) Akademi Keperawatan Kesdam I/BB Pematangsiantar

✉ Corresponding author:
Hutabarata919@gmail.com

Abstrak

Sectio caesarea merupakan prosedur pembedahan untuk melahirkan janin melalui sayatan dinding perut (abdomen) dan dinding rahim (uterus). Tujuan penelitian yaitu untuk mengurangi nyeri post *sectio caesarea* dengan implementasi pemberian teknik relaksasi benson. Jenis penelitian yang digunakan yaitu penelitian kuantitatif dengan desain penelitian deskriptif melalui pendekatan studi kasus. Sampel penelitian sebanyak 2 orang ibu post *sectio caesarea* dengan kunjungan di ruangan Dahlia Rumah Sakit Tentara TK IV.01.07.01 Pematangsiantar. penelitian pada Ny. A dilakukan pada tanggal 25 april 2024 dan pada Ny. E dilakukan tanggal 25 april 2024. Instrumen penelitian yang digunakan yaitu lembar observasi, SOP teknik relaksasi benson, informed consent, dan skala numeric. Hasil penelitian setelah dilakukan pemberian terapi teknik relaksasi benson selama 3 hari menunjukkan terdapat peneurunan skala nyeri yaitu pada Ny. A skala nyeri menurun dari 6 menjadi 1 dan pada Ny. E skala nyeri menurun dari 5 menjadi 1. Kesimpulan pemberian teknik relaksasi benson yang dilakukan pada ibu post *sectio caesarea* efektif untuk menurunkan skala nyeri. Saran teknik relaksasi benson diharapkan dapat dijadikan sebagai intervensi mandiri keperawatan dalam menurunkan skala nyeri pada ibu post *sectio caesarea*.

Kata Kunci: Post Operasi *Sectio caesarea*, Teknik Relaksasi Benson, Skala Nyeri

Abstract

Sectio caesarea is a surgical procedure to deliver a fetus through an incision in the abdominal wall (abdomen) and uterine wall (uterus). The research aims to reduce post-cesarean section pain by implementing the Benson relaxation technique. The type of research used is quantitative research with a descriptive research design using a case study approach. The research sample consisted of 2 mothers post *sectio caesarea* who visited the Dahlia room at the Army Hospital TK IV.01.07.01 Pematangsiantar. The research on Mrs. A was carried out on 25 April 2024 and on Mrs. E it was carried out on 25 April 2024. The research instruments used were observation sheets, the Benson relaxation technique SOP, informed consent, and a numerical scale. The results of the research after administering Benson relaxation technique therapy for 3 days showed that there was a decrease in the pain scale, namely in Mrs. A the pain scale decreased from 6 to 1, and in Mrs. E the pain scale decreased from 5 to 1. Conclusion Giving the Benson relaxation technique to mothers post cesarean section is effective in reducing the pain scale. Suggestion It is hoped that the Benson relaxation technique can be used as an independent nursing intervention in reducing the pain scale in post-cesarean section mothers.

Keyword: *Post Sectio Caesarea Operation, Benson Relaxation Technique, Pain Scale*

PENDAHULUAN

Operasi *Sectio caesarea* merupakan tindakan yang dilakukan dengan cara pembedahan diberi sayatan di depan dinding uterus untuk membantu proses persalinan. *Sectio caesarea* dengan memutus kontuitas jaringan dengan persambungan jaringan pada insisi yang akan mengeluarkan reseptor nyeri terutama setelah dilakukan efek anestesi habis (Febiantri dan Machmudah, 2021).

Berdasarkan organisasi kesehatan dunia (WHO), penggunaan operasi caesarea terus meningkat secara global, dan kini mencakup lebih dari 1 dari 5 (21%) dari seluruh kelahiran. Jumlah ini diperkirakan akan terus meningkat pada dekade mendatang, dengan hampir sepertiga (29%) dari seluruh kelahiran kemungkinan akan dilakukan melalui operasi kemungkinan akan dilakukan operasi caesarea pada tahun 2030, (WHO, 2021).

Menurut World Health Organization (WHO), di negara berkembang kejadian *Sectio caesarea* meningkat pesat. WHO telah menetapkan bahwa indikator persalinan *Sectio caesarea* di setiap negara adalah antara 10 dan 15 persen. Jika angka indikator persalinan *Sectio caesarea* melebihi batas standar operasi *Sectio caesarea*, hal ini dapat meningkatkan risiko kematian dan kecacatan pada ibu dan anak. Data pada tahun 2019, menyatakan bahwa jumlah tindakan *Sectio caesarea* sebanyak 85 juta tindakan, data pada tahun 2020 menyatakan bahwa jumlah tindakan *Sectio caesarea* sebanyak 68 juta tindakan, serta data pada tahun 2021 menyatakan bahwa jumlah tindakan *Sectio caesarea* sebanyak 373 juta tindakan. Jumlah persalinan *Sectio caesarea* banyak terjadi di Amerika (39,3%), Eropa (25,7%), dan Asia (23,1%), jumlah ini diprediksi mengalami peningkatan tiap tahunnya sampai 2030 (WHO, 2021).

Di negara maju seperti Amerika Latin dan Karibia mencapai 4 dari 10 (43%) seluruh kelahiran dan di negara berkembang seperti Republik Dominika, Brasil, Siprus, Mesir, dan Turki, jumlah operasi caesarea melebihi jumlah persalinan pervaginam. Operasi caesarea sangat penting dilakukan dalam situasi persalinan lama, gawat janin, atau karena posisi bayi tidak normal. Tetapi operasi *sectio caesarea* juga memiliki risiko yaitu potensi perdarahan hebat, infeksi, proses pemulihan yang lambat setelah melahirkan, keterlambatan memberikan ASI, serta peningkatan kemungkinan komplikasi pada kehamilan berikutnya (WHO, 2021).

Di negara Ethiopia dalam kurun waktu lima tahun (2015-2019), terdapat 6.111 persalinan, dimana 1.817 diantaranya dilahirkan melalui operasi caesarea. Indikasi operasi caesarea terbanyak adalah cephalo-pelvic disproportion (CPD) sebanyak 323 (17,78%) diikuti gawat janin sebanyak 292 (16,07%) dan indikasi paling sedikit adalah preeklampsia sebanyak 9 (0,5%) dan penyebab kematian prenatal terbanyak adalah kelahiran dengan asfiksia sebanyak 38% diikuti prematuritas sebanyak 34% (Jamie, 2019).

Berdasarkan Hasil Riskesdas (2018), persalinan terjadi pada perempuan usia 10-54 tahun dengan prevalensi persalinan normal di Indonesia sebanyak 81,5% (64.169 orang) dengan persalinan normal tertinggi pada provinsi Kalimantan Tengah sebesar 91,8% (778 orang). dan terendah pada provinsi Bali sebesar 67,9% (757 orang). Sedangkan persalinan dengan operasi *sectio caesarea* di Indonesia sebanyak 17,6% (13.857 orang) dengan persalinan post *sectio caesarea* tertinggi pada provinsi DKI Jakarta 31,1 % (951 orang) dan terendah pada provinsi papua 6,7% (61 orang).

Sementara tempat persalinan baik secara *sectio* maupun persalinan normal dari kasus persalinan yang ada terdapat di fasilitas kesehatan sebesar 79% dengan rincian persalinan di praktik bidan mandiri sebesar 29%, persalinan di RS swasta 18%, persalinan di rumah sebesar 16% persalinan di RS pemerintah sebesar 15%, persalinan di Puskesmas, Pastu, Pusling sebesar 12%, persalinan di klinik sebesar 5%, persalinan di Poskesdes polindes sebesar 4%, persalinan di praktik mandiri sebesar 1%. Angka kejadian *sectio caesarea* di Indonesia menurut data Kementrian Kesehatan Republik Indonesia adalah 927.000 dari 4.039.000 persalinan. Jumlah

persalinan *sectio caesarea* di Indonesia mencapai sekitar 30% sampai dengan 80% dari total seluruh persalinan yang ada (Kemenkes RI, 2022).

Menurut data Profil Kesehatan Provinsi Sumatera Utara tahun 2019, jumlah persalinan di Sumatera Utara yang dibantu oleh tenaga kesehatan mencapai 84,33%. Sedangkan, menurut Dinas Kesehatan di Provinsi Sumatera Utara tahun 2021 angka bedah *sectio caesarea* sebanyak 25.602 orang. Berdasarkan survei yang dilakukan RS Mitra Sehati Medan, tahun 2021 jumlah ibu hamil yang melakukan persalinan *sectio caesarea* sebanyak 282 orang. Pravelensi persalinan post *sectio caesarea* di Sumatera Utara berjumlah 23,9% atau 1.046 orang sedangkan persalinan normal di Sumatera Utara berjumlah 75,9% atau 3.323 orang.

Data yang penulis peroleh dari medical record Rumah Sakit Tentara Tingkat IV 01.07.01 Pematang Siantar menunjukkan bahwa jumlah penderita *sectio caesarea* pada tahun 2021 sampai 2023 mencapai 1.812 orang. ibu yang menjalani *sectio caesarea* pada tahun 2021 sejumlah 570 orang, jumlah ibu yang mengalami *sectio caesarea* ditahun berikutnya (2022) mengalami kenaikan yaitu sebanyak 591 orang dan semuanya pulang dalam keadaan sehat. pasien *sectio caesarea* di tahun 2023 mengalami peningkatan yaitu menjadi 651 orang, sedangkan data post *sectio caesarea* pada tiga bulan terakhir di tahun 2023 diperoleh hasil pada bulan oktober pasien *sectio caesarea* sebanyak 93 orang, dengan indikasi (mg sebanyak 33 orang, pg sebanyak 26 orang, kpd sebanyak 11 orang, letsu sebanyak 9 orang, prematur 8 orang, letli sebanyak 6 orang), pada bulan November sebanyak 81 orang dengan indikasi (pg sebanyak 39 orang, mg sebanyak 28 orang, kpd sebanyak 10 orang, panggul sempit sebanyak 4 orang), dan pada bulan desember 2023 *sectio caesarea* sebanyak 87 orang dengan indikasi (pg sebanyak 27 orang, mg sebanyak 35 orang, panggul sempit sebanyak 8 orang, lintang sebanyak 9 orang, cpd sebanyak 8 orang) dan seluruhnya pulang dengan keadaan sehat. Operasi *sectio caesarea* dirumah sakit tentara TK IV 010701 Pematangsiantar dilakukan dengan indikasi kelainan letak lintang bayi (sungsang & lintang) dan karena keinginan ibu, Berdasarkan hasil wawancara dengan pengawai ruang Dahlia di Rumah Sakit Tentara Pematangsiantar didapatkan bahwa sudah pernah dilakukan tindakan relaksasi benson pada pasien post *sectio caesarea* yang mengalami nyeri di Rumah Sakit Tentara di ruangan Dahlia.

Jumlah angka kelahiran operasi *sectio caesarea* dalam akhir-akhir ini telah meningkat sangat pesat. Hal ini merupakan fenomena bervariasi yang berkaitan dengan tingkat sosial, ekonomi dan budaya. Operasi *sectio caesarea* sudah menjadi prosedur yang aman di banyak bagian dunia sehingga dianggap hampir sempurna. Prosedur, operasi dapat menyebabkan ketidaknyamanan dan mengubah kontinuitas jaringan (Anggraini & Utami, 2024).

Operasi caesarea memfasilitasi kelahiran seperti masalah kesehatan ibu dan janin. Prosedur, operasi *sectio caesarea* dapat menyebabkan ketidak nyamanan dan mengubah kontinuitas jaringan. Nyeri merupakan pengalaman sensorik cedera jaringan, yang dialami oleh individu (Naili & Prasetyorini, 2023).

Pada hakikatnya persalinan SC dapat menimbulkan rasa nyeri akibat dari sayatan di dinding perut dan uterus sehingga pasien akan merasa tidak nyaman dan dapat menimbulkan dampak yang negatif bagi ibu maupun bayi. Rasa nyeri dapat di minimalisir dengan dilakukannya teknik nonfarmakologis salah satunya dengan teknik relaksasi benson (Kamallia & Haniyah, 2023).

Terapi relaksasi benson merupakan suatu teknik relaksasi nafas dalam disertai dengan penambahan unsur keyakinan dalam bentuk kata-kata yang diberikan kepada pasien yang mengalami nyeri (Rukmasari et al, 2023). Relaksasi benson sangat bermanfaat untuk mengurangi nyeri. Selain itu, relaksasi ini juga mudah dilakukan, tanpa resiko dan hanya memerlukan sedikit biaya (Morita et al., 2020).

Hal ini didukung oleh peneliti Febiantri & Machmudah, (2021) yang menunjukkan bahwa terapi relaksasi benson selama 3 hari sekitar 10-15 menit efektif dalam menurunkan nyeri pada klien post *sectio caesarea* dari awalnya memiliki nyeri sedang yaitu 4-5 menurun hingga nyeri ringan yaitu 2-3. Sedangkan menurut penelitian Wahyu (2018) didapatkan hasil bahwa ada

pengaruh relaksasi benson terhadap penurunan rasa nyaman nyeri pasien pasca op *sectio caesarea* di RSUD Raja Ahmad Thabib.

Nyeri adalah salah satu masalah yang dirasakan oleh pasien operasi *sectio caesarea*. Dampak negatif yang ditimbulkan karena nyeri pada ibu post operasi *sectio caesarea*, yaitu mobilisasi fisik menjadi terbatas, terganggunya bonding attachment, terbatasnya activity daily living, inisiasi menyusui dini tidak terpenuhi dengan baik, berkurangnya nutrisi bayi karena ibu masih nyeri akibat operasi *sectio caesarea*, menurunnya kualitas tidur, menjadi stres dan cemas atau ansietas, dan takut apabila dilakukan pembedahan kembali (Rustini & Tridiyawati, 2022).

Manajemen nyeri yang buruk akan mengakibatkan menurunnya kualitas hidup dan memperpanjang waktu post hospitalisasi. Peran perawat sangat penting dalam manajemen nyeri pada pasien post SC terutama peran perawat sebagai edukator, peran ini dilakukan dengan membantu klien dalam meningkatkan tingkat pengetahuan kesehatan, gejala penyakit bahkan tindakan yang diberikan dalam manajemen nyeri pada pasien post SC (Sri, 2020).

Menurut hasil penelitian Nila & Heny (2023), menyatakan bahwa ada pengaruh pemberian terapi benson terhadap tingkat nyeri pasien post operasi *sectio caesarea* dan penelitian Warsono, Faradisa & Iriatono (2019), menyatakan bahwa ada pengaruh yang signifikan pada pemberian teknik relaksasi benson terhadap penurunan intensitas nyeri pada pasien post *sectio caesarea*.

Berdasarkan data di atas maka, penulis tertarik untuk mengangkat kasus ini menjadi karya tulis ilmiah dengan judul "Implementasi pemberian teknik relaksasi benson dalam Upaya Menurunkan Nyeri pada ibu post *sectio caesarea* di ruang Dahlia Rumah Sakit Tentara TK IV 01.07.01 Pematangsiantar."

METODE PENELITIAN

Penelitian ini menggunakan metode penelitian kualitatif dengan desain penelitian deskriptif melalui pendekatan studi kasus. Deskriptif dengan pendekatan penelitian studi kasus untuk mendapatkan gambaran dalam pelaksanaan pemberian teknik relaksasi benson pada ibu post *sectio caesarea* Untuk Menurunkan Intensitas Nyeri. Penelitian ini dilakukan pada bulan April 2024 di ruang dahlia Rumah Sakit Tentara TK IV 01.07.01 Pematangsiantar. Pengumpulan data dilakukan dengan lembar observasi, *Informed Consent* dan wawancara langsung dengan klien. Pemberian teknik relaksasi benson dilakukan sesuai dengan Standar Operasional Prosedur (SOP). Analisis yang digunakan pada penelitian ini adalah studi kasus.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Studi kasus ini dilakukan di Rumah Sakit Tentara TK IV 01.07.01 Pematangsiantar berdiri pada tahun 1949, fasilitas yang tersedia antara lain pelayanan gawat darurat, rawat jalan, rawat inap, pelayanan penunjang medis (Haemodialisa, Radiologi, Laboratorium, Ultrasonografi (USG), Elektrokardiogram (EKG), Fisioterapi, Laparoskopi, Endoskopi, BDRS, CSSD, dan pelayanan administrasi), Penelitian ini dilakukan di ruangan Dahlia Rumah Sakit Tentara TK IV.01.07.01 Pematangsiantar.

Studi kasus yang dilakukan dalam penelitian ini dengan melakukan asuhan keperawatan pada ibu post *sectio caesarea* dengan penerapan teknik relaksasi benson untuk menurunkan nyeri yang dirasakan pada ibu post *sectio caesarea*. Sampel dalam penelitian ini sebanyak 2 orang. Peneliti melakukan penelitian pada klien I yaitu Ny.A dengan post op *sectio caesarea* mulai tanggal 25 April - 27 April 2024, sedangkan pada klien II yaitu Ny.E dengan post op *sectio caesarea* mulai tanggal 25 April - 27 April 2024

Bagian ini menjelaskan proses keperawatan mulai dari pengkajian, analisa data, diagnosa keperawatan, intervensi keperawatan, dan implementasi keperawatan sampai evaluasi keperawatan.

Pada pembahasan ini peneliti akan membahas tentang kesesuaian dan kesenjangan antara tinjauan teoritis dan kasus pada klien I (Ny. A) dan klien II (Ny.E) dalam melakukan implementasi teknik relaksasi benson untuk mengurangi nyeri pada ibu post operasi *sectio*

caesarea. Asuhan keperawatan dilaksanakan selama 3 hari yang dilakukan pada Ny.A pada tanggal 25 April – 27 April 2024 dan Ny.E pada tanggal 25 April – 27 April 2024 di ruangan dahlia Rumah Sakit Tentara TK IV 01.07.01 Pematangsiantar. Kegiatan dilakukan meliputi pengkajian, diagnosa, intervensi, implementasi, dan evaluasi keperawatan.

1. Pengkajian Keperawatan

Berdasarkan hasil penelitian yang didapatkan pengkajian pada klien I yaitu Ny. A ditemukan klien mengeluh nyeri pada luka bekas operasi, nyeri membuat sulit beraktivitas, nyeri terasa ditusuk-tusuk, klien tampak gelisah, tampak meringis kesakitan akibat nyeri pada luka bekas operasi. Pengkajian nyeri pada klien I dengan menggunakan skala pengukuran numeric rating scale diperoleh hasil skala nyeri= 6. Sedangkan pengkajian pada klien II yaitu Ny. E bahwa klien mengeluh Klien mengatakan nyeri pada luka bekas operasi, nyeri terasa di tusuk-tusuk, nyeri membuat saat bergerak Klien dengan post operasi *sectio caesarea*, klien tampak melindungi area luka operasi.. Pengkajian nyeri pada klien II dengan menggunakan skala pengukuran numeric rating scale diperoleh hasil skala nyeri:5

Hal ini sesuai dengan penelitian Kamalia (2023) yang menunjukkan bahwa pengkajian yang dilakukan pada Ny.S dirawat inap diruang flamboyan RSUD Prof. Dr. Margono Soekarjo diperoleh hasil pengkajian keluhan utama yang dirasakan Ny.S yaitu nyeri dibagian perut karena operasi. Nyeri yang dirasakan disebabkan karna post SC pasien mengeluh nyerinya seperti tersayat yang hanya dirasakan dibagian perut dengan skala nyeri 8 (nyeri hebat) dengan menggunakan skala insesitas nyeri menggunakan skala pengukuran numeric rating scale. Hal ini sejalan dengan teori menurut Wahyuningsih (2019) pengkajian pada klien pasca operasi ditemukan bahwa pada umumnya pasien post *sectio caesarea* mengeluh nyeri pada daerah luka bekas operasi dan nyeri biasanya bertambah parah jika pasien bergerak.

2. Diagnosa Keperawatan

Berdasarkan hasil pengkajian, pemeriksaan fisik, observasi dan analisa data yang telah dilakukan ditemukan diagnosa keperawatan pada klien I adalah Nyeri akut berhubungan dengan agen pencedera fisik ditandai dengan mengeluh Klien mengatakan nyeri pada luka bekas operasi, nyeri membuat sulit beraktivitas, nyeri terasa ditusuk-tusuk. Skala nyeri: 6, TD: 120/80 mmhg, Temp: 36,6°C, Nadi: 80x/menit, RR: 20x/menit. Sedangkan diagnosa yang ditemukan pada klien II adalah Nyeri akut berhubungan dengan agen pencedera fisik ditandai dengan mengeluh Klien mengatakan nyeri pada luka bekas operasi, nyeri terasa di tusuk-tusuk, nyeri saat bergerak, klien tampak melindungi area luka operasi, Skala nyeri : 5, TD: 110/70 mmhg, Temp: 36°C, Nadi: 86x/menit, RR: 24x/menit.

Masalah keperawatan yang ditemukan pada klien I dan II adalah nyeri akut. Hal ini sesuai dengan penelitian Anggraini dan Utami (2024) bahwa didapatkan diagnosa keperawatan pada ibu post *sectio caesarea* yaitu nyeri akut berhubungan dengan agen pencedera fisik ditandai dengan pasien mengatakan nyeri pada bagian perut post SC, P: bertambah nyeri ketika bergerak, Q: nyeri seperti tersayat-sayat, R: nyeri terkadang menjalar ke pinggang, S: skala nyeri 6, T: terus-menerus, tampak ada luka diperut, pasien tampak meringis, pasien tampak gelisah, pasien tampak sulit tidur dan tidak memejamkan mata, TD: 130/90, RR:23, keadaan umum lemas, kesadaran comoposmetris, nadi 100x/mnt, suhu 36,5 °C. Sedangkan diagnosa keperawatan ditemukan pada ibu post *sectio caesarea* menurut Tim Pokja SDKI DPP PPNI (2017) adalah nyeri akut, gangguan intergitas kulit, intoleransi aktivitas, resiko infeksi.

3. Intervensi Keperawatan

Rencana keperawata yang dilakukan pada klien I (Ny. A) pada klien II (Ny.E) untuk mengatasi masalah nyeri akut berhubungan dengan agen cedera fisik menurut SIKI adalah manajemen nyeri. Tujuan setelah dilakukan tindakan keperawatan selama 3x24 jam adalah nyeri dapat di kontrol dengan kriteria hasil berupa keluhan nyeri menurun, kesulitan tidur dapat menurun dan juga ekspresi wajah klien meringis dapat berkurang. Oleh sebab itu maka dilakukan intervensi berupa manajemen nyeri yaitu kaji karakteristik nyeri, berikan

terapi non farmakologi untuk mengurangi nyeri dengan penerapan teknik relaksasi benson, ajarkan teknik relaksasi benson dan kolaborasi pemberian obat analgetik. Hal ini sesuai dengan penelitian Anggreinin dan Utami (2024) bahwa penerapan teknik relaksasi benson dilakukan sebagai intervensi keperawatan untuk mengatasi masalah nyeri akut berhubungan dengan agen pencedera fisik.

4. Implementasi keperawatan

Implementasi yang dilakukan pada klien I dan II sesuai dengan rencana yang telah disusun oleh peneliti. Berdasarkan rencana tindakan keperawatan yang telah dibuat dan disusun untuk mengatasi masalah yaitu nyeri akut dan tindakan yang dilakukan sesuai perencanaan adalah manajemen nyeri dengan Implementasi teknik relaksasi benson untuk mengurangi nyeri. Implementasi teknik relaksasi benson pada klien I dan klien II dilakukan 1 kali sehari selama 3 hari.

Berdasarkan implementasi yang telah dilakukan pada klien I dan II diperoleh hasil terdapat perubahan skala intensitas nyeri baik pada klien I ataupun Klien II. Pada klien I sebelum dilakukan teknik relaksasi benson terdapat skala nyeri 6 (nyeri sedang), sedangkan setelah dilakukan teknik relaksasi benson skala nyeri menurun menjadi skala nyeri =1, sedangkan klien II sebelum dilakukan teknik relaksasi benson terdapat skala nyeri 5 (nyeri sedang), sedangkan setelah dilakukan relaksasi benson skala nyeri menurun menjadi skala nyeri =1. Hal ini didukung oleh penelitian Kamallia (2023) bahwa implementasi yang dilakukan berpodoman pada rencana keperawatan yang telah disusun seperti mengidentifikasi karakteristik nyeri, mengajarkan teknik relaksasi benson, memfasilitasi istirahat dan tidur dan memberikan teknik relaksasi benson. Sedangkan menurut Anggreini dan Utami (2024) hasil penerapan teknik relaksasi benson menunjukkan bahwa pada pasien terjadi perubahan skala intensitas nyeri. Pasien Ny.M menunjukkan perubahan skala intensitas nyeri dari skala nyeri 6 (nyeri sedang) menjadi skala nyeri 4 (nyeri ringan), pengukuran menggunakan numeric rating scale (NRS).

5. Evaluasi keperawatan

Hasil evaluasi yang dilakukan pada klien I (Ny. A) dan klien II (Ny. E) dengan masalah keperawatan nyeri akut adalah masalah keperawatan teratasi sebagian. Berdasarkan catatan perkembangan hari ketiga diperoleh hasil nyeri luka operasi klien sudah berkurang, klien tampak sudah lebih tenang, sudah mulai bisa beraktivitas seperti biasanya dan skala nyeri =1. Berdasarkan dengan SLKI (PPNI, 2018) bahwa tingkat nyeri akan menurun setelah dilakukan intervensi keperawatan selama 3 x 24 jam dengan kriteria hasil klien tidak gelisah, tidak bersikap protektif, frekuensi nadi membaik, dan nyeri dapat terkontrol. Hal ini sama sesuai dengan penelitian dilakukan oleh Naili dan Prasetyorini (2023) disimpulkan bahwa teknik relaksasi benson sangat efektif terhadap penurunan tingkat nyeri pasien.

SIMPULAN

Berdasarkan studi kasus yang dilakukan diperoleh hasil pengkajian pada Ny.A dan Ny.E klien mengeluh nyeri pada luka bekas operasi, nyeri membuat sulit beraktivitas, nyeri terasa ditusuk-tusuk, klien tampak gelisah, tampak meringis kesakitan akibat nyeri pada luka bekas operasi. Diagnosa keperawatan yang ditemukan pada Ny. A dan Ny.E adalah nyeri akut berhubungan dengan agen pencedera fisik (post operasi caesarea). Intervensi keperawatan yang dilakukan sesuai dengan diagnosa keperawatan yang ditemukan pada Ny. A dan Ny.E. implementasi keperawatan dilakukan sesuai dengan intervensi yang telah dibuat selama 3 hari berturut-turut yaitu manajemen nyeri dengan memberikan terapi non farmakologi menggunakan penerapan teknik relaksasi benson untuk menurunkan nyeri. Hasil evaluasi yang dilakukan pada Ny. A dan Ny.E dengan masalah keperawatan nyeri akut adalah masalah keperawatan teratasi sebagian.

Berdasarkan catatan perkembangan hari ketiga diperoleh hasil nyeri luka operasi klien sudah berkurang, klien tampak sudah lebih tenang, sudah mulai bisa beraktivitas seperti biasanya dan skala nyeri =1. Oleh karena itu dapat disimpulkan bahwa implementasi pemberian teknik relaksasi benson dapat menurunkan skala nyeri pada pasien post operasi *sectio caesarea*

UCAPAN TERIMA KASIH

Terima kasih saya ucapkan kepada seluruh pihak Rumah Sakit Tentara TK IV 010701 Pematangsiantar khususnya klien, selanjutnya terimakasih kepada Ibu Lismawati, S. Kep., Ns., M.KM selaku pembimbing yang telah berkontribusi serta mendukung penuh dalam melakukan penelitian ini.

DAFTAR PUSTAKA

- Anggraini, T.D., & Utami, T. (2024). Penerapan Teknik Relaksasi Benson Pada Ny M Dengan Nyeri Akut. *Jurnal Penelitian Perawat Profesional*, 6(2).
- Dinkes Provinsi Sumatera Utara. (2019). *Profil Kesehatan Provinsi Sumatera Utara*.
- Febiantri, N., & M. (2021). *Penurunan Nyeri Pasien Post Sectio caesarea Menggunakan Terapi Teknik Relaksasi Benson*. 2(2).
- Jamie. (2019). Prevalence And Indicatio And Outcome Of Caesarea Sectio In Jugal Hospital, Harari Regional State, Ethiopia. 2019: *Aretrospective Study*.
- Kamallia, L. N., & Haniyah, S. (2023). Pengaruh Teknik Relaksasi Benson Dalam Mengatasi Nyeri Akut Pad Any. S Dengan Post Partum. *Journal Of Nursing & Health*, 8(3).
- Kementrian Kesehatan RI. (2022). *Angka Kejadian Sectio Caesarea di Indonesia*.
- Morita, K. M., Amelia, R., & Putri, D. (2020). Pengaruh Teknik Relaksasi Benson Terhadap Penurunan Nyeri Pada Pasien Post Operasi Sectio caesarea Di Rsud Dr. achmad mochtar bukit tinggi. *Jurnal Riset Herti Medan Akper Kesdam 1/Bb Medan*, 5(2).
- Naili, N. K., & Prasetyorini, H. (2023). Penerapan Relaksasi Benson Untuk Menurunkan Nyeri Pada Pasien Dengan Post Operasi Sectio caesarea. *Jurnal Manajemen Asuhan Keperawatan*, 7(1).
- Ningtyas, R.W., & et al. (2023). *Bunga Rampai Manajemen Nyeri*. Jawa Tengah: PT Media Pustaka Indo.
- PPNI, T. P. S. D. (2017). *Standar Diagnosis Keperawatan Indonesia (SDKI)*. Edisi 1. Jakarta : Dewan Pengurus Pusat Persatuan Perawat Nasional Indonesia.
- PPNI, T. P. S. D. (2019). *Standar Luaran Keperawatan Indonesia (SLKI)*. Jakarta : Dewan Pengurus Pusat Persatuan Perawat Nasional Indonesia.
- Riset Kesehatan Dasar. (2018). *Laporan Nasional Riskesdas 2018*. Jakarta: Badan Penelitian Dan Pengembangan Kesehatan Riset.
- Rustini, N., & Tridiyawati, F. (2022). Efektifitas Relaksasi Slow Deep Breathing Dan Relaksasi Benson Terhadap Penurunan Intensitas Nyeri Pada Pasien Post Sectio caesarea. *Mahalayati Nursing Journal*, 4(3).
- Sri, L. (2020). *Gambaran peran perawat dalam memberikan edukasi tentang manajemen nyeri pada Pasien sc di rumah sakit sari mulia Banjarmasin Title*.
- Wahyu, A. (2018). NEfektifitas Relaksasi Benson Terhadap Penurunan Nyeri Pasien Pasca Sectio caesarea. *Jurnal Keperawatan Silampari*, 2(1).
- Warsono., Fahmi, F. Y., Iriantono, G. (2019). Pengaruh Pemberian Teknik Relaksasi Benson

Terhadap Intensitas Nyeri Pasien Post Sectio caesarea Di Rs Pku Muhammadiyah Cepu.
Jurnal Ilmu Keperawatan Medika Medah, 2(1).

World Health Organization (WHO). (2021). *Caesarean Sectia Rates Continue To Rise, Amid Growing Inequalities*.