

Universitas Ngudi Waluyo
Program Studi Sarjana Keperawatan, Fakultas Keperawatan
Skripsi, Februari, 2025
Dilly Trepya Fina
017232033

**PERBEDAAN TINGKAT KECEMASAN SEBELUM DAN SESUDAH
DILAKUKAN RELAKSASI BENSON PADA PASIEN
PRA OPERASI SECTIO CAESAREA
DI RSUD dr. H. JUSUF SK**

Abstrak

Latar Belakang: Kecemasan pada proses persalinan *sectio caesarea* (SC) baik sebelum atau setelah operasi dapat menghambat jalannya operasi maupun penyembuhan setelah operasi. Teknik relaksasi Benson dapat menurunkan kecemasan, dimana terapi ini menggabungkan relaksasi dengan keyakinan yang dianut oleh pasien. Tujuan penelitian untuk menganalisis perbedaan tindakan relaksasi benson pada pasien sebelum dan setelah dilakukan SC.

Metode: Jenis penelitian yang digunakan dalam penelitian ini adalah *pre eksperiment* dengan menggunakan desain *pre-test and post-test group design*. Penelitian ini dilaksanakan di Ruang OK Cito RSUD dr. H Jusuf SK sejak tanggal 20 Januari sampai dengan 10 Februari tahun 2025. Teknik sampling yang digunakan dalam penelitian ini adalah *non-probability sampling*. Total sampel peneltian ini adalah 20 sampel. Instrument penelitian ini menggunakan kuesioner untuk mengukur Tingkat kecemasan sebelum dan setelah menjalani sectio cesarea. Analisa data dilakukan menggunakan uji Wilcoxon signed-rank test.

Hasil: Hasil uji *Wilcoxon Signed-Rank Test* dengan nilai p **0.039** menunjukkan bahwa intervensi relaksasi Benson berhasil menurunkan tingkat kecemasan pada pasien yang akan menjalani operasi *Sectio Caesarea*.

Simpulan: Terapi relaksasi benson terbukti efektif menurunkan kecemasan pada pasien pra-operasi section caesarea

Kata Kunci: *Kecemasan, Relaksasi Benson, Pasien Pra-Operasi Sectio Caesarea*

Ngudi Waluyo University
Undergraduate Nursing Program, Faculty of Nursing
Thesis, February, 2025
Dilly Trepya Fina
017232033

**DIFFERENCES IN ANXIETY LEVELS BEFORE AND AFTER
BENSON RELAXATION IN PATIENTS WITH PRESECTION
CAESAREAN SURGERY IN RSUD dr. H. JUSUF SK**

Abstract

Background: Anxiety during the cesarean section (CS) process, both before and after the surgery, can hinder the surgery process and recovery. The Benson relaxation technique can reduce anxiety, as it combines relaxation with the beliefs held by the patient. The aim of this study is to analyze the differences in the Benson relaxation technique on patients before and after undergoing CS.

Method: The type of research used in this study is pre-experimental with a pre-test and post-test group design. This study was conducted at the Cito Operating Room of RSUD dr. H Jusuf SK from January 20 to February 10, 2025. The sampling technique used in this study is non-probability sampling. The total sample for this study is 20 samples. The research instrument used was a questionnaire to measure the anxiety levels before and after undergoing a cesarean section. Data analysis was conducted using the Wilcoxon signed-rank test.

Results: The results of the Wilcoxon Signed-Rank Test with a p-value of **0.039** indicate that the Benson relaxation intervention successfully reduced the anxiety levels of patients who were about to undergo a cesarean section.

Conclusion: The Benson relaxation therapy was proven effective in reducing anxiety in pre-operative cesarean section patients.

Keywords: Anxiety, Benson Relaxation, Pre-Operative Cesarean Section Patients.