



**PENGARUH TEKNIK RELAKSASI BENSON TERHADAP
INTENSITAS NYERI PADA IBU POST SECTIO
CAESAREA DI RUMAH SAKIT PERTAMINA
BALIKPAPAN**

SKRIPSI

Oleh:

YUNITA FAJARWATI

NIM. 15222026

**PROGRAM STUDI KEBIDANAN PROGRAM SARJANA
FAKULTAS KESEHATAN UNIVERSITAS
NGUDI WALUYO**

2024



**PENGARUH TEKNIK RELAKSASI BENSON TERHADAP
INTENSITAS NYERI PADA IBU POST SECTIO
CAESAREA DI RUMAH SAKIT PERTAMINA
BALIKPAPAN**

SKRIPSI

Diajukan sebagai salah satu syarat untuk memperoleh gelar Sarjana (S.Keb)

Oleh:

YUNITA FAJARWATI

NIM. 15222026

**PROGRAM STUDI KEBIDANAN PROGRAM SARJANA
FAKULTAS KESEHATAN UNIVERSITAS
NGUDI WALUYO
2024**

HALAMAN PERSETUJUAN PEMBIMBING

**PENGARUH TEKNIK RELAKSASI BENSON TERHADAP
INTENSITAS NYERI PADA IBU POST SECTIO
CAESAREA DI RUMAH SAKIT
PERTAMINA BALIKPAPAN**

disusun
oleh:

YUNITA FAJARWATI
NIM. 152222026

PROGRAM STUDI KEBIDANAN PROGRAM SARJANA
FAKULTAS KESEHATAN
UNIVERSITAS NGUDI WALUYO

telah diperiksa dan disetujui oleh pembimbing serta telah diperkenankan
untuk diujikan

Ungaran, 25 Januari 2024

Pembimbing



Ninik Christiani, S.Si.T.M.Kes
NIDN. 0617118001

HALAMAN PENGESAHAN

Skripsi berjudul

PENGARUH TEKNIK RELAKSASI BENSON TERHADAP INTENSITAS NYERI PADA IBU POST SECTIO CAESAREA DI RUMAH SAKIT PERTAMINA BALIKPAPAN

disusun oleh:

YUNITA FAJARWATI
NIM. 157222026

Telah dipertahankan di depan Tim Penguji Skripsi Program Studi S1Kebidanan
Program Sarjana, Universitas Ngudi Waluyo, pada:

Hari : Kamis

Tanggal : 25 Januari 2024

Tim Penguji : Ketua/ Pembimbing


Ninik Christiani, S.SiT.M.Kes
NIDN. 0607118001

Anggota/ Penguji 1


Widayati, S.SiT., M.Keb
NIDN.0616088101

Anggota/ Penguji 2


Moneca Dyah Listiyaningsih, S.ST., M.Kes
NIDN. 0613038802

Ketua Program Studi


LuviDianAfriyani, S.SiT., M.Kes
NIDN.0627048302

Dekan Fakultas Kesehatan


Ns. Eko Susilo, S.Kep., M.Kep
IDN.0627097501

PERNYATAAN ORISINILITAS

Yang bertanda tangan di bawah ini saya,

Nama : Yunita Fajarwati

NIM : 157222026

Program Studi / Fakultas : S1 Kebidanan Transfer / Fakultas Kesehatan

Dengan ini menyatakan bahwa :

1. Skripsi atau karya tulis ilmiah berjudul “Pengaruh Teknik Relaksasi Benson Terhadap Intensitas Nyeri Pada Ibu Post Sectio Caesarea di Rumah Sakit Pertamina Balikpapan Tahun 2023” adalah karya ilmiah asli dan belum pernah diajukan untuk mendapatkan gelar akademik apapun di perguruan tinggi manapun.
2. Skripsi/Karya tulis ilmiah ini merupakan ide dan hasil murni saya yang dibimbing dan di bantu oleh tim pembimbing dan narasumber.
3. Skripsi/karya tulis Ilmiah ini tidak memuat karya atau pendapat orang lain yang telah dipublikasikan kecuali secara tertulis dicantumkan dalam naskah sebagai acuan dengan menyebut nama pengarang dan judul aslinya serta di cantumkan dalam daftar Pustaka.
4. Pernyataan ini saya buat dengan sesungguhnya dan apabila di kemudian hari terdapat penyimpangan dan ketidak benaran di dalam pernyataan ini, saya bersedia menerima sanksi akademik berupa pencabutan gelar yang telah saya peroleh dan sanksi lain sesuai dengan norma yang berlaku di Universitas Ngudi Waluyo.

Pembimbing

Ninik Christiani, S.SiT., M.Kes

NIDN : 0607118001

Unggaran, 25 Januari 2024
Yang membuat Pernyataan



Yunita Fajarwati

NIM : 157222026

LEMBAR PERSETUJUAN PUBLIKASI ILMIAH UNTUK KEPENTINGAN AKADEMIS

Yang bertanda tangan di bawah ini, saya mahasiswa Universitas Ngudi Waluyo :

Nama : Yunita Fajarwati

NIM : 157222026

Program Studi/Fakultas : Prodi Kebidanan Program Sarjana Fakultas
Kesehatan Universitas Ngudi Waluyo

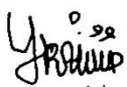
Demi pengembangan ilmu pengetahuan, saya memberikan kepada perpustakaan Universitas Ngudi Waluyo Skripsi saya yang berjudul Pengaruh Teknik Relaksasi Benson Terhadap Intensitas Nyeri Pada Ibu Post Sectio Caesarea di Rumah Sakit Pertamina Balikpapan” beserta perangkat yang diperlukan. Dengan demikian saya memberikan kepada perpustakaan Universitas Ngudi Waluyo hak untuk menyimpan, mengalihkan dalam bentuk media lain, mengelolanya dalam bentuk pangkalan data, mendistribusikan secara terbatas , dan mempublikasikannya di internet atau media lain untuk kepentingan akademis tanpa perlu meminta izin dari saya maupun memberikan royalti kepada saya selama tetap mencantumkan saya sebagai penulis.

Atas kemajuan teknologi informasi, saya tidak berkeberatan jika nama, tanda tangan, gambar atau image, yang ada dalam karya ilmiah saya terindeks oleh mesin pencari (*search engine*), misalnya google.

Demikian pernyataan ini yang saya buat dengan sebenarnya.

Dibuat di Ungaran
Pada tanggal : 25 Januari 2024

Yang Membuat Pernyataan,


Yunita Fajarwati

Kebidanan Program Sarjana
Universitas Ngudi Waluyo
Skripsi, 2024
Yunita Fajar Wati , Ninik Christiani
NIM : 157222026

**Pengaruh Teknik Relaksasi Benson Terhadap Intensitas Nyeri Pada Ibu
Post Sectio Caesarea di Rumah Sakit Pertamina Balikpapan**

ABSTRAK

Latar Belakang : Sectio caesarea merupakan tindakan operasi dengan anastesi yang dapat menimbulkan nyeri. Salah satu tindakan untuk mengurangi nyeri dengan metode non farmakologis yaitu teknik relaksasi benson. Angka persalinan di Rumah Sakit Pertamina Balikpapan dengan sectio caesarea tahun 2021 mencapai 198 persalinan, pada tahun 2022 yaitu 215 persalinan serta pada bulan Januari sampai Desember 2023 yaitu 248 persalinan. Data tersebut menunjukkan adanya peningkatan jumlah persalinan dengan sectio caesarea. Berdasarkan studi pendahuluan di Rumah Sakit Pertamina Balikpapan dengan melakukan observasi dan wawancara terhadap 20 orang ibu *post sectio caesarea* di ruang nifas terdapat 13 orang mengalami nyeri berat dan 7 orang mengalami nyeri sedang, hal ini menyebabkan ibu menunda melakukan mobilisasi dini, pemberian laktasi pada bayinya, serta merasa cemas yang disebabkan oleh nyeri tersebut. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui pengaruh teknik relaksasi benson terhadap intensitas nyeri pada ibu *post sectio caesarea* di Rumah Sakit Pertamina Balikpapan.

Metode : Desain yang digunakan dalam penelitian ini adalah *pre-eksperimental* dengan rancangan *one group pretest and posttest design*. Populasi pada penelitian ini adalah seluruh ibu *post sectio caesarea* di Rumah Sakit Pertamina Balikpapan dengan rata-rata perbulan 22 orang, teknik pengambilan sampel *nonprobability sampling* dengan metode *purposive sampling* sebanyak 17 orang pada 5 sampai dengan 17 Januari 2024. Pengumpulan data dengan menggunakan lembar observasi. Analisa data adalah analisa univariat dan analisa bivariat menggunakan uji *wilcoxon*.

Hasil : Didapatkan intensitas nyeri pada ibu *post sectio caesarea* sebelum dilakukan teknik relaksasi benson sebagian besar mengalami nyeri berat sebanyak 9 orang (52,9%), sedangkan sesudah dilakukan teknik relaksasi benson intensitas nyeri pada ibu *post sectio caesarea* sebagian besar mengalami nyeri ringan yaitu 10 orang (58,8%). Terdapat pengaruh teknik relaksasi benson terhadap intensitas nyeri pada ibu *post sectio caesarea* dengan nilai p value 0,001.

Kesimpulan : Terdapat pengaruh teknik relaksasi benson terhadap intensitas nyeri pada ibu *post sectio caesarea* di Rumah Sakit Pertamina Balikpapan

Kata Kunci : Teknik relaksasi benson, intensitas nyeri, Post Operasi *Sectio Caesarea*
Kepustakaan : 47 (2017-2020)

**Midwifery Undergraduate
Program at Ngudi Waluyo University
Thesis, 2024
Yunita Fajar Wati, Ninik Christiani
NIM : 157222026**

***The Effect of Benson Relaxation Technique on Pain Intensity in Post Sectio
Caesarea Mothers at Pertamina Hospital Balikpapan***

ABSTRACT

Background: *Sectio caesarea is a surgical procedure with anesthesia that can cause pain. One of the action to reduce pain with non-pharmacological methods is the benson relaxation technique. The number of deliveries at Pertamina Balikpapan Hospital with caesarean section in 2021 reached 198 deliveries, in 2022 there were 215 births and in January to December 2023 there were 248 births. These data show an increase in the number of deliveries by caesarean section. Based on a preliminary study at Pertamina Balikpapan Hospital by observing and interviewing 20 mothers post caesarean section. In the postpartum room there were 13 people experiencing severe pain and 7 people experiencing moderate pain, this caused mothers to delay early mobilization, giving lactation to their babies, as well as feeling anxious caused by the pain. This study aims to determine the effect of the benson relaxation technique on pain intensity in post-caesarean section mothers at Pertamina Balikpapan Hospital.*

Method: *The design used in this research was pre-experimental with a one group pretest and posttest design. The population in this study were all post-caesarean section mothers at the Pertamina Hospital in Balikpapan with an average of 22 people per month. The sampling technique was non-probability sampling using a purposive sampling method of 17 people from 5 to 17 January 2024. Data were collected using observation sheets. Data analysis is univariate analysis and bivariate analysis using wilcoxon test.*

Results: *It was found that the intensity of pain in mothers after sectio caesarea before the Benson relaxation technique was carried out, the majority of them experienced severe pain as many as 9 people (52.9%), whereas after the Benson relaxation technique was carried out, the intensity of pain in post- sectio caesarea mothers experienced mild pain. namely 10 people (58.8%). There is an influence of the Benson relaxation technique on pain intensity in mothers post sectio caesarea with a p value of 0.001.*

Conclusion: *There is an influence of the benson relaxation technique on the intensity of pain in mothers post Sectio Caesarea at Pertamina Hospital Balikpapan*

Keywords: *Benson relaxation technique, pain intensity, post caesarean section Surgery*

Literature : *47 (2017-2020)*

DAFTAR RIWAYAT HIDUP



DATA PRIBADI

Nama : Yunita Fajarwati
Tempat, Tanggal Lahir : Balikpapan, 21 Juni 1989
Agama : Islam
Jenis Kelamin : Perempuan
Alamat : Jl. Diponegoro Perum Graha Permata Residence
Blok I No 1 RT 35 RW Kelurahan Gunung
Samarinda

RIWAYAT PENDIDIKAN

1. TK tahun 1994 - 1996
2. SD tahun 1996 - 2001
3. SMP tahun 2001 - 2004
4. SMA tahun 2004 - 2007
5. Poltekkes Kemenkes Kalimantan Timur tahun 2007-2010
6. Universitas Ngudi Waluyo Tahun 2023 - sekarang

Riwayat Pekerjaan

1. RS Pertamina Balikpapan sejak 2011-sekarang

KATA PENGANTAR

Puji syukur penulis panjatkan kehadiran Allah SWT yang telah melimpahkan rahmat dan hidayah-Nya, sehingga penulis dapat menyelesaikan skripsi dengan judul “Pengaruh Teknik Relaksasi Benson Terhadap Intensitas Nyeri Pada Ibu Post Sectio Caesarea di Rumah Sakit Pertamina Balikpapan” tepat pada waktunya meskipun masih banyak kekurangan dalam penyusunan Skripsi ini.

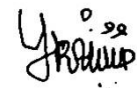
Penulis menyadari bahwa tanpa bantuan dan pengarahan dari berbagai pihak, Skripsi ini tidak dapat diselesaikan dengan baik. Penulis mengucapkan terima kasih kepada semua pihak yang telah membantu kelancaran dalam menyelesaikan penyusunan Skripsi ini, yaitu kepada:

1. Prof. Dr. Subyantoro, M.Hum selaku Rektor Universitas Ngudi Waluyo.
2. Eko Susilo, S. Kep., Ns., M. Kep, selaku Dekan Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas Ngudi Waluyo.
3. Luvi Dian Afriyani, S.SiT.,M.Kes, selaku Ketua Program Studi Kebidanan Program Sarjana Universitas Ngudi Waluyo.
4. Ninik Christiani,S.SiT,M.Kes selaku dosen pembimbing yang banyak memberikan pengarahan dan saran selama penyusunan skripsi ini.
5. Seluruh dosen dan staf pengajar Program Studi Kebidanan Program Sarjana Universitas Ngudi Waluyo yang tidak bisa disebutkan satu persatu yang telah memberikan ilmu pengetahuan.

6. Rumah Sakit Pertamina Balikpapan dan seluruh staf Rumah Sakit Pertamina Balikpapan yang telah memberikan izin untuk melakukan penelitian dan memberikan saran untuk Skripsi ini.
7. Keluarga tercinta yang selalu memberikan dukungan baik materi maupun spiritual, yang menjadi semangat dalam penyelesaian skripsi ini.
8. Teman – teman yang senantiasa memberikan dukungan dan doa sehingga peneliti dapat menyelesaikan penyusunan Skripsi ini.
9. Semua pihak yang telah membantu penulis dalam membuat Skripsi ini.

Penulis menyadari sepenuhnya bahwa masih banyak kekurangan dalam penyusunan skripsi ini, untuk itu kritik dan saran yang bersifat membangun sangat penulis harapkan. Bersamaan dengan selesainya Skripsi ini, penulis berharap dapat bermanfaat bagi penulis khususnya dan bagi pembaca pada umumnya. Atas perhatiannya, peneliti mengucapkan terima kasih.

Ungaran, Januari 2024



Penulis

DAFTAR ISI

SAMPUL LUAR	i
SAMPUL DALAM.....	ii
HALAMAN PERSETUJUAN PEMBIMBING.....	ii
HALAMAN PENGESAHAN	iiiv
HALAMAN PERNYATAAN ORISINALITAS	v
HALAMAN PERSETUJUAN PUBLIKASI	vi
PERNYATAAN ORISINILITAS	5
LEMBAR PERSETUJUAN PUBLIKASI ILMIAH UNTUK KEPENTINGAN AKADEMIS	6
ABSTRAK	7
ABSTRACT	8
DAFTAR RIWAYAT HIDUP	i10
KATA PENGANTAR.....	10
DAFTAR ISI.....	Error! Bookmark not defined.ii
DAFTAR TABEL	Error! Bookmark not defined.
DAFTAR BAGAN.....	Error! Bookmark not defined.
DAFTAR LAMPIRAN	Error! Bookmark not defined.
BAB I PENDAHULUAN.....	Error! Bookmark not defined.
A. Latar Belakang	Error! Bookmark not defined.
B. Rumusan Masalah.....	8
C. Tujuan Penelitian.....	8
D. Manfaat Penelitian.....	9
BAB II TINJAUAN PUSTAKA.....	12
A. Konsep Dasar <i>Sectio Caesarea</i>	12
1. Pengertian <i>Sectio Caesarea</i>	12
2. Indikasi <i>Sectio Caesarea</i>	12
3. Etiologi <i>Sectio Caesarea</i>	13
4. Jenis-jenis <i>Sectio Caesarea</i>	14
5. Komplikasi <i>Sectio Caesarea</i>	15
6. Pengaruh Sistemik Persalinan <i>Sectio Caesarea</i>	17
B. Konsep Dasar Nyeri.....	23

1. Pengertian Nyeri	23
2. Penyebab Nyeri.....	24
3. Faktor-Faktor Penyebab Nyeri.....	25
4. Klasifikasi Nyeri	25
5. Patofisiologi Nyeri.....	Error! Bookmark not defined.
6. Neuroregulator Nyeri.....	28
7. Mekanisme Nyeri.....	29
8. Proses Menghilangkan Nyeri.....	33
9. Faktor-faktor Yang Mempengaruhi Nyeri.....	34
10 Dampak Nyeri Pada Ibu Post Sectio Caesarea	38
11 Skala Nyeri	39
12 Metode Pengurangan Nyeri	42
C. Relaksasi Benson.....	45
1. Pengertian Teknik Relaksasi Benson.....	45
2. Manfaat Terapi Relaksasi Benson	46
3. Pendukung Terapi Relaksasi Benson.....	46
4. Langkah-langkah relaksasi benson	47
5. Prosedur Relaksasi Benson.....	48
6. Mekanisme Relaksasi Benson Terhadap Penurunan Nyeri	50
D. Kerangka Teori	55
E. Kerangka Konsep	56
F. Hipotesis	56
BAB III METODE PENELITIAN.....	57
A. Desain Penelitian	57
B. Lokasi dan Waktu Penelitian.....	57
C. Subjek Penelitian	58
D. Definisi Operasional	59
E. Variabel Penelitian	60
F. Instrumen Penelitian	61
G. Sumber data	61
H. Teknik Pengumpulan Data	62
I. Teknik Pengolahan Data	64

J. Analisa data	66
K. Etika Penelitian.....	68
BAB IV HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN.....	71
A. Gambaran Umum Tempat Penelitian	71
B. Hasil Penelitian.....	72
C. Pembahasan	75
D. Keterbatasan Penelitian	86
BAB V KESIMPULAN DAN SARAN	87
A. Kesimpulan.....	87
B. Saran	87
DAFTAR PUSTAKA	Error! Bookmark not defined.
LAMPIRAN.....	93