KARYA TULIS ILMIAH

PENERAPAN TEKNIK RELAKSASI BENSON DENGAN NYERI AKUT PADA PASIEN *POST SECTIO CAESAREA* DI RUMAH SAKIT UMUM DR.FERDINAND LUMBAN TOBING SIBOLGA TAHUN 2026

KESYA MUTIARA LUMBAN TOBING
NIM : P07520523009

KEMENTERIAN KESEHATAN REPUBLIK INDONESIA
POLITEKNIK KESEHATAN MEDAN
JURUSAN KEPERAWATAN
PROGRAM STUDI DIII KEPERAWATAN TAPANULI TENGAH
TAHUN 2026

Dipindai dengan CamScanner

KARYA TULIS ILMIAH

PENERAPAN TEKNIK RELAKSASI BENSON DENGAN NYERI AKUT PADA PASIEN *POST SECTIO CAESARE* DI RUMAH SAKIT UMUM DR.FERDINAND LUMBAN TOBING SIBOLGA TAHUN 2026

KESYA MUTIARA LUMBAN TOBING
NIM : P07520523009

KEMENTERIAN KESEHATAN REPUBLIK INDONESIA
POLITEKNIK KESEHATAN MEDAN
JURUSAN KEPERAWATAN
PROGRAM STUDI DIII KEPERAWATAN TAPANULI TENGAH
TAHUN 2026

Dipindai dengan CamScanner

KARYA TULIS ILMIAH

PENERAPAN TEKNIK RELAKSASI BENSON DENGAN NYERI AKUT PADA PASIEN *POST SECTIO CAESAREA* DI RUMAH SAKIT UMUM DR.FERDINAND LUMBAN TOBING SIBOLGA

TAHUN 2026

Karya Tulis Ilmiah

Sebagai salah satu syarat untuk menyelesaikan studi
dan memperoleh gelar Ahli Madya Keperawatan (A.Md.Kep)
pada Program Studi D-III Keperawatan Tapanuli Tengah Jurusan Keperawatan
Kemenkes Poltekkes Medan

KESYA MUTIARA LUMBAN TOBING

NIM : P07520523009

KEMENTERIAN KESEHATAN REPUBLIK INDONESIA

POLITEKNIK KESEHATAN MEDAN

JURUSAN KEPERAWATAN

PROGRAM STUDI DIII KEPERAWATAN TAPANULI TENGAH

TAHUN 2026

Dipindai dengan CamScanner

HALAMAN PERSETUJUAN KARYA TULIS ILMIAH

PENERAPAN TEKNIK RELAKSASI BENSON DENGAN NYERI AKUT PADA PASIEN *POST SECTIO CAESARE* DI RUMAH SAKIT UMUM DR.FERDINAND LUMBAN TOBING SIBOLGA TAHUN 2026

Diusulkan oleh:

KESYA MUTIARA LUMBAN TOBING

P07520523009

Telah disetujui di Prodi D-III Keperawatan Tapanuli Tengah

Pada tanggal 20 April 2026

Pembimbing Utama	**Pembimbing Pendamping**
Ganti Tua Siregar, S.Kep.Ns.,M.PH	Yusniar, SKM.,MKM
NIDN. 4012017502	NIDN. 4014097801

Ketua Prodi D III Keperawatan Tapanuli Tengah

Politeknik Kesehatan Kemenkes Medan

Ns. Tiur Romatua Sitohang, S.Kep., M.Kep

NIDN. 3413098301

Dipindai dengan CamScanner

HALAMAN PENGESAHAN KARYA TULIS ILMIAH

PENERAPAN TEKNIK RELAKSASI BENSON DENGAN NYERI AKUT PADA PASIEN *POST SECTIO CAESAREA* DI RUMAH SAKIT UMUM DR.FERDINAND LUMBAN TOBING SIBOLGA TAHUN 2026

Telah dipersiapkan dan disusun oleh:

KESYA MUTIARA LUMBAN TOBING

NIM : P07520523009

Telah dipertahankan didepan penguji

pada tanggal 21 April 2026

		Tanda Tangan
1. Ketua Penguji	: Ganti Tua Siregar, S.Kep.Ns.,M.PH	:
2. Penguji 1	: Ns. Tiur Romatua Sitohang, S. Kep., M. Kep	:
3. Penguji II	: Dr. Siang Br. Tarigan, S.Pd, S.Kep, M.Kes	:

Pandan, 21 April 2026

Mengetahui

Ketua Prodi D III Keperawatan Tapanuli Tengah
Politeknik Kesehatan Kemenkes Medan

Ns. Tiur Romatua Sitohang, S.Kep., M.Kep
NIP. 1983091320092003

Dipindai dengan CamScanner

PERNYATAAN KEASLIAN PENELITIAN

Yang bertanda tangan di bawah ini saya :

Nama	:	Kesya Mutiara Lumban Tobing
NIM	:	P07520523009
Program Studi	:	Diploma III
Jurusan	:	Keperawatan
Perguruan Tinggi	:	Kemenkes Poltekkes Medan

Menyatakan bahwa saya tidak melakukan kegiatan plagiat dalam penulisan Karyatulis ilmiah saya yang berjudul:

PENERAPAN TEKNIK RELAKSASI BENSON DENGAN NYERI AKUT PADA PASIEN *POST SECTIO CAESAREA* DI RUMAH SAKIT UMUM DR.FERDINAND LUMBAN TOBING SIBOLGA TAHUN 2026

Apabila suatu saat nanti terbukti saya melakukan tindakan plagiat, maka saya bersedia menerima sanksi sesuai dengan ketentuan yang berlaku. Demikian surat pernyataan ini saya buat dengan sebenar-benarnya.

Pandan, 21 April 2026
Penulis,



Kesya Mutiara Lumban Tobing
P07520523009

Dipindai dengan CamScanner



BIODATA PENULIS

Nama	: Kesya Mutiara Lumban Tobing
Tempat/Tgl lahir	: Jakarta, 14 Oktober 2005
Jenis Kelamin	: Perempuan
Agama	: Kristen Protestan
Alamat Rumah	: Lingkungan X Hutabalang, kec.Badiri
No. Telepon	: 081264157170

RIWAYAT PENDIDKAN

1. SD : SD Swasta Yadika Mahato Tahun 2017
2. SLTP : SMP Swasta Yadika Mahato Tahun 2020
3. SLTA : SMA S Yapim Taruna Pandan Tahun 2023

Dipindai dengan CamScanner

ABSTRAK

PENERAPAN TEKNIK RELAKSASI BENSON DENGAN NYERI AKUT PADA PASIEN *POST SECTIO CAESAREA* DI RUMAH SAKIT UMUM DR.FERDINAND LUMBAN TOBING SIBOLGA TAHUN 2026

Kesya Mutiara Lumban Tobing*, Ganti Tua Siregar**, Yusniar **

Kementrian Kesehatan Politeknik Kesehatan Medan

Email: kesyamutiaratobing@gmail.com

Latar Belakang: *Sectio Caesarea* merupakan prosedur pembedahan untuk melahirkan janin melalui sayatan pada dinding perut (abdomen) dan dinding rahim (uterus). Prosedur *sectio caesarea* dapat menyebabkan ketidaknyamanan hingga nyeri yang terkaitan dengan trauma jaringan serta proses inflamasi dan penyembuhan pasca operasi. Berdasarkan Hasil Survey Pendahuluan yang dilakukan peneliti di RSU Dr. Ferdinand Lumban Tobing pada tanggal 9 Februari 2026 maka didapatkan data jumlah penderita *Sectio Caesarea* pada tahun 2021 sebanyak 232 klien, pada tahun 2022 berjumlah 358 klien, tahun 2023 berjumlah 332 klien, tahun 2024 berjumlah 298 klien, dan ditahun 2025 berjumlah 369 klien Pada tahun 2026 di bulan Januari berjumlah 32 kasus.

Tujuan : Menggambarkan penerapan Teknik Relaksasi Benson dalam mengatasi masalah nyeri akut pada pasien *Post Sectio Caesarea.*

Metode Penelitian : Jenis Penelitian ini adalah Kualitatif Deskriptif dengan metode pendekatan studi kasus dengan 2 partisipan yang mengalami *Sectio Caesarea* dengan Nyeri Akut dan lokasi penelitian di RSU Ferdinand Lumban Tobing Kota Sibolga Tahun 2024. Pengumpulan data dilakukan dengan observasi, pemeriksaan fisik, catatan medis, catatan harian dan wawancara.

Hasil : studi kasus ini menunjukkan klien 1 pada hari 1 setelah dilakukan teknik relaksasi benson didapatkan skala nyeri (6) dan pada hari ketujuh mengalami penurunan skala nyeri (2). Pada klien 2 pada hari 1 setelah dilakukan teknik relaksasi benson didapatkan skala nyeri (7) dan pada hari ketujuh mengalami penurunan skala nyeri (2).

Kesimpulan dan Saran: Nyeri Akut pada pasien *Post Sectio Caesarea* dapat teratasi dengan penerapan Teknik Relaksasi Benson yang dilakukan selama 7 hari. Diharapkan perawat dapat meningkatkan pelayanan pada klien *Post Sectio Caesarea* dengan Nyeri akut menggunakan penerapan Teknik Relaksasi Benson.

Kata Kunci : Teknik Relaksasi Benson, Nyeri Akut, *Sectio Caesarea*

Literatur : 38 Literatur (2020-2025)

Dipindai dengan CamScanner

ABSTRACT

APPLICATION OF THE BENSON RELAXATION TECHNIQUE FOR ACUTE PAIN IN POST-CESAREAN SECTION PATIENTS AT DR. FERDINAND LUMBAN TOBING GENERAL HOSPITAL, SIBOLGA, 2026

Kesya Mutiara Lumban Tobing*, Ganti Tua Siregar**, Yusniar**

Medan Health Polytechnic of the Ministry of Health

Email: kesyamutiaratobing@gmail.com

Background: Cesarean section is a surgical procedure performed to deliver a fetus through an incision in the abdominal wall and uterine wall. The cesarean section procedure may cause discomfort and pain associated with tissue trauma, as well as the inflammatory and postoperative healing process. Based on a preliminary survey conducted by the researchers at Dr. Ferdinand Lumban Tobing General Hospital on February 9, 2026, the number of cesarean section cases was 232 clients in 2021, 358 clients in 2022, 332 clients in 2023, 298 clients in 2024, and 369 clients in 2025. In January 2026, there were 32 cases.

Objective: To describe the use of the Benson relaxation technique in managing acute pain in post-cesarean section patients.

Methods: This study employed a descriptive qualitative design with a case study approach involving two participants who had undergone cesarean section and experienced acute pain. The study was conducted at Dr. Ferdinand Lumban Tobing General Hospital in Sibolga City in 2024. Data were collected through observations, physical examinations, medical records, daily records, and interviews.

Results: This case study showed that Client 1 had a pain score of 6 on the first day after applying the Benson relaxation technique, which decreased to 2 on the seventh day. Client 2 had a pain score of 7 on the first day after applying the Benson relaxation technique, which decreased to 2 on the seventh day.

Conclusion and Recommendation: Acute pain in post-cesarean section patients can be managed through the application of the Benson relaxation technique for seven days. Nurses are expected to improve care for post-cesarean section clients experiencing acute pain by applying the Benson relaxation technique.

Keywords: Benson relaxation technique, acute pain, cesarean section.

Literature: 38 references (2020–2025).

PROOF READING OF TRANSLATION
Kemenkes Poltekkes Medan
TRANSLATION VERIFIED

*Student of The Associate Degree of Nursing Study Program in Central Tapanuli

**Supervisor of The Associate Degree of Nursing Study Program in Central Tapanuli

Dipindai dengan CamScanner

KATA PENGANTAR

Puji syukur peneliti ucapkan pada Tuhan Yang Maha Esa atas Kuasa-Nya yang telah memberikan segala nikmat dan kesempatan sehingga penyusunan karya tulis ilmiah yang berjudul Penerapan Teknik Relaksasi Benson Dengan Nyeri Akut Pada Pasien *Post Sectio caesarea* Di Rumah Sakit Umum Dr. Ferdinand Lumban Tobing Sibolga Tahun 2026 dapat terselesaikan.

Selanjutnya ucapan terima kasih yang tak terhingga saya sampaikan kepada Ganti Tua Siregar, S.Kep.,Ns.,M.PH selaku pembimbing utama sekaligus ketua penguji dan Yusniar, SKM.,MKM selaku pembimbing pendamping yang penuh kesabaran dan perhatiannya dalam memberikan bimbingan hingga Karya Tulis Ilmiah ini dapat terselesaikan dengan baik.

Dengan terselesaikannya karya tulis ilmiah ini, perkenankan pula saya untuk mengucapkan terima kasih yang sebesar-besarnya kepada :

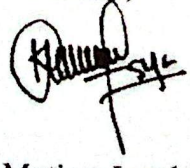
1. Ibu Tengku Sri Wahyuni, S. SiT., M. Keb selaku PLT Direktur Kemenkes Poltekkes Medan
2. Ibu Dr. Amira Permatasari Tarigan, S. Kep., Ns., M. Kes selaku Ketua Jurusan Keperawatan Kemenkes Poltekkes Medan
3. Ibu Ns. Tiur Romatua Sitohang, S. Kep., M. Kep selaku Ketua Prodi D-III Keperawatan Tapanuli Tengah Kemenkes Poltekkes Medan dan selaku penguji satu karya tulis ilmiah.
4. Bapak Ramlan SKM., M.Kes selaku penguji dua atas kesediaannya untuk menguji karya tulis ilmiah ini.
5. Ibu dr. Ivonna Hasfika, M.K.M, selaku Direktur Rumah Sakit Umum Dr. Ferdinand Lumban Tobing Kota Sibolga yang telah memberikan izin penelitian
6. Ny. M dan Ny. J atas kesediannya sebagai sabjek penelitian
7. Teristimewa kepada kedua orang tua tercinta, Ayahanda Joel Lumban Tobing dan Ibunda tersayang Ester Eva Lusianan Hutauruk, panutan hidup saya dan donatur utama penulis. Terimakasih yang tak terhingga atas pengorbanan, kasih sayang, dan doa tulus yang tiada henti, sehingga penulis bisa berada di titik ini. Setiap langkah perjuangan ini penulis persembahkan untuk papa dan mama.

Dipindai dengan CamScanner

8. Kepada cinta kasih keempat saudara/i kandung penulis, adik-adik tersayang Shandy Rajaya Lumban Tobing, Nada Kasih Lumban Tobing, Citra Amanda Lumban Tobing, dan Surya Erlangga Lumban Tobing. Terima kasih atas doa, keceriaan, dan dukungan moral yang selalu diberikan kepada penulis.
9. Kepada Shio Hami Debataraja, kakak angkat luar biasa di kampus yang selalu membersamain penulis. Terima kasih atas kasih sayang, motivasi, serta bimbingan dalam setiap kesulitan selama penyusunan Karya Tulis Ilmiah.
10. Kepada Winda Sari Siringoringo, Suci Ramadani Siregar, dan Ruth Nauli Banjarnahor, Sri Betty Sitompul, Ronauli Hutauruk, Syalsabilla Abelia Nanda, adik-adik kesayangan penulis di kampus yang selalu memberikan dukungan dan semangat tiada henti kepada penulis selama dikampus.
11. *Last but not least,* anak perempuan pertama dan harapan orang tuanya, Kesya Mutiara Lumban Tobing. Apresiasi setinggi-tingginya untuk diri sendiri yang telah gigih berjuang, bertahan, dan berkembang melewati dinamika perkuliahan serta penyusunan Karya Tulis Ilmiah ini. Terimakasih telah menjadi pribadi yang kuat dalam menghadapi segala tantangan. Mari terus berjuang, merayakan setiap pencapaian, dengan prinsip "*Nana korobi ya oki*".
12. Kepada seluruh teman-teman seperjuangan selama tiga tahun yaitu Angkatan 2023
13. Seluruh Dosen, Instruktur dan Staf Jurusan Prodi D-III Keperawatan Tapanuli Tengah serta semua pihak yang tidak dapat penulis sebutkan satu persatu yang telah membantu dalam penyusunan Karya Tulis Ilmiah ini.

Penulis telah berusaha sebaik-baiknya untuk menyusun Karya Tulis Ilmiah ini. Penulis tetap mengharapkan kritik dan saran dari pembaca untuk perbaikan karya tulis ilmiah ini. Semoga hasil penelitian ini dapat bermanfaat bagi peneliti dan pihak lain yang membutuhkan.

Pandan, 21 April 2026
Penulis,



Kesya Mutiara Lumban Tobing
P07520523009

Dipindai dengan CamScanner

MOTTO

"TO GOD BE THE GLORY"

"WALK BY FAITH"

"Direndahkan di mata manusia, ditinggikan dimata Tuhan, *Prove Them Wrong*"

"Aku memulai dengan Nama Tuhan Yesus dan dengan penuh keyakinan mengakhiri dengan kata Amin"

"Segala perkara dapat kutanggung didalam Dia, yang memberi kekuatan kepadaku"

(Filipi 4:13)

"Jangan takut, sebab aku menyertai engkau, janganlah bimbang, sebab aku ini Allahmu; Aku akan meneguhkan, bahkan akan menolong engkau; Aku akan memegang engkau dengan tangan kanan-Ku yang membawa Kemenangan"

(Yesaya 41: 10)

"Aku lahir dari perjuangan seorang ibu dan tumbuh dari pengorbanan seorang ayah. Karena itu, setiap usaha yang saya lakukan adalah bentuk penghormatan agar cinta dan lelah mereka tidak pernah menjadi sia-sia"

(Penulis)

"Berdoa, Berproses dan Bersyukur"

(ich bin kesya mutiara 2026)

"Tidak pernah menyerah adalah sihirku. Lampaui batasmu, disini dan sekarang"

(Asta & Yami Sukehiro)

"Tidak perlu membandingkan dirimu dengan orang lain.
Jadilah diri sendiri dengan versi terbaik dan tumbulah dengan jauh lebih indah"

"See Miracle in live every moment"

Dipindai dengan CamScanner

DAFTAR ISI

COVER DALAM ..... **i**
LEMBAR PERSETUJUAN ..... **ii**
PERNYATAAN KEASLIAN PENELITIAN ..... **iii**
BIODATA PENULIS ..... **vi**
ABSTRAK ..... **vii**
KATA PENGANTAR ..... **ix**
MOTTO ..... **xi**
DAFTAR ISI ..... **xii**
DAFTAR TABEL ..... **xiv**
DAFTAR GAMBAR ..... **xv**
DAFTAR LAMPIRAN ..... **xvi**

BAB I PENDAHULUAN **1**
A. Latar Belakang 1
B. Rumusan Masalah 4
C. Tujuan 4
D. Manfaat 5

BAB II TINJAUAN PUSTAKA **6**
A. Konsep Dasar *Sectio Caesarea* 6
1. Defenisi *Sectio Caesarea* 6
2. Etiologi *Sectio Caesarea* 6
3. Patofisiologi *Sectio Caesarea* 7
4. Tanda dan Gejala *Sectio Caesarea* 8
5. Klasifikasi *Sectio Casarea* 8
6. Phatway 11
7. Komplikasi Persalinan *Sectio Caesarea* 12
8. Penatalaksanaan Medis *Post Sectio Caesarea* 13
9. Konsep Asuhan Keperawatan 14
B. Konsep Gangguan Nyeri Akut 16
1. Defenisi Gangguan Nyeri Akut 16
2. Etiologi Gangguan Nyeri Akut 17
3. Tanda dan Gejala Gangguan Nyeri Akut 17
4. Klasifikasi Nyeri 17
5. Mekanisme Nyeri 19
6. Pengukuran Intensitas Nyeri Akut 20
7. Penilaian Terhadap Nyeri Akut 21
C. Konsep Dasar Relaksasi Benson 23
1. Defenisi Relaksasi Benson 23
2. Manfaat Penerapan Relaksasi Benson 23
3. Evaluasi Relaksasi Benson 24
4. Standar Operasional Prosedur Relaksasi Benson 25

BAB III METODE STUDI KASUS **27**
1. Rancangan Studi Kasus 27
2. Subjek Studi kasus 27

Dipindai dengan CamScanner

3. Fokus Studi 28
4. Defenisi Operasional Fokus Studi 28
5. Instrumen Studi Kasus 28
6. Metode Pengumpulan Data 29
7. Tempat Dan Waktu Studi Kasus 29
8. Analisi Penyajian Data 29
9. Etika Dan Studi Kasus 30

BAB IV HASIL DAN PEMBAHASAN 32
A. Hasil Studi Kasus 32
1. Karakteristik 33
2. Sebelum Diberikan Intervensi 36
3. Tabel Penerapan Intervensi 37
4. Tabel Evaluasi Hasil 43

BAB V KESIMPULAN DAN SARAN 64
A. Kesimpulan 64
B. Saran 65

DAFTAR PUSTAKA 67

Dipindai dengan CamScanner

DAFTAR TABEL

Tabel 2.1 intervensi keperawatan *Sectio Caesarea*..... 15
Tabel 2.2 Evaluasi Relaksasi Benson..... 24
Tabel 2.3 SOP Relaksasi Benson..... 25
Tabel 3.1 Definisi Operasional fokus Studi..... 28
Tabel 4.1 Karakteristik..... 33
Tabel 4.2 Identifikasi kasus 1 dan kasus 2..... 36
Tabel 4.3 Penerapan Intervensi..... 37
Tabel 4.4 Evaluasi Hasil 43

Dipindai dengan CamScanner

DAFTAR GAMBAR

Gambar 2.1 *Sectio Caesarea* 6
Gambar 2.2 jenis *Sectio caesarea* 10
Gambar 2.3 Phatway *Sectio Caesarea* 11
Gambar 2.4 *Numeric Rating Scale* 22

Dipindai dengan CamScanner

DAFTAR LAMPIRAN

No	Lampiran	Keterangan
1.	Lampiran 1	Lembar Observasi Intervensi Teknik Relaksasi Benson klien 1
2.	Lampiran 2	Lembar Observasi Intervensi Teknik Relaksasi Benson klien 2
3.	Lampiran 3	Lembar Wawancara Terstruktur klien 1
4	Lampiran 4	Lembar Wawancara Terstruktur klien 2
5	Lampiran 5	Lembar Informed Consent Klien 1
6	Lampiran 6	Lembar Informed Consent Klien 2
7	Lampiran 7	Form Persetujuan Judul KTI F1
8	Lampiran 8	Surat Izin Survei Pendahuluan
9	Lampiran 9	Balasan Surat Izin Survei Pendahuluan
10	Lampiran 10	Lembar Konsul Seminar Proposal Pembimbing Utama
11	Lampiran 11	Lembar Konsul Seminar Proposal Pembimbing Pendamping
12	Lampiran 12	Form Usulan Ujian Proposal KTI F2
13	Lampiran 13	Form Rekomendasi Ijin Penelitian F3
14	Lampiran 14	Surat Keterangan Layak Etik
15	Lampiran 15	Surat Izin Penelitian
16	Lampiran 16	Surat Balasan Izin Penelitian
17	Lampiran 17	Lembar Konsul Seminar Hasil KTI Pembimbing Utama
18	Lampiran 18	Lembar Konsul Seminar Hasil KTI Pembimbing Pendamping
19	Lampiran 19	Form Usulan Ujian Seminar Hasil KTI F4
20	Lampiran 20	Form Lembar Persetujuan Revisi F5
21	Lampiran 21	Surat Keterangan Lulus Uji Plagiarisme
22	Lampiran 22	Form Lembar Persetujuan Revisi F6
23	Lampiran 23	Leaflet Edukasi Klien 1 dan Klien 2
24	Lampiran 24	Dokumentasi Penelitian

Dipindai dengan CamScanner