

**Nama** : Priti Cahyani Sendra, S. Kep.  
**Program Studi** : Pendidikan Profesi Ners  
**Judul** : Asuhan Keperawatan Pada Pasien *Post Sectio Caesarea* Dengan Nyeri  
Akut Melalui Tindakan Teknik Relaksasi Benson Di Ruang Cempaka 2  
RS Bhayangkara Tk.1 Puskokkes Polri  
**Pembimbing** : Ns. Lia Fitriyanti, S.Kep., M.Kes & Ns. Ni Luh Putu Martini S.Kep., M.Kep

Program Studi Sarjana Keperawatan Fakultas Kesehatan  
Universitas MH Thamrin Jakarta  
Email : [pritchahyani@gmail.com](mailto:pritchahyani@gmail.com)

## ABSTRAK

**Latar Belakang** *Sectio Caesarea* adalah tindakan pembedahan untuk melahirkan janin dan membuka dinding perut dan dinding rahim dengan syarat rahim dalam keadaan utuh serta berat janin bayi diatas 500gram (Syaiful Yunita, Fatmawati & Susanto *et al*, 2019). Operasi *sectio caesarea* akan menyebabkan nyeri dan mengubah kontinuitas jaringan. Luka yang tersisa di perut setelah operasi SC menyebabkan nyeri yang dirasakan ibu pascapartum (Rahma & Mualifah. 2023). Oleh sebab itu diperlukan terapi non farmakologi disamping farmakologi agar sensasi nyeri yang dirasakan pasien berkurang, serta pemulihan tidak memanjang, ada beberapa contoh yang digunakan dalam terapi non-farmakologi diantaranya adalah terapi placebo, terapi music, teknik relaksasi nafas dalam dan terapi relaksasi benson (Solehati *et al.*, 2022).

**Tujuan** : Untuk menerapkan asuhan keperawatan pada ibu post partum *sectio caesarea* (SC) dengan masalah nyeri akut melalui tindakan relaksasi *Benson* di RS Bhayangkara Tk. 1 Puskokkes Polri

**Metode** : Rancangan penelitian ini menggunakan metode deskriptif dan studi kepustakaan. Pendekatan yang digunakan adalah studi kasus dimana penulis mengelola pasien dengan pendekatan proses keperawatan.

**Hasil** : Hasil implementasi teknik relaksasi *Benson* sangat membantu ibu untuk mengurangi nyeri yang mana dengan teknik relaksasi yang diajarkan dan di terapkan klien maka nyeri yang dirasakan oleh klien mengalami penurunan dari skala nyeri 3 menjadi skala nyeri 2, dengan adanya penurunan skala nyeri, maka klien sudah mulai mampu mengontrol rasa nyeri yang timbul baik itu yang di timbulkan oleh luka post operasi maupun gangguan aktivitasnya.

**Kesimpulan** : Teknik relaksasi Benson sangat membantu klien untuk mengurangi rasa nyeri yang di akibatkan karena insisi saat operasi SC. Klien mengatakan sebelum dilakukan intervensi teknik relaksasi benson nyeri yang di rasakan sangat mengganggu aktivitas klien dalam hal ini klien mengatakan nyeri yang dirasakan awalnya 6, tapi setelah dilakukan intervensi teknik relaksasi benson , klien mengatakan nyeri yang dirasakan berangsur membaik atau menurun sehingga klien lebih rileks.

**Kata Kunci** : *sectio caesaria*, *teknik relaksasi benson* , nyeri akut  
**Kepustakaan** : 35 (2014- 2023)