

Lestari, Riana. (2011). Pengaruh relaksasi Benson terhadap nyeri pada pasien Post Sectio Caesarea di RSUD Muhammadiyah Bantul Yogyakarta.

Pembimbing :

Sri Sumaryani, Ns., M.Kep., Sp. Mat

INTISARI

Relaksasi Benson adalah relaksasi yang dikombinasi dengan keyakinan agama seseorang. Relaksasi Benson merupakan salah satu cara untuk mengurangi nyeri post sectio caesarea dengan mengalihkan perhatian kepada relaksasi, relaksasi Benson juga dapat mengurangi/menghilangkan insomnia, kecemasan dan menimbulkan rasa tenang. Relaksasi Benson dapat dilakukan dengan duduk atau berbaring.

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui pengaruh relaksasi Benson terhadap nyeri pada pasien post sectio caesarea di RSUD Muhammadiyah Bantul Yogyakarta. Penelitian ini menggunakan desain penelitian *quasy eksperiment* dengan pendekatan *pre-post test design with control group*. Jumlah sampel adalah 54 responden, yang terdiri dari 24 kelompok eksperiment dan 30 kelompok kontrol. Pengumpulan data didapatkan melalui data primer dengan menggunakan skala nyeri *Verbal Deskriptor Scale* dan *Wong Bakers Face Scale*. Analisis data menggunakan uji statistik *Wilcoxon* dan *Mann-Whithney*.

Hasil penelitian ini menunjukkan penurunan nyeri post sectio caesarea pada kelompok eksperiment adalah nyeri sedang sebanyak 14 responden (58.4%) sebelum dilakukan tehnik relaksasi Benson (pretest), dan nyeri ringan sebanyak 14 responden (58.4%) setelah dilakukan tehnik relaksasi Benson (posttest). Tingkat nyeri post sectio caesarea pada kelompok kontrol adalah nyeri sedang sebanyak 14 responden (46.7%) pada pengkajian awal (menit ke-1) dan setelah 75 menit responden mengalami nyeri sedang sebanyak 16 responden (53.3%). Hasil uji statistik menunjukkan nilai $p=0.000$ ($p<0.05$).

Kesimpulan dari penelitian ini adalah terdapat pengaruh relaksasi Benson terhadap penurunan nyeri pada pasien post sectio caesarea. Saran dari penelitian ini ditujukan kepada rumah sakit khususnya diharapkan lebih mengembangkan pelayanan dan informasi mengenai nyeri post sectio caesarea sehingga pasien lebih tahu bagaimana cara untuk mengurangi nyeri post sectio caesarea tidak hanya menggunakan analgesik tetapi juga dapat menggunakan terapi relaksasi.