

SKRIPSI

PERBEDAAN *BENSON RELAXATION* DAN *DEEP BREATHING RELAXATION* TERHADAP TINGKAT NYERI *POST SECTIO CAESAREA* MENGGUNAKAN SPINAL ANESTESI DI RSUD BENDAN PEKALONGAN



KHOIRUNNISA RAHMAWATI

NIM P07120319042

**PRODI SARJANA TERAPAN KEPERAWATAN ANESTESIOLOGI
JURUSAN KEPERAWATAN POLITEKNIK KESEHATAN
KEMENTERIAN KESEHATAN YOGYAKARTA
TAHUN 2023**

SKRIPSI

**PERBEDAAN *BENSON RELAXATION* DAN *DEEP BREATHING RELAXATION* TERHADAP TINGKAT NYERI
POST SECTIO CAESAREA MENGGUNAKAN SPINAL
ANESTESI DI RSUD BENDAN PEKALONGAN**

Diajukan sebagai salah satu syarat untuk memperoleh gelar Sarjana Terapan
Kesehatan



KHOIRUNNISA RAHMAWATI

NIM P07120319042

**PRODI SARJANA TERAPAN KEPERAWATAN ANESTESIOLOGI
JURUSAN KEPERAWATAN POLITEKNIK KESEHATAN
KEMENTERIAN KESEHATAN YOGYAKARTA
TAHUN 2023**

PERSETUJUAN PEMBIMBING

Skripsi

“Perbedaan *Benson Relaxation* dan *Deep Breathing Relaxation* terhadap Tingkat Nyeri *Post Sectio Caesarea* Menggunakan Spinal Anestesi di RSUD Bendan Pekalongan”

Disusun Oleh:

KHOIRUNNISA RAHMAWATI

P07120319042

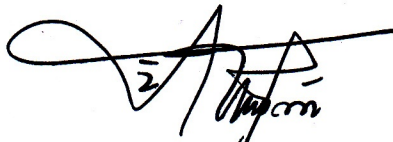
Telah disetujui oleh pembimbing pada tanggal:

15 Mei 2023

Menyetujui,

Pembimbing Utama

Pembimbing Pendamping



Eko Suryani, S. Pd, S. Kep, MA
NIP. 196801011990032003



Dr. Atik Badi'ah, S. Pd, S. Kp, M. Kes
NIP. 196512301988032001

Yogyakarta, 15 Mei 2023

Ketua Jurusan Keperawatan



Bondan Palestin, SKM, M. Kep, Sp. Kom
NIP. 197207161994031005

HALAMAN PENGESAHAN

SKRIPSI

"Perbedaan Benson Relaxation dan Deep Breathing Relaxation terhadap Tingkat Nyeri Post Sectio Caesarea Menggunakan Spinal Anestesi di RSUD Bendan Pekalongan"

Disusun Oleh:
KHOIRUNNISA RAHMAWATI
P07120319042

Telah dipertahankan dalam seminar di depan Dewan Penguji

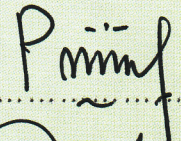
Pada tanggal: 22 Mei 2023

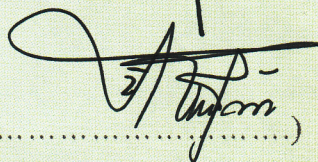
SUSUNAN DEWAN PENGUJI

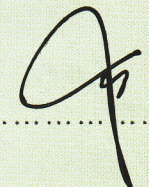
Ketua,
Ns. Tri Widvastuti Handayani, M.Kep., Sp.Kep.Kom
NIP. 198511162020122003

Anggota,
Eko Suryani, S. Pd, S. Kep, MA
NIP. 196801011990032003

Anggota,
Dr. Atik Badi'ah, S. Pd, S. Kp, M. Kes
NIP. 196512301988032001

(.....) 

(.....) 

(.....) 

Yogyakarta, 8 Juni 2023
Ketua Jurusan Keperawatan

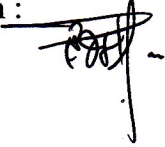

Bondan Palestin, SKM, M. Kep, Sp. Kom
NIP. 197207161994031005

HALAMAN PERNYATAAN ORISINALITAS

Skripsi ini adalah hasil karya saya sendiri, dan semua sumber baik yang dikutip maupun dirujuk telah saya nyatakan dengan benar.

Nama : Khoirunnisa Rahmawati

NIM : P07120319042

Tanda Tangan : 

Tanggal : 30 Mei 2023

HALAMAN PERNYATAAN PERSETUJUAN PUBLIKASI SKRIPSI
UNTUK KEPENTINGAN AKADEMIS

Sebagai civitas akademik Poltekkes Kemenkes Yogyakarta, saya yang bertanda tangan dibawah ini:

Nama : Khoirunnisa Rahmawati

NIM : P07120319042

Program studi : Sarjana Terapan Keperawatan Anestesiologi

Jurusan : Keperawatan

demikian pengembangan ilmu pengetahuan, menyetujui untuk memberikan kepada Poltekkes Kemenkes Yogyakarta **Hak Bebas Royalti Noneksklusif (Nonexclusive Royalty- Free Right)** atas Skripsi saya yang berjudul :

Perbedaan *Benson Relaxation* dan *Deep Breathing Relaxation* Terhadap Tingkat Nyeri *Post Sectio Caesarea* Menggunakan Spinal Anestesi di RSUD Benda Pekalongan.

Beserta perangkat yang ada (jika diperlukan). Dengan Hak Bebas Royalti Noneksklusif ini Poltekkes Kemenkes Yogyakarta berhak menyimpan, mengalihmedia/formatkan, mengelola dalam bentuk pangkalan data (*database*), merawat, dan mempublikasikan tugas akhir saya selama tetap mencantumkan nama saya sebagai penulis/pencipta dan sebagai pemilik Hak Cipta.

Demikian pernyataan ini saya buat dengan sebenarnya.

Dibuat di: Yogyakarta

Pada tanggal:

30 Mei 2023



(Khoirunnisa Rahmawati)

KATA PENGANTAR

Puji syukur penulis panjatkan kepada Tuhan Yang Maha Esa, karena atas berkat dan rahmat-Nya, penulis dapat menyelesaikan skripsi yang berjudul “Perbedaan *Benson Relaxation* dan *Deep Breathing Relaxation* terhadap Tingkat Nyeri *Post Sectio Caesarea* Menggunakan Spinal Anestesi di RSUD Bendan Pekalongan”. Penulisan skripsi ini dilakukan dalam rangka memenuhi salah satu syarat untuk memperoleh gelar Sarjana Terapan pada Program Studi Sarjana Terapan Keperawatan Anestesiologi Poltekkes Kemenkes Yogyakarta. Skripsi ini terwujud atas bimbingan, pengarahan, serta bantuan dari berbagai pihak dan pada kesempatan ini penulisan menyampaikan ucapan terima kasih kepada:

1. Dr. Iswanto, S.Pd, M.Kes, selaku Direktur Poltekkes Kemenkes Yogyakarta yang telah memberikan izin dan fasilitas kepada penulis untuk menyusun skripsi.
2. dr. Dwi Heri Wibawa, M.Kes, selaku Direktur RSUD Bendan Kota Pekalongan yang telah memberikan izin untuk melakukan studi pendahuluan guna mengisi data di skripsi ini.
3. Bondan Palestin., SKM, M.Kep., Sp.Kom, selaku Ketua Jurusan Keperawatan Poltekkes Kemenkes Yogyakarta yang telah memberikan kesempatan kepada penulis untuk menyusun skripsi.
4. DR. Catur Budi Susilo, S.Pd, S.Kp, M.Kes selaku Ketua Prodi Sarjana Terapan Keperawatan Anestesiologi Jurusan Keperawatan Poltekkes Kemenkes Yogyakarta yang telah memberikan izin dan kemudahan kepada penulis untuk menyusun skripsi ini.

5. Eko Suryani, S.Pd, S.Kep, MA selaku Pembimbing Utama yang telah memberikan bimbingan dan arahan dalam penyusunan proposal skripsi ini.
6. DR. Atik Badi'ah, S. Pd, S.Kp, M.Kes selaku Pembimbing Pendamping yang telah memberikan masukan dan bimbingan pada penyusunan skripsi ini.
7. Orang tua dan keluarga yang telah memberikan bantuan dukungan material dan moral.
8. Teman-teman Sarjana Terapan Keperawatan Anestesiologi Poltekkes Kemenkes Yogyakarta yang saling memberikan dukungan dan bantuan.
9. Semua pihak yang tidak mungkin disebutkan satu persatu.

Akhir kata, penulis berharap kepada Tuhan Yang Maha Esa berkenan membalas segala kebaikan semua pihak yang telah membantu. Semoga skripsi ini membawa manfaat bagi pengembangan ilmu.

Yogyakarta, 5 Mei 2023

Penulis

DAFTAR ISI

HALAMAN JUDUL	i
PERSETUJUAN PEMBIMBING	ii
HALAMAN PENGESAHAN.....	iii
HALAMAN PERNYATAAN ORISINALITAS	iv
HALAMAN PERNYATAAN PERSETUJUAN PUBLIKASI SKRIPSI UNTUK KEPENTINGAN AKADEMIS	v
KATA PENGANTAR.....	vi
DAFTAR ISI.....	viii
DAFTAR GAMBAR.....	x
DAFTAR TABEL	xi
DAFTAR LAMPIRAN	xii
ABSTRAK	xiii
ABSTRACT	xiv
BAB I PENDAHULUAN.....	1
A. Latar Belakang.....	1
B. Rumusan Masalah.....	6
C. Tujuan Penelitian.....	6
D. Ruang Lingkup	7
E. Manfaat Penelitian.....	8
F. Keaslian Penelitian	9
BAB II TINJAUAN PUSTAKA.....	13
A. Telaah Pustaka	13
B. Kerangka Teori	29
C. Kerangka Konsep	30
D. Hipotesis	31
BAB III METODE PENELITIAN	32
A. Jenis dan Desain Penelitian	32
B. Rancangan Penelitian	33
C. Populasi dan Sampel.....	34
D. Tempat dan Waktu Pelaksanaan.....	36
E. Variabel Penelitian	36
F. Definisi Operasional Variabel	37
G. Jenis dan Teknik Pengumpulan Data.....	41
H. Instrumen Penelitian	41
I. Uji Validitas dan Reliabilitas.....	42
J. Prosedur Penelitian	43
K. Manajemen Data.....	45
L. Etika Penelitian.....	49
BAB IV HASIL DAN PEMBAHASAN	52
A. Hasil Penelitian.....	52
B. Pembahasan	59
C. Keterbatasan Penelitian	70

BAB V PENUTUP	71
A. Kesimpulan.....	71
B. Saran	72
DAFTAR PUSTAKA	74
LAMPIRAN.....	80

DAFTAR GAMBAR

Gambar 2. 1 Numeric Rating Scale (NRS)	20
Gambar 2. 2 Kerangka Teori.....	29
Gambar 2. 3 Kerangka Konsep	30
Gambar 3. 1 Rancangan Penelitian	33

DAFTAR TABEL

Tabel 3. 1	Definisi Operasional Variabel.....	37
Tabel 4. 1	Distribusi Frekuensi Karakteristik Responden.....	54
Tabel 4. 2	Distribusi Frekuensi Tingkat Nyeri Sebelum dan Sesudah dilakukan <i>Benson Relaxation</i> dan <i>Deep Breathing Relaxation</i>	55
Tabel 4. 4	Hasil Uji Wilcoxon Kelompok A (<i>Benson Relaxation</i>).....	56
Tabel 4. 6	Hasil Uji Wilcoxon Kelompok B (<i>Deep Breathing Relaxation</i>) ..	57
Tabel 4. 7	Hasil Uji Mann-Whitney.....	58

DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran 1. Penjelasan untuk Mengikuti Penelitian	81
Lampiran 2. Permohonan Menjadi Responden.....	83
Lampiran 3. Surat Persetujuan Responden (<i>Informed Consent</i>).....	84
Lampiran 4. Lembar Observasi Nyeri.....	85
Lampiran 5. SOP <i>Benson Relaxation</i>	87
Lampiran 6. SOP <i>Deep Breathing Relaxation</i>	89
Lampiran 7. Jadwal Kegiatan Penelitian	91
Lampiran 8. Rincian Biaya Penelitian	92
Lampiran 9. Surat Keterangan Layak Etik.....	93
Lampiran 10. Surat Izin Penelitian RSUD Benda Pekalongan	94
Lampiran 11. Surat Izin Penelitian Dinas Kesehatan Kota Pekalongan	95
Lampiran 12. Surat Persetujuan Menjadi Enumerator	96
Lampiran 13. Dokumentasi Penelitian.....	97
Lampiran 14. Hasil SPSS.....	98
Lampiran 15. Lembar Konsultasi Skripsi	104
Lampiran 16. Kartu Bukti Mengikuti Ujian Proposal Skripsi	110

**PERBEDAAN BENSON RELAXATION DAN DEEP BREATHING
RELAXATION TERHADAP TINGKAT NYERI POST SECTIO CAESAREA
MENGUNAKAN SPINAL ANESTESI DI RSUD BENDAN
PEKALONGAN**

Khoirunnisa Rahmawati¹, Eko Suryani², Atik Badi'ah³
Jurusan Keperawatan Poltekkes Kemenkes Yogyakarta
Jl. Tatabumi No.3 Banyuraden, Gamping, Sleman
Email: khoirunnisarahma98@gmail.com

ABSTRAK

Latar Belakang: Tindakan *sectio caesarea* dapat menyebabkan komplikasi berupa nyeri yang dapat menghambat mobilisasi dan pemulihan. Penatalaksanaan nonfarmakologi dengan *benson relaxation* dan *deep breathing relaxation* dapat dilakukan oleh pasien untuk menurunkan tingkat nyeri *post operasi sectio caesarea* karena dinilai sederhana, mudah dilakukan, dan tidak ada efek samping yang berarti.

Tujuan: Mengetahui perbedaan antara *benson relaxation* dan *deep breathing relaxation* terhadap tingkat nyeri pada pasien *post sectio caesarea* di RSUD Bendan Pekalongan.

Metode: Metode penelitian *quasy experiment* dengan *two group pretest–posttest design*. Penelitian dilakukan pada 2 Maret- 8 April 2023 di Ruang Nifas RSUD Bendan Pekalongan. Subjek penelitian yakni pasien *post operasi sectio caesarea* sebanyak 52 responden diambil dengan teknik *consecutive sampling* kemudian dibagi menjadi 2 kelompok yaitu kelompok A (*benson relaxation*) dan kelompok B (*deep breathing relaxation*) dengan jumlah tiap kelompok 26 responden. Analisis data dengan Uji *Wilcoxon* dan Uji *Mann-Whitney*.

Hasil: Hasil uji statistik perbedaan tingkat nyeri *post sectio caesarea* sebelum dan setelah dilakukan *benson relaxation* menggunakan Uji *Wilcoxon* didapatkan nilai sig 0,00 (<0,05) dan hasil Uji *Wilcoxon* perbedaan tingkat nyeri sebelum dan sesudah diberikan *deep breathing relaxation* didapatkan nilai sig 0,00 (<0,05). Uji statistik perbedaan *benson relaxation* dengan *deep breathing relaxation* terhadap tingkat nyeri *post sectio caesarea* menggunakan spinal anestesi di RSUD Bendan Pekalongan dengan Uji *Mann-Whitney* didapatkan nilai sig <0,05 sehingga Ha diterima.

Kesimpulan: Terdapat perbedaan antara *benson relaxation* dan *deep breathing relaxation* terhadap tingkat nyeri *post sectio caesarea* menggunakan spinal anestesi di RSUD Bendan Kota Pekalongan.

Kata Kunci: *Benson relaxation*, *deep breathing relaxation*, nyeri *post sectio caesarea*.

¹⁾ Mahasiswa Jurusan Keperawatan Poltekkes Kemenkes Yogyakarta

^{2),3)} Dosen Jurusan Keperawatan Poltekkes Kemenkes Yogyakarta

**THE DIFFERENCES BETWEEN BENSON RELAXATION AND DEEP
BREATHING RELAXATION ON POST SECTIO CAESAREA PAIN
LEVELS WITH SPINAL ANESTHESIA AT BENDAN HOSPITAL,
PEKALONGAN CITY**

Khoirunnisa Rahmawati¹, Eko Suryani², Atik Badi'ah³
Nursing Department, Poltekkes Kemenkes Yogyakarta
Tatabumi Street No.3 Banyuraden, Gamping, Sleman
Email: khoirunnisarahma98@gmail.com

ABSTRACT

Background: Sectio caesarea surgery can cause complication of pain. That would impair the patient's ability to mobilize, recover, and also extend the period of hospitalization. Non-pharmacological management with benson relaxation and deep breathing relaxation can be performed by patients to reduce the level of post sectio caesarea pain because it is considered simple, easy to do, and has no significant negative effects.

Purpose: To determine the difference between benson relaxation and deep breathing relaxation on the pain level of post sectio caesarea at Bendan Hospital, Pekalongan City.

Methods: Quasy experiment with two group pretest-posttest design. The research was conducted on 2 March- 8 April 2023 in postpartum room of Bendan Hospital, Pekalongan City. The subjects were 52 post-operative sectio caesarea patients that taken using consecutive sampling techniques then divided into 2 groups: group A (benzon relaxation) and group B (deep breathing relaxation) with 26 respondents for each group. Data analysis with Wilcoxon Test and Mann Whitney Test.

Results: The result of statistical test on the difference post section caesarea pain levels before and after benzon relaxation using Wilcoxon Test obtained a sig value 0,00 ($<0,05$) and Wilcoxon Test result of the post sectio caesarea pain levels before and after deep breathing relaxation obtained a sig value of 0,00 ($<0,05$). Mann-Whitney test of the difference between benzon relaxation and deep breathing relaxation on levels of post sectio caesarea pain at Bendan Hospital, Pekalongan City obtained a sig value $<0,05$ so H_a was accepted.

Conclusion: There is a difference between benzon relaxation and deep breathing relaxation on the pain level of post sectio caesarea using spinal anesthesia at Bendan Hospital, Pekalongan City.

Keywords: Benson relaxation, deep breathing relaxation, post sectio caesarea pain.

¹⁾ Student of Nursing Department, Poltekkes Kemenkes Yogyakarta

^{2),3)} Lecture of Nursing Department, Poltekkes Kemenkes Yogyakarta