

KARYA ILMIAH AKHIR NERS

**ASUHAN KEPERAWATAN ANSIETAS DENGAN TERAPI
BENSON PADA IBU *PRE OPERATIF SECTIO*
CAESAREA DI RUANG VK TUNJUNG
RSUD BALI MANDARA**



OLEH :

IDA AYU DIAH KUSUMA ARTHA
NIM : P07120324009

**POLTEKKES KEMENKES DENPASAR
JURUSAN KEPERAWATAN
PROGRAM STUDI PROFESI NERS
DENPASAR
2025**

KARYA ILMIAH AKHIR NERS

**ASUHAN KEPERAWATAN ANSIETAS DENGAN TERAPI
BENSON PADA IBU *PRE OPERATIF SECTIO*
CAESAREA DI RUANG VK TUNJUNG
RSUD BALI MANDARA**

**Diajukan Untuk Memenuhi Salah Satu Syarat
Menyelesaikan Pendidikan Profesi Ners
Jurusan Keperawatan**

Oleh:

**IDA AYU DIAH KUSUMA ARTHA
NIM. P07120324009**

**POLTEKKES KEMENKES DENPASAR
JURUSAN KEPERAWATAN
PROGRAM STUDI PROFESI NERS
DENPASAR
2025**

LEMBAR PERSETUJUAN

KARYA ILMIAH AKHIR NERS

**ASUHAN KEPERAWATAN ANSIETAS DENGAN TERAPI
BENSON PADA IBU *PRE OPERATIF SECTIO*
CAESAREA DI RUANG VK TUNJUNG
RSUD BALI MANDARA**

Diajukan Oleh:
IDA AYU DIAH KUSUMA ARTHA
NIM. P07120324009

TELAH MENDAPATKAN PERSETUJUAN

Pembimbing Utama:



Suratih, S.Kep., Ners., M.Biomed.
NIP. 197112281994022001

Pembimbing Pendamping:



Ni Luh Ketut Suardani, S.Kep., Ners., M.Kes.
NIP. 197602262001122003

MENGETAHUI

**KETUA JURUSAN KEPERAWATAN
POLTEKKES KEMENKES DENPASAR**



I Made Sukarja, S.Kep., Ners., M.Kep.
NIP. 196812311992031020

LEMBAR PENGESAHAN

KARYA ILMIAH AKHIR NERS

**ASUHAN KEPERAWATAN ANSIETAS DENGAN TERAPI
BENSON PADA IBU *PRE OPERATIF* *SECTIO*
CAESAREA DI RUANG VK TUNJUNG
RSUD BALI MANDARA**

Diajukan Oleh:
IDA AYU DIAH KUSUMA ARTHA
NIM. P07120324009

TELAH DIUJI DIHADAPAN TIM PENGUJI
PADA HARI: Jumat
TANGGAL: 23 Mei 2025

TIM PENGUJI:

1. Ni Nyoman Hartati, S.Kep.,Ns.,M.Biomed
NIP. 196211081982122001
2. Dra. I. D. A. Ketut Surinati, S.Kep.,Ns.,M.Kes
NIP. 196412311985032010
3. Dr. Drs. I DM Ruspawan, SKp.,M.Biomed
NIP. 196005151982121001

(Ketua)

(Anggota)

(Anggota)



MENGETAHUI



SURAT PERNYATAAN BEBAS PLAGIAT

Saya yang bertanda tangan di bawah ini :

Nama : Ida Ayu Diah Kusuma Artha

NIM : P07120324009

Program Studi : Profesi Ners

Jurusan : Keperawatan

Tahun Akademik : 2024

Alamat : Br. Cucukan, Desa Medahan, Kec. Blahbatuh, Gianyar

Dengan ini menyatakan bahwa :

1. Tugas akhir dengan judul "Asuhan Keperawatan Ansietas dengan Terapi Benson pada Ibu *Pre Operatif Sectio Caesarea* Di Ruang VK Tunjung RSUD Bali Mandara" adalah benar karya sendiri atau bukan plagiat hasil karya orang lain.
2. Apabila dikemudian hari terbukti bahwa Karya Ilmiah Akhir Ners ini bukan karya saya sendiri atau plagiat hasil karya orang lain, maka saya sendiri bersedia menerima sanksi sesuai Peraturan. Mendiknas RI No. 17 Tahun 2010 dan ketentuan perundang-undangan yang berlaku.

Demikian surat pernyataan ini saya buat untuk dipergunakan sebagaimana mestinya.

Denpasar, 12 Mei 2025

Yang membuat pernyataan



Ida Ayu Diah Kusuma Artha

NIM. P07120324009

**ASUHAN KEPERAWATAN ANSIETAS DENGAN TERAPI
BENSON PADA IBU *PRE OPERATIF SECTIO
CAESAREA* DI RUANG VK TUNJUNG
RSUD BALI MANDARA**

Ida Ayu Diah Kusuma Artha

Program Studi Profesi Ners Poltekkes Kemenkes Denpasar

Email: dayudiah690@gmail.com

ABSTRAK

Melahirkan merupakan proses fisiologis yang kompleks dan menjadi puncak dari kehamilan, di mana terjadi pengeluaran janin dari rahim melalui jalan lahir. Perasaan cemas yang berlebihan dapat berdampak negatif terhadap proses persalinan dan kesejahteraan ibu maupun janin. Penelitian ini bertujuan mendeskripsikan dan menganalisis asuhan keperawatan ansietas pada ibu *pre operatif sectio caesarea* dengan terapi benson di Ruang VK Tunjung RSUD Bali Mandara. Penelitian ini menggunakan metode analisis deskriptif dengan teknik pengumpulan data studi kasus yang dilaksanakan pada bulan januari – mei 2025. Hasil studi kasus didapatkan pasien merasa cemas, takut gagal, dan khawatir akan tindakan *pre operatif* yang akan dilakukannya. Diagnosa yang dirumuskan yaitu ansietas berhubungan dengan kekhawatiran mengalami kegagalan. Intervensi inovasi yang digunakan yaitu terapi *Benson*. Implementasi dilakukan sebanyak 1 kali sehari selama 15 menit. Evaluasi yang didapatkan yaitu perasaan cemas berkurang, dengan skor skala HARS dari 22 menjadi 13. Dapat disimpulkan pemberian terapi *benon* pada pasien sebanyak 1 kali sehari selama 15 menit dapat menurunkan kecemasan pada ibu *pre operatif sectio caesarea*. Saran dalam penelitian ini terapi benson dapat dijadikan salah satu alternatif yang dapat diberikan pada ibu *pre operatif section caesarea yang mengalami ansietas*

Kata Kunci : Askep, Ansietas, Terapi *Benson*

**NURSING CARE FOR ANXIETY WITH BENSON'S
RELAXATION THERAPY IN PRE-OPERATIVE
CAESAREAN SECTION MOTHERS IN THE
TUNJUNG MATERNITY WARD
BALI MANDARA REGIONAL
GENERAL HOSPITAL.**

ABSTRACT

Childbirth is a complex physiological process and marks the culmination of pregnancy, during which the fetus is expelled from the uterus through the birth canal. Excessive anxiety can negatively impact the delivery process and the well-being of both mother and fetus. This study aims to describe and analyze nursing care for anxiety in preoperative cesarean section mothers using Benson relaxation therapy in the VK Tunjung Room of Bali Mandara General Hospital. The study employed a descriptive analysis method with a case study data collection technique conducted from January to May 2025. The case study results showed that the patient experienced anxiety, fear of failure, and worry about the upcoming preoperative procedure. The nursing diagnosis established was anxiety related to concerns about failure. The innovative intervention applied was Benson relaxation therapy. Implementation was carried out once a day for 15 minutes. The evaluation showed a reduction in anxiety, with the HARS (Hamilton Anxiety Rating Scale) score decreasing from 22 to 13. It can be concluded that administering Benson therapy once daily for 15 minutes can reduce anxiety in preoperative cesarean section mothers. It is recommended that Benson therapy be considered as an alternative intervention for managing anxiety in preoperative cesarean section patients.

Keywords: *Nursing Care, Anxiety, Benson Therapy*

KATA PENGANTAR

Puji syukur peneliti panjatkan kehadapan Ida Sang Hyang Widhi Wasa karena atas karunia-Nya peneliti dapat menyelesaikan Karya Ilmiah Akhir Ners dengan judul “Asuhan Keperawatan Ansietas Dengan Terapi Benson pada Ibu *Pre Operatif Sectio Caesarea* di Ruang VK Tunjung RSUD Bali Mandara” dengan tepat waktu. Karya Ilmiah Akhir Ners ini merupakan salah satu syarat untuk menyelesaikan Pendidikan Program Studi Profesi Ners Poltekkes Kemenkes Denpasar.

Peneliti menyadari bahwa Karya Ilmiah Akhir Ners ini tidak akan terselesaikan tanpa bimbingan, arahan, kritik, dan saran dari berbagai pihak. Melalui kesempatan ini peneliti ingin mengucapkan terima kasih kepada pihak-pihak yang telah membantu untuk menyelesaikan Karya Ilmiah Akhir Ners ini :

1. Dr. Sri Rahayu, S.Tr, Keb, S.Kep, Ners, M.Kes, selaku Direktur Politeknik Kesehatan Denpasar yang telah memberikan kesempatan dalam penyusunan Karya Ilmiah Akhir Ners ini.
2. I Made Sukarja, S.Kep., Ners., M.Kep selaku Ketua Jurusan Keperawatan Politeknik Kesehatan Denpasar yang sudah memberikan bimbingan serta semangat dalam penyusunan Karya Ilmiah Akhir Ners ini.
3. Nengah Runiari, S.Kp, S.Pd.,M.Kep, Sp.Mat selaku Ketua Program Studi Sarjana Terapan Keperawatan Jurusan Keperawatan Politeknik Kesehatan Denpasar, yang telah memberikan banyak bimbingan selama penulis menempuh pendidikan di Politeknik Kesehatan Denpasar.

4. Suratiah, S.Kep., Ners., M.Biomed selaku pembimbing utama yang telah memberikan masukan, pengetahuan dan bimbingan dalam menyelesaikan Karya Ilmiah Akhir Ners ini.
5. Ni Luh Ketut Suardani, S.Kep., Ners., M.Kes. selaku pembimbing pendamping yang telah memberikan masukan, pengetahuan dan bimbingan dalam menyelesaikan Karya Ilmiah Akhir Ners ini.
6. Dr. Drs. I Wayan Mustika, S Kep, Ns, M Kes selaku Dosen Pembimbing Akademik yang telah memberikan dukungan dan arahan selama menempuh Pendidikan di Jurusan Keperawatan Poltekkes Denpasar.
7. Kepala Pihak RSUD Bali Mandara telah memberikan izin penelitian
8. Ketua Ruangan dan Wakil Ketua Ruangan VK Tunjung RSUD Bali Mandara yang telah meluangkan banyak waktu dan memberikan ilmu dan bimbingan selama peneliti menjalani program profesi ners
9. *Clinical Instructure* yang telah memberikan bimbingan dan arahan selama peneliti menjalani program profesi ners dan juga dalam penyusunan Karya Ilmiah Akhir Ners ini.
10. Keluarga dan orang tua peneliti yang telah memberikan doa dan dukungan dari awal perkuliahan sampai proses penyelesaian Karya Ilmiah Akhir Ners ini.
11. Sahabat dan teman-teman peneliti yang telah memberikan dukungan selama menyelesaikan Karya Ilmiah Akhir Ners ini.
12. Semua pihak yang tidak bisa disebut satu persatu yang telah membantu peneliti sampai terselesaikannya Karya Ilmiah Akhir Ners ini.

Penulis menyadari penyusunan Karya Ilmiah Akhir Ners ini jauh dari kata sempurna, oleh karenanya penulis memohon maaf atas kesalahan maupun kekurangan dalam penyusunan Karya Ilmiah Akhir Ners ini dan bersedia menerima kritik yang membangun. Harapan penulis semoga Karya Ilmiah Akhir Ners ini dapat bermanfaat bagi bagi pembaca dan peneliti selanjutnya.

Denpasar, 9 Mei 2025

Penulis

DAFTAR ISI

COVER	ii
LEMBAR PERSETUJUAN.....	iii
LEMBAR PENGESAHAN	iv
SURAT PERNYATAAN BEBAS PLAGIAT.....	v
ABSTRAK	vi
<i>ABSTRACT</i>	vii
KATA PENGANTAR	viii
DAFTAR ISI.....	xi
DAFTAR TABEL	xiii
DAFTAR LAMPIRAN	xiv
BAB I PENDAHULUAN	1
A. Latar Belakang.....	1
B. Rumusan Masalah.....	5
C. Tujuan Penelitian.....	5
1. Tujuan Umum	5
2. Tujuan Khusus	5
D. Manfaat Penelitian.....	6
1. Manfaat Teoritis.....	6
2. Manfaat Praktis	6
E. Metode Penyusunan Karya Ilmiah.....	7
BAB II TINJAUAN PUSTAKA.....	8
A. Konsep Dasar Kehamilan Trimester III.....	8
1. Definisi.....	8
2. Perubahan Fisiologis Pada Ibu Trimester III	8
3. Perubahan Psikologis Pada Ibu Trimester III	10
B. Konsep Dasar Ansietas	10
1. Definisi.....	10
2. Tanda – Tanda Cemas.....	11
3. Ansietas Pada Ibu Trimester III	11
4. Penatalaksanaan Ansietas	13
C. Konsep Dasar Terapi Relaksasi Benson	14

1. Definisi.....	14
2. Mekanisme Fisiologi Relaksasi Benson Dalam Mengatasi Kecemasan.....	14
3. Manfaat Relaksasi Benson.....	15
4. Langkah – Langkah Teknik Relaksasi Benson.....	16
D. Konsep Dasar Asuhan Keperawatan Ansietas.....	18
1. Pengkajian.....	18
2. Diagnosis.....	24
3. Intervensi Keperawatan	25
4. Implementasi Keperawatan.....	28
5. Evaluasi Keperawatan.....	28
BAB III LAPORAN KASUS.....	29
A. Pengkajian Keperawatan	29
B. Diagnosa Keperawatan	34
1. Analisis Data	34
2. Diagnosis.....	35
C. Rencana Keperawatan	35
D. Implementasi Keperawatan	38
E. Evaluasi Keperawatan	44
BAB IV PEMBAHASAN.....	45
A. Analisis Asuhan Keperawatan.....	45
1. Pengkajian Keperawatan.....	45
2. Diagnosis Keperawatan	46
3. Intervensi Keperawatan	47
4. Implementasi Keperawatan.....	49
5. Evaluasi Keperawatan.....	50
B. Analisis Intervensi Inovasi Dengan Konsep <i>Evidence Based Practice</i>	51
BAB V PENUTUP.....	55
A. Kesimpulan.....	55
B. Saran	57
DAFTAR PUSTAKA	58

DAFTAR TABEL

Tabel 1 Rencana Asuhan Keperawatan Ansietas dengan Terapi Benson.....	25
Tabel 2 Analisis Data Asuhan Keperawatan Ansietas Pada Ibu Pre Operatif Sectio Caesarea Dengan Terapi Benson Di Ruang VK Tunjung RSUD Bali Mandara.....	34
Tabel 3 Rencana Keperawatan Dalam Asuhan Keperawatan Ansietas Pada Ibu Pre Operatif Sectio Caesarea Dengan Terapi Benson Di Ruang VK Tunjung RSUD Bali Mandara.....	36
Tabel 4 Implementasi Asuhan Keperawatan Ansietas Pada Ny. A dengan Pre Operatif Sectio Caesarea dengan Pemberian Terapi Benson Di Ruang VK Tunjung RSUD Bali Mandara	38
Tabel 5 Evaluasi Asuhan Keperawatan Ansietas pada Ny. A dengan <i>Pre Operatif Sectio Caesarea</i> dengan Pemberian Terapi Benson	44
Tabel 6 Analisis Pengkajian Keperawatan pada Asuhan Keperawatan Ansietas dengan Terapi Benson pada Ibu Pre Operatif Sectio Caesarea	45

DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran 1 Jadwal Kegiatan Penelitian.....	61
Lampiran 2 Realisasi Anggaran Biaya Penelitian.....	62
Lampiran 3 Lembar Permohonan Menjadi Responden	63
Lampiran 4 <i>Informed Consent</i>	64
Lampiran 5 SOP Terapi Benson	68
Lampiran 6 Instrumen Pengukuran Kecemasan	70
Lampiran 7 Dokumentasi.....	74
Lampiran 8 Surat Keterangan Praktik.....	75
Lampiran 9 Surat Keterangan Telah Melaksanakan Praktik.....	78
Lampiran 10 Bukti Penyelesaian Administrasi.....	80
Lampiran 11 Validasi Bimbingan	81
Lampiran 12 Surat Pernyataan Persetujuan Publikasi Repository	83
Lampiran 13 Hasil Turnitin.....	83