

KARYA ILMIAH AKHIR NERS
ASUHAN KEPERAWATAN NYERI AKUT DENGAN TERAPI
RELAKSASI BENSON PADA IBU POST SEKSIO SESAREA
DI RUANG DARA RSUD WANGAYA



OLEH :
ELISABETH UMBU LADO
NIM.P07120325163

KEMENTRIAN KESEHATAN REPUBLIK INDONESIA
POLTEKKES KEMENKES DENPASAR
JURUSAN KEPERAWATAN
PRODI PROFESI NERS
DENPASAR
2026

KARYA ILMIAH AKHIR NERS
ASUHAN KEPERAWATAN NYERI AKUT DENGAN TERAPI
RELAKSASI BENSON PADA IBU POST SEKSIO SESAREA
DI RUANG DARA RSUD WANGAYA

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

OLEH :
ELISABETH UMBU LADO
NIM.P07120325163

KEMENTRIAN KESEHATAN REPUBLIK INDONESIA
POLTEKKES KEMENKES DENPASAR
JURUSAN KEPERAWATAN
PRODI PROFESI NERS
DENPASAR
2026

LEMBAR PERSETUJUAN

KARYA ILMIAH AKHIR NERS
ASUHAN KEPERAWATAN NYERI AKUT DENGAN TERAPI
RELAKSASI BENSON PADA IBU POST SEKSIO SESAREA
DI RUANG DARA RSUD WANGAYA

Diajukan Oleh :

ELISABETH UMBU LADO
NIM.P07120325163

TELAH MENDAPATKAN PERSETUJUAN

Pembimbing Utama :



Dra. I D.A. Ketut Surinati..S.Kep..Ners., M.Kes
NIP.1964123111985032010

Pembimbing Pendamping :



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

MENGETAHUI

KETUA JURUSAN KEPERAWATAN
POLTEKES KEMENKES DENPASAR




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

LEMBAR PERSETUJUAN

KARYA ILMIAH AKHIR NERS
ASUHAN KEPERAWATAN NYERI AKUT DENGAN TERAPI
RELAKSASI BENSON PADA IBU POST SEKSIO SESAREA
DI RUANG DARA RSUD WANGAYA

Diajukan Oleh :

ELISABETH UMBU LADO
NIM.P07120325163

TELAH MENDAPATKAN PERSETUJUAN

Pembimbing Utama :



Dra. I D.A. Ketut Surinati..S.Kep..Ners., M.Kes
NIP.1964123111985032010

Pembimbing Pendamping :



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

MENGETAHUI

KETUA JURUSAN KEPERAWATAN
POLTEKES KEMENKES DENPASAR




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

SURAT BEBAS PLAGIAT

Saya yang bertanda tangan di bawah ini :

Nama : Elisabeth Umbu Lado

NIM : P07120325163

Program Studi : Profesi Ners

Jurusan : Keperawatan

Tahun Akademik : 2025/2026

Alamat : Jln. Piranha No.2a no.9,Sesetan,Kota Denpasar,Bali 80223

Dengan ini menyatakan bahwa :

1. Karya Tulis Ilmiah Akhir Ners dengan judul Asuhan Keperawatan Nyeri Akut dengan Terapi Relaksasi Benson pada Ibu Post Seksio Sesarea di Ruang Dara RSUD Wangaya adalah benar **karya sendiri atau bukan plagiat hasil karya orang lain.**
2. Apabila dikemudian hari terbukti bahwa Karya Tulis 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 di pergunakan sebagaimana mestinya.

Denpasar, Mei 2026

...ng membuat pernyataan



Elisabeth Umbu Lado
NIM. P07120325163

KATA PENGANTAR

Puji syukur penulis panjatkan ke hadapan Tuhan Yang Maha Esa karena atas berkat dan rahmat-Nya, penulis dapat menyelesaikan Karya Ilmiah Akhir Ners (KIAN) yang berjudul **“Asuhan Keperawatan Nyeri Akut dengan Terapi Relaksasi Benson pada Ibu Post Seksio Sesarea di Ruang Dara RSUD Wangaya”** tepat pada waktunya. Penulis menyadari bahwa keberhasilan penyusunan karya ilmiah ini tidak lepas dari bantuan, bimbingan, serta dorongan berbagai pihak. Oleh karena itu, pada kesempatan ini penulis ingin menyampaikan terima kasih yang tulus kepada:

1. Ibu Dr. Erika Yulita Ichwan, SST., M.Kep selaku Ketua Direktur Poltekkes Kemenkes Denpasar, yang telah memberikan kesempatan kepada penulis untuk menempuh pendidikan Program Profesi Ners di Jurusan Keperawatan Poltekkes Kemenkes Denpasar.
2. Bapak I Made Sukarja, S.Kep., Ners., M.Kep. selaku Ketua Jurusan Keperawatan Poltekkes Kemenkes Denpasar, yang telah memfasilitasi dan memberikan dukungan dalam penyelesaian Karya Ilmiah Akhir Ners ini.
3. Ibu Ni Nengah Runiari, S.Kp., M.Kep., Sp.Mat. selaku Ketua Program Studi Pendidikan Profesi Ners Jurusan Keperawatan Poltekkes Kemenkes Denpasar, atas kesempatan dan arahan yang diberikan selama penyusunan karya ilmiah ini.
4. Bapak Prof. DR. dr. I Gde Raka Widiyana, Sp.PD-KGH selaku Direktur RSUD Wangaya Kota Denpasar, yang telah memberikan izin dan kesempatan kepada penulis untuk melaksanakan penelitian serta pengambilan data guna penyelesaian Karya Ilmiah Akhir Ners (KIAN) ini. Dukungan dan fasilitas yang diberikan oleh pihak rumah sakit sangatlah berarti bagi kelancaran penelitian penulis.
5. Terima kasih juga penulis sampaikan kepada seluruh staf di Ruang Dara atas bimbingan dan kerja samanya selama proses pengambilan kasus.
6. Ibu Dra. I D.A. Ketut Surinati., S.Kep., Ns M.Kes selaku pembimbing utama, yang telah memberikan banyak masukan, ilmu, serta bimbingan yang sangat berharga dalam penyelesaian Karya Ilmiah Akhir Ners ini.

7. Ni Luh Ketut Suardani, S.Kep.Ners., M.Kes selaku pembimbing pendamping, yang telah memberikan bimbingan, saran, dan motivasi dalam menyempurnakan karya ilmiah ini.
8. Orang tua tercinta, yang senantiasa memberikan doa tulus, dukungan moral maupun material, serta kasih sayang yang luar biasa sehingga penulis mampu menyelesaikan jenjang pendidikan ini.
9. Terimakasih kepada adik-adik saya karena selalu menjadi alasan bagi penulis untuk terus berjuang. Kehadiran, tawa, dan dukungan kalian adalah penyemangat terbaik di kala penulis merasa lelah dalam menyelesaikan menyelesaikan jenjang Pendidikan ini.

Penulis menyadari bahwa karya ilmiah ini masih jauh dari sempurna. Oleh karena itu, penulis mengharapkan kritik dan saran yang membangun demi kesempurnaan Karya Ilmiah Akhir Ners ini di masa mendatang.

Denpasar, Mei 2026

Penulis

**ASUHAN KEPERAWATAN NYERI AKUT DENGAN TERAPI
RELAKSASI BENSON PADA IBU POST SEKSIO SESAREA
DI RUANG DARA RSUD WANGAYA**

Elisabeth Umbu Lado

Program Studi Profesi Ners Poltekkes Kemenkes Denpasar

Email : lhysaula@gmail.com

ABSTRAK

Seksio sesarea merupakan proses pembedahan untuk melahirkan janin melalui irisan pada dinding perut dan Rahim. Masalah utama yang sering muncul pascaoperasi adalah nyeri akut, yang dapat menghambat mobilisasi dini, proses menyusui, dan pemulihan ibu. Terapi non-farmakologis seperti relaksasi Benson efektif memicu analgesia endogen untuk menurunkan intensitas nyeri tersebut. Tujuan karya ilmiah akhir ners ini adalah untuk menerapkan asuhan keperawatan holistik pada pasien post seksio sesarea dengan fokus pengelolaan nyeri akut menggunakan terapi relaksasi Benson di Ruang DARA RSUD Wangaya. Desain penelitian berupa studi kasus asuhan keperawatan yang meliputi pengkajian, diagnosis, intervensi, implementasi, dan evaluasi. Intervensi relaksasi Benson dilakukan selama 3 hari dengan durasi 10–15 menit per sesi. Pengkajian awal menunjukkan pasien mengalami nyeri akut akibat agen pencedera fisik (prosedur operasi). Setelah diberikan intervensi terapi relaksasi Benson secara rutin, terjadi penurunan skala nyeri yang signifikan dari nyeri sedang menjadi nyeri ringan. Dapat disimpulkan terapi relaksasi Benson ini terbukti efektif menurunkan skala nyeri akut pada pasien post seksio sesarea. Sehingga, diharapkan tenaga kesehatan dapat mengimplementasikan terapi ini sebagai intervensi mandiri keperawatan yang aman dan komprehensif.

Kata Kunci: Asuhan Keperawatan, Nyeri Akut, Seksio Sesarea, Relaksasi Benson.

**NURSING CARE FOR ACUTE PAIN USING BENSON RELAXATION
THERAPY FOR POST-CAESAREAN SECTION MOTHERS
IN WANGAYA REGIONAL HOSPITAL**

Elisabeth Umbu Lado

Nursing Professional Study Program, Denpasar Ministry of Health Polytechnic

Email : lhysaula@gmail.com

ABSTRACT

Cesarean section is a surgical procedure to deliver a fetus through incisions in the abdominal wall and uterus. The primary complication that frequently arises post-surgery is acute pain, which can impede early mobilization, breastfeeding, and maternal recovery. Non-pharmacological therapies, such as Benson relaxation, are effective in triggering endogenous analgesia to reduce pain intensity. The purpose of this final scientific paper for nurses is to apply holistic nursing care to post-cesarean section patients, focusing on acute pain management through Benson relaxation therapy in the Dara Ward at Wangaya Regional General Hospital. The research design employs a nursing care case study encompassing assessment, diagnosis, intervention, implementation, and evaluation. The Benson relaxation intervention was administered over 3 days, lasting 10–15 minutes per session. The initial assessment indicated that the patient experienced acute pain secondary to a physical injury agent (the surgical procedure). Following the routine administration of Benson relaxation therapy, a significant reduction in the pain scale was observed, decreasing from moderate to mild pain. In conclusion, Benson relaxation therapy is proven effective in reducing acute pain scores in post-cesarean section patients. Therefore, healthcare providers are expected to implement this therapy as a safe and comprehensive independent nursing intervention.

Keywords: Nursing Care, Acute Pain, Cesarean Section, Benson Relaxation.

DAFTAR ISI

HALAMAN SAMPUL	i
HALAMAN JUDUL.....	ii
LEMBAR PERSETUJUAN.....	Error! Bookmark not defined.
LEMBAR PENGESAHAN	Error! Bookmark not defined.
SURAT BEBAS PLAGIAT.....	iv
KATA PENGANTAR	vi
ABSTRAK	viii
ABSTRACT.....	ix
DAFTAR ISI.....	x
DAFTAR TABEL	xii
DAFTAR GAMBAR	xiii
DAFTAR LAMPIRAN	xiv
BAB I PENDAHULUAN.....	1
A. Latar Belakang	1
C. Tujuan Penelitian.....	6
D. Manfaat Penulisan.....	7
BAB II TINJAUAN PUSTAKA.....	9
A. Seksio Sesarea	9
B. Konsep Dasar Nyeri Akut.....	16
1. Definisi	16
2. Klasifikasi nyeri akut	17
C. Konsep asuhan keperawatan nyeri akut pada pasien post seksio sesarea.....	25
1. Pengkajian keperawatan	Error! Bookmark not defined.
D. Konsep Relaksasi Benson	36
BAB III LAPORAN KASUS KELOLAAN UTAMA	42
A. Pengkajian	42
B. Rumusan masalah keperawatan	55
C. Perencanaan keperawatan	55
D. Implementasi keperawatan	59

E. Evaluasi keperawatan.....	62
BAB IV PEMBAHASAN.....	63
A. Analisis Asuhan Keperawatan Pasien dengan Konsep <i>Evidence Based Practice</i> dan Konsep Kasus Terkait.....	63
B. Analisis Terapi Relaksasi Benson pada Asuhan Keperawatan Pasien dengan Nyeri Akut.....	70
BAB V PENUTUP.....	73
A. Kesimpulan	73
B. Saran.....	75
DAFTAR PUSTAKA	77

DAFTAR TABEL

Tabel 1. Intervensi Asuhan Keperawatan pada Pasien dengan Nyeri Akut Post Seksio.....	34
Tabel 2. Implementasi Asuhan Keperawatan Nyeri Akut pada Pasien dengan Post Seksio Sesarea	Erro
r! Bookmark not defined.	
Tabel 3.1 Analisa Data pada Ny.I dengan Nyeri Akut Post Seksio Sesarea di Ruang Dara RSUD Wangaya pada 30 September 2025 – 2 Oktober 2025.	54
Tabel 4 Evaluasi Keperawatan pada Ny.I dengan Nyeri Akut Post Seksio Sesarea Menggunakan Terapi Relaksasi Benson di Ruang Dara RSUD Wangaya Pada 02 Oktober 2025.....	62

DAFTAR GAMBAR

Gambar 1. <i>Numeric Rating Scale</i>	23
Gambar 2. <i>Faces Pain Scale</i>	Error! Bookmark not defined.
Gambar 3. <i>Visual Analog Scale</i>	Error! Bookmark not defined.

DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran 1. Jadwal Kegiatan Asuhan Keperawatan.....	79
Lampiran 2. Realisasi Anggaran Biaya Penelitian	80
Lampiran 3. Sop Terapi Relaksasi Benson.....	81
Lampiran 4. <i>Informed consent</i>	85
Lampiran 5. Permohonan Menjadi Responden	87
Lampiran 6. Ijin Penelitian.....	88
Lampiran 7. Pengambilan Data Awal	89