

Pengaruh Teknik Benson Relaksasi Terhadap Intensitas Nyeri dan Kecemasan Klien Post Seksio Sesarea di RS Cibabat Cimahi dan RS Sartika Asih Bandung = The effect of Benson relaxation technique to pain intensity and anxiety of postcesarean section client in Cibabat hospital Cimahi and Sartika Asih hospital Bandung

Tetti Solehati, author

Deskripsi Lengkap: <https://lib.ui.ac.id/detail?id=20438143&lokasi=lokal>

Abstrak

sehingga menimbulkan kecemasan. Penyebab ini tidak dapat dihilangkan, namun sensasi nyeri dan kecemasan dapat dikurangi dengan manajemen nyeri dan kecemasan baik secara farmakologi dan atau nonfarmakologi. Penelitian ini bertujuan mengetahui pengaruh tehnik Benson relaksasi terhadap intensitas nyeri dan kecemasan klien post seksio sesarea. Desain penelitian quasi eksperimen dengan rancangan pre test dan post test.

Penelitian dilakukan di RS Cibabat Cimahi sebagai kelompok intervensi dan RS Sartika Asih Bandung sebagai kelompok kontrol. Sampel pada masing- masing kelompok adalah 30 ibu post seksio sesarea dengan quota sampling berdasarkan kriteria. Tehnik Benson relaksasi merupakan penggabungan antara relaksasi dengan suatu faktor keyakinan filosofis atau agama yang dianut. Fokus dari relaksasi ini pada ungkapan tertentu yang memiliki makna menenangkan bagi klien itu sendiri, diucapkan berulang kali dengan ritme yang teratur disertai sikap pasrah. Benson relaksasi ini diberikan selama 4 hari tiap 12 jam dalam 10 menit. Intensitas nyeri (menggunakan skala VAS) dan kecemasan(menggunakan modifikasi skala HARS-Zung) diukur sebelum dan setelah intervensi selama 4 hari post seksio sesarea.

Hasil penelitian diperoleh bahwa rata-rata nyeri sebelum intervensi pada kelompok kontrol adalah 4,43 cm menurun menjadi 3,51 cm, sedangkan pada kelompok intervensi 4,97 cm menurun menjadi 2,63 cm. Hasil penelitian ini juga menemukan bahwa rata-rata kecemasan sebelum intervensi pada kelompok kontrol adalah 15,98 menurun menjadi 15,29, sedangkan pada kelompok intervensi 16,47 menurun 14,57 menjadi. Penelitian ini menemukan perbedaan yang bermakna penurunan rata-rata intensitas nyeri dan kecemasan sebelum dan setelah periode intervensi pada kelompok kontrol dan intervensi, juga antara kelompok kontrol dan kelompok intervensi ($p= 0.00$).

Berdasarkan hasil penelitian ini direkomendasikan agar institusi pelayanan kesehatan terutama bagian maternitas dapat menggunakan tehnik Benson relaksasi sebagai salah satu standar operasional prosedur manajemen nyeri nonfarmakologi pada ibu post seksio sesarea.

.....Client with post cesarean section is suffered of pain due to operative trauma and after pain. Anxiety is also appear among them. The cause of pain can not be eliminated. However, the sensation of the pain and anxiety state can be reduced by pain and anxiety management. The pain and anxiety management is not only pharmacological remedy but also non pharmacological treatment. The aim of the study is to identify the effect of Benson Relaxation technique on pain intensity and anxiety among client with post cesarean section. Design of the study is quasi experiment with pre and post test design.

The study was conducted at Cibabat hospital Cimahi as intervention group and Sartika Asih hospital as control group. The sample of each group is 30 of postcesarean section women with quota sampling based on criterion. The Benson relaxation technique is mix between relaxation and faith philosophical factor or

religion. The focus of this relaxation is at certain world that has a meaning in order to make it calm for the client. This technique is saying several times with regular rhythm of surrender feeling. The Benson relaxation was given along 4 days every 12 hours for 10 minutes. The visual analog scale (VAS) is used to measure the pain intensity and HARS-Zung modification is used to measure the anxiety. Those instruments were applied before and after intervention along 4 days postcesarean section.

The result of the study showed that the mean of pain before intervention at control group was 4,43 cm. It was decreased to 3,51 cm. Meanwhile, the intervention group was 4,97 cm. It was decreased to 2,63 cm. In the study also found that the mean of anxiety before intervention at control group was 15,98. it was decreased to 15,29, but at intervention group was 16,47. It was decreased to 14,57. The study found the significant comparing of pain intensity and anxiety state before and after intervention at control and intervention group ($p = 0,000$). Thus, the Benson relaxation can reduce the pain intensity and anxiety state among client with cesarean section.

The researcher recommend for health services institution especially maternity department can use the Benson relaxation technique as a standard operational procedure of non pharmacological pain management among client with post cesarean section.