

PENGARUH TEKNIK RELAKSASI BANSON TERHADAP TINGKAT NYERI PASIEN POSTSECTIO CAESAREA

Cynthia R. Santi¹, Maykel Killing², Felicia Aotama³

¹Mahasiswa Fakultas Keperawatan Universitas Sariputra Indonesia Tomohon

²Politeknik Kesehatan Kemenkes Manado

³Dosen Fakultas Manajemen Bisnis dan Komunikasi Universitas Sariputra Indonesia Tomohon
felicia.aotama@unsrittomohon.ac.id

Pendahuluan. *Sectio caesarea* merupakan operasi bedah dimana dokter kandungan membuat sebuah lubang di perut dan rahim ibu kemudian mengeluarkan janin dari lubang tersebut. Tenaga keperawatan mengaplikasikan teknik relaksasi banson yang merupakan pengembangan dari metode relaksasi dengan keterlibatan keyakinan, doa, dan respon fisiologis. **Tujuan** penelitian ini untuk mengetahui teknik relaksasi banson terhadap tingkat nyeri pasien *post sectio caesarea*. **Metode** yaitu penelitian kuantitatif *pre eksperimental one group pre test-post test design*. Penelitian telah dilaksanakan pada bulan Maret sampai April tahun 2023 dan dilaksanakan di RSUD Anugerah Tomohon, dengan jumlah responden sebanyak 26 orang yang diambil secara keseluruhan. **Hasil penelitian** dengan uji statistik menggunakan Uji Wilcoxon dengan nilai p value $0,00 < 0,05$ yang berarti bahwa ada pengaruh pemberian Relaksasi Banson terhadap Tingkat Nyeri Pasien *Post Sectio Caesarea* di RSUD Anugerah Tomohon. **Kesimpulan** penelitian ini yaitu ada pengaruh teknik relaksasi banson terhadap tingkat nyeri.

Kata kunci : Relaksasi Banson; Nyeri Pasien Post Operasi; Sectio Caesarea.

Introduction. A *sectio caesarean section* is a surgical operation in which the obstetrician makes a hole in the mother's stomach and uterus and then removes the fetus from the hole. Nursing staff apply the Banson relaxation technique, which involves the development of a relaxation method involving belief, prayer, and physiological responses. **Objective:** This study aims to reduce the level of pain in postoperative *sectio caesarean* patients at Anugerah Tomohon Hospital. **Methods.** This type of research is quantitative research with a pre-experimental research design with a one-group pre-test-post-test design, a study conducted by giving treatment to each respondent. The research was carried out from March to April 2023 at the Anugerah Tomohon Regional General Hospital, with a total of 26 respondents. **Results.** Research using the Wilcoxon Test with a significance level of 0.05 A p value of 0.000 was obtained, which meant that there was an effect of giving Banson Relaxation on the pain level of *post sectio caesarean* patients at Anugerah Tomohon Hospital. **Conclusion:** In this study, the level of pain in postoperative *sectio caesarean* patients can be reduced by giving banson relaxation. **Keywords :** Banson Technique, Post operative Pain in *sectio caesarea* Patients
Keywords: Banson relaxation, Pain post-surgery, Sectio Caesarea Patients

PENDAHULUAN

Meningkatkan kualitas kesehatan penduduk agar dapat tercapai kesejahteraan bangsa merupakan bagian integral dari pembangunan nasional. Salah satu indikator dalam menentukan derajat kesehatan suatu bangsa ditandai dengan tinggi rendahnya angka kematian ibu dan bayinya (Suleha, 2018). Salah satu tujuan SDGs 2017 yaitu tujuan ketiga yang berbunyi kesehatan dan

kesejahteraan yang baik, yang merupakan penyempurnaan dari MDGs, merupakan amanat pemerintah untuk meningkatkan kesehatan masyarakatnya. Salah satu cara yang dilakukan khususnya untuk kesehatan dan keselamatan bayi dan ibu dengan melalui tindakan pembedahan yang dinamakan *sectio caesarea* (Kemenkes, RI, 2019). *Sectio caesarea* merupakan operasi bedah dimana dokter kandungan membuat sebuah lubang di perut dan rahim ibu

kemudian mengeluarkan janin dari lubang tersebut (Atmawati, 2020). Peningkatan angka *sectio caeserea* pada Survei Demografi Kesehatan Indonesia tahun 2017 menunjukkan angka 17% dari total persalinan di Indonesia. Berdasarkan data RISKESDAS tahun 2018 provinsi dengan jumlah persalinan *sectio caeserea* tertinggi adalah DKI Jakarta dengan angka 31,1%, Bali 30,2%, dan Kepulauan Riau 23,7%.

Nyeri akut pada *post sectio caesarea* dirasakan setelah operasi selesai dan pasien mulai sadar dan efek anastesi habis maka pasien akan merasakan nyeri pada bagian tubuh yang mengalami pembedahan. Nyeri biasanya terjadi pada 12 sampai 36 jam setelah pembedahan, dan menurun pada hari ketiga. Pengendalian nyeri secara farmakologi merupakan salah satu cara untuk mengatasi rasa nyeri akan tetapi pemberian farmakologi tidak bertujuan untuk meningkatkan kemampuan klien sendiri untuk mengontrol nyerinya. Kombinasi pemberian terapi farmakologi dan non farmakologi bertujuan untuk mengurangi sensasi nyeri, memberikan rasa nyaman serta mempercepat masa pemulihan. Tingkat kepatuhan pasien menjadi sikap penting dalam proses penyembuhan pasien. Aotama & Mandome, 2020. Oleh karena itu di butuhkan kontrol nyeri yang efektif dan adekuat guna menghindari komplikasi, mengurangi waktu perawatan dan meningkatkan kenyamanan ibu sesegera mungkin.

Terapi banson sudah banyak diterapkan dalam mengatasi nyeri pada pasien *post operasi*, tenaga keperawatan mengaplikasikan teknik relaksasi banson yang merupakan pengembangan dari metode relaksasi dengan keterlibatan keyakinan, doa, dan respon fisiologis. Pentingnya penggunaan teknik relaksasi banson ini dibandingkan dengan teknik lain karena teknik relaksasi lebih mudah dilakukan bahkan dalam kondisi apapun serta tidak memiliki efek samping apapun. Berdasarkan latar belakang tersebut peneliti merasa tertarik untuk melakukan penelitian dengan judul “Pengaruh Relaksasi Banson Terhadap

Tingkat Nyeri Pasien *Post Operasi Sectio Caesarea* Di RSUD Anugerah Tomohon”.

METODE PENELITIAN

Jenis penelitian ini merupakan penelitian kuantitatif dengan desain penelitian Pre eksperimental. Jenis desain yang digunakan pada penelitian ini adalah *pre eksperimental* dengan *one group pretest - posttest design*, suatu penelitian yang dilakukan dengan diberi perlakuan tertentu, kemudian di observasi sebelum dan sesudah perlakuan. Suharman, dkk, 2016. Instrumen penelitian ini menggunakan lembar observasi nyeri.

HASIL DAN PEMBAHASAN

A. Hasil

1. Analisis Univariat

Tabel 1. Distribusi responden berdasarkan data demografi pasien *post sectio caesarea*.

No	Variabel	Frekuensi	%
Umur			
1	< 20 tahun	2	7.7
2	21 – 30 tahun	17	65.4
3	>30 tahun	7	26.9
Pekerjaan			
1	IRT	17	65.4
2	Honorer	1	3.8
3	Swasta	5	19.2
4	PNS	2	7.7
5	Pendeta	1	3.8
Pendidikan			
1	SMP	5	19.2
2	SMA	15	57.7
3	S1	6	23.1
Kehamilan			
1	1	7	26.9
2	2	12	46.2
3	3	6	23.1
4	4	1	3.8
Riwayat SC			
1	1	17	65.4
2	2	9	34.6
Total		26	100.0

Berdasarkan Tabel 1 menunjukkan bahwa rentang umur 21-30 tahun merupakan kelompok yang paling banyak melakukan *sectio caesarea* dengan jumlah 17 (65.4 %).

Pekerjaan yang paling banyak yaitu IRT dengan jumlah 17 (65.4 %). Tingkat pendidikan yang paling banyak yaitu SMA dengan jumlah 15 (57.7 %). Sedangkan ibu dengan kehamilan ke 2 paling banyak melakukan sectio caesarea yaitu dengan jumlah 12 (46.2 %) dan ibu dengan *sectio caesarea* 1 paling banyak yaitu dengan jumlah 17 (65.4%).

Tabel 2. Tingkat nyeri pasien *post* operasi *sectio caesarea* sebelum dilakukan teknik relaksasi banson di RSUD Anugerah Tomohon.

N		Frekuensi	%
1	Tidak Nyeri	0	0
2	Nyeri Ringan	13	50
3	Nyeri Sedang	13	50
4	Nyeri Berat	0	0
5	Tak Tertahankan	0	0
Total		26	100

Berdasarkan Tabel 2 menunjukkan bahwa dari 26 responden pada kelompok sebelum diberikan relaksasi banson sebanyak 13 responden (50 %) dengan tingkat nyeri sedang dan nyeri berat sebanyak 13 responden (50 %).

Tabel 3. Tingkat nyeri pasien *post* operasi *sectio caesarea* sesudah dilakukan teknik relaksasi banson di RSUD Anugerah Tomohon.

No		Frekuensi	%
1	Tidak Nyeri	0	0
2	Nyeri Ringan	14	53.8
3	Nyeri Sedang	12	46.2
4	Nyeri Berat	0	0
5	Tak Tertahankan	0	0
Total		26	100.0

Berdasarkan Tabel 3 pada tingkat nyeri sesudah dilakukan teknik relaksasi banson maka tingkat nyeri ringan sebanyak 14

responden (53.8 %) dan nyeri sedang sebanyak 12 responden (46.2 %).

2. Analisis Bivariat

Tabel 4. Pengaruh teknik relaksasi banson terhadap tingkat nyeri pasien *postsectio caesarae*.

Variabel	n	Negative Rank	Positive Rank	Ties
<i>Post Test-Pre Test</i>	26	24	0	2
Tingkat nyeri <i>post sectio caesarea</i>				
P-Value Uji Wilcoxon = 0,00 < α = 0,05 $Z^{\text{Hitung}} = -4669$				

Pada Tabel 4 menunjukkan nilai *posttest* < *pretest* (rangking negatif) berjumlah 24 orang atau 92.4 % dan nilai *posttest* > *pretest* (rangking positif) berjumlah 0% dan nilai *posttest*

= *pretest* berjumlah 2 orang atau 10 %. Dari hasil uji rangking bertanda Wilcoxon dengan menggunakan statistik z di dapatkan nilai z - 4,669 dengan taraf kesalahan < 0,05 dan tingkat kepercayaan 95 % maka nilai p = 0,00 lebih kecil dari pada nilai $\alpha = 0,05$ maka H_0 ditolak H_A diterima dan hal ini menunjukkan bahwa setelah di lakukan perlakuan memberi hasil yang bermakna. Jadi ada pengaruh teknik relaksasi Banson terhadap tingkat nyeri pasien *post* operasi *sectio caesarea*.

B. Pembahasan

Hasil penelitian menunjukkan setelah dilakukan teknik relaksasi banson sangat berpengaruh dalam menurunkan tingkat nyeri kepada pasien *post* operasi *sectio caesarea* dengan tingkatan nyeri ringan yang paling banyak dan di ikuti nyeri sedang yang sebelum intervensi di berikan masih mengalami nyeri berat dan sedang, tetapi setelah di berikan intervensi mengalami penurunan tingkat nyeri. Hasil ini sejalan

dengan penelitian yang dilakukan (Morita dkk, 2021) pada pengaruh pemberian teknik relaksasi banson terhadap intensitas nyeri pasien post *sectio caesarea* di Rs. Pku Muhammadiyah Cepu yang hasilnya terdapat penurunan nyeri setelah diberikan relaksasi banson.

Tujuan dilakukan relaksasi banson adalah untuk menciptakan suasana intern yang nyaman sehingga mengalihkan fokus terhadap sensasi nyeri pada hipotalamus sehingga dapat menurunkan sensasi nyeri yang dirasakan oleh individu yang bersangkutan. Penelitian sebelumnya oleh Nesi Novita, dkk 2022 mengatakan bahwa yang menyebabkan terjadi penurunan nyeri salah satunya oleh karena ada pengalihan fokus nyeri yang membuat individu merasakan nyaman dan rileks. Menurut Wahyu, A. (2018) sejalan juga dengan penelitian yang dilakukan peneliti dimana efektifitas relaksasi banson terhadap penurunan nyeri pasien pasca *sectio caesarea* dengan menggunakan uji statistik wilcoxon dengan p value $0,000 < 0,05$ yang secara garis besar terdapat perubahan nyeri pada pasien menggunakan teknik relaksasi banson. Dengan kata lain dengan relaksasi banson dapat mengurangi nyeri pasien pasca *sectio caesarea*.

Relaksasi banson merupakan salah satu cara untuk mengurangi nyeri melalui distraksi sehingga kesadaran klien akan nyerinya berkurang, relaksasi dalam ketegangan dan kecemasan yang berhubungan dengan sistem saraf parasimpatis dapat menekan ketegangan, kecemasan, susah tidur, sakit (Baradero 2008). Saat relaksasi mengalihkan pikiran, thalamus secara selektif memediasi perhatian ke korteks *prefrontal* untuk mengubah suara menjadi rangsangan nyeri sehingga menghambat *impuls* nyeri. Kemudian otak sebagai penghambat *impuls* menutup pintu transmisi pada *impulsnoxius* sehingga *impuls* nyeri tidak dapat dirasakan atau dihambat dan alur serabut saraf *desenden* melepaskan *opioid endogen* seperti *endorfin* dan *dimorfin* sebagai penghambat nyeri alami yang berasal dari tubuh (Morita, dkk 2020). Ketika mencapai

gelombang alfa, otak dalam keadaan tenang dan fokus pada suatu objek, sehingga dapat membangun rasa nyaman terhadap nyeri yang dirasakan (Benson & Proctor, 2000)

Asumsi peneliti bahwa relaksasi banson efektif dalam menurunkan nyeri kepada pasien dengan *sectio caesarea* maupun pasien dengan post operasi lainnya dan penyakit yang berhubungan dengan rasa nyeri. Karena selain pemberian terapi farmakologi penghilang rasa nyeri pasien pun perlu mengetahui terapi non farmakologi salah satunya relaksasi banson ini sehingga pasien tidak akan ketergantungan dengan obat medis untuk menghilangkan nyeri melainkan pasien dapat melakukan teknik relaksasi banson ini saat nyeri dirasakan agar supaya pasien tidak menunggu jam pemberian terapi medis melainkan dapat secara langsung mempraktekan terapi relaksasi banson kapan saja saat nyeri maka pasien akan semakin tenang dan nyaman dan rasa nyeri akan semakin berkurang. Peneliti berpendapat bahwa teknik relaksasi banson memiliki pengaruh pada pasien post *sectio caesarea* dalam membantu proses penurunan nyeri dengan merangsang saraf simpatik untuk menghambat aktivitas kerja saraf simpatik.

SIMPULAN

1. Tingkat nyeri pasien post operasi *sectio caesarea* sebelum relaksasi banson di RSUD Anugerah Tomohon pada kategori nyeri berat.
2. Tingkat nyeri pasien post operasi *sectio caesarea* sesudah relaksasi banson di RSUD Anugerah Tomohon pada kategori nyeri ringan.
3. Ada pengaruh teknik relaksasi banson terhadap tingkat nyeri pasien post Operasi *sectio caesarea* di RSUD Anugerah Tomohon.

SARAN

1. Bagi Rumah Sakit
Diharapkan hasil penelitian ini dapat memberikan gambaran dalam mengidentifikasi tentang intervensi nonfarmakologi sehingga Rumah Sakit

- dapat menerapkan terapi banson sebagai salah satu intervensi untuk menurunkan nyeri.
2. Bagi Institusi Pendidikan
Dari penelitian ini kiranya dapat menambah wawasan, informasi maupun pengetahuan berkaitan dengan teknik relaksasi banson.
 3. Bagi Peneliti Lain
Dari penelitian ini dapat menjadi bahan referensi untuk membandingkan suatu objek penelitian terdahulu maupun penelitian yang akan dilakukan dengan berbagai variabel lain bahkan pun dengan metode penelitian lain yang kaitannya dengan teknik relaksasi banson.

DAFTAR PUSTAKA

- Atmawati, L. 2019. Pengaruh Teknik Relaksasi Pernafasan Terhadap Tingkat Rasa Nyeri Pada Ibu Ber-salin Kala I di BPS Mu'rofah, Amd.Keb. Universitas Muhammadiyah-surabaya.
- Aotama, F., & Mandome, A. (2020). Strategi Komunikasi Kesehatan Bagi Tingkat Kepatuhan Pasien Instalasi Rehabilitasi Medik Rsup. Prof. Kandou Manado.4(2), 196-206.
- Baradero, M. 2020. Buku Ajar Keperawatan Perioperatif: Prinsip dan Praktik. Jakarta: EGC.
- Carpenito, L. J. 2020. Diagnosa Keperawatan: Aplikasi pada Praktek Klinik, Edisi 12. Jakarta: EGC
- Dewi, S. 2019. Asuhan Kehamilan untuk Kebidanan. Jakarta: Penerbit SalembaMedika.
- Dinas Kesehatan Sulawesi Utara. 2020. Profil angka pemberian tindakan *sectioaesarea*. Dinkes Provinsi Sulut.
- Haynes, S.A. 2020. Panduan Lengkap Kehamilan, Persalinan, dan Perawatan Bayi. Jogjakarta: DIGLOSSIA MEDIA
- Kementerian Kesehatan RI. 2019. Petunjuk Tehnik Jaminan Persalinan, Jakarta: Kemenkes RI.
- Kozier., Berman., Snyder., & Erb. 2019. Buku Ajar Keperawatan Klinis Kozier& Erb. Edisi 12. Jakarta: EGC.
- Patasik, Ch. K., Tangka, J., Rottie, J. 2019. Efektivitas teknik relaksasi nafas dalam dan guided imagery terhadap penurunan nyeri pada pasien post sectio caesarea di Irina D BLU RSUP Prof. Dr. R. D. Kandou Manado. e-Journal Keperawatan (e-Kp) Vol.1, No.1.
- Potter, P.A., & A. G. Perry. 2018. Buku Ajar Fundamental Keperawatan: Konsep. Proses. dan Praktik. vol. 8. Ed 6. Jakarta: EGC.
- Prasetyo, S. N. 2020. Konsep dan Proses Keperawatan Nyeri. Yogyakarta: Graha Ilmu.
- Suleha. 2014. Proses penyembuhan dan penanganan luka: Universitas Udayana/ Rumah Sakit Umum Pusat Sanglah Denpasar.