

## ABSTRAK

### **Pengaruh Terapi Relaksasi *Benson* Terhadap Tingkat Kecemasan Pasien Pre Operasi Sectio Caesarea di RSUD Mardi Waluyo Kota Blitar,**

Arumingtyas Pawestri (2020), Program Studi Sarjana Terapan Keperawatan Malang, Jurusan Keperawatan, Politeknik Kesehatan Kemenkes Malang. Dosen Pembimbing : 1) Dr. Farida Halis DK S.Kp.,M.Pd 2) Dra. Goretti Maria Sindarti, M.Kes

Sectio caesarea merupakan proses persalinan dengan melakukan pembedahan. Dalam menghadapi pembedahan menimbulkan berbagai macam emosi pada pasien sectio caesarea, salah satunya adalah kecemasan. Kecemasan adalah suatu keadaan tertentu (*state anxiety*), yaitu menghadapi situasi yang tidak pasti dan tidak menentu terhadap kemampuannya dalam menghadapi objek. Kecemasan merupakan perwujudan penolakan dari individu yang menimbulkan perasaan takut. Penatalaksanaan untuk menangani kecemasan dapat berupa non farmakologis. Salah satunya adalah relaksasi *benson*. Tujuan penelitian ini mengidentifikasi tingkat kecemasan pasien pre operasi sectio caesarea sebelum dan sesudah dilakukan terapi relaksasi *benson*. Pasien sebelum dilakukan relaksasi *benson* dilakukan pengukuran kecemasan dengan alat ukur kecemasan HARS (*pre test*) kemudian dilakukan intervensi dan diukur kembali kecemasannya (*post test*). Desain penelitian ini menggunakan *quasy experiment with pre test post test design*. Sampel dalam penelitian ini adalah pasien pre operasi *sectio caesarea* sebanyak 12 pasien dengan rincian 6 pasien sebagai kelompok perlakuan dan 6 pasien sebagai kelompok kontrol. Uji yang digunakan yaitu *Paired Sample T-Test* untuk melihat nilai pre dan post perlakuan dengan hasil  $p = 0,012 (>0,05)$  yang berarti ada perbedaan hasil antara sebelum dan sesudah dilakukan terapi relaksasi *benson* pada kelompok perlakuan. Saran untuk peneliti selanjutnya untuk melakukan perbandingan tingkat kecemasan dengan berbagai macam pemberian terapi lain.

**Kata Kunci : Relaksasi *Benson*, Kecemasan, Pre Operasi Sectio Caesarea**

## **ABSTRACT**

### ***The Effects of Benson's Relaxation Therapy on the Anxiety Level of Preoperative Sectio Caesarea Patients in RSUD Mardi Waluyo Blitar City***

*Arumingtyas Pawestri (2020), Study Program Applied Bachelor Malang Nursing, Department of Nursing, Health Polytechnic Ministry of Malang. Advisor : 1) Dr. Farida Halis DK S.Kp., M.Pd 2) Dra. Goretti Maria Sindarti, M.Kes*

*Sectio caesarea is the process of labor by surgery. In the face of surgery cause various kinds of emotions in sectio caesarea patients, one of which is anxiety. Anxiety is a certain state (state anxiety), which is facing a situation that is uncertain and uncertain of its ability to deal with objects. Anxiety is a manifestation of rejection from individuals that cause feelings of fear. Management to deal with anxiety can be non-pharmacological. One of them is Benson's relaxation. The purpose of this study is to identify the level of anxiety of patients pre sectio caesarean surgery before and after Benson relaxation therapy. Patients before benson relaxation performed anxiety measurements with HARS anxiety meter (pre test) and then do the intervention and anxiety measurements again (post test). This research design uses quasy experiment with pre test post test design. The sample in this study was 12 patients with preoperative cesarean section with details of 6 patients as the treatment group and 6 patients as the control group. The test used is the Paired Sample T-Test to see the value of pre and post treatment with the results of  $p = 0.012 (> 0, 05)$  which means that there are differences in outcomes between before and after Benson relaxation therapy in the treatment group. Suggestions for further researchers to compare the level of anxiety with a variety of other therapy.*

***Keywords: Benson Relaxation, Anxiety, Preoperative Sectio Caesarea***