

**PERBEDAAN TINGKAT NYERI DENGAN PEMBERIAN RELAKSASI
BENSON DAN *GUIDED IMAGERY* PADA PASIEN
*POST OPERASI SECTIO CAESAREA***

Fina Salsabila Muqorrobin

Imam Subekti, S.Kp.,M.Kep.,Sp.Kom, Tri Nataliswati, S.Kep., Ns.,M.Kep

ABSTRAK

Operasi *sectio caesaria* (SC) merupakan proses pengangkatan bayi dengan membuat sayatan pada jaringan ikat berakibat timbulnya rasa nyeri. Penatalaksanaan non-farmakologis perlu dilakukan untuk mengurangi nyeri *post* SC diantaranya menggunakan relaksasi benson dan *guided imagery*. Tujuan penelitian ini untuk mengetahui perbedaan tingkat nyeri dengan pemberian relaksasi benson dan *guided imagery* pada pasien *post* SC di wilayah Puskesmas Mojolangu Kota Malang Tahun 2024. Desain penelitian ini menggunakan *quasi experiment two-group pre-test post-test design*. Teknik sampling dalam penelitian ini adalah *accidental sampling* dengan sampel 28 orang dibagi menjadi 2 kelompok yaitu kelompok relaksasi Benson dan kelompok *guided imagery*. Variabel *independent* adalah teknik relaksasi benson dan *guided imagery* serta variabel *dependent* adalah tingkat nyeri. Pengukuran skala nyeri *pre* dan *post* menggunakan *numeric rating scale*. Uji analisis data bivariate menggunakan uji *wilcoxon* dan uji *Mann-Whitney* untuk mengetahui perbedaan tingkat nyeri *pre* dan *post* serta perbedaan nyeri *post* pada 2 kelompok. Hasil penelitian menunjukkan tingkat nyeri kelompok relaksasi Benson sebelum diberikan relaksasi rata-rata sedang dan setelah diberikan relaksasi rata-rata tingkat nyeri menjadi tidak nyeri. Tingkat nyeri kelompok *guided imagery* sebelum intervensi rata-rata nyeri sedang dan setelah intervensi menjadi nyeri ringan. Hasil uji statistic nilai *p-value* sebesar 0,000 (< Alfa 0,05), sehingga dapat disimpulkan bahwa terdapat perbedaan tingkat nyeri setelah diberikan intervensi pada kelompok relaksasi benson dan kelompok *guided imagery* pada ibu *post* SC di wilayah kerja Puskesmas Mojolangu Kota Malang Tahun 2024. Diharapkan petugas puskesmas dapat menerapkan kedua metode ini kepada ibu *post* SC guna menurunkan tingkat nyerinya.

Kata kunci: tingkat nyeri, teknik relaksasi benson, *guided imagery*, *post* SC