

BAB IV

METODE PENCARIAN DAN ANALISIS JURNAL

A. Cara Mencari Jurnal

1. Registrasi

”Penerapan Relaksasi Benson Terhadap Penurunan Intensitas
Nyeri Ibu Post Section Caesarea di RSUD Kabupaten Karanganyar.”

2. Database dan Search Engine

Penelusuran jurnal dilaksanakan pada bulan September-Oktober 2023. data yang digunakan merupakan data sekunder yang didapatkan dari hasil studi yang dilakukan peneliti sebelumnya. Dalam penelusuran jurnal memanfaatkan dua data base, yaitu Google Scholar dan Google Book.

3. Kata Kunci

Dalam penelusuran, penelitian memakai kata kunci dan *boolean operator* (OR dan AND). Dalam memperluas atau mengkhususkan pencarian, hal ini memudahkan penetapan artikel/jurnal yang dipakai telah diselaraskan berdasarkan Medical Subject Heading (MeSH), yakni:

Tabel 4. 1 Kata Kunci Pencarian

Teknik Relaksasi Benson		Penurunan Intensitas		<i>Post Section</i>
“OR”		Nyeri		<i>Caesarea</i>
<i>Benson Relaxation</i>	“AND”	“OR”	“AND”	“OR”
<i>Techniques</i>		<i>Decrease in Pain</i>		<i>Post Sectio Caesarea</i>
		<i>Intensity</i>		

4. Kriteria Inklusi dan Eksklusi

Pada saat melakukan seleksi artikel, terdapat beberapa kriteria

seperti inklusi dan eksklusi. Penulis menggunakan strategi pencarian artikel dengan PICO. Adapun penjabaran dari PICO, sendiri yaitu *population*, *intervention*, *comparison*, dan *outcome*. Batasan-batasan untuk melakukan seleksi terhadap artikel dijelaskan sebagai berikut :

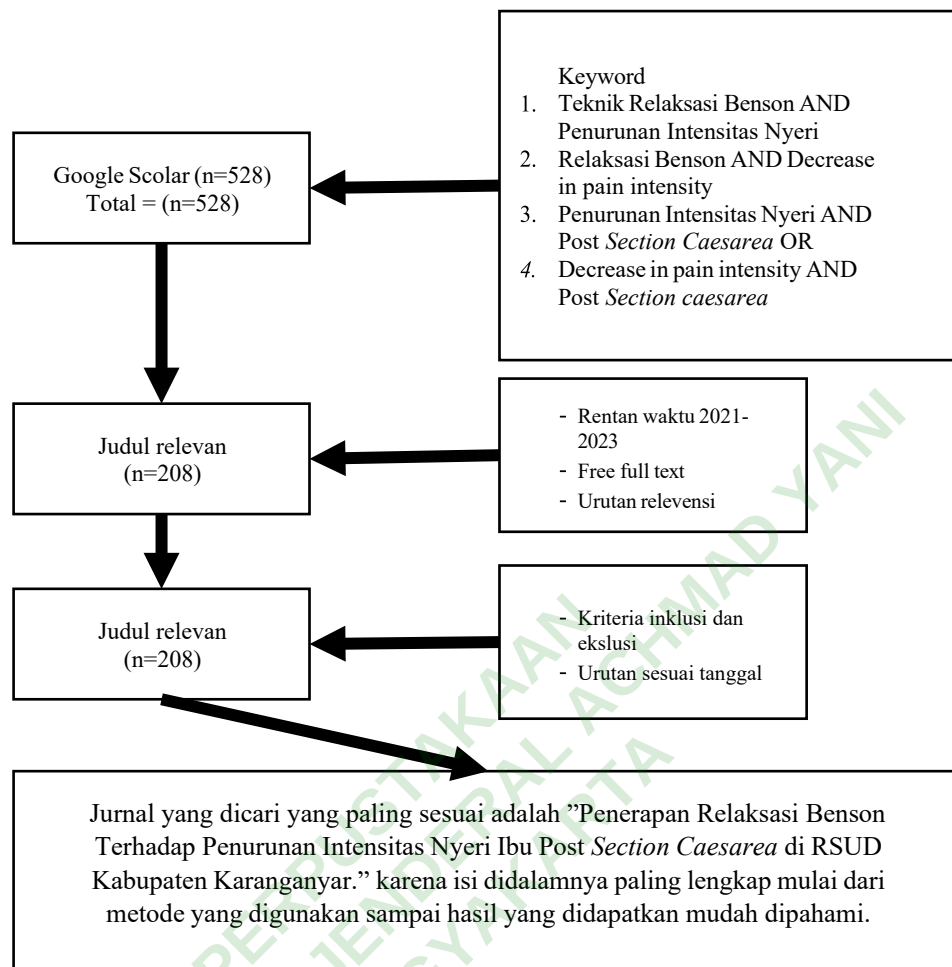
Tabel 4. 2 Kriteria Inklusi dan Eksklusi

Kriteria	Inklusi	Eksklusi
Population	Persalinan section	-
	Bersedia menjadi responden	-
	Ibu post <i>sectio caesarea</i> dapat berkomunikasi secara verbal	-
Intervention	Teknik Relaksasi Benson	-
Comparison	Tingkat nyeri sebelum dan sesudah diberikan teknik relaksasi benson	-
Outcome	Terdapat penurunan intensitas skala nyeri	Tidak terdapat penurunan intensitas nyeri

B. Hasil Pencarian Dan Seleksi Studi

Penulis menggunakan metodologi *Preferred Reporting Items for Systematic Review and Meta-Analyses* (PRISMA) dengan menggunakan kata kunci “Teknik Relaksasi Benson dan Penurunan Intensitas Nyeri dan Persalinan Post *Sectio Caesarea*” di *Google Scholar*. Dari hasil pencarian tersebut teridentifikasi 528 jurnal, dan penulis memilihnya berdasarkan periode 2021-2023, *Free Full Text*, dan urutan relevansi untuk mengidentifikasi judul yang relevan yaitu 208 jurnal. Untuk mencari judul yang sesuai, penulis memilih kembali judul tersebut dengan menggunakan kriteria inklusi, eksklusi, dan pengurutan tanggal yang sesuai. Pada titik ini, dapatkan 10 artikel yang sesuai. Penulis kemudian memilih artikel dengan judul “Penerapan Teknik Relaksasi

Benson untuk Menurunkan Intensitas Nyeri Ibu Post *Section Caesarea* di RSUD



Karanganyar". Karya yang digunakan penulis sebagai karya referensi. Hasil pencarian dan pemilihan item dijelaskan pada gambar berikut :

Bagan 4 . 1 Hasil Pencarian Jurnal

C. Resum Jurnal

1. Judul Artikel "Penerapan Relaksasi Benson Terhadap Penurunan Intensitas Nyeri Ibu *Post Section Caesarea* di RSUD Kabupaten Karanganyar".

2. Identitas

a. Penulis :

Avifah Amalia Sholekhah, Irma Mustikasari, Dwi Yuniningsih

b. Tahun : 2023

c. Negara : Indonesia

3. *Introduction*

Persalinan merupakan suatu kondisi yang perlu dipersiapkan oleh ibu hamil di trimester ketiga. Persalinan adalah proses pengeluaran janin yang sudah lahir ke dunia melalui jalan lahir atau cara lain. Persalinan bisa normal atau tidak normal bagi ibu, dan kelahiran tidak normal bisa terjadi karena prosedur pembedahan yang sering disebut *Sectio Caesarea* (SC).

Sectio Caesarea adalah operasi pada dinding perut dan rahim dengan tujuan melahirkan anak. Persalinan dengan *Sectio Caesarea* biasanya terjadi akibat kontraksi normal, panggul sempit, preeklamsi, ketuban pecah dini, dan beberapa faktor lainnya.

Baik itu persalinan normal maupun bedah, terjadinya nyeri tidak dapat dikesampingkan. Persalinan melalui pembedahan sub kutan menyebabkan rasa sakit yang parah pada hari pertama seiring dengan hilangnya anestesi dan menjadi lebih intens saat jahitan mengering. Banyak faktor yang mempengaruhi berkembangnya nyeri fisik dan psikologis, antara lain: usia, derajat mobilitas, spontanitas internal dan ekstrem, pengalaman ibu, persiapan ibu menghadapi persalinan.

Sensasi persalinan dapat ditangani secara farmakologis dan non farmakologis. Pengobatan untuk membantu ibu meredakan nyeri pasca *post partum Sectio Caesarea* berupa pemberian obat pereda nyeri dan berbagai teknik relaksasi seperti relaksasi nafas dalam, hipotermia, dan terapi analgesik untuk mengatasi nyeri pasca *post partum Sectio Caesarea*. Terdiri dari perawatan non-obat yang bermanfaat. Relaksasi Benson mengurangi rasa sakit jika tidak ada tarikan pada perut.

Terapi Relaksasi Benson memberikan efek relaksasi pada ibu setelah persalinan *section caesarea* menimbulkan sensasi nyeri dengan meminta ibu mengucapkan kata-kata yang diyakininya dan menarik napas dalam-dalam untuk menenangkan dan rileks. Teknik relaksasi Benson diduga memberikan efek positif dalam meredakan nyeri persalinan *section caesarea*.

4. *Methode*

Penelitian dilakukan di RSUD Kabupaten Karanganyar. Metode dalam hal ini menggunakan metode penelitian deskriptif (eksperimen) dengan pendekatan studi kasus yang bertujuan untuk menjelaskan kejadian dan peristiwa.

Penelitian dilakukan secara sistematis dan berfokus pada fakta daripada kesimpulan. Populasi penelitian ini adalah pasien di Ruang Telatai 1 RSUD Kabupaten Karanganyar yang berjumlah 2 orang pasien ibu post *section caesarea* menggunakan kriteria inklusi 1) Bersedia menjadi responden penelitian 2) Pasien yang mengalami

nyeri pasca *section caesarea* dengan tingkat nyeri berat 3) Pasien yang mampu memahami pernyataan dan bersedia mengikuti prosedur. Kriteria Eksklusi 1) Pasien mengalami nyeri pasca *section caesarea* dengan skala nyeri ringan-sedang 2) Pasien yang tidak mampu memahami pernyataan dan tidak bersedia mengikuti prosedur.

Penelitian ini dilakukan pada bulan Agustus 2023. Peneliti melakukan asuhan keperawatan kepada pasien selama satu kali shift dengan menerapkan terapi non farmakologi teknik relaksasi benson sebanyak 1x dalam satu kali shift dan dilakukan selama 10-15 menit. Instrumen untuk mengukur nyeri yang digunakan adalah *Numeric Rating Scale (NRS)*, sedangkan teknik relaksasi benson menggunakan SOP teknik relaksasi benson. Terapi ini dilakukan pada pasien dalam keadaan nyeri berat-sedang pada hari ke 0. Pengambilan data nyeri dilakukan sebelum dan sesudah diberikan teknik relaksasi benson.

5. Result

Evaluasi penelitian ini menunjukkan bahwa skala nyeri kedua responden mengalami penurunan, namun kedua responden tersebut mengalami skala nyeri yang berbeda. Pada hari pertama pasien 1 merasakan skala nyeri 8 kategori nyeri berat dan pasien 2 merasakan skala nyeri 7 kategori nyeri sedang. Pada hari pertama setelah penggunaan teknik relaksasi Benson, skala nyeri pasien 1 didapati menurun menjadi 7, dan skala nyeri pasien 2 menurun menjadi 6.

Tabel pada jurnal menunjukkan bahwa sebelum menggunakan

Teknik Relaksasi Benson, skala nyeri sebesar 8 (kategori berat) dan skala nyeri sebesar 7 (kategori sedang). Setelah menggunakan teknik relaksasi Benson selama 10 sampai 15 menit, nyeri berkurang menjadi skala 2 (kategori ringan), skala 1 (kategori ringan) ketika dievaluasi. Intervensi dilakukan selama 10-15 menit dua kali sehari selama 3 hari berturut-turut.

6. *Discussion*

Pada kasus di atas, nyeri dikatakan terjadi pada klien yang berbeda. Artinya, pasien 1 merasakan skala nyeri 8 dengan kategori nyeri berat dan pasien 2 merasakan skala nyeri 7 dengan kategori nyeri sedang. Berdasarkan penelitian yang dilakukan ditemukan bahwa skala nyeri kedua pasien mengalami penurunan setelah menggunakan teknik relaksasi Benson. Relaksasi Benson sangat efektif dalam menciptakan keadaan tenang dan rileks. Selain itu, otot-otot tubuh Anda akan rileks, gelombang otak Anda akan melambat, dan Anda akhirnya bisa beristirahat dengan tenang. Didukung oleh teori Metasari & Sianipar (2018), relaksasi dapat digunakan untuk mengurangi nyeri pada skala nyeri ringan atau sedang.

Mekanisme kerja Teknik Relaksasi Benson adalah aliran darah menjadi merata, neurotransmitter yang menenangkan dilepaskan, dan sistem saraf berfungsi normal, menciptakan efek menenangkan dan membuat rileks.

Akibatnya, gelombang otak Anda melambat, yang pada akhirnya

memungkinkan Anda untuk rileks santai, untuk tidur nyenyak. Dapat disimpulkan bahwa teknik relaksasi Benson dapat digunakan dalam pengobatan nyeri ibu post *sectio caesarea* ini memiliki efek yang sangat baik dalam mengurangi intensitas nyeri. Penelitian ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan Wahyu (2018) yang menemukan bahwa relaksasi Benson efektif dalam mengurangi nyeri pada pasien pasca *section caesarea*. Jadi dapat ditarik kesimpulan bahwa Teknik relaksasi benson yang diaplikasikan dalam menangani nyeri ibu post *sectio caesarea* memberikan efek baik dalam penurunan intensitas nyeri.

D. Rencana Aplikasi Jurnal Pada Kasus

Dalam pengaplikasian jurnal kasus asuhan keperawatan di lahan dilakukan dengan beberapa tahap, adapun tahap pengaplikasian jurnal pada kasus sebagai berikut :

1. Pengkajian *Post Sectio Caesarea* dengan melakukan pengumpulan data dan analisa berdasarkan observasi, wawancara dan pemeriksaan fisik.
2. Diagnosa, setelah di lakukan pengkajian *pretest* dilakukan penarikan sebagai acuan dalam pemberian intervensi keperawatan pada kasus keperawatan ibu bersalin.
3. Intervensi, intervensi yang digunakan merupakan hasil dari penelitian langsung yang ditemukan dalam jurnal berdasarkan EBN (*Evidence Basice Nursing*).
4. Implementasi, yakni pemberian teknik relaksasi benson, adapun instrumen untuk pemberian teknik relaksasi benson yang digunakan penelitian ini

adalah SOP (Standar Operasional Prosedur).

5. Evaluasi, dalam tahap evaluasi dilakukan dengan menilai penurunan tingkat nyeri setelah diberikan teknik relaksasi benson.

PERPUSTAKAAN
UNIVERSITAS JENDERAL ACHMAD YANI
YOGYAKARTA