

**KARYA ILMIAH AKHIR**

**PENERAPAN *BENSON RELAXATION TECHNIQUES* UNTUK  
MENURUNKAN KECEMASAN PADA PASIEN MYOMA UTERI PRE  
HISTEREKTOMY**

Disusun untuk Memenuhi Sebagian Syarat Memperoleh  
Derajat Profesi Ners pada Fakultas Kedokteran dan Ilmu Kesehatan  
Universitas Muhammadiyah Yogyakarta



**Penyusun**

**Maulana M Yusuf Efendi**

**20214030058**

**PROGRAM STUDI ILMU PROFESI NERS  
FAKULTAS KEDOKTERAN DAN ILMU KESEHATAN  
UNIVERSITAS MUHAMMADIYAH YOGYAKARTA**

**2022**

## PERNYATAAN KEASLIAN TULISAN

Saya yang bertanda tangan dibawah ini

Nama : Maulana Muhamad Yusuf Efendi

NIM : 20214030058

Program Studi : Pendidikan Profesi Ners

Fakultas : Kedokteran dan Ilmu Kesehatan

Menyatakan dengan sebenarnya bahwa karya ilmiah akhir yang saya tulis ini benar-benar merupakan hasil karya saya sendiri dan belum diajukan dalam bentuk apa pun kepada perguruan tinggi mana pun. Sumber informasi yang berasal atau dikutip dari karya yang diterbitkan maupun tidak diterbitkan dari penulis lain telah disebutkan dalam teks dan dicantumkan dalam Daftar Pustaka di bagian akhir karya ilmiah akhir ini.

Apabila dikemudian hari terbukti atau dapat dibuktikan karya ilmiah akhir ini hasil jiplakan, maka saya bersedia menerima sanksi atas perbuatan tersebut.

Yogyakarta, 22 Juli 2022

Yang membuat pernyataan,

Tanda tangan



Maulana M Yusuf Efendi

## KATA PENGANTAR



*Assalāmu 'alaikum Warahmatullāhi Wabarakātuh*

Alhamdulillahirabbil'alamin, puji syukur kehadiran Allah SWT atas segala limpahan rahmat serta Karunia-Nya, sehingga penulis dapat menyelesaikan proposal Karya Tulis Akhir (KIA) yang berjudul “Penerapan Teknik Relaksasi Benson untuk mengatasi Kecemasan pada Pasien Myoma Uteri Pre Histerektomy”. Walaupun dalam melakukan penyusunan KIA ini penulis mengalami hambatan maupun kesulitan, KIA ini dapat terselesaikan dengan adanya dukungan dan bantuan dari berbagai pihak. Penulis mengucapkan terimakasih kepada:

1. Allah SWT, yang telah memberikan rahmat serta hidayah-Nya sehingga penulis dapat menyelesaikan KIA ini.
2. Kedua orang tua yang sudah memberikan support baik secara moril maupun materi dalam menyelesaikan KIA ini
3. Ibu selaku Dosen Pembimbing yang telah memberikan ilmu, nasihat, masukan, motivasi serta meluangkan waktu, tenaga dan pikiran dalam memberikan bimbingan proposal KIA ini.
4. Teman-teman Ners 29 UMY dan semua pihak yang turut membantu dalam penyusunan KIA ini.

Penulis menyadari bahwa dalam penyusunan KIA ini masih terdapat banyak kekurangan. Untuk itu penulis mengharapkan kritik dan saran dari pembaca untuk perbaikan atau menyempurnakan KIA ini. Penulis berharap KIA ini dapat bermanfaat dalam menambah ilmu pengetahuan untuk dunia pendidikan dan kesehatan khususnya dalam bidang ilmu keperawatan.

*Wassalāmu 'alaikum Warahmatullāhi Wabarakātuh*

Temanggung, 22 Juli, 2022

Penulis

## Daftar Isi

### Table of Contents

HALAMAN PENGESAHAN KARYA ILMIAH AKHIR .....	ii
PERNYATAAN KEASLIAN TULISAN .....	iii
Daftar Isi .....	v
ABSTRAK .....	viii
BAB I.....	1
PENDAHULUAN.....	1
A. Latar Belakang .....	1
B. Rumusan Masalah .....	3
C. Manfaat Penelitian .....	3
1. Bagi Pengembangan Ilmu.....	3
2. Bagi Pelayanan Kesehatan .....	3
3. Bagi Pembangunan Profesi .....	3
BAB II .....	4
TINJAUAN PUSTAKA .....	4
A. Konsep Teori.....	4
1. Definisi Myoma uteri .....	4
2. Histerektomy pada pasien dengan Myoma Uteri.....	5
3. Kecemasan dan prosedur Histerektomi.....	6
BAB III.....	10
METODE CASE REPORT.....	10
A. Deskripsi Kasus dan Setting.....	10
BAB IV .....	12
HASIL .....	12
B. Outcome Dari Manajemen Yang Dilakukan .....	12
BAB V.....	14
PEMBAHASAN .....	14
A. Pembahasan .....	14
BAB VI.....	17
KESIMPULAN DAN SARAN .....	17
A. Kesimpulan .....	17
B. Saran.....	17
1. Pelayanan kesehatan.....	17

<b>2. Perawat .....</b>	<b>17</b>
<b>3. Peneliti Selanjutnya .....</b>	<b>18</b>
<b>DAFTAR PUSTAKA .....</b>	<b>19</b>
<b>Lampiran .....</b>	<b>22</b>
<b>RENCANA KEPERAWATAN.....</b>	<b>28</b>