

KARYA ILMIAH AKHIR

**PENERAPAN TEKNIK TERAPI BENSON TERHADAP PENGURANGAN NYERI
PADA PASIEN *BENIGN PROSTATIC HYPERPLASIA* POST TURP DI RSUD
WATES YOGYAKARTA**

Disusun Guna Memenuhi Sebagian Syarat dalam Mencapai Gelar Profesi Ners di
Program Studi Pendidikan Profesi Ners Fakultas Ilmu-Ilmu Kesehatan



Oleh :

Nurul Amelia

240301150

**PROGRAM STUDI PENDIDIKAN PROFESI NERS
FAKULTAS ILMU-ILMU KESEHATAN
UNIVERSITAS ALMA ATA
YOGYAKARTA
2025**

**PENERAPAN TEKNIK TERAPI BENSON TERHADAP PENGURANGAN NYERI
PADA PASIEN *BENIGN PROSTATIC HYPERPLASIA* POST TURP DI RSUD WATES
YOGYAKARTA**

Nurul Amelia¹, Winda Rofiyati²

Program Profesi Nurse, Universitas Alma Ata

240301150@almaata.ac.id

ABSTRAK

Benign Prostatic Hyperplasia atau yang disebut juga sebagai pembesaran prostat sel jinak merupakan penyakit yang sering terjadi pada pria dewasa sampai lansia. Pada penderita pembesaran kelenjar prostat terjadi akibat terhiperplasianya beberapa atau semua komponen prostat sehingga terjadi dilatasi ureter dan ginjal secara bertahap. Berdasarkan data *World Health Organization (WHO)* tahun 2018 memperkirakan sekitar 59 pria dari 100.000 penduduk menderita BPH atau sekitar 70 juta diseluruh dunia. Di Indonesia, BPH menjadi urutan kedua setelah penyakit batu saluran kemih dan secara umum, diperkirakan hampir 50% pria di Indonesia yang berusia di atas 50 tahun ditemukan menderita BPH. Prosedur TURP banyak diminati untuk kasus BPH merupakan tindakan invasif yang umum, masih dianggap aman dan tingkat morbiditas minimal. Tujuannya yaitu menganalisa asuhan keperawatan dan penerapan teknik distraksi relaksasi terbimbing terhadap pengurangan nyeri pada pasien *benign prostatic hyperplasia post TURP* di bangsal Menoreh Lor RSUD Wates Yogyakarta. Metode pada penelitian ini menggunakan deskriptif dengan pendekatan studi kasus dengan penerapan asuhan keperawatan pada pasien BPH dengan gangguan nyeri akut dan post op TURP. Penelitian ini dilaksanakan di RSUD Wates Yogyakarta pada tanggal 7 9 Januari 2025. Adapun subjek studi kasus adalah pasien BPH dengan nyeri akut dan post op TURP dan bersedia menjadi responden. Teknik pengumpulan data dengan cara melakukan wawancara dan observasi kepada pasien. Pengkajian yang telah dilakukan menggunakan lembar asuhan keperawatan.

Keywords: Benign Prostatic Hyperplasia, Post Op Turp, Nyeri Akut

A. PENDAHULUAN

Prostat merupakan salah satu kelenjar seks pria yang ekresinya berkontribusi pada cairan semen. Prostat berbentuk seperti piramida terbalik dan mempunyai ukuran yang bervariasi sekitar 4x3x2 cm. BPH atau yang disebut juga sebagai pembesaran prostat sel jinak merupakan penyakit yang sering terjadi pada pria dewasa sampai lansia dan sangat terkait dengan perkembangan gejala *Lower Urinary Tract Symptoms* (LUTS), yang didefinisikan oleh beberapa gejala termasuk urgensi, nokturia, disuria, kesulitan mengosongkan kandung kemih, kesulitan memulai berkemih, dan lemah atau terputus-putus aliran selama berkemih (1).

Pada penderita pembesaran kelenjar prostat terjadi akibat terhiperplasianya beberapa atau semua komponen prostat sehingga terjadi dilatasi ureter dan ginjal secara bertahap. Pembesaran yang meliputi jaringan kelenjar atau jaringan fibromuskular yang menyebabkan penyumbatan uretra pars prostatika sehingga proses perkemihan menjadi terhambat. Jumlah kasus Benign Prostatic Hiperpalasia setiap tahunnya mengalami peningkatan seiring bertambahnya pria usia dewasa (2).

Berdasarkan data World Health Organization (WHO) tahun 2018 memperkirakan sekitar 59 pria dari 100.000 penduduk menderita BPH atau sekitar 70 juta diseluruh dunia. Diperkirakan hampir 50% pria di yang berusia di atas 50 tahun ditemukan menderita BPH atau diperkirakan sebanyak 2,5 juta orang dengan insidensi di negara maju sebesar 19% dan dinegara berkembang sebesar 5,35% kasus. Tinggi kejadian BPH di Indonesia telah menempatkan sebagai penyebab angka kesakitan nomor 2 terbanyak setelah penyakit batu pada saluran kemih di klinik Urologi setelah batu saluran kemih. Tahun 2020 di Indonesia terdapat 9,2 juta kasus BPH, diantaranya diderita oleh pria berusia diatas 60 tahun

(Risikesdas, 2020). Prevalensi provinsi tertinggi kejadian BPH di Indonesia meliputi Daerah Istimewa Yogyakarta (DIY), Bali, Sulawesi utara dan Sulawesi Selatan. Insidensi BPH akan meningkat sejalan dengan bertambahnya usia. Terdapat sekitar 18-25% laki-laki berusia di atas 40 tahun, 70% pada pria usia 40 tahun dan >90% laki-laki berusia >80 tahun mengidap BPH (3).

Prosedur TURP banyak diminati untuk kasus BPH merupakan tindakan invasif yang umum, masih dianggap aman dan tingkat morbiditas minimal. TURP merupakan operasi tertutup tanpa insisi terbuka serta tidak mempunyai efek merugikan terhadap potensi kesembuhan. Operasi TURP yaitu pengangkatan jaringan prostat dengan cara memasukkan alat (retroskop) melalui uretra. Prosedur tersebut menimbulkan luka bedah yang berakibat menimbulkan nyeri pada luka post operasi (4).

Nyeri menurut Asosiasi Internasional untuk penelitian nyeri (*international Association for the Study of Pain, IASP*) didefinisikan sebagai suatu sensori subjektif dan pengalaman emosional yang tidak menyenangkan berkaitan dengan kerusakan jaringan yang aktual atau potensial atau yang dirasakan dalam kejadian di mana terjadi kerusakan. Nyeri merupakan sensasi yang rumit, unik, universal dan bersifat individual, sehingga nyeri yang dirasakan setiap individu berbeda dengan respon dan perasaan yang dialami. Nyeri pasca operasi muncul disebabkan oleh rangsangan mekanik luka yang menyebabkan tubuh menghasilkan mediator kimia nyeri (5).

Secara umum penanganan nyeri terbagi dua yaitu farmakologi dan nonfarmakologi. Pengkombinasian antara teknik non-farmakologi relaksasi dan teknik farmakologi adalah cara yang paling efektif untuk menghilangkan nyeri terutama untuk nyeri yang sangat hebat yang berlangsung selama berjam-jam atau bahkan sehari-hari. Terapi non

farmakologis pada nyeri post operasi bukan sebagai pengganti utama terapi analgesik yang telah diberikan, namun sebagai terapi pelengkap untuk mengurangi nyeri pasca operasi (6).

Relaksasi Benson merupakan pengembangan metode respon relaksasi dengan melibatkan faktor keyakinan pasien, yang dapat menciptakan kenyamanan sehingga dapat membantu pasien mencapai kondisi kesehatan dan kesejahteraan lebih tinggi. Teknik relaksasi benson merupakan tindakan yang dilakukan secara sadar melalui pernapasan yang dalam dan lambat serta membimbing pasien untuk mengingat kebaikan, bersyukur, dan pencipta sesuai keyakinan pasien. Relaksasi benson merupakan intervensi perilaku kognitif dengan teknik relaksasi pasif dengan tidak menggunakan tegangan otot sehingga sangat tepat untuk mengurangi nyeri pasca operasi, karena tegangan otot akan meningkatkan rasa nyeri (6).

B. METODE

Penelitian ini menggunakan metode deskriptif dengan pendekatan studi kasus dengan penerapan asuhan keperawatan pada pasien BPH dengan nyeri akut dan post op TURP. Penelitian ini dilaksanakan di di RSUD Wates Yogyakarta pada tanggal 7 – 9 Januari 2025. Subjek studi kasus yang digunakan daalam penelitian ini sebanyak 1 pasien BPH dengan nyeri akut dan post op TURP serta bersedia menjadi responden, lama intervensi yang dilaukan 1 – 3 hari. Terapi diberikan setiap awal shift dan kemudain dievaluasi di akhir shift dengan cara pengkajian menggunakan skala numeric (NRS) dan juga wawancara menggunakan pengkajian nyeri PQRST. Selain itu kondisi pasien juga di observasi disetiap akhir shift.

DAFTAR PUSTAKA

1. Wisesa BB et al., Yogyakarta M. Pembesaran Prostat Jinak dan Usia : Apa Hubungannya ? Hasil Ultrasonografi Pada Pasien dengan Prostat yang Membesar. *J Soc Sci Res.* 2024;4:2065–77.
2. Firmansyah D et al., Efek Pemberian Blanket Warmer Terhadap Thermoregulasi Pasien Perioperatif Transurethral Resection Of The Prostate (TURP). *J Perawat Indones.* 2022;6(2):1109–18.
3. Ekayani M et al., Studi Kasus Benign Prostatic Hyperpalasia (BPH). *J Kedokt Unram.* 2022;11(2):875–82.
4. Tri G M et al., Asuhan Keperawatan Nyeri Akut Pada Tn. K Pasien Post Operasi TURP Dengan Benigna Prostat Hyperpalasia Di Rumah Sakit Wijaya Kusuma Purwokerto. *J Pengabd Mandiri.* 2022;1(6):913–8.
5. Mertha IWS dan IM. Mobilisasi dini dan penurunan skala nyeri pada pasien post operasi turp. *J Gema Keperawatan.* 2020;13:43–50.
6. Kurniawan MR, Faridah VN, Pramestirin RA. Pengaruh Kombinasi Terapi Relaksasi Benson Dan Murrotal Asmaul Edisi Januari Januari tetapi 2025 Edisi. *J Ilm Biosaintropis.* 2025;10(2):18–24.
7. Arsi R, Afdhal F, Fatrida D. Faktor faktor Yang Berhubungan dengan Kejadian Benigna Prostat Hiperpalasia Di Poli Klinik RSUD Bayung Lencir Tahun 2021. *Indones J Helath Med [Internet].* 2022;2(1). Available from: <http://ijohm.rcipublisher.org/index.php/ijohm>
8. Hajati SP. Pengaruh Terapi Relaksasi Benson Terhadap Skala Nyeri pada Pasien Post Operasi Benign Prostatic Hyperplasia (BPH). *Optim Nurs J.* 2024;01(01):48–56.
9. Meydina W, Rustiawati E. Management of Urinary Elimination in Post Operative Turp Patients with Impaired Urinary Elimination Manajemen Eliminasi Uri Pada Pasien Post Operasi Turp dengan Gangguan Eliminasi Urin. 2024;1(2):73–8.
10. Komariyah O et al., Penerapan Teknik Relaksasi Benson Pada Pasien Dengan Nyeri Akut Akibat Post Operasi Transurethral Resection Of The Prostate Atas Indikasi Benigna Prostat Hyperplasia. *Med J Awatara.* 2025;2(4):31–6.
11. Nurhayati et al., Pemberian relaksasi benson terhadap penurunan nyeri pasien post operasi fraktur femur di rumah sakit umum daerah meuraxa banda aceh. *J Keperawatan.* 2022;1(1):43–53.
12. Hidayatulloh AI, Limbong EO, Ibrahim K. Pengalaman Dan Manajemen Nyeri PasienPasca Operasi Diruang Kemuning V RSUP Dr. Hasan Sadikin Bandung: (Sudi Kasus). 2020;11(2):187–204.