

Karya Ilmiah Akhir Ners

**PENGARUH TERAPI RELAKSASI BENSON TERHADAP TINGKAT
NYERI PADA PASIEN BENIGNA PROSTAT HIPERPLASIA (BPH) DI
RUANG RAWAT INAP BEDAH RSUD PANEMBAHAN SENOPATI
BANTUL YOGYAKARTA**

Disusun Guna Memenuhi Syarat Mencapai Gelar Profesi Ners di Program
Studi Pendidikan Profesi Ners Ilmu Keperawatan Fakultas Ilmu-Ilmu
Kesehatan Universitas Alma Ata Yogyakarta



Disusun oleh :
Risnawati Guret
240301161

**PROGRAM STUDI ILMU KEPERAWATAN
FAKULTAS ILMU-ILMU KESEHATAN
UNIVERSITAS ALMA ATA
YOGYAKARTA
2025**

PENGARUH TERAPI RELAKSASI BENSON TERHADAP TINGKAT NYERI PADA PASIEN BENIGNA PROSTAT HIPERPLASIA (BPH) DI RUANG RAWAT INAP BEDAH RSUD PANEMBAHAN SENOPATI BANTUL YOGYAKARTA

Risnawati Guret¹, Dihan Fahry Muhammad², M. Ishaq Nabil²

Study Program Profesi Ners, Universitas Alma Ata

Email: 240301161@almaata.ac.id

ABSTRAK

Latar Belakang : Benigna Prostat Hiperplasia (BPH) merupakan masalah umum pada laki-laki karena mereka sering menahan urin saat ingin buang air kecil, dan ini menyebabkan pembesaran kelenjar prostat yang meningkat, tindakan yang dilakukan pada penderita benigna prostat hiperplasia (BPH) yaitu pembedahan. Prosedur pembedahan biasanya mempunyai efek samping yang pasti di rasakan oleh pasien yang melakukan operasi, salah satunya yaitu nyeri.

Tujuan : Studi kasus ini adalah melakukan pemberian terapi relaksasi benson dalam menurunkan Tingkat nyeri pada pasien pasca bedah BPH di RSUD Panembahan Senopati Bantul Yogyakarta.

Metode : Jenis penelitian yang digunakan yaitu metode deskriptif dalam bentuk studi kasus, dengan menggunakan rangkaian pendekatan asuhan keperawatan pada individu meliputi pengkajian, diagnosis keperawatan, intervensi, implementasi dan evaluasi. Subjek dalam penelitian ini ada 2 orang dengan kriteria yang sama yaitu pasien pasca bedah benigna prostat hiperplasia.

Hasil : Terdapat pengaruh terapi relaksasi benson yang di lakukan selama tiga hari cukup efektif, pemberian terapi relaksasi dengan waktu 15 menit selama tiga hari berturut-turut dan terjadi perubahan pada tingkat nyeri pasca bedah benigna prostat hiperplasia pasien Tn.H dari tingkat nyeri skala 4 (nyeri sedang) ke tingkat nyeri skala 2 (nyeri ringan), sedangkan pasien yang kedua yaitu Tn.G dari tingkat nyeri skala 5 (nyeri sedang) ke tingkat nyeri skala 2 (nyeri ringan).

Kesimpulan : Dapat disimpulkan bahwa terdapat pengaruh antara teknik terapi relaksasi benson terhadap tingkat nyeri pasien pasca bedah benigna prostat hiperplasia.

Kata Kunci : BPH, Nyeri Akut, Terapi Relaksasi Benson

¹Mahasiswa Program Studi Pendidikan Ners Universitas Alma Ata

²Dosen Program Studi Pendidikan Ners Universitas Alma Ata

LATAR BELAKANG

Benign Prostate Hyperplasia (BPH) adalah sebuah kondisi di mana kelenjar prostat membesar karena pertumbuhan berlebihan dari sel-sel prostat. Kondisi ini biasanya terjadi pada pria berusia tua, dan mulai terdeteksi sejak usia 40 tahun. Kejadian BPH semakin tinggi seiring bertambahnya usia, hingga pada usia di atas 80 tahun, sekitar 80% pria mengalaminya. Menurut data dari Organisasi Kesehatan Dunia (WHO) pada tahun 2019, diperkirakan terdapat sekitar 70 juta kasus penyakit degeneratif di seluruh dunia. Salah satu contoh adalah BPH, dengan tingkat kejadian mencapai 19% di negara-negara maju, sementara di negara berkembang mencapai 5,35%. Usia yang paling berisiko untuk mengembangkan BPH adalah di atas 60 tahun, dimana pembedahan dilakukan setiap tahunnya. Prevalensi histologi BPH meningkat seiring bertambahnya usia pria, yaitu 20% pada pria berusia 41-50 tahun, 50% pada pria berusia 51-60 tahun, dan lebih dari 90% pada pria yang berusia di atas 80 tahun (1).

Data WHO, 200 juta penduduk di dunia yang mengalami inkontinensia urin. Di Amerika Serikat, lebih dari separuh pria berusia 60-70 tahun mengalami gejala BPH, sementara sekitar 90% pria berusia 70-90 tahun juga mengalami gejala tersebut. Penduduk 11 negara anggota WHO di kawasan Asia Tenggara, jumlah penduduk yang berusia di atas 60 tahun mencapai 42 juta orang, dan jumlah ini diperkirakan akan terus bertambah hingga tiga kali lipat pada tahun 2050. Seiring dengan meningkatnya angka harapan hidup di dunia ini (2).

Dengan meningkatnya harapan hidup, semakin banyak penyakit pada orang dewasa yang lebih tua, seperti BPH yang ditemukan (3). Data menunjukkan bahwa BPH mempengaruhi orang mencapai 2.466.000 di Asia di seluruh dunia. Data Indonesia dari Kementerian Kesehatan pada tahun 2019 menunjukkan bahwa prevalensi tertinggi kanker prostat di Yogyakarta mencapai 4,86 per 1.000 orang (4).

Kasus dengan BPH dapat dilakukan dalam berbagai cara, termasuk prostatektomi, pengamatan gelombang lengkap, prosedur medis dan bedah. Operasi terbuka (prostat) adalah efek bedah yang dilakukan ketika prostat terlalu besar, diikuti oleh komorbiditas lain dan adanya adenoma besar. Terapi medis

pembedahan direkomendasikan untuk pasien dengan BPH yang tidak menunjukkan peningkatan setelah Transurethral Resection of the Prostate (TURP) (5).

Faktor-faktor yang menyebabkan BPH akan menyebabkan keluhan yang dapat memengaruhi kegiatan sehari-hari. Kondisi ini disebabkan oleh kelenjar prostat atau prostat yang membesar yang menyebabkan penyumbatan leher kandung kemih dan uretra. Seiring waktu, blokade ini dapat menyebabkan perubahan dalam struktur kandung kemih dan ginjal, yang menyebabkan komplikasi saluran kemih atas dan bawah (6).

Manajemen jangka panjang pasien BPH adalah operasi. Salah satu tindakan medis yang sering dilakukan pada pasien dengan penyakit BPH adalah prosedur Transurethral Resection of the Prostate (TUR-P). Operasi pada pasien BPH menggunakan anestesi lokal. Anestesi ini dapat berlangsung sekitar 4-6 jam setelah operasi. Anestesi menghilang setelah 6 jam pertama setelah operasi. Oleh karena itu, teknik relaksasi napas dalam dapat dilakukan setelah 6 jam pertama setelah operasi pasien (7).

Setiap operasi menyebabkan masalah nyeri dengan infeksi luka karena BPH pasca operasi. Luka ini merangsang perkembangan respons nyeri. Nyeri akut adalah sensasi yang tidak menyenangkan dan pengalaman emosional yang terkait dengan kerusakan jaringan yang nyata atau potensial atau digambarkan sebagai kerusakan (International Association for the Study of Pain), dengan onset yang tiba-tiba atau lambat, intensitasnya bervariasi dari ringan hingga berat (1).

Intervensi keperawatan pada pasien pasca bedah bph adalah diagnosa nyeri akut berhubungan dengan agen pencedera fisiologis. Memiliki tujuan, diharapkan tingkat nyeri menurun setelah dilakukan tindakan keperawatan dengan kriteria hasil yaitu kemampuan mengerjakan aktivitas meningkat, keluhan nyeri menurun, meringis menurun, gelisah menurun (8). Intervensi utama yang dilakukan adalah manajemen nyeri (observasi) identifikasi lokasi, karakteristik, durasi, frekuensi, kualitas, intensitas nyeri, identifikasi skala nyeri, teraupetik berikan teknik nonfarmakologis untuk mengurangi rasa nyeri (teknik relaksasi benson), edukasi jelaskan penyebab, periode dan pemicu nyeri. Jelaskan strategi meredakan nyeri.

Ajarkan teknik nonfarmakologis untuk mengurangi rasa nyeri, kolaborasi pemberian analgetik, jika perlu (9).

Relaksasi religius benson adalah cara relaksasi yang dikembangkan oleh benson. Teknik ini menggabungkan kombinasi santai dengan memasukkan kepatuhan dengan kepercayaan agama. Relaksasi benson membantu meredakan stres atau ketegangan psikologis, yang merupakan metode untuk mencegah serta mengurangi rasa sakit. Relaksasi Benson dapat mengurangi aktivitas saraf simpatis, sehingga relaksasi ini diharapkan akan menurunkan rasa sakit di daerah epigastrium dan dapat berikan dampak yang baik pada waktu yang relatif singkat dalam pengobatan nyeri (10).

Berdasarkan uraian tersebut maka penulis tertarik melakukan karya tulis ilmiah “Pengaruh Terapi Relaksasi Benson Terhadap Tingkat Nyeri Pada Pasien *Benigna Prostat Hiperplasia* (BPH) Di Ruang Rawat Inap Bedah RSUD Panembahan Senopati Bantul Yogyakarta”. Dengan tujuan untuk mengetahui pemberian terapi relaksasi benson dalam menurunkan tingkat nyeri.

TUJUAN

Tujuan penelitian ini ialah untuk mengetahui pengaruh implemetasi terapi relaksasi benson terhadap pasien pasca bedah benigna prostat hyperplasia.

METODE

1. Metode Studi Kasus

Metode studi kasus ini memakai metode deskriptif untuk mengeksplorasi implementasi keperawatan manajemen nyeri yaitu dengan terapi relaksasi benson dengan masalah nyeri akut pada pasien pasca bedah benigna prostat hiperplasia di RSUD Penembahan Senopati Bantul Yogyakarta. Pendekatan yang digunakan adalah pendekatan asuhan keperawatan yang meliputi pengkajian, diagnosis keperawatan, intervensi keperawatan, implementasi keperawatan, dan evaluasi keperawatan.

2. Subjek Studi Kasus

Subjek studi kasus berjumlah dua pasien yang diamati secara mendalam dengan kriteria inklusi dan eksklusi yaitu sebagai berikut :

DAFTAR PUSTAKA

1. Tri O, Mulyaningsih G, Suci Yp, Khozin Zn, Kesehatan F, Harapan Bangsa U. Dengan Benigna Prostat Hyperplasia Di Rumah Sakit Wijaya Kusuma Purwokerto. Jpm Jurnal Pengabdian Mandiri [Internet]. 2022;1(6). Tersedia Pada: [Http://Bajangjournal.Com/Index.Php/Jpm](http://Bajangjournal.Com/Index.Php/Jpm)
2. Mediarti D, Sashabila A, Keperawatan J, Kesehatan Palembang P, Selatan S. Implementasi Keperawatan Manajemen Nyeri Dengan Masalah Nyeri Akut Pasien Pasca Bedah Benigna Prostat Hiperplasia. Vol. 5, Jurnal Keperawatan Merdeka (Jkm). 2025.
3. Ipnamelti I, Bayhakki B, N Yh. Hubungan Lower Urinary Tract Symptoms (Luts) Dengan Kualitas Hidup Pasien Benigna Prostatic Hyperplasia (Bph). Malahayati Nursing Journal [Internet]. 1 Januari 2025;7(1):222–36. Tersedia Pada: [Https://Ejurnalmalahayati.Ac.Id/Index.Php/Manuju/Article/View/16315](https://Ejurnalmalahayati.Ac.Id/Index.Php/Manuju/Article/View/16315)
4. Magi-Galluzzi, C. Benign prostatic hyperplasia. Uro pathology, Second Edition, 14, 12–14. (2022). <https://doi.org/10.1016/B978-0-323-65395-4.00013-0>
5. Koko T. Asuhan Keperawatan Pada Pasien Dengan Gangguan Perkemihan Post Operasi Benigna Prostate Hyperlasia. Karya Tulis Ilmiah. Di Ruang Rawat Inap Anggrek Rsud Curup. 2022
6. Arsi R, Afdhal F, Fatrida D, Kebidanan F, Keperawatan D, Kader U, Dkk. Faktor-Faktor Yang Berhubungan Dengan Kejadian Benigna Prostat Hiperplasia Di Poli Klinik Rsud Bayung Lencir Tahun 2021. E-Indonesian Journal Of Helath And Medical. 2022;2:2774–5244.
7. Rinawati S, Kep S. Karya Ilmiah Akhir Asuhan Keperawatan Pada Tn. I Dengan Diagnosa Medis Bph (Benigna Prostatic Hyperplasia) Post Operasi Tur-P Di Ruang Rawat Inap Pav 4 Rumah Sakit Darmo Surabaya Oleh.
8. PPNI. Standar Luaran Keperawatan Indonesia . Edisi 1. Jakarta: DPP PPNI; 2019.
9. PPNI. Standar Intervensi Keperawatan Indonesia . Edisi 1. Jakarta: DPP PPNI; 2018.
10. Noviariska N, Mudzakkir M, Tri E, Keperawatan Wp, Nusantara U, Kediri P. Penerapan Terapi Relaksasi Benson Untuk Mengurangi Nyeri Pada Pasien Gastritis Di Rsu Lirboyo Kota Kediri. Seminar Nasional Sains. :2022.
11. PPNI. Standar Diagnosa Keperawatan Indonesia. Edisi 1. Jakarta: DPP PPNI ; 2017.
12. Wijayanti Pw. Asuhan Keperawatan Nyeri Akut Pada Tn. S Pasca Operasi Orif Fraktur Tibia Terbuka Di Ruang Anggrek Rsud Dr. R. Goeteng Taroenadibrata Purbalingga. 2021;
13. Arifianto A, Aini Dn, Sari Ndw. The Effect Of Benson Relaxation Technique On A Scale Of Postoperative Pain In Patients With Benign Prostate Hyperplasia At Rsud Dr. H Soewondo Kendal. Media Keperawatan Indonesia. 21 Februari 2019;2(1):1.