



Pengaruh Relaksasi Benson Terhadap Nyeri Pada Pasien Post Operasi Benigna Prostat Hyperplasia Di RSUD MGR. Gabriel Manek Atambua

Yerry Soumokil

Stikes Maluku Husada

Yuyun Septiani Sukadi

Stikes Maluku Husada

Sherly Pattipeilohy

Stikes Maluku Husada

Program Studi Pendidikan Profesi Ners, Stikes Maluku Husada

soumokily@gmail.com

Abstract : *Benign Prostatic Hyperplasia (BPH) is an enlargement of the prostate that can cause obstruction of the prostatic urethra. One of the measures to treat patients with benign prostate hyperplasia is surgery. Surgery can irritate the bladder mucosa, causing pain. One of the non-pharmacological pain management that can be used is Benson relaxation. This relaxation is an action to free mentally and physically from tension and stress so that it can increase tolerance to pain. The purpose, the application of Benson relaxation was carried out for 2 days with a frequency of 2 times a day and a duration of 15 minutes. Methods of this research includes descriptive research with a case study approach, which aims to determine the description and effect of differences between 1 patients in the application of Benson therapy to reduce pain in postoperative patients with benign prostatic hyperplasia. The results of study, researchers get an overview of the application of benzene therapy so that the results show that both respondents experienced a decrease in pain, the respondent complained of pain on a 6 scale after 2 days of benzene relaxation pain complaints decreased with a pain scale of 3. In conclusion, the application of Benson relaxation has an effect on reducing pain scale in postoperative patients with benign prostate hyperplasia.*

Keywords : *benson relaxation, pain, postoperative benign prostate hyperplasia.*

Abstrak: *Benigna Prostat Hiperplasia (BPH) merupakan pembesaran prostat yang dapat menyebabkan obstruksi pada uretra pars prostatika, tindakan untuk menangani pasien benigna prostat hiperplasia yaitu pembedahan. Pembedahan dapat menyebabkan kerusakan pada mukosa kandung kemih sehingga menimbulkan rasa nyeri. Penanganan nyeri non farmakologi yang dapat dilakukan dengan relaksasi benson. Relaksasi Benson merupakan suatu tindakan untuk membebaskan mental dan fisik dari ketegangan dan stress sehingga dapat meningkatkan toleransi terhadap nyeri. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui gambaran dan pengaruh terhadap penerapan relaksasi benson untuk menurunkan nyeri pada pasien post operasi benigna prostat hiperplasia. Metode penelitian ini adalah penelitian deskriptif dengan pendekatan studi kasus, dengan jumlah sampel 1 responden post operasi benigna prostat hiperplasia yang mengalami nyeri dengan skala 4-6 dengan menerapkan Relaksasi benson dilakukan 15 menit 2 kali dalam sehari selama 2 hari. Hasil penelitian didapatkan gambaran penerapan relaksasi*

benison sehingga didapatkan hasil bahwa kedua responden mengalami penurunan nyeri, responden mengeluh nyeri skala 6 setelah dilakukan relaksasi benison selama 2 hari keluhan nyeri menurun dengan skala nyeri 3. Penerapan relaksasi benison memiliki pengaruh terhadap penurunan skala nyeri pada pasien post operasi *benigna prostat hiperplasia*.

Kata kunci : *Benigna Prostat Hiperplasia*, Relaksasi Benson, Nyeri, Post Operasi.

LATAR BELAKANG

Benigna Prostat Hiperplasia (BPH) merupakan penyakit yang sangat sering menyerang pada pria dewasa sampai lansia. Rata-rata usia pasien yang mengalami *benigna prostat hiperplasia* pada rentang usia 40 sampai 80 tahun (Sutanto, 2021). *Benigna prostat hiperplasia* merupakan pembesaran pada prostat yang dapat menyebabkan obstruksi (penyumbatan) pada *uretra pars prostatika* (Amadea, 2019). Penyebab *benigna prostat hiperplasia* kemungkinan berkaitan dengan penuaan dandisertai dengan perubahan hormon. (Dewi & Astriani, 2018). Jumlah kasus *benigna prostat hiperplasia* setiap tahun terus mengalami peningkatan seiring dengan pertambahan usia.

American Urology Association (2018), menyatakan bahwa insiden gejala perkembangan *benigna prostat hiperplasia* meningkat dari prevalensi 6,8 kasus menjadi 34,7 dengan jumlah pasien 1.000 per tahun, kasus penderita *benigna prostat hiperplasia* hampir terjadi diberbagai tempat pada pria lanjut usia dengan hasil pemeriksaan diseluruh dunia yang terbukti secara histologis, prevalensi meningkat mulai dari usia 40-45 tahun, hingga mencapai 60% pada usia 60 dan 80% pada usia 80.

Data dari Ikatan Ahli Urologi Indonesia (2017) mengatakan bahwa jumlah penderita *benigna prostat hiperplasia* di Indonesia yaitu terjadi pada sekitar 70% pria diatas usia 60 tahun. Angka ini akan meningkat hingga 90% pada pria berusia diatas 80 tahun.

Benigna prostat hiperplasia sering menimbulkan banyak masalah, dan bila tidak segera ditangani akan menimbulkan komplikasi seperti: retensi urine, infeksi saluran kemih, batu kandung kemih, kerusakan kandung kemih, dan kerusakan ginjal (Harmilah, 2020). Sehingga hal ini membutuhkan penanganan yang harus dilakukan cepat dan tepat. Tindakan yang dapat dilakukan untuk penanganan pada pasien *benigna prostat hiperplasia* yaitu dengan melakukan pembedahan. Tindakan pembedahan yang dilakukan untuk pasien *benigna prostat hiperplasia* yaitu *prostatectomy* (pembedahan terbuka) dan *Transurethral Resection Of The Prostate (TURP)*.

Setiap pasien yang telah menjalani operasi akan mengalami nyeri. sebelum nyeri bertambah parah harus diberikan medikasi anti nyeri (Black & Hawks, 2014). Nyeri terjadi akibat adanya kerusakan jaringan atau saraf yang mengeluarkan berbagai mediator seperti prostaglandin, bradikinin, histamin dan lain-lain. Mediator kimiawi inilah yang menyebabkan rasa tidak nyaman juga disebut dengan mediator nyeri (Suwondo et al., 2017). Manajemen nyeri non farmakologis adalah intervensi psikologis membantu pasien untuk mengatasi rasa nyeri, Juga dikenal sebagai Relaksasi perilaku kognitif. Beberapa strategi termasuk penggunaan pengalih perhatian, Relaksasi musik, meditasi, gambar dan relaksasi (Burns, 2019). Menurut Mahdavi et al. (2013), salah satu teknik relaksasi yang sering digunakan dalam penanganan nyeri adalah Relaksasi benson.

KAJIAN TEORITIS

BPH (*Benign Prostatic Hyperplasia*) atau bisa disebut Hipertrofi Prostat Jinak merupakan kondisi yang belum diketahui penyebabnya, ditandai oleh meningkatnya ukuran zona dalam (kelenjar periuretra) dari kelenjar prostat. BPH adalah pembesaran prostat yang mengenai uretra dan menyebabkan gejala uritakaria. Selain itu Hiperplasia Prostat Benigna adalah pembesaran progresif dari kelenjar prostat (secara umum pada pria lebih tua dari 50 tahun) menyebabkan berbagai derajat obstruksi uretral dan pembatasan aliran urinarius (Nuari, 2017).

Benigna prostat hiperplasia sering menimbulkan banyak masalah, dan bila tidak segera ditangani akan menimbulkan komplikasi seperti: retensi urine, infeksi saluran kemih, batu kandung kemih, kerusakan kandung kemih, dan kerusakan ginjal (Harmilah, 2020). Tindakan yang dapat dilakukan untuk penanganan pada pasien *benigna prostat hiperplasia* yaitu dengan melakukan pembedahan. Tindakan pembedahan yang dilakukan untuk pasien *benigna prostat hiperplasia* yaitu *prostatectomy* (pembedahan terbuka) dan *Transurethral Resection Of The Prostate (TURP)*.

Setiap pasien yang telah menjalani operasi akan mengalami nyeri. sebelum nyeri bertambah parah harus diberikan medikasi anti nyeri (Black & Hawks, 2014). Nyeri terjadi akibat adanya kerusakan jaringan atau saraf yang mengeluarkan berbagai mediator seperti prostaglandin, bradikinin, histamin dan lain-lain. Mediator kimiawi inilah yang menyebabkan rasa tidak nyaman juga disebut dengan mediator nyeri (Suwondo et al., 2017). Manajemen nyeri non farmakologis adalah intervensi psikologis membantu pasien untuk mengatasi rasa nyeri, Juga dikenal sebagai Relaksasi perilaku kognitif. Beberapa strategi termasuk penggunaan pengalih perhatian, Relaksasi musik, meditasi, gambar dan relaksasi (Burns,

2019). Menurut Mahdavi et al. (2013), salah satu teknik relaksasi yang sering digunakan dalam penanganan nyeri adalah relaksasi benson.

Relaksasi Benson merupakan pengembangan dari metode relaksasi napas dalam dengan menghubungkan faktor keyakinan pasien dengan menciptakan suatu lingkungan yang tenang sehingga dapat membantu pasien mencapai kondisi kesehatan dan kesejahteraan yang tinggi. Relaksasi benson dilakukan dengan cara mengalihkan fokus pada pasien terhadap nyeri dengan cara menciptakan suasana nyaman serta tubuh yang rileks dan dengan menyebut nama-nama Tuhan seperti kalimat “istighfar” sehingga menimbulkan perasaan yang menenangkan (Morita et al., 2020).

Hasil penelitian Dewi & Astriani (2018), mengatakan pemberian Relaksasi benson efektif menurunkan skala nyeri post operasi *benigna prostat hiperplasia*. Penelitian Apriyana, (2015) tentang pemberian Relaksasi benson terhadap penurunan nyeri pada asuhan keperawatan pada pasien dengan pasca bedah *benigna prostat hiperplasia* dan hasilnya ada penurunan intensitas nyeri dari hari pertama dan kedua, dari skala 5 menjadi 2 setelah diberikan Relaksasi benson selama 2 hari dengan durasi waktu 15 menit.

Dari beberapa penelitian sebelumnya sudah dilakukan Relaksasi benson dan hasilnya efektif untuk menurunkan nyeri, namun hal ini masih jarang dilakukan di rumah sakit sehingga peneliti tertarik melakukan tindakan Relaksasi benson untuk mengetahui gambaran dari penerapan Relaksasi benson untuk menurunkan nyeri pada pasien postoperasi *benigna prostat hiperplasia*.

METODE PENELITIAN

Studi kasus yang digunakan adalah deskriptif yang bertujuan untuk menerangkan atau menggambarkan masalah yang terjadi. Studi kasus ini bertujuan membuat gambaran tentang studi keadaan secara objektif dan menganalisa lebih mendalam tentang asuhan keperawatan pada pasien post operasi benigna prostat hyperplasia dalam penurunan skala nyeri. Sempel studi kasus ini adalah 1 pasien lanjut usia post operasi benigna prostat hyperplasia yang datanya diperoleh dengan cara yaitu : wawancara, observasi, pemeriksaan fisik. Study kasus ini dilakukan di ruang Bedah Lelaki RSUD Mgr. Gabriel Manek Atambua pada 14 Juni 2023.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Identitas Responden

Hasil studi kasus didapatkan responden bernama Tn. F.L umur 64 Tahun, jenis kelamin Laki-Laki, beragama Kristen Khatolik dengan alamat **Tenruik**, yang di rawat di ruang Bedah Laki RSUD Mgr. Gabriel Manek Atambua. *Benigna Prostat Hiperplasia* (BPH) merupakan penyakit yang sangat sering menyerang pada pria dewasa sampai lansia. Rata-rata usia pasien yang mengalami *benigna prostat hiperplasia* pada rentang usia 40 sampai 80 tahun (Sutanto, 2021).

Pengkajian

Hasil pengkajian pada tanggal 14 Juni 2023 pukul 09.00 WITA, pasien mengeluh nyeri pada luka operasi, P : Adanya luka insisi, Q : Nyeri seperti terbakar, R : nyeri pada area post operasi perut bagian bawah, S : skala nyeri 6, T : Hilang timbul selama \pm 10 menit. Kesadaran composmentis, GCS 15 (E4,V5,M6), TD 140/100 mmHg, N 85x/menit, RR 20x/menit, S : 36,5°C, keadaan umum pasien tampak lemah, ekspresi wajah meringis, tampak adanya luka insisi pada abdomen bawah, pasien juga mengatakan kencing berwarna merah, hasil pemeriksaan laboratorium Hb 12,9 gr/dL, Hematokrit 39,5%, Leukosit 10,69 ribu/UL, terpasang kateter urine dengan jumlah urine 1000 cc warna kemerahan, dan terpasang infuse RL 20 tpm pada tangan kiri pasien.

Menurut Siregar (2021), pengkajian keperawatan merupakan langkah pertama dalam proses keperawatan yang mencakup pengumpulan data yang sistematis, verifikasi data, pengorganisasian data, interpretasi data, dan melakukan dokumentasi data dan dilakukan oleh perawat yang professional di bidang kesehatan.

Diagnosa

Diagnosis keperawatan adalah penilaian klinis tentang respon individu, keluarga, atau komunitas terhadap masalah kesehatan/proses kehidupan aktual atau potensial yang membutuhkan intervensi dan manajemen keperawatan (Siregar, 2021). Berdasarkan data-data diatas diagnosa keperawatan yang muncul pada pasien post operasi benigna prostat hyperplasia yaitu nyeri akut, resiko infeksi, dan resiko perdarahan.

a. Nyeri akut (D.0077)

Pada diagnosa keperawatan nyeri akut, ditemukan pada kasus pasien yang menunjukkan adanya nyeri luka operasi, ekspresi wajah meringis, skala nyeri, dan tekanan darah meningkat.

b. Resiko Infeksi (D.0142)

Pada diagnosa keperawatan Resiko infeksi pada kasus diatas didapatkan tampak adanya luka insisi pada abdomen bawah, terpasang kateter urine, keadaan umum lemah, peningkatan leukosit.

c. Resiko Perdarahan (D.0012)

Pada diagnosa keperawatan Resiko perdarahan, didapatkan data jumlah Hb dan hematokrit yang rendah, urine tampak kemerahan.

Intervensi

Perencanaan keperawatan merupakan tahapan ketiga dalam proses keperawatan, dimana perencanaan adalah fase dalam proses keperawatan yang melibatkan pengambilan keputusan dan pemecahan masalah yang mengacu dari hasil pengkajian dan diagnosis keperawatan (Siregar, 2021). Intervensi Keperawatan Hasil studi kasus pasien post operasi benigna prostat hyperplasia yaitu :

a. Nyeri akut

Intervensi keperawatan untuk klien bertujuan setelah dilakukan tindakan keperawatan selama 2 x 24 jam diharapkan nyeri pasien berkurang dengan kriteria hasil : klien tampak rileks, tekanan darah normal, skala nyeri menurun menjadi 4 pada klien. Salah satu fokus itervensi yang akan dilakukan adalah dengan melatih klien melakukan tehnik relaksasi benson untuk mengurangi rasa nyeri klien, yang dilakukan satu jam sebelum pemberian analgetik injeksi selama 15 menit.

b. Resiko infeksi

Intervensi keperawatan bertujuan setelah dilakukan tindakan keperawatan selama 2 x 24 jam diharapkan resiko infeksi pada klien tidak terjadi dengan kriteria hasil nyeri luka operasi menurun, tidak ada demam, tidak ada bengkak pada luka operasi, ttv dalam batas normal, kadar sel darah putih membaik. Fokus intervensi yang dilakukan adalah mempertahankan teknik aseptik sebelum dan sesudah kontak dengan pasien dan lingkungan.

c. Resiko perdarahan

Intervensi keperawatan bertujuan setelah dilakukan tindakan keperawatan selama 2 x 24 jam diharapkan perdarahan teratasi dengan kriteria hasil tidak ada demam, hemoglobin normal, hematocrit normal, hematuria menurun. Fokus intervensi yang dilakukan adalah mempertahankan *bedrest* selama perdarahan dan kolaborasi pemberian obat pengontrol perdarahan

Implementasi

Implementasi Keperawatan Hasil studi kasus pasien post operasi benigna prostat hyperplasia sebagai berikut :

a. Nyeri akut

Pada kasus post operasi benigna prostat hyperplasia telah diberikan Relaksasi non farmakologi dengan mengajarkan tehnik relaksasi benson, dengan cara mengalihkan fokus pada pasien terhadap nyeri dengan cara menciptakan suasana nyaman serta tubuh yang rileks. Selanjutnya pasien diajarkan tehnik relaksasi nafas dalam dan dengan menyebut kalimat-kalimat yang mengungkapkan rasa syukur sesuai keyakinan pasien sehingga menimbulkan perasaan yang menenangkan. Relaksasi dilakukan selama 15 menit sehari 2 kali selama 2 hari berturut-turut yang sebelumnya telah dilakukan pengkajian tingkat nyeri pada pasien dengan menggunakan Numeric Rating Scale (NRS). Teknik relaksasi benson ini diberikan saat pasien mengeluh nyeri pada luka post operasinya dan diberikan sebelum dilakukan pemberian analgetik injeksi.

b. Resiko Infeksi

Intervensi keperawatan yang diberikan untuk diagnose resiko infeksi adalah melakukan monitor tanda dan gejala infeksi lokal dan sistemik, mencuci tangan sebelum dan sesudah kontak dengan pasien dan lingkungan pasien, mempertahankan tehnik aseptik pada pasien beresiko tinggi, dan mengajarkan cara mencuci tangan dengan benar pada pasien.

c. Resiko Perdarahan

Intervensi keperawatan yang diberikan untuk diagnose resiko perdarahan adalah memonitor tanda dan gejala perdarahan, memonitor nilai hematokrit/ hemoglobin sebelum dan sesudah kehilangan darah, mempertahankan *bedrest* selama perdarahan, menganjurkan meningkatkan asupan makanan dan vitamin K, menganjurkan segera melapor jika terjadi perdarahan, dan melakukan kolaborasi pemberian obat pengontrol perdarahan

Evaluasi

Evaluasi Keperawatan Hasil studi kasus pasien post operasi benigna prostant hyperplasia sebagai berikut :

a. Nyeri akut

Berdasarkan karakteristik evaluasi keperawatan diagnosa nyeri akut, dengan fokus penerapan tehnik relaksasi benson sebagai Relaksasi non farmakologi di dapatkan respon subjektif dari pasien mengatakan nyerinya sudah berkurang. Studi kasus pada hari pertama menunjukkan adanya penurunan skala nyeri dari skala 6 menjadi skala 5. Setelah diberikan terapi benson selama 2 hari berturut-turut skala nyeri pasien turun menjadi skala 3. Sehingga Hasil evaluasi dari studi kasus mengatakan nyeri berkurang, tampak ekspresi lebih rileks dan tidak meringis. Analisis masalah keperawatan nyeri akut dapat teratasi setelah dilakukan Relaksasi non farmakologi dengan teknik relaksasi benson selama 15 menit.

b. Resiko infeksi

Berdasarkan karakteristik evaluasi keperawatan untuk diagnosa keperawatan resiko infeksi, respon subyektif dari klien mengatakan akan melakukan kebersihan tangan sebelum melakukan ganti verban, respon obyektif adalah luka tampak kering tertutup verban, nyeri luka operasi menurun, tidak ada tanda pembengkakan. Assement pada klien masalah teratasi, intervensi dihentikan.

c. Resiko Perdarahan

Berdasarkan karakteristik evaluasi keperawatan untuk diagnosa keperawatan resiko perdarahan, didapati pasien masih menggunakan kateter dan urine yang dikeluarkan masih berwarna kemerahan sehingga masalah resiko perdarahan belum teratasi, dan intervensi masih terus dilanjutkan untuk pasien.

KESIMPULAN DAN SARAN

Kesimpulan

Berdasarkan hasil studi kasus pada penelitian diatas maka dapat disimpulkan bahwa relaksasi benson yang merupakan gabungan dari relaksasi nafas dalam dengan sistem keyakinan individu atau faith factor memiliki pengaruh terhadap penurunan nyeri pasien BPH. Hal ini dibuktikan dengan selama 2 hari penerapan Asuhan Keperawatan pada pasien TN. F.L di ruang bedah laki RSUD Mgr. Gabriel Manek Atambua keluhan nyeri yang dirasakan pada hari pertama yaitu nyeri skala 6 dan berangsur menurun skala nyeri 3 pada hari kedua pemberian relaksasi benson ini.

Saran

Diharapkan penelitian ini dapat digunakan sebagai bahan acuan atau pedoman atau pembelajaran bagi mahasiswa keperawatan mengenai penanganan pasien yang memiliki keluhan Nyeri terutama untuk pasien dengan benigna prostat hyperplasia

UCAPAN TERIMA KASIH

Dalam hal ini penulis mengucapkan terima kasih kepada semua pihak yang telah membantu penulis dalam menyelesaikan artikel ini baik dukungan moral maupun spiritual.

DAFTAR REFERENSI

- Brunner & Suddarth. (2013). *Keperawatan Medikal Bedah (Handbook for Brunner & Suddarth's Textbook of Medical Surgical Nursing) Edisi 12*. Jakarta : EGC.
- Diyono: Mulyanti, Sri. (2019). *Keperawatan Medikal Bedah: Sistem Urologi Edisi I*. Yogyakarta: ANDI.
- Duarsa, Gede Wirya Kusuma. (2020). *LUTS, PROSTATITIS, BPH, DAN KANKER PROSTAT Peran Inflamasi dan Tata Laksana*. Surabaya: Airlangga University Press.
- Muttaqin, Arif; Sari, Kumala. (2011). *Asuhan Keperawatan Gangguan Sistem Perkemihan*. Jakarta : Salemba Medika.
- Nuari, N.A., & Widayati, D. (2017). *Gangguan Pada Sistem Perkemihan & Penatalaksanaan Keperawatan*. Deepublish.
- PPNI, & Tim Pokja SDKI DPP. (2018a). *Standar Diagnosis Keperawatan Indonesia (SDKI) (I)*. Dewan Pengurus Pusat Persatuan Perawat Nasional Indonesia.
- PPNI, & Tim Pokja SDKI DPP. (2018b). *Standar Intervensi Keperawatan Indonesia (SIKI)*. Standar Intervensi Keperawatan Indonesia.
- PPNI, & Tim Pokja SLKI DPP. (2018). *Standar Luaran Keperawatan Indonesia (SLKI)*. Dewan Pengurus Pusat Persatuan Perawat Nasional Indonesia.
- Siregar, Deborah; dkk. (2021). *Pengantar Proses Keperawatan : Konsep, Teori dan Aplikasi*. Medan : Yayasan Kita Menulis.
- Tjahjodjati, dkk. (2017). *Panduan Penatalaksanaan Klinis Pembesaran Prostat Jinak (Benign Prostate Hyperplasia/BPH)*. Jakarta : Ikatan Ahli Urologi Indonesia.