

Madani: Jurnal Ilmiah Multidisiplin**Volume 3, Nomor 2, February 2025, P. 118-126**

E-ISSN: 2986-6340

Licenced by CC BY-SA 4.0

DOI: <https://doi.org/10.5281/zenodo.14851157>**Pengaruh Terapi Benson Terhadap Tingkat Penurunan Nyeri Pada Pasien Post Operasi *Transurethral Resection of The Prostate* di RSI Purwokerto****Cicilia Dei Rettob¹, Eza Kemal Firdaus², Linda Yanti³**¹²Universitas Harapan Bangsa, Program Studi Keperawatan Anestesiologi Program Sarjana Terapan³Universitas Harapan Bangsa, Program Studi Kebidanan, Program SarjanaEmail : ideyrettob@gmail.com, ezakemal@uhb.ac.id, lindayanti@uhb.ac.id**Abstrak**

Benigna prostat hiperlasia (BPH) adalah suatu kondisi umum pada pria lanjut usia yang sering menyebabkan gejala saluran kemih bagian bawah (LUTS). Pada pria berusia 60 hingga 90 tahun, prevalensi BPH secara histologis adalah 50 hingga 80%. Jenis penelitian ini adalah penelitian eksperimen menggunakan desain penelitian pre-eksperimental design dengan bentuk One group pretest posttest design. pada penelitian ini adalah seluruh pasien BPH yang menjalani operasi TURP sebanyak 30 pasien. dapat diketahui bahwa kelompok usia tertinggi yaitu 50-59 tahun sebanyak 11 responden (36,7%) dan terendah yaitu kelompok usia 80-89 tahun sebanyak 3 responden (10,0%). Tingkat pendidikan tertinggi yaitu SMP sebanyak 11 responden (36,7%) dan terendah yaitu perguruan tinggi sebanyak 4 responden (13,3%). Riwayat operasi sebelumnya yaitu 19 responden (63,3%) dan tidak ada riwayat operasi sebelumnya yaitu 11 responden (36,7%). dapat diketahui bahwa gambaran sebelum terapi benson tertinggi yaitu tingkat nyeri 4-6 (nyeri sedang) yaitu 30 responden (100%). Sedangkan dapat diketahui bahwa gambaran setelah terapi benson tertinggi yaitu tingkat nyeri 1-3 (nyeri ringan) sebanyak 29 responden (96,7%) dan terendah 4-6 (nyeri sedang) sebanyak 1 responden (3,3%). Menurut hasil uji wilcoxon diketahui bahwa nilai $p=0,05$ berarti H_0 ditolak dan terima H_a maka diinterpretasikan bahwa ada pengaruh yang bermakna antara terapi benson dengan tingkat penurunan nyeri sebelum dan setelah pemberian terapi Benson. Hal ini menunjukkan bahwa ada pengaruh pemberian terapi Benson, terlihat pada kategori 4-6 (nyeri sedang) saat pre (sebelum) pemberian terapi Benson mengalami perubahan menjadi kategori 1-3 (nyeri ringan) dan kategori 4-6 (nyeri sedang) saat post (sesudah) pemberian terapi Benson.

Kata Kunci: Bph, Turp, Nyeri, Terapi benson**Abstract**

Benign prostatic hyperplasia (BPH) is a common condition in elderly men that often causes lower urinary tract symptoms. (LUTS). In men aged 60 to 90 years, the histological prevalence of BPH is 50 to 80%. The type of this research is experimental research using a pre-experimental design with a One group pretest posttest design. In this study, all BPH patients who underwent TURP surgery, totaling 30 patients, were included. It can be observed that the highest age group is 50-59 years with 11 respondents (36.7%) and the lowest is the 80-89 years age group with 3 respondents (10.0%). The highest level of education was junior high school, with 11 respondents (36.7%), and the lowest was higher education, with 4 respondents (13.3%). Previous surgical history was present in 19 respondents (63.3%) and absent in 11 respondents (36.7%). It can be observed that the highest condition before Benson therapy was a pain level of 4-6 (moderate pain) in 30 respondents (100%). Whereas it can be observed that the highest level of pain after Benson therapy was 1-3 (mild pain) in 29 respondents (96.7%) and the lowest level was 4-6 (moderate pain) in 1 respondent (3.3%). According to the Wilcoxon test results, a p-value of 0.05 means H_0 is rejected and H_a is accepted, which is interpreted as a significant effect of Benson therapy on the level of pain reduction before and after the administration of Benson therapy. This shows that there is an effect of Benson therapy, evident in the 4-6 category (moderate pain) during the pre-treatment (before) phase, which changed to the 1-3 category (mild pain) and the 4-6 category (moderate pain) during the post-treatment (after) phase.

Keywords: Bph, Turp, Pain, Benson Therapy**Article Info**

Received date: 29 December 2024

Revised date: 15 January 2025

Accepted date: 31 January 2025

PENDAHULUAN

Benigna prostat hiperlasia (BPH) adalah suatu kondisi umum pada pria lanjut usia yang sering menyebabkan gejala saluran kemih bagian bawah (LUTS). Pada pria berusia 60 hingga 90 tahun, prevalensi BPH secara histologis adalah 50 hingga 80% (Li et al., 2021). Salah satu organ

reproduksi internal pria adalah kelenjar prostat yang terletak di bawah kandung kemih dan di depan rektum. Saat pria mengalami puncak aktivitas seksual, cairan ini dikeluarkan saat sperma berjalan melalui saluran kemih (Hidayat, W. A., Sukmaningtyas, 2022).

Angka kejadian BPH meningkat seiring bertambahnya usia, yaitu sekitar 20% dialami oleh pria diusia 40 tahun, 70% pada pria 60 tahun dan 90% pada pria berusia 80 tahun (Indina et al., 2020). Menurut *World Health Organization* (WHO) memperkirakan sekitar 59 pria dari 100.000 Penduduknya menderita BPH atau sekitar 70 juta di seluruh dunia (WHO, 2018). Menurut riseksdas 2020 dikutip dalam jurnal (Nurarif et al., 2022) Prevalensi histologis BPH meningkat dari 20% pada pria berusia 41-50 tahun, dari 50% pada pria berusia 51-60 tahun hingga lebih dari 90% pada pria berusia di atas 80 tahun. Tingginya prevalensi BPH di Indonesia menempatkan sebagai penyebab angka kesakitan kedua setelah batu saluran kemih. Pada tahun 2020 di Indonesia terdapat 9,2 juta kasus BPH, diantaranya diderita oleh pria berusia diatas 60 tahun. Tidak jauh berbeda dengan kasus *Benigna Prostat Hiperplasia* yang terjadi di Jawa Tengah, kasus tertinggi gangguan prostat berdasarkan laporan rumah sakit terjadi di Kabupaten Grobogan yaitu sebesar 4.794 kasus (66,33%) dibandingkan dengan jumlah keseluruhan kasus gangguan prostat di kabupaten atau kota lain di Jawa Tengah. Sedangkan kasus tertinggi kedua adalah kota Surakarta 488 kasus (6,75%). Rata-rata kasus gangguan prostat di Jawa Tengah adalah 206,48 kasus (Kemenkes RI, 2019). Di Purwokerto kasus penyakit BPH masuk dalam 10 besar kasus rawat inap bedah urologi berdasarkan data kasus penyakit BPH di Rumah Sakit Umum Daerah Prof. Dr. Margono Soekarjo Purwokerto bahkan selalu berada di tiga besar selama kurun waktu tiga tahun terakhir. Pada tahun 2017 yaitu sejumlah 299 pasien, tahun 2018 sejumlah 238 pasien dan laporan terakhir pada bulan Februari 2020 sejumlah 136 pasien (Devitasari, 2021).

Benigna prostat hiperlasia bila tidak diatasi dapat menimbulkan komplikasi seperti retensi urine, infeksi saluran kemih, batu kandung kemih, kerusakan kandung kemih, dan kerusakan ginjal (Zuliani et al., 2021). Salah satu metode yang digunakan untuk penanganan *Benigna Prostat Hyperplasia* adalah dengan pembedahan TURP. Prosedur bedah *Transurethral Resection of the Prostate* merupakan perawatan bedah yang digunakan untuk mengangkat jaringan prostat yang menyebabkan penyumbatan saluran kemih (Siburian, 2021a). Menurut Khoimeni (2013) di Amerika Serikat TURP merupakan prosedur operasi kedua terbanyak dilakukan, dan sekitar 150.000 orang TURP dilakukan setiap tahun (urology care, 2013 dalam Febrianto 2015). Di Indonesia tindakan TURP yang dilakukan RSUD Gambiran pada tahun 2009, adalah dari 416 pasien urologi yang dilakukan tindakan TURP sebanyak 349 atau 75 % dan sampai bulan September 2011 dari 395 pasien dengan yang dilakukan TURP sebanyak 305 pasien atau 78% (Febrianto et al., n.d.). Prosedur pembedahan dapat menyebabkan kerusakan jaringan aktual dan potensial sehingga menyebabkan nyeri yang berdampak pada aktivitas sehari-hari. Oleh karena itu perawat pada masa *post* operasi berperan penting dalam memenuhi kebutuhan pasien akan kenyamanan dengan mengurangi nyeri *post* operasi (Monitha, 2019). Nyeri *post* operasi wajib dijadikan perhatian terhadap klien pasca operasi (BPH), dikarenakan klien yang mengalami *post* operasi pasti mengalami nyeri (Arifianto et al., 2019).

Nyeri merupakan pengalaman sensorik dan emosional yang tidak menyenangkan akibat dari kerusakan jaringan yang aktual atau potensial (Mayasari, 2021). Penanganan teknik manajemen nyeri dengan menggunakan terapi yaitu dengan terapi farmakologi dan terapi non farmakologi. Penatalaksanaan farmakologi dengan melalui obat-obatan analgesik. Salah satu intervensi atau tindakan perawatan yang dapat digunakan untuk mengurangi nyeri pada pasien *post* operasi BPH adalah dengan mengajarkan teknik relaksasi Benson (Manurung, 2019).

Relaksasi benson merupakan metode menghilangkan nyeri dengan cara mengalihkan perhatian dan menurunkan kesadaran klien terhadap nyeri melalui relaksasi benson, Relaksasi ini dicapai dengan memadukan relaksasi yang diberikan dengan keyakinan klien. Teknik relaksasi benson bekerja dengan memusatkan perhatian pada kata atau frasa tertentu yang diulang-ulang dalam ritme yang teratur, disertai dengan pernapasan dalam dan penyerahan diri kepada Tuhan Yang Maha Esa (Astutiningrum & Fitriyah, 2019). Relaksasi Benson dilakukan pada klien yang mengalami nyeri tingkat ringan (1-3), dan sedang (4-6), sama halnya dengan tingkat nyeri berat terkontrol (7-8). Relaksasi Benson menggunakan teknik pernapasan dengan cara mengambil napas dalam melalui hidung dan dikeluarkan melewati mulut, dan ada penambahan unsur keyakinan dalam bentuk kata-

kata, manfaat atau Kelebihan dari latihan teknik relaksasi dibandingkan teknik lainnya adalah lebih mudah dilakukan dan tidak ada efek samping apapun (Atmojo *et al.*, 2019).

Berdasarkan hasil pra survei yang telah dilakukan pada hari jumat 1 Desember 2023 di Rumah Sakit Islam Purwokerto di Instalasi Bedah Sentral. Hasil dari data Rumah Sakit Islam Purwokerto, didapatkan pasien dengan diagnosa *benigna prostat hiperlasia* (BPH) dengan tindakan TURP dalam bulan desember 2023 sebanyak 30 pasien. Tindakan non farmakologi yang biasa digunakan di RS Islam Purwokerto menggunakan terapi murrotal dan relaksasi nafas dalam namun terapi yang dominan digunakan adalah terapi murrotal dan relaksasi nafas dalam kedua terapi diimplementasikan selama kurang lebih 5-7 menit namun masih dikolaborasikan juga dengan pemberian analgesik karena tingkat nyeri yang diharapkan belum tercapai, sementara terapi benson belum pernah dilakukan di Rumah Sakit Islam Purwokerto oleh karena itu peneliti tertarik untuk melakukan penelitian tentang “Pengaruh Terapi benson terhadap tingkat penurunan nyeri pada pasien post operasi *Transurethral Resection Of The Prostate*”.

METODE

Jenis penelitian ini adalah penelitian eksperimen menggunakan desain penelitian *pre-eksperimental design* dengan bentuk *One group pretest posttest design*. Desain eksperimen adalah metode yang digunakan untuk mengetahui apakah ada pengaruh antara sebelum perlakuan dengan sesudah diberi perlakuan dengan cara membandingkan hasil *pre-test* dengan *post-test*. Populasi pada penelitian ini adalah seluruh pasien BPH yang menjalani operasi *TURP* pada bulan Desember 2023 sebanyak 30 pasien di RSI Purwokerto, Jawa Tengah.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Hasil penelitian dan pembahasan akan disajikan dalam BAB ini. Penelitian ini dilakukan mulai tanggal 26 September sampai 17 Oktober 2024. Besar sampel pada penelitian ini adalah sebanyak 30 pasien dengan Teknik pengambilan sampel menggunakan *total sampling* sedangkan pada analisis data menggunakan uji *wilcoxon*. Sebelum peneliti melakukan penelitian, responden yang terlibat terlebih dahulu diberikan *informed consent*. Dari penelitian tersebut didapatkan hasil sebagai berikut:

1. Karakteristik Responden

Tabel 1. Distribusi Frekuensi Karakteristik Pasien Post Operasi *Turp* Berdasarkan Usia, Tingkat Pendidikan, Riwayat Operasi Sebelumnya
(n=30)

Karakteristik	<i>f</i>	%
Kelompok usia		
- 40-49 tahun	6	20,0
- 50-59 tahun	11	36,7
- 60-69 tahun	6	20,0
- 70-79 tahun	4	13,3
- 80-89 tahun	3	10,0
	30	100
Tingkat pendidikan		
- SD	8	26,7
- SMP	11	36,7
- SMA	7	23,3
- Perguruan Tinggi	4	13,3
	30	100
Riwayat operasi sebelumnya		
- Ada	19	63,3
- Tidak ada	11	36,7
	30	100

Tabel 1 dapat diketahui bahwa kelompok usia tertinggi yaitu 50-59 tahun sebanyak 11 responden (36,7%) dan terendah yaitu kelompok usia 80-89 tahun sebanyak 3 responden (10,0%). Tingkat pendidikan tertinggi yaitu SMP sebanyak 11 responden (36,7%) dan terendah

yaitu perguruan tinggi sebanyak 4 responden (13,3%). Riwayat operasi sebelumnya yaitu 19 responden (63,3%) dan tidak ada riwayat operasi sebelumnya yaitu 11 responden (36,7%).

2. Distribusi Frekuensi Tingkat Penurunan Nyeri Pada Pasien Post Operasi Turp Sebelum Dan Setelah Diberikan Terapi Benson.

Table 2. Distribusi Frekuensi Tingkat Penurunan Nyeri Pada Pasien Post Operasi Turp Sebelum Dan Setelah Diberikan Terapi Benson.

Variabel	sebelum		setelah	
	<i>f</i>	%	<i>f</i>	%
Tingkat Nyeri				
0 (Tidak nyeri)				
1-3 (nyeri ringan)			29	96,7
4-6 (Nyeri sedang)	30	100	1	3,3
7-10 (Nyeri berat)				
Total	30	100	30	100

Menurut tabel 2, dapat diketahui bahwa gambaran sebelum terapi benson tertinggi yaitu tingkat nyeri 4-6 (nyeri sedang) yaitu 30 responden (100%). Sedangkan dapat diketahui bahwa gambaran setelah terapi benson tertinggi yaitu tingkat nyeri 1-3 (nyeri ringan) sebanyak 29 responden (96,7%) dan terendah 4-6 (nyeri sedang) sebanyak 1 responden (3,3%).

3. Pengaruh Terapi Benson Terhadap Tingkat Penurunan Nyeri Pada Pasien Post Operasi Transurethral Resection Of The Prostate.

Tabel 3. Pengaruh Sebelum Dan Setelah Terapi Benson Terhadap Tingkat Penurunan Nyeri

Variabel	Mean	SD	Min ±-Max	<i>p-value</i>	<i>Z</i>
Sebelum terapi Benson	2.00	.000	2-2		
Setelah terapi Benson	1.03	.183	1-2	.000	-5.385

Menurut tabel 3, hasil uji *Wilcoxon* menunjukkan nilai *p-value* sebesar $0,00 < 0,05$ maka diinterpretasikan bahwa ada pengaruh yang signifikan pemberian terapi Benson terhadap tingkat nyeri di Rumah Sakit Islam Purwokerto. Nilai *p* yang kurang dari 0,05 menunjukkan bahwa adanya perbedaan signifikan sebelum dan sesudah terapi benson terhadap tingkat penurunan nyeri.

Dari hasil uji wilcoxon didapatkan nilai *Z* sebesar -5.385 Menunjukkan bahwa ada perbedaan signifikan sebelum dan sesudah terapi benson terhadap tingkat penurunan nyeri. Dengan demikian kedua sampel merupakan populasi yang sama dan pemberian terapi benson menyebabkan tingkat penurunan nyeri.

Pemberian terapi Benson terjadi penurunan tingkat nyeri yang signifikan yaitu tingkat nyeri 4-6 (nyeri sedang) sebanyak 30 responden pada sebelum terapi menurun menjadi tingkat nyeri 1-3 (nyeri ringan) sebanyak 29 responden (96,7%) dan terendah 4-6 (nyeri sedang) sebanyak 1 responden.

PEMBAHASAN

Karakteristik responden

Tabel 1 dapat diketahui bahwa kelompok usia tertinggi yaitu 50-59 tahun sebanyak 11 responden (36,7%) dan terendah yaitu kelompok usia 80-89 tahun sebanyak 3 responden (10,0%). Hal ini menunjukkan bahwa kelompok usia 50-59 tahun merupakan kelompok usia dengan responden paling banyak dibandingkan kelompok usia lainnya dalam penelitian ini.

Penelitian ini sejalan dengan teori bahwa kelemahan kandung kemih dan penurunan fungsi kerja saraf terjadi karena faktor usia terutama dalam mempertahankan aliran kemih saat proses adaptasi karena adanya pembengkakan prostat. Pada usia 30 tahun, kadar testosteron akan menurun dan pada usia 60 tahun ke atas testosteron akan menurun lebih cepat Muharoma, (2020). Penelitian ini

juga sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Arsi *et al* (2022) yang mengatakan bahwa BPH muncul pada laki-laki usia 50 tahun keatas sebesar 69,2% sebanyak 45 orang dengan nilai $p < 0,05$ menggunakan uji *chi-square*. Penelitian ini juga sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Sumberjaya & Mertha, (2020) mengatakan bahwa minimal usia 50 tahun muncul BPH. Penelitian ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Hidayati *et al.*, (2022) yang mengatakan bahwa usia merupakan faktor salah satu faktor yang mempengaruhi nyeri melalui perubahan anatomi, hormonal dan psikologis.

Riwayat operasi sebelumnya yaitu 19 responden (63,3%) dan tidak ada riwayat operasi sebelumnya yaitu 11 responden (36,7%). Hal ini menunjukkan bahwa kelompok responden yang memiliki riwayat operasi sebelumnya paling banyak dibandingkan kelompok yang tidak memiliki riwayat operasi sebelumnya. Menurut hasil analisis bivariat, diketahui bahwa nilai $p < 0,05$ berarti H_0 ditolak dan terima H_a maka diinterpretasikan bahwa artinya ada pengaruh yang bermakna antara riwayat operasi sebelumnya dengan tingkat penurunan nyeri *pre* dan *post* pemberian terapi Benson. Penelitian ini sejalan dengan kajian teori yang mengatakan bahwa riwayat operasi sebelumnya akan memberikan pengalaman nyeri yang tidak selalu dapat diterima individu dengan mudah dimasa datang. Individu yang sudah pernah mengalami riwayat operasi sebelumnya akan lebih menerima nyeri dengan mudah dibandingkan individu yang belum mengalami riwayat operasi sebelumnya Arifianto *et al.*, (2019). Penelitian ini juga sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Zuliani *et al.*, (2021) mengatakan bahwa pasien yang memiliki riwayat operasi sebelumnya dapat mengontrol nyeri pascaoperasi dengan mengurangi konsekuensi yang terkait dengan nyeri pascaoperasi secara memuaskan sehingga dapat mempengaruhi pasien untuk meningkatkan persepsi nyeri yang lebih baik.

Tingkat pendidikan tertinggi yaitu SMP sebanyak 11 responden (36,7%) dan terendah yaitu perguruan tinggi sebanyak 4 responden (13,3%). Hal ini menunjukkan bahwa kelompok tingkat pendidikan SMP paling banyak dibandingkan kelompok tingkat pendidikan lainnya dalam penelitian ini. Menurut hasil analisis bivariat pada tabel 5.6, diketahui bahwa nilai $p < 0,05$ berarti H_0 ditolak dan terima H_a maka diinterpretasikan bahwa artinya ada pengaruh yang bermakna antara tingkat pendidikan dengan tingkat penurunan nyeri *pre* dan *post* pemberian terapi Benson. Penelitian ini sejalan dengan teori Notoatmodjo, (2012) yang mengatakan bahwa tingkat pendidikan dapat membentuk tingkat pengetahuan, perilaku dan sikap terutama untuk hidup sehat. Pendidikan responden banyak pada SMP dapat mempengaruhi tingkat pengetahuan, sikap dan perilaku dalam mencegah BPH dan membantu dalam penurunan nyeri.

Peneliti berasumsi bahwa faktor usia, riwayat operasi, dan tingkat pendidikan memiliki pengaruh signifikan terhadap hasil penelitian ini, sesuai dengan teori dan penelitian sebelumnya.

Tingkat penurunan nyeri pada pasien *post operasi transurethral resection of the prostate* sebelum dan setelah diberikan terapi benson.

Tabel 2, dapat diketahui bahwa gambaran sebelum terapi benson tertinggi yaitu skala 4-6 (nyeri sedang) yaitu 30 responden (100%). Hal ini menunjukkan bahwa skala tertinggi dalam penelitian ini yaitu skala 4-6 (nyeri sedang) sebanyak 30 responden (100%). Dapat diketahui bahwa pengaruh setelah terapi benson tertinggi yaitu skala 1-3 (nyeri ringan) sebanyak 29 responden (96,7%) dan terendah 4-6 (nyeri sedang) sebanyak 1 responden (3,3%). Hal ini menunjukkan bahwa skala tertinggi dalam penelitian ini yaitu skala 1-3 (nyeri ringan) sebanyak 29 responden (96,7%) dan terendah 4-6 (nyeri sedang) sebanyak 1 responden (3,3%).

Penelitian ini sejalan dengan teori dalam Sari *et al.*, (2020) bahwa tindakan operasi dapat mengakibatkan rusaknya jaringan yang aktual dan potensial sehingga mengganggu aktivitas sehari-hari. Nyeri merupakan gejala yang sering dirasakan pascabedah setidaknya ada empat mekanisme fisiologi nyeri yaitu aktivitas saraf simpatis (transduksi), penyaluran impuls nyeri ke otak (transmisi), perubahan sinyal nyeri (modulasi) dan persepsi nyeri atau pengalaman subjektif yang terjadi akibat nyeri.

Hasil penelitian Arifianto *et al.*, (2019); T. F. Azizah & Sulistiawan, (2023); Sari *et al.*, (2020) dan Kurdaningsih *et al.*, (2023) pasien *post operasi transurethral resection of the prostate* dengan diagnosa BPH umumnya ditemukan intensitas nyeri yang dialami adalah nyeri sedang akibat proses pembedahan. Penelitian ini sejalan dengan Morita *et al.*, (2020) tentang teori manajemen nyeri merupakan suatu tindakan untuk mengurangi nyeri untuk penatalaksanaan nyeri dibagi menjadi dua yaitu farmakologi dan non farmakologi. Teori pada penelitian Wulandari *et al.*, (2022) mengatakan

pemberian terapi benson merupakan salah satu teknik non farmakologi yang memiliki bentuk relaksasi sederhana diciptakan oleh Herbert Benson sebagai upaya penurunan nyeri.

Penelitian ini sejalan dengan Kurdaningsih *et al.*, (2023) bahwa pemberian terapi benson menciptakan suasana rileks pada pasien dengan melibatkan teknik pernapasan dalam efektif dan memilih kalimat yang disenangi atau ungkapan kata-kata tentang keyakinan seseorang sehingga dapat menurunkan nyeri, mengurangi beban yang dirasakan hingga meningkatkan kesehatan. Terapi benson dilakukan saat pasien merasa rileks yang tidak sedang tertekan sehingga pasien dapat pasrah dan memiliki keyakinan kepada tuhan bahwa setelah diberikan relaksasi terapi benson dapat menurunkan sakit yang dirasakan.

Mengingat efektivitas yang ditunjukkan dalam penelitian ini, peneliti berasumsi bahwa terapi benson dapat menjadi bagian penting dari penatalaksanaan nyeri pascaoperasi, khususnya pada pasien dengan diagnosis BPH. Efektivitas terapi ini dalam menurunkan nyeri juga menunjukkan potensi untuk diterapkan pada kondisi nyeri lainnya, di mana pendekatan non-farmakologis diperlukan untuk meningkatkan kenyamanan dan kesehatan pasien. Dengan asumsi ini, peneliti semakin yakin bahwa terapi Benson adalah intervensi yang efektif dan dapat direkomendasikan dalam manajemen nyeri pascaoperasi pada pasien BPH, mendukung teori dan penelitian yang ada.

Pengaruh terapi benson terhadap tingkat penurunan nyeri pada pasien post operasi *transurethral resection of the prostate*.

Menurut hasil analisis bivariat diketahui bahwa nilai $p < 0,05$ berarti H_0 ditolak dan terima H_a maka diinterpretasikan bahwa artinya ada pengaruh yang bermakna antara terapi benson dengan tingkat penurunan nyeri *pre* dan *post* pemberian terapi *Benson*.

Hal ini menunjukkan bahwa ada pengaruh pemberian terapi *Benson*, terlihat pada kategori 4-6 (nyeri sedang) saat *pre* (sebelum) pemberian terapi *Benson* mengalami perubahan menjadi kategori 1-3 (nyeri ringan) dan kategori 4-6 (nyeri sedang) saat *post* (setelah) pemberian terapi *Benson*. Terapi benson dilakukan selama 15-20 menit dapat memperlambat kinerja saraf simpatik sedangkan saraf parasimpatis akan bekerja membantu pasien dalam menurunkan konsumsi oksigen oleh tubuh sehingga otot-otot tubuh menjadi tenang dan nyaman dengan demikian keadaan ini dapat menekan rasa nyeri.

Penelitian ini sejalan dengan kajian teori Arifianto *et al.*, (2019)) yaitu nyeri yang dirasakan atau timbul pasien *post* operasi *transurethral resection of the prostate* disebabkan adanya iritasi mukosa kandung kemih pada area pembedahan sehingga jaringan saraf diameter kecil menuju aferen terputus. Responden mulai mengalami perubahan dan penurunan nyeri pada *post* pemberian terapi benson yang terlihat pada perubahan kategori nyeri sedang ke nyeri ringan. Penelitian ini juga sejalan dengan teori Sunaryo dan Lestari yang mengatakan bahwa relaksasi benson bertujuan untuk mengatasi atau mengurangi kecemasan, menurunkan ketegangan otot dan tulang serta secara tidak langsung dapat mengurangi nyeri dan menurunkan ketegangan yang berhubungan dengan fisiologis tubuh. Penelitian ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Solehati & Koksasih, (2019) yang mengatakan bahwa pada saat seseorang sedang mengalami ketegangan dan kecemasan, saraf yang bekerja adalah system saraf simpatis yang berperan dalam meningkatkan denyut jantung. Pada saat relaksasi yang bekerja adalah system saraf simpatis dengan demikian relaksasi dapat menekan rasa tegang dan rasa cemas dengan cara timbal balik sehingga timbul pengkondisian balik dan menurunkan nyeri serta kecemasan yang dialami seseorang. Penelitian ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Noviariska *et al.*, (2022) mengatakan bahwa terapi benson sangat efektif secara signifikan untuk menurunkan nyeri yang terjadi pada hari ke 2 dengan nilai awal 5 turun menjadi 3. Penelitian ini juga sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Azizah & Sulistiawan, (2023) yang mengatakan bahwa pemberian relaksasi benson selama 5 hari berturut-turut dapat menurunkan nyeri klien.

Berdasarkan hasil analisis bivariat, peneliti berasumsi bahwa terdapat pengaruh yang bermakna antara terapi benson dengan tingkat penurunan nyeri pada pasien, sebagaimana ditunjukkan oleh nilai $p < 0,05$. Asumsi peneliti yang dapat diperkuat adalah bahwa terapi benson secara signifikan memengaruhi penurunan nyeri dari kategori nyeri sedang (skala 4-6) sebelum terapi menjadi nyeri ringan (skala 1-3) setelah terapi. Perubahan ini menunjukkan bahwa terapi Benson memiliki dampak nyata dalam mengurangi intensitas nyeri pascaoperasi pada pasien, yang sejalan dengan temuan bahwa relaksasi selama 10-20 menit dapat menekan aktivitas saraf simpatis dan meningkatkan

aktivitas saraf parasimpatis, yang berperan dalam menurunkan konsumsi oksigen oleh tubuh dan menenangkan otot-otot.

Penelitian ini sejalan dengan penelitian dilakukan Hidayat, W. A., Sukmaningtyas, (2022) mengatakan bahwa Hasil penelitian yaitu rata-rata skor nyeri pada pasien post operasi turp sebelum dan sesudah intervensi 3,50 dan 2,00 dengan nilai $p=0,024$. Penelitian ini juga sejalan dengan penelitian jaya et al.,(2024) yang mengatakan bahwa Penelitian ini menunjukkan rata-rata skala nyeri pretest yaitu 4,08 (SD= 1,11), posttest yaitu 2,40 (SD=0,76), dan signifikan terdapat perbedaan skala nyeri setelah diberikan intervensi terapi relaksasi benson ($p=0,001$).

SIMPULAN

Menurut hasil uji *wilcoxon* diketahui bahwa nilai $p<0,05$ berarti H_0 ditolak dan terima H_a maka diinterpretasikan bahwa ada pengaruh yang bermakna antara terapi benson dengan tingkat penurunan nyeri sebelum dan setelah pemberian terapi *Benson*. Hal ini menunjukkan bahwa ada pengaruh pemberian terapi *Benson*, terlihat pada kategori 4-6 (nyeri sedang) saat *pre* (sebelum) pemberian terapi *Benson* mengalami perubahan menjadi kategori 1-3 (nyeri ringan) dan kategori 4-6 (nyeri sedang) saat *post* (sesudah) pemberian terapi *Benson*.

SARAN

1. Bagi Rumah Sakit Islam (RSI) Purwokerto
Pihak manajemen RSI Purwokerto diharapkan agar dapat melakukan terapi relaksasi benson secara bertahap dan berkelanjutan hingga dapat menurunkan nyeri terhadap pasien post operasi *transurethral resection of the prostate*.
2. Bagi Peneliti Selanjutnya
Hasil penelitian diharapkan mengembangkan penelitian ini sehingga dapat meningkatkan kualitas hasil penelitian selanjutnya.

REFERENSI

- Amris, K., Jones, L. E., & Williams, A. C. D. C. (2019). Pain From Torture: Assessment And Management. *Pain Reports*, 4(6), 1–6. <https://doi.org/10.1097/PR9.0000000000000794>
- Anas, T. (2018). *Konsep Dan Penatalaksanaan Nyeri*. EGC Jakarta. <https://perpus.ustb.ac.id/opac/detail-opac?id=1774>
- Andri, J., Febriawati, H., Padila, P., J. H., & Susmita, R. (2020). Nyeri Pada Pasien Post Op Fraktur Ekstremitas Bawah Dengan Pelaksanaan Mobilisasi Dan Ambulasi Dini. *Journal Of Telenursing (JOTING)*, 2(1), 61–70. <https://doi.org/10.31539/Joting.V2i1.1129>
- Andarmoyo. (2019). *Konsep dan Proses Keperawatan Nyeri*. Jogjakarta : AR- Ruzz Media.
- Andri, J., Panzilion, P., & Sutrisno, T. (2019). Hubungan Antara Nyeri Fraktur Dengan Kualitas Tidur Pasien Yang Di Rawat Inap. *Jurnal Kesmas Asclepius*, 1(1), 55–64. <https://doi.org/10.31539/Jka.V1i1.633>
- Ardana, R., Sarwono, B., Widigno, D. A. M., & Supriyatno, H. (2019). *Asuhan Keperawatan Post Operasi Turp (Transurethral Resection)*.
- Arif, M., & Sari, Y. P. (2019). Efektifitas Terapi Musik Mozart Terhadap Penurunan Intensitas Nyeri Pasien Post Operasi Fraktur. *Jurnal Kesehatan Medika Saintika*, 10(1), 69. <https://doi.org/10.30633/Jkms.V10i1.310>
- Arifianto, A., Aini, D. N., & Sari, N. D. W. (2019). 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*, 2(1), 1. <https://doi.org/10.26714/Mki.2.1.2019.1-9>
- Arsi, R., Afdhal, F., Fatrida, D., Kebidanan, F., Keperawatan, D., Kader, U., & Palembang, B. (2022). Faktor-Faktor Yang Berhubungan Dengan Kejadian Benigna Prostat Hiperplasia Di Poli Klinik Rsud Bayung Lencir Tahun 2021. *E-Indonesian Journal Of Helath And Medical*, 2(1), 2774–5244. <https://ijohm.rcipublisher.org/index.php/ijohm/article/view/99>
- Astuti, T., & Bangsawan, M. (2019). Aplikasi Relaksasi Nafas Dalam Terhadap Nyeri Persalinan Kala I Ibu Bersalin. *Jurnal Ilmiah Keperawatan Sai Betik*, 15(1), 59.
- Ayudita, A. (2023). *Buku Ajar Asuhan Kebidanan Management Nyeri*.

- Azizah, L. (2019). Asuhan Keperawatan Klien Post Operasi BPH (Benign Prostatic Hyperplasia) Dengan Masalah Nyeri Akut Di Rumah Sakit Panti Waluya Malang. *Keperawatan* 2. <https://Repository.Stikespantiwaluya.Ac.Id/Id/Eprint/127/>
- Budaya, T. N., & Daryanto, B. (2019). *A To Z BPH (Benign Prostatic Hyperplasia)*. Universitas Brawijaya.
- Duarsa, G. W. K. (2020). *Buku Ajar Luts , Prostatitis , Bph Dan Kanker Prostat*.
- Ekayani, M., Yulida, N., Wijayanti, Y. &, Titis, A. F., & Sadewa. (2022). Studi Kasus Benign Prostatic Hyperplasia (Bph). *Unram Medical Journal*, 11(2), 875–882. <https://doi.org/10.29303/Jku.V11i2.705>
- Harun, H. (2019). Aspek Laboratorium Benign Prostatic Hyperplasia. *Jurnal Ilmiah Kedokteran*, 1(2), 36–44.
- Hayat, A., & Ariyanti, M. (2020). Pengaruh Teknik Relaksasi Genggam Jari Terhadap Penurunan Skala Nyeri Pada Pasien Post Appendectomy Di Ruang Irna III RSUD P3 Gerung Lombok Barat. *MANUJU : Malahayati Nursing Journal*, 2(1), 188–200.
- Heryana, A. (2020). Analisis Data Penelitian Kuantitatif. *Jurnal Pelita Nusantara*, 1(3), 430–448. <https://doi.org/10.59996/Jurnalpelitanusantara.V1i3.350>
- Hidayat, W. A., Sukmaningtyas, W. (2022). Mengurangi Nyeri Pasien Op Turp. *Tjyybjb.Ac.Cn*, 3(2), 58–66. <http://www.tjyybjb.Ac.Cn/CN/Article/Downloadarticlefile.Do?Attachtype=PDF&Id=9987>
- Hidayati, H. B., Amelia, E. G. F., Turchan, A., Rehata, N. M., Atika, & Hamdan, M. (2022). Pengaruh Usia Dan Jenis Kelamin Pada Skala Nyeri Pasien Trigeminal Neuralgia. *Aksana*, 1(2), 53–56. <https://doi.org/10.20473/Aksana.V1i2.149>
- Kemkes R1. (2019). Profil Kesehatan Indonesia, Jawa Tengah 2019. In *Kementrian Kesehatan Republik Indonesia*. <https://pusdatin.kemkes.go.id/resources/download/pusdatin/profil-kesehatan-indonesia/profil-kesehatan-indonesia-2019.pdf>
- Kurdaningsih, S. V., Nuritasari, R. T., & Fathia, N. A. (2023). *Jurnal Keperawatan Muhammadiyah A M M A D I Y A H Penerapan Teknik Relaksasi Benson Sebagai Upaya Mengurangi Nyeri Akut Pasien Pasca Operasi Benigna Prostatic Hyperplasia (BPH)*. 8(3), 72–76.
- Mahmudi, F. A. (2020). Terapi Musik Sebagai Metode Untuk Menurunkan Intensitas Nyeri Pasien Post Operasi: A Literature Review. *Nursing Sciences Journal*, 4((2)), 8–14. <https://doi.org/10.30737/Nsj.V4i2.1276>
- Manueke, I., Ainurrahmah, Y., & Samutri, E. (2023). *Manajemen Nyeri*. <https://play.google.com/books/reader?id=P2DQEAAAQBAJ&pg=GBS.PR2>
- Manurung, M. (2019). Pengaruh Teknik Relaksasi Benson Terhadap Penurunan Skala Nyeri Post Appendectomy Di Rsu D Porsea. *Jurnal Keperawatan Priority*, 2(2), 61. <https://doi.org/10.34012/Jukep.V2i2.541>
- Masturoh & Anggita, 2018. (2018). *Metodologi Penelitian Kesehatan*. 7823–7830.
- Mawarni, T., & Despiyadi. (2019). Hubungan Antara Intensitas Nyeri Dengan Kualitas Tidur Pada Pasien Post Operasi BPH Di Ruang Sakit RS TK III Dr. R Soeharsono Banjarmasin. *Journal Nursing Army*, 1(1), 34–45.
- Mayasari, C. Dewi. (2021). Pentingnya Pemahaman Manajemen Nyeri Non Farmakologi Bagi Seorang Perawat. *Jurnal Wawasan Kesehatan*, 1(1), 35–42.
- Monitha, A. Wastiti Eka. (2019). Asuhan Keperawatan Pada Pasien Post Operasi TURP Dengan Masalah Nyeri Akut Di Rsd Syarifah Ambami Rato Ebu Bangkalan. *Rabit : Jurnal Teknologi Dan Sistem Informasi Univrab*, 1(1), 2019.
- Morita, K. M., Amelia, R., & Putri, D. (2020). Pengaruh Teknik Relaksasi Benson Terhadap Penurunan Nyeri Pada Pasien Post Operasi Sectio Caesarea Di RSUD Dr. Achmad Mochtar Bukittinggi. *Jurnal Riset Hesti Medan Akper Kesdam I/BB Medan*, 5(2), 106. <https://doi.org/10.34008/Jurhesti.V5i2.197>
- Keperawatan*. <https://play.google.com/books/reader?id=Ebdwdgaaqbaj&pg=GBS.PR2&hl=id>
- Noviariska, N., Mudzakkir, M., & Wijayanti, E. T. (2022). Penerapan Terapi Relaksasi Benson Untuk Mengurangi Nyeri Pada Pasien Gastritis Di RSU Lirboyo Kota Kediri. In *Prosiding Seminar Nasional Kesehatan, Sains Dan Pembelajaran*, 2(1), 351–357.
- Nursalam. (2015). *Metodologi Penelitian Ilmu Keperawatan*.

- Paramita, R. W. D., Rizal, N., & Sulistyan, R. B. (2021). *Metode Penelitian Kuantitatif*.
- Pratitdy, G., Rehatta, N. M., & Susila, D. (2020). Perbandingan Interpretasi Skala Nyeri Antara Nrs-Vas-Wbfs Oleh Pasien Pasca Operasi Elektif Orthopedi Di Rsud Dr. Soetomo. *Care : Jurnal Ilmiah Ilmu Kesehatan*, 8(3), 447. <https://doi.org/10.33366/Jc.V8i3.1802>
- Pratiwi, R. M., & Monitha, A. W. E. (2023). Case Study Of Reducing Pain Scale In Patients Benign Prostate Hyperplasia Post TURP Uses The Murrotal Distraction Relaxation Technique. *Journal Of Scientific Research, Education, And Technology (JSRET)*, 2(2), 715–724. <https://doi.org/10.58526/Jsret.V2i2.148>
- Pulungan, M. A. (2021). *Pengaruh Teknik Relaksasi Nafas Dalam Terhadap Penurunan Intensitas Nyeri Pada Pasien Post Operasi*.
- Purnomo, B. B. (2016). *Dasar-Dasar Urologi Edisi Ketiga*. (3rd Ed.). https://fliphtml5.com/Juarez/Xzwh/Dasar-Dasar_Urologi/
- Saputra, A. A., Jamaluddin, M., & Ismail, H. (2021). Pengaruh Teknik Distraksi Dan Teknik Relaksasi Terhadap Skala Nyeri Selama Perawatan Luka Operasi. *Jurnal Ilmiah Mahasiswa & Keperawatan*, 1, 203–209. <https://jurnal.stikesnh.ac.id/index.php/jimpk/article/download/567/489/2658>
- Sari, Yuli Permata, Riasmini, Ni Made, & Guslinda. (2020). Analisis Faktor-Faktor Yang Berhubungan Dengan Tingkat Kecemasan Pada Pasien Preoperasi Bedah Mayor Di Ruang Teratai. *Menara Ilmu*, XIV(02), 133–147.
- Siburian, C. H. (2021a). Hubungan Kecemasan Dengan Kualitas Tidur Pada Pasien Pre Operasi Transurethral Resection Of The Prostate (Turp) Di Rumah Sakit Umum Imelda Pekerja Indonesia Medan. 4(2), 491–498. <https://doi.org/10.37104/ithj.V4i2.83>
- Singgih, S. (2014). *Panduan Lengkap SPSS Versi 20 (Edisi Revisi) (Edisi 20)*. Elex Media Komputindo.
- Sugiyono, P. D. (2019). *Metode Penelitian Kuantitatif* (2019th Ed.). <https://www.scribd.com/document/391327717/Buku-Metode-Penelitian-Sugiyono>
- Sukarmin, & Rizka, H. (2019). Relaksasi Benson Untuk Menurunkan Tekanan Darah Pasien Hipertensi Di Rumah Sakit Daerah Kudus. *Jurnal STIKES Muhammadiyah Kudus*, 6(3), 86–93. <https://ejr.stikesmuhkudus.ac.id/index.php/jikk/article/view/134/79>
- Sumberjaya, I. W., & Mertha, I. M. (2020). Mobilisasi Dini Dan Penurunan Skala Nyeri Pada Pasien Post Operasi TURP Benign Prostate Hyperplasia. *Jurnal Gema Keperawatan*, 13(1), 43–50. <https://doi.org/10.33992/Jgk.V13i1.1220>
- Tjahjodjati, Doddym.Soebadi, Umbas, R., Mochtar, C. A., Daryanto, B., Noegroho, B. S., Danarto, H. R., Warli, S. M., Hakim, L., & Syahrir, S. (2021). *Pembesaran Prostat Jinak (Benign Prostatic Hyperplasia / BPH)*. 8–33. https://iaui.or.id/uploads/Guidelines/2021_PPK_Pembesaran_Prostat_Jinak_BPH.Pdf
- WHO. (2018). *Benigna Prostate Hyperplasia*.
- Widianti, S. (2022). Teknik Relaksasi Nafas Dalam Terhadap Penurunan Intensitas Nyeri Pada Pasien Post Operasi Fraktur (Studi Literatur). *Jurnal Kesehatan Dan Pembangunan*, 12(23), 92–99.
- Wulandari, D. K., Hj. Ruslinawati, & Elsiyana. (2022). Efektifitas Terapi Relaksasi Slow Deep Breathing Dan Relaksasi Benson Terhadap Skala Nyeri Pada Pasien Post Operasi Benign Prostatic Hyperplasia Di Rs Bhayangkara Banjarmasin. *Jurnal Keperawatan Sriwijaya*, 9(2), 71–80. <https://doi.org/10.32539/Jks.V9i2.149>
- Zuliani, Malinti, E., Faridah, U., Sinaga, R. R., Rahmi, U., Malisa, N., Mandias, R., Matongka, S. F. Y. H., & Suwanto, T. (2021). Gangguan Pada Sistem Perkemihan. In *Deepublish* (Issue September).