



## Original Article

## Effect of Application of Benson Relaxation on Pain Reduction in Postoperative Patients with Benigna Prostate Hyperplasia at Dr. Soekardjo Hospital

Aida Sri Rachmawati<sup>1</sup>, Heri Budiawan<sup>1\*</sup>

<sup>1</sup>Nursing Department, Faculty of Health, Universitas Muhammadiyah Tasikmalaya, Jl. Tamansari Km 2,5 Tasikmalaya 46191, Indonesia

---

**Article Information**

Received: 20 June 2024  
 Revised: 25 June 2024  
 Accepted: 20 July 2024  
 Available online: 31 July 2024

**Keywords**

nursing care, acute pain, post-operative benign prostate hyperplasia, Benson relaxation

**Correspondence\***

Phone: 082316127727  
 E-mail: [potrethey@gmail.com](mailto:potrethey@gmail.com)

**Website**

<https://journal.umtas.ac.id/index.php/healthcare/index>

**Doi**

10.35568/healthcare.v6i2.5128

©The Author(s) 2024

This is an Open Access article distributed under the terms of the Creative Commons Attribution-Non Commercial 4.0 International License

---

**ABSTRACT**

Benign Prostate Hyperplasia is an enlargement of the prostate organ which generally occurs in adult men over 50 years of age. The most common complaint felt by Benign Prostate Hyperplasia sufferers is difficulty urinating which causes pain, ultimately requiring surgery, which causes pain caused by the surgical procedure. To reduce the pain caused by surgical procedures, Benson relaxation therapy is provided. The aim of this case study is to determine nursing care in reducing pain by providing Benson relaxation in post-operative patients with Benign Prostate Hyperplasia. The method used is a case study involving two respondents selected according to the criteria, namely post-operative patients with Benign Prostate Hyperplasia with the application of Benson relaxation, in accordance with the SPO by integrating the values of Al-Islam Kemuhammadiyah. The results of the case study during 3 days of implementing virginity care, both respondents experienced a decrease in the pain scale, respondent 1 experienced a decrease from a pain scale of 6 (0-10) to 0 (0-10), while respondent 2 experienced a decrease from a pain scale of 5 (0-10) becomes 0 (0-10). The conclusion is that the application of Benson relaxation has been proven to reduce pain in post-operative patients with Benign Prostate Hyperplasia. Suggestions for nursing care to be published in nursing care journals.

## PENDAHULUAN

*Benigna Prostat Hyperplasia* merupakan pembesaran organ prostat yang umumnya terjadi pada usia di atas 50 tahun merupakan penyakit system perkemihan terbanyak kedua di Indonesia setelah penyakit batu saluran kemih. *Benigna Prostat Hyperplasia* jumlah penderitanya terus meningkat dari tahun ke tahun. *World Health Organization (WHO)* mencatat penderita *Benigna Prostat Hyperplasia* di seluruh dunia mencapai 2.466.000 jiwa. Diduga akan terjadi peningkatan sejumlah 19,5 juta pada tahun 2030 bahkan bisa mengalami peningkatan melebihi 100%. Secara keseluruhan prevalensi *Benigna Prostat Hyperplasia* meningkat pada laki-laki usia lanjut.

Rumah Sakit dr. Soekardjo Kota Tasikmalaya kasus *Benigna Prostat Hyperplasia* terus meningkat jumlahnya dari tahun ke tahun. Selama tahun 2023 ditemukan sebanyak 134 orang pasien *Benigna Prostat Hyperplasia* yang dirawat di RSUD dr. Soekardjo Tasikmalaya (Rekam Medik RSUD Kota Tasikmalaya, 2023).

Penyebab dari *Benigna Prostat Hyperplasia* biasanya berkaitan dengan proses penuaan dan juga disertai dengan perubahan hormone. Dalam proses penuaan ini maka akan terjadi penurunan pada kadar testotestosterone serum dan terjadinya peningkatan pada kadar estrogen serum. Jika rasio estrogen atau androgen yang lebih tinggi akan merangsang hiperplasia jaringan prostat.

Prinsip utama dalam penanganan kasus *Benigna Prostat Hyperplasia* ini adalah menghilangkan atau mengatasi retensi urine dengan menganalisis adanya komplikasi yang sudah terjadi. Ada beberapa cara atau penanganan yang dapat dilakukan untuk untuk menangani penyakit *Benigna Prostat Hyperplasia* ini yaitu dengan cara operasi prostaktomi, watch full waiting, medikamentose, dan tindakan pembedahan (Putu Yunita Andriyani et al., 2018). Dalam menangani penyakit *Benigna Prostat Hyperplasia* tidak hanya dengan

pembedahan terbuka ada salah satu cara yang sering dilakukan untuk menangani pembesaran prostat ini yaitu tindakan *Trans Urethral Resection Of The prostate (TURP)* (Putu Yunita Andriyani et al., 2018).

Asuhan keperawatan diberikan melalui pendekatan proses keperawatan dari pengkajian, diagnose keperawatan, perencanaan, implementasi, evaluasi dengan melakukan penatalaksanaan nyeri non farmakologis ini merupakan terapi pelengkap untuk mengurangi nyeri pasca bedah bukan untuk pengganti utama terapi analgetik yang telah diberikan (Aisyah, 2020).

Pengkajian keperawatan yang ditemukan pada pasien dengan post tindakan pembedahan akan menimbulkan rasa nyeri karena suatu prosedur tindakan insisi yang dilakukan. Sebagian orang tidak akan merasa nyaman jika tubuhnya merasakan perasaan nyeri (Putu Yunita Andriyani et al., 2018).

Diagnosa keperawatan yang ditegakan akibat nyeri yang dirasakan akibat dari proses pembedahan dengan karakteristik nyeri terlokasi pada daerah abdomen bagian bawah adalah nyeri akut. Kebutuhan terbebas dari rasa nyeri merupakan salah satu kebutuhan dasar yang merupakan tujuan diberikannya asuhan keperawatan pada pasien (Putu Yunita Andriyani et al., 2018).

Perencanaan keperawatan dalam manajemen nyeri adalah suatu tindakan untuk mengurangi rasa nyeri. Penatalaksanaannya sendiri, Berdasarkan Standar Intervensi Keperawatan Indonesia (SIKI, 2018), terapi non farmakologis untuk manajemen nyeri dapat berupa hipnosis, akupuntur, terapi music, terapi pijat, kompres hangat atau dingin dan terapi relaksasi Benson (Anggraini, D. T., & Utami, T. 2024).

Relaksasi Benson merupakan salah satu dari sekian banyak relaksasi yang kini banyak diciptakan dari teknik relaksasi. Relaksasi Benson ini merupakan salah satu pengobatan non farmakologis yang sering

digunakan untuk mengurangi rasa nyeri (Arifianto et al., 2019).

Relaksasi Benson adalah metode relaksasi yang sangat sederhana, mudah pelaksanaannya, dan juga tidak memerlukan banyak biaya. Relaksasi ini memadukan unsur keyakinan pribadi atau sistem kepercayaan dengan metode respon relaksasi. Relaksasi Benson ini dapat menyebabkan penurunan aktivitas sistem saraf simpatis yang akhirnya dapat sedikit melebarkan arteri dan melancarkan peredaran darah, kemudian dapat meningkatkan transport oksigen ke seluruh jaringan terutama jaringan perifer, sehingga dapat mengurangi intensitas nyeri (Wildan, et al, 2021)

Implementasi dan Evaluasi dari Tindakan penerapan Teknik relaksasi benson berupa hasil penelitian yang dilakukan Putu Yunita Andriyani et al., (2018), teknik relaksasi Benson ini mempunyai indikasi dapat dilakukan pada pasien nyeri dengan skala tingkat ringan (1-3), dan sedang (4-6), dan tingkat nyeri terkontrol (7-8) . Dalam pandangan ajaran Islam bahwa sakit termasuk rasa nyeri adalah ujian yang di dalamnya mengandung hikmah kebaikan bagi orang-orang muslim yaitu sebagai pelepas dosa. Sebagaimana Firman Allah SWT, dalam Al-Quran surat Al-Baqarah ayat 155-157 berfirman mengenai setiap muslim pasti mendapatkan ujian seperti sakit sebagai berikut:

وَلَنَبْلُوَنَّكُمْ بِشَيْءٍ مِّنَ الْخَوْفِ وَالْجُوعِ وَنَقْصٍ مِّنَ الْأَمْوَالِ وَالْأَنْفُسِ وَالتَّمْرِ تَوْبَسِيرِ الصَّابِرِينَ ۝١٥٥ الَّذِينَ إِذَا أَصَابَتْهُمُ مُصِيبَةٌ قَالُوا إِنَّا لِلَّهِ وَإِنَّا إِلَيْهِ رَاجِعُونَ ۝١٥٦ أُولَئِكَ عَلَيْهِمْ صَلَوَاتٌ مِّن رَّبِّهِمْ وَرَحْمَةٌ وَأُولَئِكَ هُمُ الْمُهْتَدُونَ ۝١٥٧

Artinya: “Dan kami pasti akan menguji kamu dengan sedikit ketakutan, kelaparan, kekurangan harta, jiwa dan buah-buahan. Dan sampaikanlah kabar gembira kepada orang-orang yang sabar (yaitu) orang-orang yang apabila ditimpa musibah, mereka berkata “Innā lillāhi wa innā ilaihi rāji‘ūn” (sesungguhnya kami milik Allah dan kepada-Nyalah kami kembali). Mereka itulah yang memperoleh ampunan dan rahmat dari

Tuhannya, dan mereka itulah orang-orang yang mendapat petunjuk.

Di samping sakit juga dapat menjadi pelepas dosa bagi seorang muslim. Oleh sebab itu, selain diusahakan untuk berobat dan berdoa memohon kesembuhan kepada Allah Swt. Seseorang yang sedang sakit juga seharusnya bersabar. Barangkali sakit yang sedang diderita menjadi pelepas dosa-dosanya.

## METODE

Metode penelitian dengan studi kasus deskriptif, dengan menggunakan pendekatan proses keperawatan dari pengkajian, diagnose, perencanaan, implementasi, evaluasi. Asuhan keperawatan berupa pemberian teknik relaksasi benson yaitu pengembangan relaksasi mendalam yang melibatkan faktor keyakinan dengan menyebut nama-nama asmaul khusna atau nama-nama Tuhan sesuai standar prosedur operasional (SPO).

## HASIL

Tabel 1. Evaluasi Keperawatan

Klien 1 (Tn. N)				
Hari Ke	Sebelum dilakukan relaksasi Benson	Skala	Sesudah dilakukan relaksasi Benson	Skala
1	Sesi 1:	nyeri 6	Sesi 1:	nyeri 5
	Sesi 2:	nyeri 5	Sesi 2:	nyeri 4
2	Sesi 1:	nyeri 5	Sesi 1:	nyeri 4
	Sesi 2:	nyeri 4	Sesi 2:	nyeri 3
3	Sesi 1:	nyeri 3	Sesi 1:	nyeri 2
	Sesi 2:	nyeri 2	Sesi 2:	nyeri 0
Klien 2 (Tn. E)				
Hari Ke	Sebelum dilakukan relaksasi Benson	Skala	Sesudah dilakukan relaksasi Benson	Skala
1	Sesi 1:	nyeri 1	Sesi 1:	nyeri 1

	nyeri 5	5		
	Sesi 2: Skala nyeri 5		Sesi 2: Skala nyeri 4	
2	Sesi 1: Skala nyeri 4		Sesi 1: Skala nyeri 3	
	Sesi 2: Skala nyeri 3		Sesi 2: Skala nyeri 2	
3	Sesi 1: Skala nyeri 2		Sesi 1: Skala nyeri 1	
	Sesi 2: Skala nyeri 1		Sesi 2: Skala nyeri 0	

## PEMBAHASAN

Asuhan keperawatan dilakukan dengan mengintegrasikan nilai Al-Islam dan kemuhammadiyah yang dilakukan berdasarkan proses keperawatan meliputi pengkajian, diagnosa, perencanaan, implementasi, dan evaluasi keperawatan. Pengkajian merupakan langkah awal yang dilakukan dalam melakukan asuhan keperawatan kepada pasien. Metode pengumpulan data yang dilakukan dalam tahap ini adalah wawancara, pemeriksaan fisik (inspeksi, palpasi, perkusi, auskultasi), observasi dan dokumentasi. Benigna Prostat Hyperplasia adalah penyakit yang terjadi sejak cukup umur atau dewasa dan biasanya muncul pada pria yang berusia lebih dari 50 tahun (Putu Yunita Andriyani et al., 2018).

Sejalan dengan hasil penelitian yang didapatkan di lapangan bahwa penderita penyakit Benigna Prostat Hyperplasia ini terjadi pada usia di atas 50 tahun yaitu responden 1 67 tahun dan responden 2 76 tahun. Keluhan yang muncul pada pasien post operasi Benigna Prostat Hyperplasia menurut (Purwanza et al., 2022) yaitu nyeri. Berdasarkan hasil pengkajian skala nyeri responden 1 adalah 6 dari rentang skala (0-10) sedangkan responden 2 hasil pengkajian skala nyeri 5 dari rentang skala (0-10).

Diagnosa keperawatan bertujuan untuk mengidentifikasi respon klien individu, terhadap situasi yang berkaitan dengan kesehatan (PPNI, 2017).

Berdasarkan SDKI (2017) diagnosa yang dapat muncul pada pasien post operasi Benigna Prostat Hyperplasia adalah nyeri akut berhubungan dengan agen pencedera fisik (prosedur operasi). Diagnosa ditegakkan berdasarkan data hasil temuan pada proses pengkajian berdasarkan tanda dan gejala mayor dan minor.

Perencanaan keperawatan adalah perilaku atau aktivitas spesifik yang dikerjakan oleh perawat untuk mengimplementasikan intervensi keperawatan (PPNI, 2018). Perencanaan disusun berdasarkan konsep dan teori asuhan keperawatan dan Al-Qur'an serta hadist yang mendasarinya. Terapeutik atau Teknik non farmakologis untuk menurunkan nyeri berupa pemberian teknik relaksasi benson. Menurut Putu Yunita Andriyani et al., (2018) relaksasi Benson ini dapat menyebabkan penurunan aktivitas sistem saraf simpatis yang akhirnya dapat sedikit melebarkan arteri dan melancarkan peredaran darah, kemudian dapat meningkatkan transport oksigen ke seluruh jaringan terutama jaringan perifer, sehingga dapat mengurangi intensitas nyeri. Hal ini didasari menurut Al-Quran surat At-Taubah ayat 51 berikut ini:

قُلْ لَنْ يُصِيبَنَا إِلَّا مَا كَتَبَ اللَّهُ لَنَا هُوَ مَوْلَانَا وَعَلَى اللَّهِ فَلْيَتَوَكَّلِ الْمُؤْمِنُونَ

Artinya: “Katakanlah (Muhammad), Tidak akan menimpa kami kecuali apa yang telah Allah tetapkan untuk kami. Dialah pelindung kami, dan hanya kepada Allah orang-orang beriman harus bertawakal”. (QS. At-Taubah: 51). Ayat tersebut menerangkan bahwa kita yakin Allah SWT pasti akan menolong hambanya yang sedang mengalami kesengsaraan. Akan tetapi sebelum kita pasrah dengan segala sesuatu yang terjadi dalam diri kita, kita terlebih dahulu harus berusaha dan berikhtiar untuk mencari jalan keluarnya. Implementasi keperawatan melaksanakan rencana keperawatan yang di lihat dari diagnosa keperawatan. Dimana seorang perawat membantu pasien dalam meningkatkan status kesehatan mereka

melebihi kriteria keberhasilan yang telah ditentukan. (Manullang, 2020).

Penelitian yang dilakukan Putu Yunita Andriyani et al., (2018) perencanaan keperawatan untuk mengatasi masalah nyeri pada pasien post operasi Benigna Prostat Hyperplasia, yaitu dengan melakukan relaksasi Benson dalam 1-2 kali sehari selama 10 menit. Sedangkan menurut penelitian Purwanza et al., (2022) relaksasi Benson dilakukan satu kali sehari selama 10 menit.

Adapun fokus implementasi berupa penerapan hasil penelitian yang dilakukan berdasarkan perencanaan pada kedua responden yaitu dengan memberikan relaksasi Benson selama 10 – 15 menit 2 kali sehari sesuai dengan standar prosedur operasional (SPO) dengan mengintegrasikan nilai-nilai Al-Islam Kemuhammadiyah yaitu membaca basmalah sebelum tindakan dan mengakhiri tindakan dengan membaca hamdalah dan doa untuk kesembuhan.

Evaluasi keperawatan dari pemberian tindakan teknik relaksasi benson , yaitu didapatkan hasil skala nyeri pada responden 1 sebelum diberikan relaksasi Benson adalah 6 (0 – 10) menjadi 4, sedangkan pada responden 2 sebelum diberikan relaksasi Benson skala nyerinya adalah 5 (0 – 10) menjadi 4. Pemberi asuhan melakukan rencana tindak lanjut (discharge planning) yaitu mendelegasikan kepada perawat ruangan untuk melanjutkan tindakan penurunan nyeri sampai masalah teratasi.

## KESIMPULAN DAN SARAN

Pemberian tindakan relaksasi benson terbukti menghasilkan perubahan skala nyeri. Pemberi asuhan melakukan rencana tindak lanjut (discharge planning) yaitu mendelegasikan kepada perawat ruangan untuk melanjutkan tindakan penurunan nyeri sampai masalah teratasi.

## DAPFTAR PUSTAKA

- 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>
- Putu yunita andriyani, n., indah sintya dewi, p., made dwi yunica astriani, n., studi, p. S., keperawatan, i., & tinggi ilmu kesehatan buleleng, s. (2018). Pengaruh terapi relaksasi benson terhadap intensitas nyeri pasien post operasi benigna prostat hyperplasia (the effect of benson relaxation therapy to patients post surgery pain intensity benign prostate hyperplasiain kamboja room general hospital bulelen. In *jurnal kesehatan MIDWINERSLION* (Vol. 3, Issue 1). <http://ejournal.stikesbuleleng.ac.id/index.php/Midwinerslion%7C12>
- Purwanza, S. W., Emilia, N. L., Sarman, J. N. R., Susanto, D., Anggreyni, M., Janice, J., & Yanriatuti, I. (2022). Pengaruh Teknik Relaksasi Benson Terhadap Penurunan Skala Nyeri Pada Pasien Post Operasi TUR-P. *Adi Husada Nursing Journal*, 8(2), 93. <https://doi.org/10.37036/ahnj.v8i2.303>
- Manullang, P. S. (2020). Implementasi Asuhan Keperawatan. *Osf.io*, 2001, 1–7. <https://osf.io/md3qj/download>.
- Asyiah, n. (2020). Penerapan proses keperawatan untuk meningkatkan asuhan keperawatan di rumah sakit.
- SIKI (2018). *Standar Intervensi Keperawatan Indonesia*. PPNI
- SDKI (2017). *Standar Diagnosa Keperawatan Indonesia*. PPNI
- Anggraini, D. T., & Utami, T. (2024). Penerapan Teknik Relaksasi Benson pada Ny M dengan Nyeri Akut. *Jurnal*

*Penelitian Perawat Profesional*, 6(2),  
647-658.

Wildan, A. M., Wirotomo, T. S., & Rofiqoh, S.  
(2021). Literature Review: Pengaruh  
Tekhnik Relaksasi Benson Terhadap  
Nyeri Pada Pasien Post Operasi  
Benigna Prostat Hyperplasia.  
In *Prosiding Seminar Nasional  
Kesehatan* (Vol. 1, pp. 1274-1279).