

## Efektifitas relaksasi Benson terhadap nyeri pasca bedah pada pasien TUR Prostat di Ruma Sakit Umum Pusat Fatmawati Jakarta

Gad Datak, author

Deskripsi Lengkap: <https://lib.ui.ac.id/detail?id=127176&lokasi=lokal>

---

### Abstrak

Relaksasi Benson merupakan pengembangan metode respons relaksasi dengan melibatkan faktor keyakinan pasien yang dapat mengurangi nyeri pasca bedah. Relaksasi Benson berfokus pada kata atau kalimat tertentu yang diucapkan berulang kali dengan ritme yang teratur disertai sikap pasrah kepada Tuhan sesuai dengan keyakinan pasien. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui efektifitas Relaksasi Benson dalam menurunkan nyeri pasien pasca bedah TUR Prostat. Metode penelitian ini adalah quasi-eksperimental dengan pre test and post test design with control group. Pengambilan sampel dilakukan dengan consecutive sampling. Jumlah sampel 14 orang, 7 orang kelompok intervensi dan 7 orang kelompok kontrol. Kelompok intervensi diberikan kombinasi Relaksasi Benson dan terapi analgesik dan kelompok kontrol hanya diberikan terapi analgesik. Intervensi Relaksasi Benson dilakukan setelah pemberian analgesik dengan durasi 15 menit setiap hari selama dua hari. Sebelum dan sesudah intervensi pada kelompok intervensi dan kelompok kontrol dilakukan pengukuran nyeri dengan Numeric Rating Scale. Sehari sebelum operasi dan sehari sesudah operasi diukur kecemasan menggunakan Visual Analog Scale. Hasil penelitian menunjukkan bahwa kombinasi Relaksasi Benson dan terapi analgesik lebih efektif untuk menurunkan rasa nyeri pasca bedah pada pasien TUR Prostat dibandingkan hanya terapi analgesik saja ( $p=0,019$ ). Karakteristik budaya dan kecemasan tidak berkontribusi terhadap nyeri pasca bedah TUR Prostat ( $p >0,05$ ). Implikasi dari penelitian ini adalah Relaksasi Benson dapat digunakan untuk mengurangi nyeri pasca bedah TUR Prostat elektif dan perlu direplikasikan dan dikembangkan lagi.

Benson Relaxation is the development of response relaxation method by involving patient belief factor to relieve postoperative pain. It focuses on certain words or sentences pronounced many times in a regular rhythm followed by resignation to The God as patient belief. This research was aimed to explore effectiveness of Benson relaxation in relieving postoperative pain TUR prostate. The method used in this study was quasi experimental using pre test and post test design with control group. A total of 14 consecutive samples participated in this study, divided into two groups, intervention and control group, seven participants respectively. Those in intervention group received Benson Relaxation combined with analgesic therapy whereas those control group given analgesic therapy alone. Benson Relaxation intervention given after analgesic was taken, for 15 minutes every day for two days. Before and after the intervention for both groups, pain scale was measured by using Numeric Rating Scale. A day before and after the surgery, anxiety level was measured by using Visual Analogue Scale. The results revealed that combination Benson relaxation and analgesic therapy was more analgesic therapy alone ( $p=0,019$ ). Culture and anxiety factors did not contribute to postoperative pain of TUR Prostate ( $p >0,05$ ). The Implication of this research was Benson Relaxation can be employed to relieve postoperative pain of elective TUR prostate, and it is needed for further replication and development.