

**ASUHAN KEPERAWATAN MEDIKAL BEDAH *POST OP* BPH DENGAN  
TERAPI INTERVENSI *PROGRESIF MUSCLE RELAXATION* (PMR)  
UNTUK MENURUNKAN INTENSITAS NYERI DI RUANG  
ZAMRUD IHC RS ELIZABETH**

**KARYA ILMIAH AKHIR**



**Oleh :  
Afin Al Muchtary  
23101002**

**PROGRAM STUDI PROFESI NERS  
FAKULTAS ILMU KESEHATAN  
UNIVERSITAS dr. SOEBANDI  
JEMBER  
2024**

# LEMBAR PENGESAHAN

**ASUHAN KEPERAWATAN MEDIKAL BEDAH POST OP BPH DENGAN TERAPI INTERVENSI  
PROGRESIF MUSCLE RELAXATION (PMR) UNTUK MENURUNKAN INTENSITAS NYERI DI  
RUANG ZAMRUD IHC RS ELIZABETH**

**DI RUANG ZAMRUD IHC RS ELIZABETH SITUBONDO**

## KARYA ILMIA AKHIR NERS

**Oleh:**

**Afin Al Muchtary  
NIM. 23101002**


Telah berhasil dipertahankan di hadapan Dewan Penguji dalam ujian sidang karya ilmiah akhir ners pada tanggal 28 Bulan Oktober Tahun 2024 dan telah di terima sebagai bagian persyaratan yang di perlukan untuk meraih gelar Ners pada Program Studi Profesi Ners Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas dr. Soebandi Jember

### DEWAN PENGUJI

- Penguji 1 : Fatmawati, S.Kep., Ns  
NIP. 590212951218054
- Penguji 2 : Ns. Andi Eka Pranata., S.ST., S.Kep., M.Kes  
NIDN. 0722098602
- Penguji 3 : Achmad Sya'id., S.Kp., Ns., M.Kep  
NIDN. 0701068103

(  
  
(  
  
(  
  
(  
  
(

Ketua Program Studi Profesi Ners,

  
Emi Eliya Asfutik, S. Kep., Ns., M. Kep.  
NIDN: 0720028703



## ABSTRAK

Muchtary, Afin Al.\* Syaid, Achmad.\*\*. 2024. Karya Ilmiah Akhir. **Asuhan Keperawatan Medikal Bedah Post Op BPH Dengan Terapi Intervensi *Progresif Muscle Relaxation* (PMR) Untuk Menurunkan Intensitas Nyeri di Ruang Zamrud IHC RS Elizabeth.** Program Studi Profesi Ners. Fakultas Ilmu Kesehatan, Universitas dr Soebandi.

**Latar Belakang:** *Benigna Prostat Hiperplasia* (BPH) adalah kelenjar prostat yang mengalami pembesaran sehingga dapat menyumbat uretra pars prostatika dan menyebabkan terhambatnya aliran urin keluar dari vesika. *Benigna Prostat Hyperplasia* (BPH) dapat ditangani secara konservatif maupun operatif. tindakan operatif berupa prostatektomi, Insisi Prostat Transuretral (TUIP), dan Transuretral Reseksi Prostat (TURP). Tindakan nyeri akut post TURP BPH disebabkan oleh resektoskopi yang dimasukkan melalui uretra untuk mereksi kelenjar prostat yang obstruksi sehingga menimbulkan luka bedah atau trauma pada uretra yang mengakibatkan nyeri. Teknik relaksasi yang bisa diberikan kepada pasien dengan post op BPH adalah teknik relaksasi otot progresif. **Metode:** Karya ilmiah akhir ners ini menggunakan metode deskriptif dalam bentuk case study dengan pendekatan asuhan keperawatan. **Hasil:** Hasil penelitian menunjukkan adanya pengaruh *Progresif Muscle Relaxation* (PMR) Terhadap Penurunan Intensitas Nyeri pada Pasien Post Op BPH di ruang Zamrud IHC RS Elizabeth Situbondo dibuktikan dengan adanya penurunan nyeri setelah diberikan intervensi relaksasi otot progresif 15 menit dilakukan selama 3 hari. **Diskusi:** Saat klien mencapai relaksasi penuh, maka persepsi nyeri berkurang dan rasa cemas terhadap pengalaman nyeri menjadi minimal selain itu terapi relaksasi progresif dapat menimbulkan efek rileks pada pasien sehingga rasa tidak nyaman akibat nyeri post operasi menjadi berkurang.

Kata Kunci : *Progresif Muscle Relaxation* (PMR), Nyeri, BPH

\* Peneliti

\*\*Pembimbing I