

## AFIRMASI POSITIF TERHADAP PEINGKATAN MOBILISASI PADA PASIEN POST OPERASI BENIGNA PROSTAT HIPERPLASIA (BPH)

Sukesih<sup>a</sup>, Heny Siswanti<sup>b</sup>

Dosen STIKES Muhammadiyah Kudus, 59316, Jawa Tengah, Indonesia.  
[sukesih@stikesmuhkudus.ac.id](mailto:sukesih@stikesmuhkudus.ac.id)

Dosen STIKES Muhammadiyah Kudus, 59316, Jawa Tengah, Indonesia.  
[henyiswanti@stikesmuhkudus.ac.id](mailto:henyiswanti@stikesmuhkudus.ac.id)

---

### Abstrak

Mobilisasi merupakan masalah yang sering dialami oleh pasien post operasi BPH karena tidak berani melakukan mobilisasi seperti miring kanan dan miring kiri, duduk di tempat tidur dikarenakan banyaknya alat- alat medis yang terpasang pada tubuhnya, misalnya slang infus, kateter, irigasi cairan, serta drainase. Salah satu penatalaksanaan non farmakologi adalah pemberian afirmasi positif yang bertujuan untuk mempengaruhi pikiran bawah sadar sehingga pasien mau melakukan miring kanan kiri, duduk dan berjalan. Tujuan penelitian ini untuk mengetahui pengaruh afirmasi positif terhadap peningkatan mobilisasi pada pasien post operasi BPH. Jenis penelitian yang digunakan adalah quasi experiment dengan desain yang digunakan pre-posttest with control group data hasil penelitian akan diolah dengan uji time series, instrument mobilisasi menggunakan observasi dan instrument afirmasi positif menggunakan buku kerja. Populasi dalam penelitian ini adalah 30 pasien post operasi BPH yang terdiri dari 15 kelompok intervensi dan 15 kelompok kontrol dengan tehnik total sampling. Hasil uji time series nilai mean absolute persentase error (MAPE) pada kelompok intervensi pre hari ke 1 sebelum afirmasi 15,182, post hari ke 1 sesudah afirmasi 18,121, post hari ke 2 sesudah afirmasi 20,735, post hari ke 3 sesudah afirmasi 23,135, post hari ke 4 sesudah afirmasi 25,67 mendekati 1 yang artinya nilai model peramalan terdapat penyesuaian yang besar untuk setiap kesalahan yang terjadi pada nilai model ramalan sebelumnya sehingga hasil perlakuan afirmasi positif mempengaruhi secara signifikan terhadap peningkatan mobilisasi, sedangkan pada kelompok kontrol pre hari ke 1 sebelum afirmasi 11,558, post hari ke 1 sesudah afirmasi 14,683, post hari ke 2 sesudah afirmasi 16,556, post hari ke 3 sesudah afirmasi 18,805, post hari ke 4 sesudah afirmasi 20,829 mendekati nol yang artinya nilai model peramalan sangat mirip dengan nilai model sebelumnya sehingga hasil perlakuan afirmasi positif mempengaruhi secara tidak signifikan terhadap peningkatan mobilisasi. Kesimpulan: Ada pengaruh afirmasi positif terhadap peningkatan mobilisasi pada pasien post operasi BPH.

**Kata kunci:** Afirmasi positif, mobilisasi

### Abstract

Mobilization is a problem that is often experienced by postoperative BPH patients because they do not dare to mobilize such as right tilt and left tilt, sitting on the bed due to the many medical devices installed on the body, such as infusion tube, catheter, fluid irrigation, and drainage. One non-pharmacological management is the provision of positive affirmations aimed at influencing the subconscious mind so that the patient is willing to do a right-left tilt, sit and walk. The purpose of this study was to determine the effect of positive affirmation on increasing mobilization in postoperative patient of BPH. The type of research used is quasi experiment with design that used pre-posttest with control group. The result data will be processed by time series test, instrument mobilization using observation and positive affirmation instrument using workbook. The population in this study were 30 postoperative BPH patients consisting of 15 intervention groups and 15 control groups with total sampling technique. Time series test result of mean absolute percentage error (MAPE) in the pre day 1 pre intervention group before affirmation 15,182, post day 1 after affirmation 18,121, post 2nd day after affirmation 20,735, post 3rd day after affirmation 23,135, post day to 4 after affirmation 25.67 approaches 1 which means the value of the forecasting model there is a large adjustment for each error that occurs in the value of the previous prediction model so that the positive affirmation treatment affects significantly to the increase of mobilization, while in the pre-day control group before affirmation 11,558, Post day 1 after affirmation 14,683, post day 2 after affirmation 16,556, post day 3 after affirmation 18,805, post day 4 after affirmation 20,829 close to zero which mean value of forecasting model very similar to previous model value so positive affirmation result Affecting insignificantly on the increase in mobilization. Conclusion: There is a positive affirmation effect on increased mobilization in postoperative BPH patients

---

**Keywords:** positive affirmations, mobilization.

## I. PENDAHULUAN

*Benigna Prostate Hiperplasia* (BPH) dianggap menjadi bagian dari proses penuaan yang normal, tetapi jika menimbulkan gejala yang berat dan tidak segera ditangani dapat menimbulkan komplikasi apabila dibiarkan tanpa pengobatan yaitu pembentukan batu *vesika* akibat selalu terdapat sisa urin setelah buang air kecil, sehingga terjadi pengendapan batu, tekanan *intra vesika* yang selalu tinggi tersebut apabila diteruskan ke ureter dan ginjal akan terjadi *hidroureter* dan *hidronefrosis* yang akan mengakibatkan penurunan fungsi ginjal.<sup>6</sup> Hasil penelitian di Amerika menurut Wibowo (2009) menunjukkan data bahwa semakin bertambahnya usia maka angka kejadian BPH semakin tinggi, hal ini berlaku sama dengan kejadian di Indonesia yaitu 50 % kejadian BPH dialami oleh laki-laki yang berusia 60-70 tahun dan 80% dialami oleh laki-laki yang berusia 80 tahun.<sup>6</sup>

Jumlah pasien yang melakukan operasi BPH di rumah sakit RAA Soewondo Pati berdasarkan catatan rekam medis pada bulan April 2016 sampai dengan bulan Juni 2016 sebanyak 30 pasien. Berdasarkan wawancara dan observasi di ruang bougenfile dan ruang mawar keluhan pasien yang dirasakan post operasi BPH adalah tidak berani melakukan mobilisasi seperti miring kanan dan miring kiri, duduk di tempat tidur dikarenakan banyaknya alat-alat medis yang terpasang pada tubuhnya, misalnya slang infus, kateter, irigasi cairan, serta drainase.

Mobilisasi merupakan kemampuan individu untuk bergerak secara bebas, mudah, dan teratur dengan tujuan untuk memenuhi kebutuhan aktifitas guna mempertahankan kesehatannya.<sup>2</sup> Mobilisasi juga sangat diperlukan untuk mempertahankan fungsi tubuh, memperlancar peredaran darah, membantu pernafasan menjadi lebih baik, mempertahankan tonus otot, memperlancar eliminasi alvi, dan urin, serta mengembalikan aktifitas tertentu sehingga pasien dapat kembali normal atau dapat memenuhi kebutuhan gerak harian.<sup>1</sup>

Pelaksanaan mobilisasi di rumah sakit pada pasien post operasi BPH belum sepenuhnya dilakukan oleh perawat, pasien melakukan mobilisasi hari ke 3 bisa miring kanan dan miring kiri, hari ke 4 belajar duduk, hari kelima latihan berdiri, hari ke enam dan ketujuh latihan ke kamar mandi.

Tujuan dari intervensi mobilisasi adalah mengubah persepsi klien tentang mobilisasi, mengubah perilaku mobilisasi, dan memberi klien rasa pengendalian yang lebih besar.<sup>7</sup> Salah satu tindakan non farmakologi untuk peningkatan mobilisasi yaitu dengan afirmasi positif. Afirmasi positif merupakan kalimat pendek yang berisi pikiran positif yang bisa mempengaruhi pikiran bawah sadar untuk membantu mengembangkan persepsi yang positif.<sup>6</sup>

Beberapa penelitian yang telah dilakukan terkait pemberian afirmasi positif adalah penelitian yang dilakukan oleh Wahyuni (2012) didapatkan bahwa ada pengaruh afirmasi positif pada anak usia sekolah terhadap tingkat kecemasan akibat hospitalisasi di ruang bougenfile RSUD Kudus. Hasil penelitian ini menunjukkan bahwasanalisis uji *wilcoxon signed rank test* didapatkan nilai *p value* = 0,005 (*p value* <  $\alpha$  0,05).

## II. METODE PENELITIAN

Jenis penelitian yang digunakan adalah *quasi experiment* dengan desain yang digunakan *pre-posttest with control group* data hasil penelitian akan diolah dengan uji *time series*, instrument mobilisasi menggunakan observasi dan instrument afirmasi positif menggunakan buku kerja. Populasi dalam penelitian ini adalah 30 pasien post operasi BPH yang terdiri dari 15 kelompok intervensi dan 15 kelompok kontrol dengan tehnik total sampling.

Pengumpulan data dilakukan setelah menetapkan kelompok responden. Kedua kelompok dibedakan

ruangan sesuai kelas rumah sakit untuk meminimalkan interaksi. Data pra intervensi diambil untuk mengidentifikasi tingkat mobilisasi pasien post operasi BPH sebelum mendapatkan penatalaksanaan dengan

menggunakan lembar observasi tingkat mobilisasi. Pemberian afirmasi positif dilakukan 1 kali selama 5 hari pada kelompok intervensi kemudian evaluasi dilakukan di hari ke 5, waktu mengucapkan afirmasi positif selama 10 menit dengan waktu ketika bangun tidur, setelah istirahat atau meditasi dan sebelum tidur agar pernyataannya lebih sugestif karena berada pada saat gelombang otak sedang *reseptif*, kondisinya dengan penuh harapan seperti dalam doa.

### III. HASIL DAN PEMBAHASAN

Distribusi umur responden antara kelompok intervensi dan kontrol adalah sebagian besar yang berumur 50-65 tahun sebanyak 7 orang (46,7%) dan sebagian kecil > 80 tahun sebanyak 3 orang (20,0%) pada kelompok intervensi. Pada kelompok kontrol sebagian besar umur responden 66-80 tahun sebanyak 8 orang (53,4%) dan sebagian kecil > 80 tahun sebanyak 1 orang (6,6%).

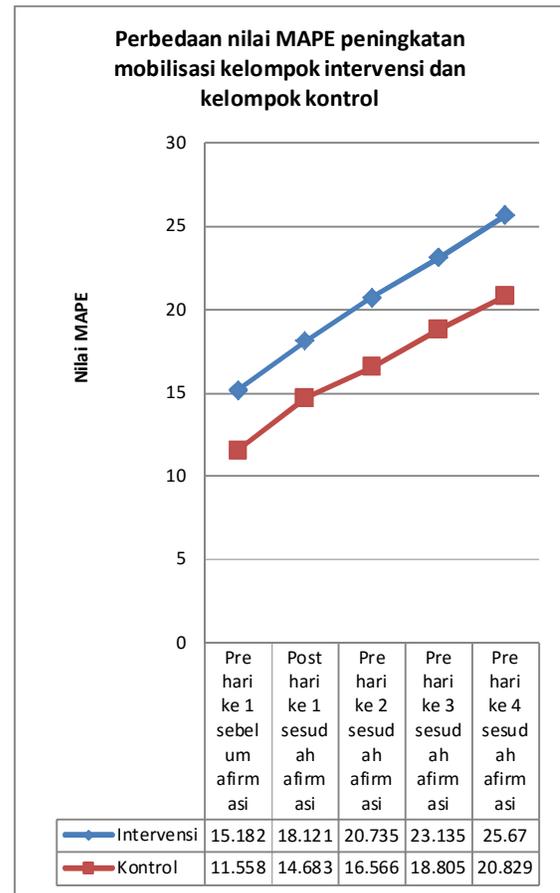
Tabel 1  
Distribusi Frekuensi Karakteristik Responden Berdasarkan Umur

Variabel	Kontrol		Intervensi		Total	
	f	%	f	%	f	%
Umur						
50-65	6	40,0	7	46,7	13	43,3
66-80	8	53,4	5	33,3	13	43,3
> 80	1	6,6	3	20,0	4	13,4

Hasil uji *time series* nilai *mean absolute percentage error* (MAPE) pada kelompok intervensi pre hari ke 1 sebelum afirmasi 15,182, post hari ke 1 sesudah afirmasi 18,121, post hari ke 2 sesudah afirmasi 20,735, post hari ke 3 sesudah afirmasi 23,135, post hari ke 4 sesudah afirmasi 25,67 mendekati 1 yang artinya nilai model peramalan terdapat penyesuaian yang besar untuk setiap kesalahan yang terjadi pada nilai model ramalan sebelumnya sehingga hasil perlakuan afirmasi positif mempengaruhi secara signifikan terhadap peningkatan mobilisasi, sedangkan pada kelompok kontrol pre hari ke 1 sebelum afirmasi 11,558, post hari ke 1 sesudah afirmasi 14,683, post hari ke 2 sesudah afirmasi 16,556, post hari ke 3 sesudah afirmasi 18,805, post hari ke 4 sesudah afirmasi 20,829 mendekati nol yang artinya nilai model peramalan sangat mirip dengan

nilai model sebelumnya sehingga hasil perlakuan afirmasi positif mempengaruhi secara tidak signifikan terhadap peningkatan mobilisasi.

Grafik Rata-rata Peningkatan mobilisasi Pre Hari Ke 1 Sebelum Afirmasi Positif Dan Post Hari Ke 1 Sampai Hari Ke 4 Sesudah Dilakukan Afirmasi Positif Pada Kelompok Intervensi Dan Kelompok Kontrol.



Hasil penelitian menunjukkan persentase umur responden mayoritas berada pada rentang umur 66-80 tahun yaitu sebanyak 8 (53,5%). Menurut Purnomo (2011) Terdapat perubahan mikroskopik pada prostat laki-laki usia 30-40 tahun bila perubahan mikroskopik ini berkembang maka akan terjadi perubahan patologik anatomi yang terjadi pada laki-laki usia 60 tahun, dan angka kejadiannya sekitar 50%, untuk usia > 60 tahun. Umur sangat erat kaitannya dengan proses penuaan, penambahan usia akan meningkatkan perubahan keseimbangan testosteron dan estrogen yang dapat terjadi pada usia 50 tahun keatas.<sup>6</sup>

Hasil ini sejalan dengan hasil penelitian yang dilakukan oleh Wantonoro (2015) yang menyatakan bahwa peningkatan jumlah pasien BPH terjadi pada usia > 60 tahun. Hasil penelitian ini juga sesuai dengan Sriyatun (2013) yang menjelaskan bahwa umur merupakan salah satu faktor yang dapat mempengaruhi kesehatan seseorang, di negara berkembang kebanyakan penderita BPH berusia antara 60 sampai 80 tahun karena proses penuaan.

Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa pre hari ke 1 sebelum dilakukan afirmasi positif dan post hari ke 1 sampai hari ke 4 sesudah dilakukan afirmasi positif pada kelompok intervensi kemudian evaluasi dilakukan setiap hari untuk peningkatan mobilisasi pada jam 20.00 WIB, waktu mengucapkan Afirmasi positif selama 10 menit dengan waktu ketika bangun tidur, setelah istirahat atau meditasi dan sebelum tidur agar pernyataannya lebih sugestif karena berada pada saat gelombang otak sedang *reseptif*, kondisinya dengan penuh harapan seperti dalam doa, afirmasi yang dilakukan responden adalah dengan cara mengulang kata “Saya bisa miring kanan dan kiri, saya bisa duduk, saya bisa berjalan”.

Berdasarkan hasil yang diperoleh dalam penelitian ini menunjukkan bahwa afirmasi positif mempunyai pengaruh yang signifikan terhadap peningkatan mobilisasi dengan melihat nilai *mean absolute percentage error* (MAPE) dan nilai *mean absolute error* (MAE) mendekati 1 yang artinya nilai model peramalan terdapat penyesuaian yang besar untuk setiap kesalahan yang terjadi pada nilai model ramalan sebelumnya sehingga hasil perlakuan afirmasi positif mempengaruhi secara signifikan terhadap penurunan nyeri pada kelompok intervensi.

Berdasarkan hasil yang diperoleh dalam penelitian ini, terlihat bahwa pemberian afirmasi positif mempunyai pengaruh yang signifikan terhadap peningkatan mobilisasi. Perbedaan yang signifikan antara kelompok intervensi maupun kelompok kontrol dikarenakan bahwa pada pengukuran dilakukan afirmasi positif terhadap mobilisasi pada pasien BPH pasien tidak berani melakukan mobilisasi seperti miring kanan dan miring kiri, duduk di tempat tidur dikarenakan banyaknya alat-alat medis yang

terpasang pada tubuhnya, misalnya slang infus, kateter, irigasi cairan, serta drainase, sesudah dilakukan afirmasi positif ditunjukkan dengan sikap responden yang mampu melakukan mobilisasi seperti miring kanan, miring kiri, duduk ditempat tidur, dan berjalan.

Mobilisasi setelah operasi yaitu proses aktivitas yang dilakukan setelah operasi dimulai dari latihan ringan diatas tempat tidur sampai dengan bisa turun dari tempat tidur, berjalan ke kamar mandi dan berjalan ke luar kamar.<sup>9</sup> Tujuan dari mobilisasi menurut Susan J. Garrison (2004), antara lain: 1. Mempertahankan fungsi tubuh. 2. Memperlancar peredaran darah sehingga mempercepat penyembuhan luka. 3. Membantu pernafasan menjadi lebih baik. 4. Mempertahankan tonus otot. 5. Memperlancar eliminasi urin. 6. Mengembalikan aktivitas tertentu sehingga pasien dapat kembali normal dan atau dapat memenuhi kebutuhan gerak harian. 7. Memberi kesempatan perawat dan pasien untuk berinteraksi atau berkomunikasi.

Afirmasi positif bekerja melalui pikiran bawah sadar yang melewati *Reticular Activating System* (RAS) yang merupakan pintu gerbang pikiran bawah sadar tanpa seleksi dari otak sisi kiri. Sugesti yang ditanamkan menggunakan bahasa yang sederhana, mudah dimengerti dan spesifik serta menggunakan kata “bayangkan” atau “rasakan”.<sup>5</sup> Afirmasi positif yang diberikan yaitu mengulang kata “Saya bisa miring kanan dan kiri, saya bisa duduk, saya bisa berjalan”. Setelah pesan tersebut mengendap dalam pikiran bawah sadar maka pesan tersebut akan ditransmisikan ke pikiran sadar yang menyebabkan perubahan perilaku baru, ingatan dan suasana emosi yang baru yang didasarkan pada pesan yang sudah tertanam dalam pikiran bawah sadar. *The power of suggestion* (kekuatan kata-kata dalam sugesti), suasana lingkungan dan emosi adalah stimulus eksternal berupa suatu pesan yang ditanamkan kedalam pikiran bawah sadar.<sup>9</sup>

#### IV. KESIMPULAN

Ada pengaruh afirmasi positif terhadap peningkatan mobilisasi pada pasien post operasi BPH. Rata-rata peningkatan mobilisasi kelompok intervensi dan kelompok kontrol sesudah dilakukan afirmasi positif hari ke 1

sampai hari ke 4 menunjukkan adanya perbedaan

## DAFTAR PUSTAKA

- Guyton & Hall. (2008). *Buku Ajar Fisiologi Kedokteran*. EGC: Jakarta.
- Hidayat, Alimul. (2006). *Kebutuhan Dasar Manusia (aplikasi konsep dan proses keperawatan)*. Jakarta: Salemba Medika.
- Kozier dkk, (2010). *Buku Ajar Fundamental Keperawatan: Konsep, Proses & Praktik edisi VII Volume 1*. Jakarta: EGC.
- Muttaqin, A. (2011). *Asuhan Keperawatan Gangguan Sistem Perkemihan*. Jakarta: Salemba Medika
- Nabahan, Margaretha. (2010). *Teknik Afiriasi dan Visualisasi*. <http://kesehatan.com/2010/04/04/teknik-afiriasi-dan-visualisasi/>. Diunduh tanggal 30 April 2016.
- Nursalam dan B, Fransisca. (2009). *Asuhan Keperawatan pada pasien dengan gangguan sistem perkemihan*. Jakarta: Salemba Medika
- Potter., Perry. (2005). *Fundamental Keperawatan, Konsep, Proses dan Praktik*, Edisi 4, Volume 2, Jakarta : EGC.
- Perry, A. & Potter, P.A., (2006). *Buku Ajar Fundamental Keperawatan: Konsep, Proses dan Praktek*. (4<sup>th</sup> ed.). EGC: Jakarta
- Purnomo, B.B. (2011). *Dasar-Dasar Urologi*. Edisi 3. Jakarta: Sagung Seto
- Prasodjo, Benard. (2010). *Afirmasi*. <http://prana-indonesia.com/artikel-2/apa-itu-afiriasi>.
- Sjamsuhidajat, R, Warko Karnadihardja, Theddeus O.H. Prasetyono, Reno Rudiman (ed). (2011). *Buku Ajar Ilmu Bedah*. Jakarta. EGC
- Smeltzer, S.C., & Bare, B.G. (2002). *Textbook of medical surgical nursing* Brunner & Suddarth. (11<sup>th</sup>ed.). Lippincott William & Wilkins, a Wolter Kluwer busines: Philadelpia.
- Sriyatun, (2013). *Pengaruh Afiriasi positif terhadap pelaksanaan mobilisasi pada pasien post op operasi hari 1-5 di ruang cempaka 1 RSUD Kudus*. Skripsi. Prodi S1 Keperawatan STIKES Muhammadiyah Kudus
- Wahyuni. (2012). *Pengaruh Afiriasi Positif Pada Anak Usia Sekolah Terhadap Tingkat Kecemasan Akibat Hospitalisasi Di Ruang Bougenvile RSUD Kudus*. Skripsi. Prodi S1 Keperawatan STIKES Muhammadiyah Kudus
- Wantonoro, M. Dahlan. (2015). *Efektifitas Cognitive Behavioural Educational Intervention Pada Pasien Post Trans Urethral Resection Of The Prostate Di RS PKU Muhammadiyah Bantul* Jurnal Kebidanan dan Keperawatan, Vol. 11, No. 2, Desember 2015: 112-118
- Wibowo, J.R. (2005). *TUNA Atasi Pembesaran Prostat Jinak*, (Online), (<http://groups.yahoo.com/group/nasional-list/message/10197>), diakses 30 April 2016.