

TERAPI *GUIDED IMAGERY* BERBASIS APLIKASI PASHA (*PAIN ASSESSMENT, STIMULATING AND HEALING APPLICATION*) DALAM MENURUNKAN NYERI POST OPERASI

Imelda Rahmayunia Kartika^{1*}, Fitriana Rezkiki², Widya Ananda Putri³

^{1,2}Dosen Keperawatan dan Pendidikan Ners, Fakultas Kesehatan Universitas Fort De Kock Bukittinggi

³Mahasiswa Keperawatan dan Pendidikan Ners, Fakultas Kesehatan Universitas Fort De Kock Bukittinggi
e-mail corresponding: imelda.rahmayunia@gmail.com

Submitted: 27-09-2023, Reviewed: 19-10-2023, Accepted: 23-10-2023

ABSTRACT

Postoperative patients more often feel pain after the effect of anesthesia decreases. Postoperative patients always receive analgesic therapy compared to non-pharmacological pain management therapy. There are several non-pharmacological pain management options in the PASHA (Pain Assessment, Stimulating and Healing Application) application to reduce the scale of pain felt by patients, one of which is guided imagery therapy. This study aims to determine the effect of guided imagery therapy based on the PASHA application on reducing the pain scale of post-operative patients. This research uses a quasi-experimental design with a one group pre-test and post-test approach. The sample for this study was 30 post-operative patients in the operating room who were selected using purposive sampling with several inclusion criteria. The intervention was carried out using the PASHA application and the patient was exposed to guided imagery therapy for 30 minutes on 3 consecutive days. The pain scale was measured using the NRS (Numeric Rating Scale) instrument. Data analysis used the Wilcoxon test. The results obtained in this study were that there was a significant effect of providing guided imagery therapy based on the PASHA application in reducing patients' post-operative pain (p value=0.001). It was concluded that guided imagery therapy could have an effect on reducing post-operative pain in patients. Pain that was originally in the moderate category can decrease to mild during the intervention carried out for three consecutive days. It is hoped that this therapy can be used as an alternative therapy in treating patient pain, especially post-operative patients.

Keywords: *therapy, guided imagery, application, PASHA, pain, post surgery*

ABSTRAK

Pasien post operasi lebih sering merasakan nyeri setelah efek anastesi berkurang. Pasien post operasi selalu mendapatkan terapi analgesic dibandingkan terapi manajemen nyeri non farmakologis. Terdapat beberapa pilihan manajemen nyeri non farmakologis dalam aplikasi PASHA (*Pain Assessment, Stimulating and Healing Application*) untuk mengurangi skala nyeri yang dirasakan pasien, salah satunya terapi *guided imagery*. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui pengaruh terapi *guided imagery* berbasis aplikasi PASHA terhadap penurunan skala nyeri pasien post-operasi. Penelitian ini menggunakan desain quasi eksperimen dengan pendekatan *one group pre-test and post-test*. Sampel penelitian ini adalah 30 orang pasien post operasi di ruang bedah yang dipilih secara *purposive sampling* dengan beberapa kriteria inklusi. Intervensi dilakukan dengan menggunakan aplikasi PASHA dan pasien diperdengarkan terapi *guided imagery* selama 30 menit dalam 3 hari berturut-turut. Skala nyeri diukur menggunakan instrument NRS (*Numeric Rating Scale*). Analisa data menggunakan uji Wilcoxon. Diperoleh hasil dalam penelitian ini adalah terdapat pengaruh yang signifikan dari pemberian terapi *guided imagery* berbasis aplikasi PASHA dalam mengurangi nyeri post operasi pasien (p value=0.001).

Terapi *guided imagery* disimpulkan dapat berpengaruh dalam mengurangi rasa nyeri pasien post operasi. Nyeri yang semula berada pada rentang kategori sedang dapat turun menjadi ringan dalam intervensi yang dilakukan selama tiga hari berturut turut. Diharapkan terapi ini dapat dijadikan salah satu alternatif terapi dalam menangani nyeri pasien terutama pasien post operasi.

Kata kunci: *terapi, guided imagery, aplikasi, PASHA, nyeri, post operasi*

PENDAHULUAN

Operasi merupakan suatu cara pengobatan dengan menggunakan cara invasif dengan cara membuka atau menampilkan bagian tubuh yang akan ditangani. Tindakan ini dapat mengakibatkan respon baik atau psikis. Respon psikis berupa rasa cemas yang merupakan suatu reaksi emosional pasien yang paling sering muncul. Hal ini menjadi suatu respon antisipasi dari pasien terhadap suatu pengalaman yang dianggap menjadi sebuah ancaman terhadap peran dalam kehidupan pasien, integritas tubuh dan bahkan kehidupannya (Smeltzer, 2014).

Pembedahan atau operasi adalah suatu tindakan pengobatan yang memakai teknik invasif dengan cara membuka bagian tubuh yang akan ditangani dengan cara menyayat bagian tubuh dan berakhir dengan penutupan dan menjahit kembali bagian luka (LeMone et al., 2016). Tindakan operasi adalah suatu tindakan medis secara invasif dengan teknik menyayat bagian tubuh yang mengalami masalah kesehatan dan dilanjutkan dengan tindakan perbaikan dan diakhiri dengan penutupan luka (Antik, 2020).

Pembedahan merupakan suatu teknik pengobatan yang memakai teknik invasif dengan cara membuka dan menampilkan bagian tubuh yang akan ditangani. Setelah

bagian yang akan diobati ditampilkan, maka akan dilakukan perbaikan yang berakhir pada penutupan dan penjahitan luka (Arif et al., 2021). Pasca operasi adalah fase dimana pasien telah melalui prosedur pembedahan sampai pada pencapaian kesembuhan. Pasien pasca operasi akan mengalami berbagai masalah keperawatan, salah satunya adalah nyeri (Berman et al., 2016). Semua pasien pasca operasi akan mengalami nyeri setelah efek anestesi hilang. Obat-obatan analgesik yang diberikan pasca operasi tidak selalu dapat mengontrol nyeri (Kartika, 2015).

Menurut Kemenkes, berdasarkan data WHO (*World Health Organization*) dimana terjadi lebih dari satu abad, perawatan bedah menjadi suatu tindakan penting didalam lingkup perawatan kesehatan di seluruh dunia. Diperkirakan setiap tahun ada 230 juta tindakan bedah terjadi diseluruh dunia. Data Tabulasi Nasional Departemen Kesehatan Republik Indonesia Tahun 2016, menjelaskan jika tindakan bedah menjadi urutan ke-11 dari 50 pola penyakit di indonesia dengan persentase 12,8% dan diperkirakan 32% diantaranya merupakan bedah mayor, dan 25,1% mengalami kondisi kejiwaan serta 7% mengalami kecemasan (Suhadi & Ayu Pratiwi, 2020).



Menurut Puspita & Armiyati, Penelitian di 56 negara dari 192 negara anggota World Health Organization (WHO) tahun 2004 diperkirakan 234,2 juta prosedur operasi dilakukan setiap tahun berpotensi komplikasi dan kematian (Setiani, 2017). Menurut WHO, tindakan pembedahan di Indonesia pada tahun 2015 mencapai 1,2 juta jiwa. Diperoleh data bahwa sebanyak 11% penyakit dapat ditanggulangi dengan tindakan pembedahan (Arif et al., 2021). Berdasarkan data Rekam Medis di salah satu Rumah Sakit di Kota Padang tahun 2015, didapatkan data laporan operasi di Bedah Sentral terjadi peningkatan dari tahun ke tahun. Dari 13 kasus terbesar yang di operasi di Instalasi Bedah Sentral, onkologi merupakan kasus yang paling banyak ditemukan. Tahun 2013 sebanyak 897 kasus dan tahun 2014 sebanyak 1016 kasus (Renidayanti, 2016).

Tindakan pembedahan bisa berakibat terhadap perubahan pada sistem pada tubuh manusia. Untuk menjaga sistem tersebut tubuh akan melakukan suatu proses sehingga terjadi pemulihan pada jaringan tubuh yang mengalami kerusakan (Renidayanti, 2016). Didalam proses ini akan terjadi proses kimia di dalam tubuh sehingga pada akhirnya nyeri dirasakan oleh pasien. Nyeri pasca pembedahan adalah salah satu bentuk reaksi yang terstruktur yang terjadi pada jaringan yang mengalami luka akibat proses pembedahan sehingga dapat merangsang terjadinya kepekaan yang tinggi terhadap sistem pusat pada syaraf, rasa nyeri ini dirasakan setelah terjadinya tindakan operasi (Smeltzer, 2014). Nyeri merupakan suatu pengalaman sensori dan

emosional yang tidak menyenangkan terjadi karena kerusakan jaringan yang aktual atau potensial. Berdasarkan waktunya nyeri terbagi menjadi dua yaitu nyeri akut dan nyeri kronis (Tamsuri, 2007). Menurut Kosasih, nyeri merupakan suatu respon subjektif terhadap tingkat stress fisik dan psikologi yang disebabkan oleh stimulus tertentu (Indriani & Darma, 2021). Rangsangan nyeri pada pembedahan ini terjadi akibat rangsangan mekanik yaitu luka (insisi) dimana luka ini akan menjadi rangsangan mediator-mediator kimia dari nyeri seperti histamine, bradikinin, dan substansi prostaglandin dimana zat-zat ini dapat meningkatkan sensitifitas reseptor nyeri yang akan menimbulkan sensasi nyeri (Astuti & Respati, 2018).

Pada penelitian yang dilakukan di Jerman mengatakan bahwa rata-rata intensitas nyeri yang dirasakan oleh pasien pasca bedah berada pada angka 7,0 dari 10 (Schwerla et al., 2015). Berdasarkan penelitian Sandika et,al (2015) penelitian yang dilakukan pada pasien post operasi total knee replacemet mendapatkan hasil nyeri yang di alami pasien yaitu 50% mengalami nyeri berat dan 10% mengalami nyeri sedang hingga berat (Antik, 2020). Manajemen nyeri sangat penting setelah dilakukannya operasi terhadap klien. Menurut Potter & Perry, pernyataan yang menjelaskan jika kenyamanan menjadi salah satu keadaan yang harus terpenuhi untuk kebutuhan dasar manusia. Yang menjadi fokus untuk perawatan kepada klien, ketidaknyamanan atau nyeri ini bagaimanapun situasinya harus tetap ditangani, karena kenyamanan merupakan



kebutuhan dasar manusia yang dinilai penting didalam kehidupan, sebagaimana dalam hirarki maslow (Perry & Potter, 2016).

Seseorang yang merasakan nyeri akan berdampak terhadap aktifitas kehidupan klien dan istirahatnya sreta tidurnya. Penatalaksanaan terhadap nyeri terbagi menjadi dua yaitu dengan pengobatan farmakologi dan non-farmakologi. Pengkajian nyeri dan kesesuaian analgesik harus diperhatikan agar bisa memastikan bahwa nyeri yang dirasakan klien pasca operasi dapat diatasi (Dylan Trotsek, 2017). Salah satu teknik non-farmakologi meliputi : meditasi, latihan autogenic, latihan relaksasi progresif, *guided imagery*, *nafasritmik*, *operant conditioning*, *biofeedback*, *acupressure*, *aromatherapy*, dan murotal (Udkhiyah & Jamaludin, 2020).

Era digitalisasi, pemanfaatan teknologi informasi kini dapat menyentuh hampir semua bidang, termasuk bidang kesehatan. Sebagai pembangunan kesehatan, penerapan teknologi informasi sangat diperlukan baik dalam kegiatan pendataan maupun dalam kegiatan pelayanan. Aplikasi yang dibuat untuk manajemen kesehatan khususnya penanganan nyeri kronis ini diberi nama PASHA. Aplikasi PASHA merupakan sebuah sistem yang membantu masyarakat dalam meningkatkan kesehatannya guna mengatasi permasalahan nyeri. PHP dan MySQL digunakan sebagai bahasa scripting pada program PASHA, dan XAMPP digunakan sebagai database penyimpanan data. Program diuji secara manual dengan metode black box, dan diterapkan proses pengembangan perangkat

lunak air terjun. Halaman login, register, penilaian nyeri, manajemen nyeri, dan halaman admin semuanya tunduk pada pengujian blackbox manual. Berdasarkan temuan adopsi aplikasi PASHA, masyarakat sangat membutuhkannya ketika ada kesusahan; teknik manajemen nyeri yang ditawarkan dalam aplikasi PASHA dapat membantu meminimalkan ketidaknyamanan selama periode nyeri. Dan pendekatan manajemen nyeri dapat digunakan kapan saja dan dari lokasi mana saja selama terhubung dengan internet (Nugraha et al., 2022). Dalam aplikasi PASHA terdapat pilihan manajemen nyeri *guided imagery*.

Salah satu teknik relaksasi non-farmakologi yang peneliti lakukan adalah *guided imagery*. Menurut Tamsuri, audio *guided imagery* (imajinasi terbimbing) merupakan suatu tindakan terapi yang mengandalkan pikiran yang menyenangkan, dan menkonsentrasikan diri pada bayangan itu serta berangsur-angsur membebaskan diri dari pikiran terhadap nyeri yang dirasakan. Terapi ini bisa menurunkan tingkat nyeri karena pada teknik ini terdapat unsur terapi yang bisa berfungsi untuk merelaksasikan pikiran demi tujuan penyembuhan. Hart menyatakan bahwa *guided imagery* merupakan teknik yang mengandalkan cerita atau narasi agar bisa mempengaruhi pikiran, terapi ini sering kali di kombinasikan dengan iringan musik yang bisa membuat nyaman (*audio recorded guided imagery*). Terapi *Audio Guided Imagery* menggunakan pengalihan pusat perhatian sehingga dapat menurunkan tingkat nyeri yang dirasakan dengan cara membayangkan sesuatu yang



menyenangkan, sehingga klien mampu menurunkan persepsi klien terhadap nyeri yang dirasakan (Ayu, 2021). Sebuah penelitian juga menyebutkan bahwa remaja putri mengatakan nyeri berkurang dengan mendengarkan *guided imagery* dalam aplikasi PASHA Hasil yang diperoleh menunjukkan keefektifan penggunaan aplikasi dengan pengurangan rasa nyeri yang signifikan. Skala nyeri yang awalnya rata-rata 5.67 dapat menurun menjadi 3.42. Disimpulkan bahwa aplikasi ini dapat bermanfaat untuk mengatasi permasalahan nyeri (Kartika et al., 2022).

Nyeri post operasi masih menjadi perhatian bagi rumah sakit dalam meningkatkan indikator mutu keperawatan. Berdasarkan data yang didapat pada survey awal di RSUD M.Natsir di Kota Solok pada tanggal diketahui bahwa terdapat 1.466 orang yang melakukan bedah baik itu bedah sedang, besar, ataupun khusus. Pembedahan ini diklasifikasikan berdasarkan tindakannya yaitu bedah umum, bedah orthopedi, kebidanan, tht, mata, paru, dan bedah mulut. Bedah umum memiliki persentase angka tertinggi yaitu sebanyak 644 orang pertahun 2021. Berdasarkan survey awal yang dilakukan terhadap perawat yang bertugas di ruang bedah pada saat itu, diketahui bahwa pasien pasca operasi rata-rata mengeluhkan nyeri sedang, biasanya perawat akan memberikan obatan algesik atau obat pereda nyeri sebagai pengobatan farmakologi, sedangkan untuk pengobatan non farmakologi, perawat hanya memberikan edukasi teknik relaksasi nafas dalam dan belum pernah memberikan teknik non farmakologi secara khusus terlebih *Teknik*

Guided Imagery. Selanjutnya peneliti juga melakukan wawancara awal terhadap tiga orang pasien rawat inap pasca operasi bedah, satu diantaranya mengalami nyeri ringan, kemudian dua pasien lainnya mengalami nyeri sedang. Berdasarkan data di atas, maka peneliti tertarik melakukan penelitian mengenai pengaruh terapi *guided imagery* berbasis aplikasi PASHA terhadap penurunan tingkat nyeri pada pasien pasca operasi.

METODE PENELITIAN

Desain Penelitian

Penelitian ini menggunakan desain quasy eksperimen dengan pendekatan *one group pre-test post-test*. Intervensi dalam penelitian ini adalah menggunakan aplikasi PASHA (*Pain, Assessment, Stimulation and Healing Application*) dalam mengurangi nyeri pada pasien post-operasi. Aplikasi PASHA diberikan pada saat pasien 24 jam post operasi dan telah kehilangan efek anastesi. Aplikasi digunakan untuk mengetahui kondisi nyeri dan intensitas nyeri pasien yang diukur dengan skala NRS. Dalam aplikasi PASHA pasien diberi pilihan mendengarkan Terapi Guided Imagery untuk mengurangi nyeri. Terapi dilakukan selama 30 menit selama 3 hari berturut-turut dan kemudian dilakukan pengukuran ulang terhadap skala intensitas nyeri pasien setelah diberikan terapi.

Sampel Penelitian

Penelitian ini menggunakan sampel pasien yang mengalami post operasi. Penelitian dilakukan di ruang bedah RSUD M. Natsir Solok. Sebanyak 30 orang pasien



post operasi dipilih sebagai responden menggunakan teknik purposive sampling dengan beberapa kriteria inklusi. Adapun kriteria inklusi pemilihan sampel pada penelitian ini adalah (1) pasien post operasi yang diberikan jenis analgetik yang sama; (2) pasien dengan keadaan 24 jam setelah operasi; (3) pasien dengan keadaan 1 jam sebelum diberikan analgetik; (4) pasien yang tidak ada kontra indikasi untuk dilakukan terapi *guided imagery*; (5) pasien post operasi yang mengalami nyeri sedang, dapat berkomunikasi verbal dan dapat mendengar dengan baik; (6) pasien yang tidak menggunakan obat-obatan tradisional dan (7) pasien dengan jenis anastesi sama yaitu *general* anastesi (anastesi umum).

Instrumen Penelitian

Penelitian ini menggunakan instrumen penelitian untuk mengukur dan menilai skala nyeri dengan skala NRS (*Numeric Rating Scale*). Skala nyeri numerik (NRS) adalah skala yang paling sederhana dan paling umum digunakan untuk mengukur rasa nyeri pasien. Terdapat sebelas pilihan angka dalam skala numerik ini, dimulai dari 0 hingga 10, dengan 0 berarti "tidak ada rasa sakit" dan 10 sebagai "rasa sakit yang paling buruk yang bisa dibayangkan." Pasien memilih nomor yang paling tepat menggambarkan intensitas nyeri yang dirasakan dalam aplikasi PASHA. Keuntungan dari skala nyeri ini adalah reproduktifitas, pemahaman yang mudah, dan kepekaan terhadap perubahan kecil dalam rasa sakit yang dirasakan. Skala ini lebih cenderung digunakan pada usia dewasa (Hansen et al., 2020).

Analisa Data

Analisa yang digunakan dalam penelitian ini adalah deskripsi dari karakteristik responden dengan distribusi frekuensi. Dalam penelitian ini menggunakan uji normalitas untuk mengetahui data yang diperoleh terdistribusi normal atau tidak. Dari uji normalitas, diperoleh bahwa data tidak berdistribusi normal, hal ini dilihat dari nilai hasil uji normalitas Shapiro wilk ditandai dengan nilai $p\text{-value} < 0,05$. Untuk melihat pengaruh dari terapi *guided imagery* dalam aplikasi PASHA yang digunakan untuk mengurangi nyeri pasien post operasi, maka dalam penelitian ini menggunakan uji *Wilcoxon*.

Etika Penelitian

Penelitian ini telah mendapatkan persetujuan etik dengan Nomor: 282/KEPK/VII/2023. Penelitian ini juga dilakukan dengan mengikuti prinsip etik dengan menjaga kerahasiaan dan memberikan *informed consent* sebelum dimulai perlakuan pada seluruh responden.

HASIL PENELITIAN

Penelitian ini menghasilkan karakteristik responden yang dapat dilihat pada tabel dibawah ini: Pada tabel 1 diperoleh data distribusi frekuensi karakteristik responden dengan usia rata-rata 31.33 tahun ($SD=6.484$). Rentang usia ini adalah rentang usia dewasa awal. Jenis kelamin responden paling banyak adalah perempuan (60%) dengan tingkat pendidikan paling banyak adalah tingkat



SMA/Sederajat (53.3%). Untuk jenis operasi dengan jenis operasi ortopedi (60%) operasi, responden paling banyak post

Tabel 1. Karakteristik Responden (N=30)

No.	Variabel	Mean (SD)	Frekuensi (%)	Persentase (%)
1.	Usia	31.33 (6.484)		
2.	Jenis Kelamin			
	Laki-laki		9	30
	Perempuan		21	60
3.	Pendidikan			
	SD Sederajat		6	20
	SMP Sederajat		0	0
	SMA Sederajat		16	53.3
	Perguruan Tinggi		8	26.7
4.	Jenis Operasi			
	Bedah Ortophedi		18	60
	Bedah Digestif		6	20
	Bedah Mulut		6	20

Penelitian ini juga mendeskripsikan rata-rata nyeri sebelum dan sesudah dilakukan terapi *guided imagery* berbasis aplikasi PASHA.

Hal tersebut dapat digambarkan pada tabel dibawah ini:

Tabel 2. Rata-rata Skala Nyeri Pada Pasien Post Operasi Sebelum dan Sesudah Dilakukan Terapi *Guided Imagery* berbasis aplikasi PASHA (N=30)

Variabel	Mean	SD	Min	Max	Kategori
Skala nyeri sebelum diberikan terapi <i>guided imagery</i> berbasis aplikasi PASHA (pre)	5.00	0.788	4	6	Nyeri Sedang
Skala nyeri setelah diberikan terapi <i>guided imagery</i> berbasis aplikasi PASHA (post)	2.63	0.615	2	4	Nyeri Ringan

Berdasarkan tabel 2 diketahui rata-rata intensitas nyeri responden sebelum dan sesudah diberikan terapi *guided imagery* berbasis aplikasi PASHA. Rata-rata

intensitas nyeri responden sebelum diberikan terapi *guided imagery* (pre) adalah 5,00 (0.788) yakni dalam rentang nyeri sedang dengan nilai Minimum-Maximum

528



berkisar antara 4,0- 6,0. Sementara itu rata-rata intensitas nyeri responden setelah diberikan *terapi guided imagery* (post) adalah 2,63 (0.615) yakni dalam rentang nyeri ringan dengan nilai Minimum-Maximum berkisar antara 2,0- 4,0.

Untuk hasil penelitian berikutnya

adalah terkait pengaruh terapi *guided imagery* berbasis aplikasi PASHA yang dilakukan untuk menurunkan skala nyeri pasien post operasi. Hasil penelitian yang diolah menggunakan uji Wilcoxon dapat dilihat dalam tabel dibawah ini:

Tabel 3. Pengaruh terapi *guided imagery* berbasis aplikasi PASHA yang dilakukan untuk menurunkan skala nyeri pasien post operasi (N=30)

Variabel	N	Mean (SD)	Min-Max	p-value
Skala nyeri sebelum diberikan terapi <i>guided imagery</i> berbasis aplikasi PASHA (pre)	30	5.00 (0.788)	4-6	0.001
Skala nyeri setelah diberikan terapi <i>guided imagery</i> berbasis aplikasi PASHA (post)		2.63 (0.615)	2-4	

* $\alpha=0.005$

Pengaruh terapi *guided imagery* berbasis aplikasi PASHA didapatkan perbedaan hasil rata-rata, yaitu nilai rata-rata sebelum diberikan terapi *guided imagery* adalah 5,00 (nyeri sedang) dan rata-rata setelah diberikan terapi *guided imagery* adalah 2,63 (nyeri ringan) terdapat selisih penurunan sebesar 2,37 dan nilai $p=0,001$, artinya ada pengaruh sebelum dan sesudah diberikan terapi *guided imagery* berbasis aplikasi PASHA terhadap penurunan skala nyeri pada pasien post operasi.

PEMBAHASAN

Hasil penelitian diketahui rata-rata intensitas nyeri responden sebelum dan sesudah diberikan teknik terapi *guided imagery* berbasis aplikasi. Rata-rata

intensitas nyeri sebelum diberikan teknik terapi *guided imagery* adalah 5,0 (nyeri sedang) dengan standar deviasi 0,788 dan nyeri responden sesudah diberikan teknik terapi *guided imagery* adalah 2,63 (nyeri ringan) dengan standar deviasi 0,615. Nyeri merupakan salah satu keluhan yang paling sering pada pasien setelah mengalami suatu tindakan perawatan luka post operasi. Nyeri pasca bedah termasuk masalah keluhan pasien tersering di Rumah Sakit. Sebanyak 77% pasien pasca bedah (pada hari ke 2) mendapat pengobatan anti nyeri yang tidak adekuat dengan 71% pasien masih mengalami nyeri setelah diberi obat dan 80% nya mendiskripsikan masih mengalami nyeri sedang hingga berat (Indriani & Darma, 2021). Nyeri yang dirasakan pasien post bedah merupakan pengalaman yang



bersifat subjektif atau tidak dapat dirasakan oleh orang lain.

Nyeri sangat mengganggu dan menyulitkan lebih banyak orang dibanding suatu penyakit manapun (Hidayatulloh et al., 2020). Pasien yang merasakan nyeri akan merasa menderita atau tertekan dan mencari upaya untuk mengurangi nyeri yang dirasakannya. Salah satu tindakan yang dilakukan oleh perawat akan melakukan intervensi nyeri atau menghilangkan nyeri untuk mengembalikan pasien dalam keadaan nyaman (Sumariadi et al., 2021). *Guided imagery* merupakan salah satu teknik distraksi nyeri yang bisa digunakan dalam penanganan nyeri, menurunkan tekanan darah, menurunkan kadar kolesterol, glukosa dan meningkatkan aktivitas sel. *Guided imagery* merupakan suatu teknik dengan menganjurkan pasien untuk mengalihkan pikirannya terhadap sesuatu yang indah sesuai dengan instruksi dari perawat sehingga nyeri yang dialami oleh pasien akan hilang atau berkurang (Indriani & Darma, 2021).

Salah satu penelitian yang meneliti tentang *guided imagery* yang dilakukan oleh Lolo dan Novianty (2018), yang melakukan tindakan *guided imagery* pada pasien post operasi appendisitis, dengan hasil p value 0,000 yang menyatakan bahwa terdapat pengaruh terhadap penurunan nyeri pada pasien gastritis (Udkhiyah & Jamaludin, 2020). Penelitian lain yaitu dilakukan oleh Patasik, Tangka & Rottie (2018), yaitu bahwa efektifitas teknik relaksasi napas dalam dan *guided imagery* terhadap penurunan nyeri pada pasien post operasi *sectio caesare*, dengan hasil p-value 0,000

yang menyatakan intervensi dapat menurunkan intensitas nyeri pada pasien post operasi *sectio caesarea*. Manajemen nyeri hanya difokuskan pada farmakologi dan terapi relaksasi napas dalam. Dalam penelitian lainnya diperoleh adanya pengaruh *guided imagery* terhadap penurunan nyeri pada pasien gastritis (Astuti & Respati, 2018).

Berdasarkan hasil pembahasan diatas peneliti berasumsi bahwa rasa nyeri post operasi bedah memiliki bermacam-macam skala nyeri dari (nyeri sedang-berat) sesuai dengan jenis operasinya ada yang ringan-berat. Menurut beberapa jurnal yang peneliti temui bimbingan imajinasi menjadi suatu intervensi pikiran dan tubuh manusia menggunakan kekuatan imajinasi untuk mendapatkan affect fisik, emosional maupun spiritual. *Guided imagery* dikategorikan dalam terapi *mind-body medicine* oleh Bedford (2012) dengan mengombinasikan bimbingan imajinasi dengan meditasi pikiran sebagai *cross-modal adaptation*. Imajinasi merupakan representasi mental individu dalam tahap relaksasi. Imajinasi dapat dilakukan dengan berbagai indra antara lain visual, auditor, olfaktori maupun taktil. Bimbingan imajinasi merupakan teknik yang kuat untuk dapat fokus dan berimajinasi yang juga merupakan proses terapeutik. Pemberian teknik terapi *guided imagery* ini sangat membantu dalam penurunan nyeri yang dirasakan seseorang. Pada saat penelitian peneliti menemukan bermacam-macam jenis operasi dengan skala nyeri yang bervariasi. Penggunaan *guided imagery* sebagai intervensi tambahan untuk pengendalian nyeri dapat melibatkan



dan memberdayakan pasien dalam aktivitas perawatan diri, yang mungkin berdampak pada bagaimana persepsi perawatan pasca operasi. *Guided imagery* adalah pendekatan non farmakologis berbiaya rendah dan mudah diterapkan yang dapat dimasukkan ke dalam perawatan pasien untuk mengurangi kecemasan dan, nyeri yang biasanya menggunakan analgesia opioid (Cole, 2021).

Pada kelompok intervensi pemberian terapi relaksasi *guided imagery* terdapat 3 jenis operasi yang ditemui saat penelitian yaitu bedah digestif, bedah ortopedi, bedah mulut. Pada saat melakukan penelitian, setiap hari pasien diberikan analgetik keterolac 5cc dan antibiotik ceftriaxone 10cc sebanyak 3 kali sehari dan setiap harinya pasien mengatakan skala nyeri yang di rasakan mengalami penurunan. Saat peneliti melakukan pengkajian didapatkan hasil rata-rata intensitas nyeri responden sebelum diberikan teknik terapi *guided imagery* yaitu 5,0 (nyeri sedang). Sebelum diberikan intervensi, respon nyeri yang ditunjukkan responden terlihat gelisah, meringis, serta mimik wajah tidak rileks karena menahan rasa nyeri. Peneliti memberikan intervensi *guided imagery* 1 jam sebelum pemberian analgetik dan hasilnya pasien mengatakan nyaman dan tenang saat sedang melakukan intervensi *guided imagery* sehingga hasilnya terdapat penurunan skala nyeri pada responden.

Peneliti melakukan penelitian dengan memulai wawancara untuk persetujuan menjadi responden dan diiringi dengan penjelasan tujuan pemberian terapi beserta mengukur skala nyeri yang

dirasakan responden. Setelah itu peneliti memulai pemberian intervensi dengan memberikan posisi yang nyaman kepada responden dan memulai mendengarkan audio *guided imagery* kepada responden dengan menggunakan headphone dan setelah selesai peneliti kembali menanyakan dan mencatat respon klien setelah diberikan intervensi *guided imagery*.

Pengaruh Terapi Guided Imagery berbasis aplikasi PASHA Terhadap Penurunan Skala Nyeri Pada Pasien Post operasi

Hasil penelitian diketahui pengaruh terapi relaksasi *guided imagery* didapatkan perbedaan hasil rata-rata, yaitu nilai rata-rata sebelum diberikan terapi *guided imagery* adalah 5,00 (nyeri sedang) dan rata-rata setelah diberikan terapi *guided imagery* adalah 2,63 (nyeri ringan) terdapat selisih penurunan sebesar 2,37 dan nilai $p = 0,000$, yang artinya ada pengaruh sebelum dan sesudah diberikan terapi *guided imagery* terhadap penurunan skala nyeri pada pasien post operasi bedah.

Aplikasi PASHA merupakan sebuah sistem yang membantu masyarakat dalam peningkatan kesehatan untuk penanganan masalah nyeri. Selama ini penanganan kesehatan pengkajian nyeri hanya dilakukan berdasarkan panduan dari petugas kesehatan tanpa didukung oleh pencatatan data dan evaluasi yang sistematis. Aplikasi PASHA ini bertujuan untuk mempermudah pelayanan kesehatan dan masyarakat dalam proses pengkajian nyeri, manajemen nyeri serta evaluasi yang didapat setelah melaksanakan point dari manajemen nyeri. Aplikasi yang



digunakan dalam penelitian adalah aplikasi PASHA (*Pain Assessment Stimulation and Healing Application*) dimana aplikasi ini berguna untuk mengkaji skala nyeri menggunakan NRS (*Numeric Rating Scale*) dan terdapat pilihan *guided imagery* sebagai terapi non farmakologis dalam manajemen nyeri pasien. *Guided imagery* dipilih untuk semua pasien post operasi agar terdapat perlakuan yang sama. Pasien mendengarkan suara audio *guided imagery* dengan tema relaksasi dan imajinasai yang dibimbing agar pasien merasa rileks (Kartika et al., 2022).

Teknik relaksasi merupakan suatu bentuk penanganan dengan cara mengajak serta mengantar klien untuk beristirahat atau bersantai, dengan asumsi bahwa istirahatnya otot-otot dapat membantu mengurangi tegangan psikologis. Ketika tubuh dalam kondisi rileks, saraf parasimpatetis bekerja menekan saraf simpatis saat cemas. *Guided imagery* merupakan salah satu teknik yang dapat menimbulkan efek relaksasi pada penggunaannya. Konsep *guided imagery* menggunakan imajinasi dari individu secara terbimbing yang bertujuan mengembangkan relaksasi dan meningkatkan kualitas hidup individu. Dengan membayangkan suatu tempat atau situasi yang menyenangkan individu akan menemukan titik rileksnya, terlebih jika ketika berimajinasi melibatkan indra yang dimiliki seperti penglihatan, penciuman, perabaan, pendengaran, bahkan pengecap (Astuti & Respati, 2018).

Sejalan dengan penelitian Afiana Udkhiyah, sebelum melakukan penerapan *terapi guided imagery* peneliti menilai tingkat skala nyeri dengan *Numeric Rating*

Scale (NRS) dengan hasil skala nyeri 5 yang artinya pasien mengalami derajat nyeri sedang. Saat akan dilakukan tindakan tehnik relaksasi menggunakan *terapi guided imagery* peneliti menjelaskan prosedur tindakan terlebih dahulu, kemudian penulis memberikan contoh, setelah dilakukan tindakan tehnik relaksasi *guided imagery* selama ± 15 menit dan kemudian responden mengatakan rileks dan tersenyum. Kemudian menilai kembali derajat nyeri dengan hasil skala nyeri 2 yang artinya derajat nyeri pasien berkurang menjadi derajat ringan. Pemberian teknik *terapi guided imagery* dapat menurunkan skala nyeri pada pasien post operasi dilihat dari hasil rata-rata intensitas nyeri responden yang mengalami penurunan bisa dilihat bahwa *guided imagery* merupakan suatu teknik terapi yang bisa mengurangi nyeri pasien post operasi. Setelah diberikan *terapi guided imagery* pada responden respon mereka mengatakan merasa nyaman dan rileks dan ada juga beberapa yang mengatakan nyeri yang dirasakannya berkurang (Ramadhanti, 2022).

Menurut peneliti dari beberapa penjelasan dari responden setelah diberikan *terapi guided imagery*, *terapi* ini menjadi pelajaran baru yang didapat oleh responden untuk mengurangi rasa nyeri dan audio yang diberikan membuat responden merasa sangat rileks sehingga bisa masuk kedalam alam imajinasi responden yang mengakibatkan responden nyaman dan dapat menurunkan tingkat nyeri pada responden. Dan juga menurut peneliti manfaat rasa nyaman yang disebabkan *Terapi Guided Imagery* ini sangat berpengaruh terhadap sensori nyeri



yang dirasakan pasien, Pada kondisi nyaman tersebut secara tidak langsung mengaktifkan sistem analgesia dalam otak. Pada sistem analgesia dalam otak terdapat banyak daerah yang mempunyai reseptor opium yang penting. Adapun bahan opium dalam sistem analgesia tersebut adalah endorfin, met-enkefalin, leu-enkefalin dan dinorfin. Bahan enkefalin tersebut dapat di jumpai dan berperan di batang otak dan medula spinalis pada sistem analgesia, sedangkan endorfin dan dinorfin dapat ditemukan dalam hipotalamus dan kelenjar hipofise. Jadi sistem analgesia inilah yang membantu memblokir sinyal nyeri pada tempat dikirimnya sinyal nyeri di medula spinalis. Sehingga pada pasien yang telah melakukan teknik *guided imagery* mampu lebih tenang dan beradaptasi terhadap nyeri yang di alaminya.

Guided imagery adalah teknik relaksasi yang melibatkan visualisasi tempat dengan situasi tenang dan damai. Teknik ini dapat mengatasi gejala stres dan kecemasan, serta membantu agar tubuh dan pikiran menjadi lebih rileks. *Guided imagery* bisa membantu mengurangi rasa nyeri yang tengah dirasakan oleh pasien dengan mengelola stres yang timbulkan oleh rasa nyeri tersebut. Saat stress dapat dikelola dengan baik maka nyeri yang dirasakan akan berkurang dengan sendirinya. *Guided imagery* dilakukan dengan mengajak pasien untuk melakukan relaksasi nafas dalam yang santai, dan membayangkan dirinya sedang berada di tempat yang santai, sejuk yang membuat pasien merasa nyaman berada disana, membawa dalam keadaan rileks dan

hanyut dalam imajinasinya (Kartika et al., 2022).

SIMPULAN

Penelitian ini mencoba menggunakan aplikasi PASHA dalam manajemen nyeri pasien. Dalam aplikasi tersebut terdapat pilihan manajemen nyeri yakni terapi *guided imagery*. Terapi *guided imagery* disimpulkan dapat berpengaruh dalam mengurangi rasa nyeri pasien post operasi. Nyeri yang semula berada pada rentang kategori sedang dapat turun menjadi ringan dalam intervensi yang dilakukan selama tiga hari berturut turut. Diharapkan terapi ini dapat dijadikan salah satu alternatif terapi dalam menangani nyeri pasien terutama pasien post operasi.

UCAPAN TERIMA KASIH

Peneliti mengucapkan terima kasih kepada seluruh responden yang telah berpartisipasi dalam penelitian ini. Selanjutnya peneliti juga berterima kasih kepada RSUD Solok dan LPPM sebagai lembaga penelitian Universitas Fort De Kock yang telah memfasilitasi penelitian ini.

DAFTAR PUSTAKA

- Antik, kazharo. (2020). Hubungan Tingkat Nyeri dengan kualitas tidur pada pasien post operasi di rumah sakit tingkat III Baladhika Husada Jember. *Program Studi Sarjana Keperawatan Fakultas Keperawatan Universitas Jember*.
- Arif, M., Yuhelmi, Y., Dewi, D. R., & Demur, N. (2021). Pengaruh mobilisasi dini terhadap penurunan nyeri Pasien post operasi bedah. *E-Jurnal.Stikes Mitraa Diguna.Ac.Id*, 4(2).



- Astuti, N. D., & Respati, C. A. (2018). Pengaruh Terapi Guided Imagery Terhadap Nyeri Pada Pasien Post Operasi Fraktur Di Ruang Bougenvil RSUD Dr. R. Koesma Tuban. *Jurnal Midpro*, 10(2). <https://doi.org/10.30736/midpro.v10i2.81>
- Ayu, N. M. S. (2021). Efektifitas terapi audio recorded guided imagery dengan nafas dalam terhadap penurunan nyeri pasien pasca operasi fraktur. *Jurnal Keperawatan*, 7(2).
- Berman, A. T., Shirlee, S., & GERALYN, F. (2016). *Kozier & Erb's Fundamentals of Nursing* (10th ed.). Pearson.
- Cole, L. (2021). The Impact of Guided Imagery on Pain and Anxiety in Hospitalized Adults. *Pain Management Nursing*, 22(4). <https://doi.org/10.1016/j.pmn.2021.02.007>
- Dylan Trotsek. (2017). Perawatan Luka untuk Mencegah infeksi. *Journal of Chemical Information and Modeling*, 110(9).
- Hansen, J., Mølsted, S., Ekholm, O., & Hansen, H. (2020). Pain Prevalence, Localization, and Intensity in Adults with and without COPD: Results from the Danish Health and Morbidity Survey (a Self-reported Survey). *International Journal of Chronic Obstructive Pulmonary Disease*, Volume 15(10), 3303–3311. <https://doi.org/10.2147/COPD.S275234>
- Indriani, S., & Darma, I. Y. (2021). Pengaruh Pemberian Terapi Guided Imagery terhadap Perubahan Intensitas Nyeri Ibu Bersalin Post Sectio Caesarea di Rumah Sakit Bersalin Di Kota Padang. *Jurnal Ilmiah Universitas Batanghari Jambi*, 21(3). <https://doi.org/10.33087/jjubj.v21i3.1680>
- Kartika, I. R. (2015). Pengaruh Mendengar Murottal Al-Quran Terhadap Penurunan Intensitas Nyeri Pasien Pasca Operasi Apendisitis. *Nursing Journals*.
- Kartika, I. R., Rezkiki, F., & Nugraha, H. (2022). Guided Imagery Pain Assessment, Stimulation and Healing Application (PASHA): Upaya Menurunkan Nyeri Menstruasi pada Remaja. *Jurnal Institut Riset Dan Publikasi Indonesia (IRPI) SENTIMAS: Seminar Nasional Penelitian Dan Pengabdian Masyarakat*, 1(1).
- LeMone, P., Burke, K. M., & Bauldoff, G. (2016). Buku Ajar Keperawatan Medikal Bedah Edisi 5. In *ECG*.
- Nugraha, H., Kartika, I. R., & Rezkiki, F. (2022). Pain Assessment Stimulation and Healing Application (PASHA): A Web-Based Application Design Pain Assessment Stimulation and Healing Application (PASHA): Perancangan Aplikasi Berbasis Web. *SENTIMAS: Seminar Nasional Penelitian Dan Pengabdian Masyarakat*, 222–229. <https://journal.irpi.or.id/index.php/sentimas>
- Perry, & Potter. (2016). *Fundamentals of Nursing* (9th ed.). Stokert Hall.
- Ramadhanti, P. S. (2022). Guided Imagery for Trauma. *GUEPEDIA*.
- Renidayanti. (2016). Penurunan Stres Fisik dan Psikososial Pasien Pre- Operasi Bedah Onkologi Melalui Meditasi Terapi di Salah Satu Rumah Sakit di Kota Padang. *Ners Jurnal Keperawatan*, 12(1).
- Schwerla, F., Rother, K., Rother, D., Ruetz, M., & Resch, K. L. (2015). Osteopathic manipulative therapy in women with postpartum low back pain and disability: A pragmatic randomized controlled trial. *Journal of the American Osteopathic Association*,



- 115(7).
<https://doi.org/10.7556/jaoa.2015.087>
- Setiani, D. (2017). Identifikasi Tingkat Kecemasan Pre Operasi Pasien Fraktur di Ruang Aster dan Cempaka RSUD Abdul Wahab Sjahranie Samarinda. *Jurnal Ilmu Kesehatan*, 5(2).
<https://doi.org/10.30650/jik.v5i2.55>
- Smeltzer, et al. (2014). BRUNNER & SUDDARTH'S TEXTBOOK of Medical- Surgical Nursing. In *Lippincott Williams & Wilkins*.
<https://doi.org/10.1017/CBO9781107415324.004>
- Suhadi, & Ayu Pratiwi. (2020). Pengaruh Hipnosis Lima Jari Terhadap Tingkat Kecemasan Pasien Pre Operasi Di Ruang Perawatan Bedah Rsud Pakuhaji. *Jurnal Health Sains*, 1(5).
<https://doi.org/10.46799/jhs.v1i5.54>
- Sumariadi, S., Simamora, D., Nasution, L. Y., Hidayat, R., & Sunarti, S. (2021). Efektivitas Penerapan Guided Imagery terhadap Penurunan Rasa Nyeri Pasien Gastritis. *Jurnal Penelitian Perawat Profesional*, 3(1).
<https://doi.org/10.37287/jppp.v3i1.389>
- Tamsuri, A. (2007). Konsep Dan Penatalaksanaan Nyeri. In *EGC, Jakarta* (Issue 6).
- Udkhiyah, A., & Jamaludin. (2020). Penerapan Terapi Guided Imagery Terhadap Penurunan Nyeri Pada Pasien Post Operasi Apendiktomi Di RSUD RA Kartini Jepara. *Jurnal Profesi Keperawatan Akademi Keperawatan Krida Husada Kudus*, 7(2).

