Pengaruh *Guide Imagery Relaxation* Terhadap Penurunan Nyeri Pasien Post Operasi Digestif di Ruangan Bedah RSUD Prof. Dr. H. Aloei Saboe

Fadli Syamsuddin[1], Armelia Botutihe[2], Asni Ayuba[3], Pipin Yunus[4]

[*1,2,3,4]Program Studi Ilmu Keperawatan, Universitas Muhammadiyah Gorontalo
*Corresponding Author: fadlisyamsuddin@umgo.ac.id

Disubmit: *Diterima:* *Diterbitkan:*
DOI:

ABSTRACT

A relaxation technique based on guided imagery, known as Guided Imagery Relaxation (GIR), involves the use of positive and calming mental visualizations, which aim to distract patients from pain and facilitate a relaxation response in the body. This study aimed to determine the effect of guided imagery on pain intensity in post-digestive surgery patients at Prof. Dr. H. Aloe Saboe General Hospital.This study used a pre-experimental method with a two-group pretest and posttest group design. This type of research was quantitative, with a purposive sampling technique and 20 respondents. The results showed that before being given guided imagery relaxation therapy, the patient's pain level had an average score of 2.40. After being given guided imagery relaxation therapy, the patient's pain level decreased to an average score of 1.40. The conclusion of this study is that guided imagery relaxation has an effect on pain intensity in post-digestive surgery patients in the operating room of Prof. Dr. H. Aloe Saboe General Hospital. Dr. Aloei Saboe with a P.value of 0.002.

Keywords: Guided imagery relaxation; post digestive surgery

ABSTRAK

Teknik relaksasi berbasis imajinasi terpandu, yang dikenal sebagai Guide Imagery Relaxation (GIR). Teknik ini melibatkan penggunaan visualisasi mental yang positif dan menenangkan, yang bertujuan untuk mengalihkan perhatian pasien dari nyeri dan memfasilitasi respons relaksasi dalam tubuh. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui Apakah ada pengaruh Guided Imagery terhadap intensitas nyeri pada pasien Post op Digestif di RSUD. Prof. Dr. H. Aloe saboe. Penelitian ini menggunakan metode pra eksperimental dengan rancangan two group, pretest dan posttest group design, jenis penelitian ini kuantitatif, dengan tehnik pengambilan sampel menggunakan purposive sampling dengan jumlah 20 responden. Hasil penelitian menunjukkan sebelum diberikan terapi guided imagery relaxation tingkat nyeri pasien dengan nilai rata-rata 2.40. Kemudian setelah diberikan terapi guided imagery relaxation Tingkat nyeri pasien menurun dengan nilai rata-rata 1.40. Kesimpulan dari penelitian ini adanya pengaruh guided imagery relaxation terhadap intensitas nyeri pasien post operasi digestif di ruangan Bedah RSUD Prof. Dr Aloei Saboe dengan nilai P.valeu 0.002.

Kata Kunci : Guided imagery relaxation; Post operasi digestif

PENDAHULUAN

Nyeri pasca bedah adalah tantangan utama dalam manajemen pasien yang baru saja menjalani operasi, terutama pada prosedur bedah digestif yang melibatkan organ-organ vital seperti lambung, usus, hati, dan pankreas. Nyeri yang dialami pasien setelah operasi ini bukan hanya menimbulkan ketidaknyamanan fisik, tetapi juga dapat berdampak pada aspek psikologis dan emosional, yang pada akhirnya memperlambat proses penyembuhan dan menurunkan kualitas hidup. Oleh karena itu, pengelolaan nyeri post operasi menjadi fokus utama dalam praktik medis untuk memastikan pemulihan yang optimal dan meminimalisir komplikasi.(Mudrikah & Waluyanti, 2021).

Secara fisiologis, nyeri pasca operasi merupakan respons tubuh terhadap trauma jaringan yang diakibatkan oleh manipulasi bedah. Ketika jaringan tubuh dipotong, dibuka, atau dipindahkan selama operasi, sistem saraf mengirimkan sinyal nyeri ke otak sebagai bagian dari mekanisme perlindungan tubuh. Dalam konteks bedah digestif, intensitas nyeri sering kali lebih tinggi dibandingkan dengan prosedur bedah lainnya karena keterlibatan banyak organ vital dan sistem saraf otonom. Menurut Apfelbaum et al. (2018), nyeri yang tidak terkelola dengan baik dapat meningkatkan risiko komplikasi seperti infeksi, pneumonia, dan trombosis(Jiaoyu & Boaden, 2023) .

Pengelolaan nyeri yang efektif sangat penting dalam konteks ini, karena nyeri yang tidak terkontrol dapat menyebabkan berbagai komplikasi. Sebuah studi oleh Kehlet & Dahl (2018) menunjukkan bahwa manajemen nyeri yang buruk terkait dengan peningkatan 30% dalam risiko komplikasi postoperatif, termasuk komplikasi kardiovaskular dan pulmonal . Pasien yang mengalami nyeri hebat mungkin mengalami kesulitan untuk bernafas dalam-dalam, yang pada gilirannya dapat meningkatkan risiko infeksi paru-paru seperti pneumonia. Selain itu, nyeri yang berkelanjutan dapat menghalangi pasien untuk bergerak dan memobilisasi diri, meningkatkan risiko pembentukan bekuan darah (deep vein thrombosis) dan ulkus decubitus (Kartika et al., 2023).

Salah satu pendekatan non-farmakologis yang semakin mendapat perhatian dalam beberapa tahun terakhir adalah teknik relaksasi berbasis imajinasi terpandu, yang dikenal sebagai Guide Imagery Relaxation (GIR). Teknik ini melibatkan penggunaan visualisasi mental yang positif dan menenangkan, yang bertujuan untuk mengalihkan perhatian pasien dari nyeri dan memfasilitasi respons relaksasi dalam tubuh. Dalam konteks klinis, GIR telah digunakan pada berbagai kondisi untuk mengurangi stres, kecemasan, dan nyeri, termasuk pada pasien dengan penyakit kronis, kanker, serta dalam situasi pasca operasi (Lutfiani & Mariyati, 2023).

Terdapat dua intervensi untuk mengatasi nyeri yaitu farmakologi dan non farmakologi. Teknik non farmakologi dikenal dengan istilah teknik relaksasi. Teknik relaksasi ada beberapa yaitu, teknik massage, teknik relaksasi progresif, *guide imadery*, dan teknik nafas dalam. Relaksasi yang dihasilkan oleh metode metode ini, selain dapat menurunkan tingkat nyeri, dapat juga bermanfaat untuk menurunkan kecemasan, kontraksi otot dan memfasilitasi tidur (Black dkk, 2008).

Guide Imagery menggunakan imajinasi seseorang dalam suatu yang dirancang secara khusus untuk mencapai efek positif tertentu (Smeltzer & Bare, 2002). Imajinasi

bersifat individu dimana individu menciptakan gambaran mental dirinya sendiri, atau bersifat terbimbing. Banyak teknik imajinasi melibatkan imajinasi visual tapi teknik ini juga menggunakan indera pendengaran, pengecap dan penciuman (Potter & Perry, 2009).

Berdasarkan hasil pengambilan data awal peneliti pada tanggal 10 Juli 2024 di RSUD. Prof. Dr. H. Aloe saboe di ruangan bedah post, peneliti memperoleh data dari bulan Januari ada operasi laparotomi sebanyak 18 pasien, APP 6 pasien, Laparoskopi 10 pasien. Bulan Februari Laparotomi 6 pasien, APP 2 pasien, Laparoskopi 11 pasien. Bulan Maret Laparotomi sebanyak 8 pasien, APP sebanyak 6 pasien, laparoskopi sebanyak 13 pasien. Bulan April Laparotomi 12 pasien, APP 3 pasien, Laparoskopi 2. Bulan Mei Laparotomi 11 pasien, APP 3 pasien, Laparoskopi 12 pasien. Bulan Juni Laparotomi 5 pasien, APP 2 pasien, Laparoskopi 9 pasien Jumlah seluruhnya terdapat sebanyak 123 pasien pada bulan Januari sampai Juni.

Dari hasil wawancara antara Peneliti dengan Perawat dan Pasien. Ditemukan bahwa di ruangan bedah post RSUD. Prof. Dr. H. Aloe saboe belum menerapkan metode terapi Guide Imagery. Teknik relaksasi yang sering 2 dilaksanakan para perawat terhadap pasien post op adalah dengan mengajarkan teknik nafas dalam dan distraksi. Sedangkan teknik Guide Imagery belum pernah diaplikasikan. Maka dari itu peneliti tertatik melakukan peneltian tentang Guide Imagery terhadap penurunan nyeri pasien Post Op Digestif.

Berdasarkan latar belakang diatas, maka peneliti tertarik melakukan penelitian tentang "Pengaruh Guide Imagery Relaxation Terhadap Intensitas Nyeri Pasien Post Operasi Digestif Di RSUD Prof. Dr Aloei Saboe".

KAJIAN PUSTAKA

Guide imagery merupakan pembentukan representasi mental dari suatu objek, tempat, peristiwa, atau situasi yang dirasakan melalui indra yang berpusat pada otak yang menjadi pembeda dengan teknik relaksasi lainnya. Saat berimajinasi individu dapat membayangkan melihat sesuatu, mendengar, merasakan, mencium, dan atau menyentuh sesuatu (Syifa Nur Qobiddin, 2022).

Menurut International Association for the Study of Pain (IASP) adalah sebagai suatu pengalaman sensorik dan emosional yang berhubungan dengan kerusakan jaringan atau stimulus yang potensial menimbulkan kerusakan jaringan dimana fenomena ini mencakup respon fisik, mental dan emosional dari individu. Nyeri merupakan suatu pengalaman sensorik dan pengalaman emosional tidak nyaman yang terjadi akibat kerusakan jaringan. Nyeri dapat didefinisikan sebagai suatu keadaan yang kompleks dan sulit dipahami. Nyeri merupakan salah satu mekanisme pertahanan tubuh manusia yang menandakan adanya suatu masalah. Nyeri dapat bersifat kronis maupun akut dan dapat bermula diberbagai bagian tubuh (Bahrudin, 2020).

Post Op Digestif merujuk pada fase perawatan setelah pasien menjalani prosedur medis atau pembedahan yang berhubungan dengan saluran pencernaan. Saluran pencernaan adalah sistem tubuh yang kompleks dan terdiri dari berbagai organ seperti lambung, usus halus, usus besar, pankreas, hati, dan kandung empedu. Operasi yang dilakukan pada bagian-bagian ini dapat mencakup berbagai jenis tindakan, dari pembedahan invasif minimal hingga operasi besar yang melibatkan pengangkatan sebagian

atau seluruh organ tertentu (Listia.D, 2024).

METODOLOGI PENELITIAN

Desain penelitian ini adalah penelitian pra eksperimental dengan menggunakan rancangan two group, pretest dan posttest group design, jenis penelitian ini kuantitatif. Penelitian ini dilakukan dengan cara sebagai berikut: variabel diamati atau diukur sesegera mungkin (pre-test); kemudian diberikan perlakuan atau instruksi; dan terakhir, pengamatan atau instruksi diberikan setelah perlakuan (post-test).

Populasi dalam penelitian ini adalah pasien Post op Digestif di RSUD Prof Dr. Aloe Saboe berjumlah 123 pasien. Tehnik sampel yang digunakan adalah *purposive sampling* dengan rumus slovin dan didaptakan sampel sejumlah 20 responden.

Alat ukur dalam penelitian ini menggunakan lembar standar operasional prosedur (SOP) *guided imagery relaxation* dan lembar observasi intensitas nyeri pada pasien post digestif dengan menggunakan skala *numeric pain rating scale (NPRS).*

Pengumpulan data pada penelitan ini diuji menggunakan dua analisis data yaitu analisis univarit untuk mengolah data yang menghasilkan distribusi frekuensi dan persentase intensitas nyeri sebelum dan sesudah diberikan terapi dan analisis bivariat dilakukan oleh peneliti untuk melihat sejauh mana hubungan atau pengaruh pada variabel penelitian serta menguji pengaruh *guided imagery relaxation* terhadap intensitas nyeri pasien post operasi digestif di ruangan Bedah RSUD Prof. Dr Aloei Saboe

HASIL PENELITIAN

Karakteristik Responden

Tabel 1. Distribusi Responden Berdasarkan Karakteristik

Karakteristik	Jenis	Intervensi		Kontrol	
		n	f	n	f
Usia	<20	1	10.0%	-	-
	20-30	4	40.0%	4	40.0%
	31-40	2	20.0%	4	40.0%
	>41	3	30.0%	2	20.0%
	Total	10	100%	10	100%
Jenis Kelamin	Laki - Laki	6	60.0%	6	60.0%
	Perempuan	4	40.0%	4	40.0%
	Total	10	100%	10	100%
Jenis Operasi	laparaskopi	4	40%	4	40%
	Laparatomi	2	20%	2	20%
	Lap.Explorasi	1	10%	1	10%
	Apendektomi	3	30%	2	20%
	Hemoroidectomy			1	10%
	Total	10	100%	10	100%

(Sumber : Data Primer, 2024)

Berdasarkan tabel di atas menunjukkan bahwa responden kelompok intervensi dan kontrol paling banyak terdapat pada kelompok usia produktif dengan usia 20-30 tahun kelompok perlakuan sebanyak 4 (40.0%) dan kelompok pembanding sebnayak 4 (40,0%), kemudian kelompok usia paling sedikit terdapat pada usia

Tabel 2. Distribusi frekuensi responden berdasarkan Tingkat Nyeri Pre test dan Post Test di lakukan Guide Imagery Relaxation Pada Pasien Post Op Digestif Pada kelompok Intervensi

No	Tingkat Nyeri Intervensi Sebelum (Pre Test)	Frekuensi	Presentase
1.	Nyeri ringan	1	10.0 %
2.	Nyeri sedang	4	40.0 %
3.	Nyeri berat	5	50.0 %
	Total	**10**	**100%**
	Tingkat Nyeri Intervensi Sesudah (Post Test)	**Frekuensi**	**Presentase**
1.	Tidak Nyeri	1	10.0 %
2.	Nyeri Ringan	4	40.0 %
3.	Nyeri Sedang	5	50.0 %
	Total	**10**	**100%**

(Sumber : Data Primer, 2024)

Berdasarkan tabel Kelompok intervensi di atas diketahui bahwa tingkat nyeri pasien post operasi digestif sebelum terapi guided imagery relaxation paling banyak berda pada tingkat nyeri berat sebanyak 5 (50.0%) responden, sedangkan tingkat nyeri paling sedikit tingkat nyeri ringan sebanyak 1 responden (10.0%).

Berdasarkan tabel kelompok intervensi di atas setelah diberikan terapi guided imagery relaxation pada pasien post operasi digestif didapatkan bahwa tingkat nyeri pasien menurun berada pada tingkatan nyeri sedang sebanyak 5 responden (50.0%) dan nyeri ringan sebnyak 4 responden (40%) dan tidak nyeri sebanyak 1 responden (10.0%).

Tabel 3 Distribusi frekuensi responden berdasarkan Tingkat Nyeri pada pasien post op digestif pada kelompok kontrol

No	Tingkat Nyeri Kontrol Sebelum	Frekuensi	Presentase
1.	Nyeri sedang	1	10.0 %
2.	Nyeri berat	9	90.0 %
	Total	10	100%
No	**Tingkat Nyeri Kontrol Sesudah**	**Frekuensi**	**Presentase**
1.	Nyeri Sedang	4	40.0 %
2.	Nyeri Berat	6	60.0 %
	Total	10	100%

(Sumber : Data Primer, 2024)

Berdasarkan Tabel Distribusi frekuensi responden berdasarkan Tingkat Nyeri Sebelum pada pasien post op digestif pada kelompok kontrol didapatkan rata-rata paling banyak berada pada tingkat nyeri berat sebanyak 9 (90.0%) responden sedangkan paling sedikit berada pada nyeri sedang sebanyak 1 (10.0%) responden. Berdasarkan Distribusi frekuensi responden berdasarkan Tingkat Nyeri Sesudah pada pasien post op digestif pada kelompok kontrol didapatkan tingkatan nyeri menurun dan paling banyak berada pada tingkat nyeri berat

sebanyak 6 (60%) responden dan paling sedikit berada pada tingkat nyeri sedang sebanyak 4 (40.0%) responden.

Tabel 4. Uji Normalitas

Kategori	*p.value*
Tingkat nyeri pre test (Kelompok Intervensi)	0.008
Tingkat nyeri post test (Kelompok Intervensi)	0.008
Tingkat nyeri pre test (Kelompok Kontrol)	0.000
Tingkat nyeri post test (Kelompok Kontrol)	0.000

(Sumber: Data Primer, 2024)

Berdasarkan tabel di atas diketahui bahwa uji normalitas data di dapatkan nilai signifikansi pada nyeri sebelum dan sesudah kelompok intervensi sebesar 0.008 kurang dari 0.05. Kemudian nilai signifikansi pre test dan post test pada kelompok kontrol sebesar 0.000 kurang dari 0.05. Maka dapat dilihat kedua data tersebut tidak berdistribusi normal, maka uji selanjutnya di gunakan uji non parametrik Wilcoxon Sign Rank.

Tabel 5 Pengaruh *guide imegary relaxation* terhadap penurunan nyeri pasien post op digestif sebelum dan sesudah pada kelompok intervensi

Intervensi	*Mean*	N	SD	*Min - Max*	*P.Value*
Pre Test	2.40	10	0.699	1 - 3	0.002
Post Test	1.40		0.699	0 - 2	

Pada tabel di atas digunakan uji statistik Wilcoxon Signed-Rank. Menunjukkan hasil, mean pre test pada kelompok intervensi yaitu 2.40, nilai standar deviation 0.699 minimum 1 dan maximum 3. Kemudian mean post test pada kelompok intervensi yaitu 1.40, nilai standar deviation 0.699 minimum 0 dan maximum 2, artinya semua responden mengalami penurunan tingkat nyeri.

Jika dilihat dari nila statistik p.valeu 0.002 dapat di simpulkan terdapat pengaruh yang signifikan antara terapi guided imagery relaxation terhadap penurunan tingkat nyeri post op digestif.

Tabel 6. Tingkat nyeri sebelum dan sesudah pada kelompok kontrol

No	Variabel Independen	Signifikan	Exp(B)	*P-value*
1.	Tingkat Karakteristik Pasien	0,998	1.212	(<0,5)
2.	Ketersediaan Obat dan Alat Medis	0,000	0.107	

Sumber: Data Primer, 2024

Pada tabel di atas digunakan uji statistik Wilcoxon Signed-Rank. Menunjukkan hasil Pada tabel di atas digunakan uji statistik Wilcoxon Signed-Rank. Menunjukkan hasil, mean pre test pada kelompok kontrol yaitu 2.90, nilai median 3.00, nilai standar deviation 0.316 minimum 2 dan maximum 3. Kemudian nilai mean post test pada kelompok kontrol yaitu 2.60, nilai median 3.00, nilai standar deviation 0.516 minimum 1 dan maximum 3, Jika dilihat dari nila statistik p.value 0.083 berarti P<0,05.

PEMBAHASAN
Analisis Bivariat

1. Tingkat Nyeri Pre Test Dan Post Test terapi Guide Imagery relaxation pada pasien post op digestif pada kelompok intervensi

Berdasarkan hasil penelitian pada Kelompok intervensi diketahui bahwa tingkat nyeri pasien post op digestif sebelum diberikan terapi guided imagery relaxation sebagian besar responden dengan rata-rata tingkat nyeri sedang (5) sementara rata-rata sesudah diberikan terapi terapi guided imagery relaxation berada pada nyeri rata-rata ringan (4). hal ini dikarenakan terapi guide imagery relaxation merupakan sebuah terapi yang mengalihkan konsentrasi pasien pada imajinasinya dan perlahan-lahan menurunkan dan membebaskan dirinya dari rasa nyeri.

Hal ini disebebkan karena terapi guided imagery relaxation merupakan sebuah terapi yang mengalihkan konsentrasi klien pada imajinasinya dan perlahan-lahan menurunkan dan membebaskan dirinya dari rasa nyeri. Saat pasien berimajinasi maka akan menurunkan intensitas nyeri karena fokus pasien terhadap nyeri teralihkan dengan imajinasi yang menyenangkan Sehingga dapat disimpulkan bahwa pemberian guided imagery dapat menurunkan intensitas nyeri.

Hal ini didukung dengam teori yang dikemukakan oleh Potter & Perry (2010) menyebutkan bahwa imagery therapist membimbing klien untuk merasakan atau visualisasi dengan tujuan relaksasi dan penyembuhan. Terapi ini sangat baik untuk manajemen sakit dan gejala fisik akibat masalah dan psikologis. Relaksasi dengan teknik guided imagery akan membuat tubuh lebih rileks dan nyaman dalam tidurnya. Dengan melakukan nafas dalam secara perlahan, tubuh akan menjadi lebih rileks. Perasaan rileks akan diteruskan ke hipothalamus sebagian lagi dikirim kekorteks serebi. Sehingga pada korteks serebi akan terjadi asosiasi pengindraan. Pada hipotalamus hal-hal yang menyenangkan akan diproses menjadi sebuah memori. Ketika terdapat rangsangan berupa imajinasi yang menyenangkan memori yang tersimpan akan muncul kembali dan menimbulkan suatu persepsi. Dari hipotalamus rangsangan yang telah mempunyai makna dikirim keamigdala yang akan membentuk pada respon yang sesuai dengan makna rangsangan yang diterima. Sehingga subjek akan lebih

mudah untuk mengasosiasikan dirinya dalam menurunkan sensasi nyeri yang dialami (Udkhiyah & Jamaludin, 2020).

Hasil penelitian ini didukung oleh penelitian yang dilakukan oleh (Tiyonggo et al., 2024) yang berjudul Penerapan Guided Imagery Terhadap Skala Nyeri Pada Pasien Post Op Fraktur Diruang Bedah Di Rsud Jend. Ahmad Yani Metro. Menyatakan bahwa terjadi pengurangan tingkat nyeri pada secara statistik (p = .0001) disimpulkan ada pengaruh pemberian relaksasi guided imagery terhadap penurunan nyeri pada pasien pasca operasi.

2. Tingkat Nyeri Pre Test Dan Post Test pasien post op digestif kelompok Kontrol

Berdasarkan hasil penelitian pada kelompok intervensi didapatkan jenis kelamin paling banyak berada pada jenis kelamin laki-laki 6 (60%) responden rata rata nyeri sedang dengan skala 5 serta paling sedikit berjenis kelamin perempuan sebanyak 4 (40%) responden berada pada rata-rata nyeri berat dengan skala nyeri 7. Dari data tersebut dapat dilihat bahwa mayoritas responden berada pada jenis kelamin laki-laki. Pada kelompok kontrol didapatkan jenis kelamin paling banyak berada pada jenis kelamin laki-laki 6 (60%) responden rata-rata nyeri berat skala 7 serta paling sedikit berjenis kelamin perempuan dengan rata-rata nyeri berat skala 7. 46 Rata-rata skala nyeri pada kelompok intervensi berada pada kategori sedang hal ini karena pada kelompok intervensi mayoritas berjenis kelamin laki laki, dimana jenis kelamin mempengaruhi presepsi seseorang terhadap nyeri yang dirasakan.

Hal ini juga bisa disebabkan karena Laki- laki kurang mengekspresikan nyeri yang dirasakan secara berlebihan dibandingkan dengan wanita. Hal ini sejalan dengan teori menurut Sudaryanto,2020 Perempuan lebih mudah merasakan cemas, dan merasakan nyeri dibandingkan dengan laki-laki dengan tingkat stres yang sama. (Andriani, 2016)

Perbedaan jenis kelamin telah diindentifikasi dalam hal nyeri dan respon nyeri.Laki-laki memiliki sensitifitas yang lebih rendah dibandingkan dengan wanita atau kurang merasakan nyeri (Smeltzer and Bare).Laki- laki kurang mengekspresikan nyeri yang dirasakan secara berlebihan dibandingkan dengan wanita. Tetapi bukan berarti laki-laki selalu tidak bisa mengeskpresikan nyeri yang

dirasakan karna kembali lagi tergantung dari maisng-masing individu.

Sementara pada kelompok kontrol rata-rata nyeri berada pada kategori berat hal ini disebabkan karna jenis kelamin disebabkan juga karena setiap orang berbeda-beda dalam mengekspresikan tingkat nyeri yang dirasakan serta pengaruh lain juga bisa disebabkan karena mekanisme koping yang berbeda. Menurut (Ndama & Ismunandar, 2023) Dimana mekanisme koping adalah cara yang dilakukan untuk merubah lingkungan,situasi atau menyelesikan masalah yang sedang dirasakan atau dihadapi.

Dimana hal ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh (H. B. Hidayati et al., 2022) bahwa jenis kelamin memiliki peran penting dalam persepsi nyeri. Secara umum, perempuan lebih merasakan nyeri dibanding laki-laki. Faktor biologis dan faktor psikologis dianggap turut memiliki peran dalam mempengaruhi perbedaan persepsi nyeri antar jenis kelamin. Kondisi hormonal pada wanita juga turut mempengaruhi nyeri. Pada perempuan didapatkan bahwa hormon estrogen dan progesteron sangat berperan dalam sensitivitas nyeri pasien. Hormon estrogen diketahui memiliki efek pronosiseptif yang dapat merangsang proses sensitisasi sentral dan perifer.Hormon progesteron berpengaruh dalam penurunan ambang batas nyeri.Hal tersebut menunjukkan alasan mengapa perempuan cenderung lebih merasakan nyeri dibanding dengan laki-laki.

3. Pengaruh Terapi Guide Imegary Relaxation Terhadap Penurunan Nyeri Pasien Post Op Digestif Sebelum Dan Sesudah Pada Kelompok Intervensi Dan Kontrol

Berdasarkan hasil penelitian penurunan skala nyeri sebelum dan sesudah pada kelompok intervensi dengan peningkatan nilai rata-rata sebelum 2.40 dan sesudah sebesar 1.40 dengan rata-rata penurunan sebesar 1. Dimana berdasarkan hasil penelitian tersebut penurunan skala nyeri sebelum dan sesudah dikarekan diberikan terapi guided imagery relaxation.Hal ini karena pemberian terapi guided imagery relaxation merupakan salah satu terapi Non Farmakologis yaitu dengan cara membimbing pasien dan untuk memfokuskan imajinasinya pada hal yang membuat pasien bahagia dan nyaman untuk meredakan nyeri.

Menurut Utari & Kartika (2018), bahwa “Guide imagery merupakan suatu imajinasi yang dirancang secara khusus untuk mencapai efek positif yaitu dengan membayangkan hal-hal yang menyenangkan yang kemudian akan terjadi perubahan aktivitas motoric sehingga otot-otot yang tegang akan menjadi relaks, sehingga respon terhadap bayangan menjadi semakin jelas, selanjutnya Perasaan relaks ini terjadi karena rangsangan imajinasi berupa hal-hal yang menyenangkan akan dijalankan ke batang otak menuju sensor thalamus untuk diformat , kemudian sebagian kecil rangsangan itu ditransmisikan ke amigdala dan hipokampus, sebagian lagi dikirim ke korteks serebri sehingga akan terjadi asosiasi pengindraan. Pada hipokampus hal hal yang menyenangkan akan diproses menjadi sebuah memori setelah diberikan guided imagery, kemudian dari “hipokampus ketika akan terdapat rangsangan, ketika terdapat rangsangan berupa imajinasi yang menyenangkan memori yang tersimpan akan muncul kembali dan menimbulkan suatu persepsi. Dari hipokampus rangsangan yang telah mempunyai makna dikirim ke amigdala yang akan membentuk pola respon yang sesuai dengan makna rangsangan yang diterima. Sehingga subjek akan lebih mudah untuk mengasosiasikan dirinya dalam menurunkan sensasi nyeri yang di alami”

Kolcaba dalam teori tentang kenyamanan (comfort) mensintesis tiga tipe kenyamanan dalam analisis konsepnya Tiga tipe kenyamanan itu adalah: relief yang berarti ketika kenyamanan spesifik yang dibutuhkan klien terpenuhi, ease berarti ketika klien merasa tenang dan puas, dan yang terakhir adalah transcendence ketika klien berhasil melampaui kebutuhan rasa nyaman (Tomey & Alligood, 2010).Selanjutnya tiga tipe kenyamanan tersebut dapat terlihat melalui kenyamanan fisik (sensasi tubuh, mekanisme homeostatik, fungsi kekebalan tubuh), psikospiritual (kesadaran diri, identitas seksual, makna hidup seseorang), sosiokultural (hubungan interpersonal , keluarga, tradisi keluarga, ritual dan praktek keagamaan), dan lingkungan (suhu, cahaya, suara, bau, warna, furniture) Untuk mencapai tiga tipe kenyamanan yang dikemukakan oleh Kolcaba, salah satunya adalah dengan intervensi Imajinasi Terbimbing dengan wujud usaha untuk mengubah dari

adanya perubahan fisiologi yang menyebabkan rasa sakit menjadi suatu kenyamanan. Selain dari kebutuhan rasa nyaman fisik, kebutuhan akan psikospiritual juga dibutuhkan untuk mencapai suatu kenyamanan. Hal ini sejalan dengan teori yang mengatakan bahwa Imajinasi Terbimbing adalah membentuk sebuah imajinasi dengan menggunakan semua indra melalui proses kognitif dengan mengubah objek, tempat, peristiwa atau situasi untuk meningkatkan relaksasi, meningkatkan kenyamanan dan meredakan nyeri (SIKI, 2018).

Hasil penelitian ini sejalan denagn penelitian yang dilakukan oleh (Udkhiyah & Jamaludin, 2020) yang berjudul Penerapan Terapi Guided Imagery Terhadap Penurunan Nyeri Pada Pasien Post Operasi Apendiktomi Di RSUD RA Kartini Jepara dimana dalam hasil penelitian didapatkan setelah diberikan teknik relaksasi guided imagery (imajinasi terbimbing).Responden 1 tingkat nyeri pada saat sebelum diajarkan teknik guided imagery skalanya adalah 6 (nyeri sedang) dan setelah diberikan teknik relaksasi guided imagery skala nyeri menurun menjadi 2 (nyeri ringan). Ini berarti dengan melakukan imajinasi terbimbing secara berkala pasien akan merasa lebih tenang, rileks, nyaman, dan rasa nyeri pun akan berkurang secara bertahap.

Pada kelompok kontrol peningkatan skala nyeri sebelum 2.90 dan sesudah 2.60 dengan rata-rata penurunan sebesar 0,3. Berdasarkan hasil penelitian pada kelompok kontrol terjadi peningkatan karena tidak diberikan terapi akan tetapi responden mendapatkan obat anti nyeri setiap 6 jam sehingga ada penurunan nyeri tetapi tidak secara signifikan berbanding terbalik dengan hasil dari kelompok intervensi .karena pada kelompok kontrol ini peneliti hanya menilai tingkat nyeri pasien.

Tindakan untuk mengatasi nyeri diperlukan penatalaksanaan manajemen nyeri melalui tipe farmakologi dan non farmakologi. Pada kelompok kontrol dalam penelitian ini hanya sebatas menggunakan terapi farmakologi dimana menggunaka pendekatan kolaborasi antara perawat dan dokter dalam memberikan obat untuk menghilangkan sensasi nyeri. Penurunan tingkat nyeri tergantung dari jenis obat apa anti nyeri apa yang diberikan dan jenis operasi

pasien, serta waktu kerja dari obat tersebut.

Penelitian ini sejalan dengan penelitian (Sulastri et al., 2024) didapatkan hasil pada kelompok kontrol rata-rata nyeri berat 7 sedangkan sesudah didapatkan hasil rata-rata nyeri sedang 6. Dapat disimpulkan bahwa pada kelompok intervensi terjadi peurunan namun tidak secara signifikan

KESIMPULAN

Berdasarkan hasil penelitian menujukkan adanya pengaruh *guided imagery relaxation* terhadap intensitas nyeri pasien post operasi digestif di ruangan Bedah RSUD Prof. Dr Aloei Saboe.

DAFTAR PUSTAKA

Adam, J., & Umboh, J. (2015). Hubungan Antara Umur, Parietas Dan Pendampingan Suami Dengan Intensitas Nyeri Persalinan Kala 1 Fase Aktif Deselarasi Di Ruang Bersalin RSUD Prof. Dr. H. Aloei Saboe Kota Gorontalo. Jikmu, 5(2a), 361–374.

Ajuan, O. (2022). Keefektifan Pemberian Terapi Guided Imagery Untuk Mengurangi Tingkat Kecemasan Pada Pasien Gangguan Jiwa Skizofrenia. Professional Health Journal, 4(1), 1–9. Https://Doi.Org/10.54832/Phj.V4i1.201

Astuti, N. D., & Respati, C. A. (2019). Pengaruh Terapi Guided Imagery Terhadap Nyeri Pada Pasien Post Operasi Fraktur Di Ruang Bougenvil RSUD Dr. R. Koesma Tuban. Jurnal Midpro, 10(2), 52. Https://Doi.Org/10.30736/Midpro.V10i2.81

Bahri, A. S., & P, I. Y. (2020). Efektifitas Teknik Relaksasi Guided Imagery Terhadap Penurunan Nyeri Pada Pasien Post Operasi Di Ruang Pulih Sadar Rumah Sakit Umum Daerah Padang Arang Boyolali. 1–11.

Bahrudin, M. (2020). Patofisiologi Nyeri (Pain). Saintika Medika, 13(1), 7. Https://Doi.Org/10.22219/Sm.V13i1.5449

Darmadi, M. N. F., Hafid, M. A., Patima, P., & Risnah, R. (2020). Efektivitas Imajinasi Terbimbing (Guided Imagery) Terhadap Penurunan Nyeri Pasien Post Operasi : A Literatur Review. Alauddin Scientific Journal Of Nursing, 1(1), 42–54. Https://Doi.Org/10.24252/Asjn.V1i1.16615

Diantari, D. A. W., Wiguna, I. N. A. A., & Niryana, I. W. (2018). Gambaran Evaluasi Tingkat Nyeri Pasien Pasca Operasi Radang Usus Buntu Dengan Bedah Terbuka Dan Laparoskopi Di Rumah Sakit Umum Pusat Sanglah Denpasar Tahun 2016. Intisari Sains Medis, 9(2), 100–106. Https://Doi.Org/10.15562/Ism.V9i2.158

Dr.Ns.Sri Rejeki, S.Kep, M.Kep, S. M. (2020). BUKU AJAR MANAJEMEN NYERI DALAM PROSES

PERSALINAN NON FARMAKA (M. K. Ns. Arief Yanto (Ed.)).

Hidayati, A. N., Alfian, M. I. A. A., & Rosyid, A. N. (2018). Gawat Darurat Medis Dan Bedah. In Rumah Sakit Universitas Airlangga (Vol. 8, Issue 1).

Hidayati, H. B., Amelia, E. G. F., Turchan, A., Rehatta, N. M., Atika, & Hamdan, M. (2022). Pengaruh Usia Dan Jenis Kelamin Pada Skala Nyeri Pasien Trigeminal Neuralgia. Aksona, 1(2), 53–56. Https://Doi.Org/10.20473/Aksona.V1i2.149

Ilham, P., & Pratiwi, A. (2020). Pengaruh Efektivitas Tehnik Relaksasi Guidet Imagery Terhadap Tingkat Kecemasan Pasien. Jurnal Health Sains, 1(4), 195–207.

Indahningrum, R. Putri, & Lia Dwi Jayanti. (2020). PENGARUH LATIHAN RENTANG GERAK TERHADAP PERUBAHAN SKOR NYERI PADA PASIEN POST-OP ORIF EKSTREMITAS BAWAH. 2507(1), 1–9.

Jiaoyu, H., & Boaden, E. E. (2023). Penerapan Terapi Musik Untuk Menurunkan Tingkat Nyeri Pada Pasien Post Operasi Di RS Paru Dr. Ario Wirawan Salatiga. 11(2), 10–14.

Jjatmiko, H. T., & Purnamasari, S. E. (2022). Pengaruh Teknik Music And Imagery Dalam Terapi Musik Terhadap Penurunan Stres Akademik Pada Mahasiswa. Skripsi, 75–87.

Kartika, I. R., Ababil, L. S., & Juwita, L. (2023). Manajemen Nyeri Dan Perilaku Caring Perawat : Studi Deskriptif Kepuasan Pasien Post Op Di Ruang Bedah. Journal Of Nursing And Health Sciences, 2(1), 33–44.

Lutfiani, R., & Mariyati. (2023). Penerapan Relaksasi Guided Imagery Untuk Menurunkan Kecemasan Pada Pasien Kanker Serviks. Prosiding Seminar Nasional Hasil-Hasil Penelitian Dan Pengabdian Masyarakat, 5(1), 46–55.

Mudrikah, U. M., & Waluyanti, F. T. (2021). Analysis Of Nursing Care In Post Appendictomy Patients With The Application Of Effleurage Techniques. Journal Of Health And Cardiovascular Nursing, 1(2), 92–105. Https://Doi.Org/10.36082/Jhcn.V1i2.944

Natasya, M., Sari, I. K., & Saputra, M. (2022). Analisis Tingkat Pengetahuan Perawat Tentang Instrumen Nyeri Terhadap Penggunaan Instrumen Nyeri Di RSUD Dr. Zainoel Abidin Provinsi Aceh Tahun 2022. Jurnal Ilmiah Mahasiswa, 1(1).

Novarenta, A. (2019). GUIDED IMAGERY UNTUK MENGURANGI RASA NYERI SAAT MENSTRUASI. Journal Of Petrology, 369(1), 1689–1699.

Ns. Weny Amelia, M.Kep., S. K. M., Ns. Lola Despitasari, M. K., & Ns. Fitria Alisa, M. K. (2023). TERAPI GUIDED IMAGERY UNTUK KUALITASS TIDUR PADA PASIEN KANKER PAYUDARA YANG MENJALANI KEMOTERAPI.

Nugraha, D. Y., Imam, A. K., Budiman, M., Sari, W. L., & Ndoen, D. R. (2024). Musik Dan Otak Dalam Neuropsikologi: Studi Visualisasi Tren Penelitian Dengan Analisis Bibliometrik.

Psikobuletin:Buletin Ilmiah Psikologi, 5(2), 155. Https://Doi.Org/10.24014/Pib.V5i2.26518

Padillah, D. F., & Yudiarso, A. (2023). Meta Analisis: Efektivitas Pengaruh Guided Imagery Therapy Untuk Kecemasan. Jurnal Ilmu Keperawatan Jiwa, 6(1), 580–588.

PPNI. (2018). MANAJEMEN NYERI.

Rahmawati Salsa. (2022). Pengaruh Pemberian Terapi Audio Terhadap Penurunan Skala Nyeri Pasien Post Operasi:Literature Review Pengaruh Pemberian Terapi Guided Imagery Terhadap Penurunan Skala Nyeri Post Operasi:Literature Review Naskah Publikasi.

Rivki, M., Bachtiar, A. M., Informatika, T., Teknik, F., & Indonesia, U. K. (2021). Modul Praktikum Keperawatan Dasar II (Issue 112).

Sari, P. E. (2022). Penerapan Guide Imageri Untuk Mengatasi Nyeri Akut Pada Pasien Hipertensi (Pp. 41 & 42).

Sigiarto, A. (2023). Fullbook Pengantar Dasar Fisiologis Untuk Praktik Keperawatan. In Yayasan Kita Menulis.

Sulastri, Erika, K. A., & Rachmawaty, R. (2024). Evektivitas Teknik Guided Imagery Dalam Menurunkan Nyeri Terhadap Kadar Endofrin Pada Pasien Breast Cancer. Jurnal Keperawatan, 17, 153–164.

Tiyonggo, A., HS, S. A. S., & Inayati, A. (2024). Penerapan Guided Imagery Terhadap Skala Nyeri Pada Pasien Post Op Fraktur Di Ruang Bedah DI RSUD Jend. Ahmad Yani Metro. Jurnal Cendikia Muda, 4(1), 29–35.

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), 124–133.

Wahyuningsih, W., & Agustin, W. R. (2020). Terapi Guide Imagery Terhadap Penurunan Kecemasan Pasien Preoperasi Sectio Caesarea. Jurnal Keperawatan 'Aisyiyah, 7(1), 31–37. Https://Doi.Org/10.33867/Jka.V7i1.163