

PENGARUH PEMBERIAN RELAKSASI *GUIDED IMAGERY* TERHADAP NYERI PADA PASIEN PASCA APENDIKTOMI

Lesi Lestari¹, Isnanto²

^(1,2) Stikes Bethesda Yakkum Jl. Johar Nurhadi No. 6 Yogyakarta 524565

Email: isnanto@stikesbethesda.ac.id

ABSTRAK

Latar Belakang : Apendisitis merupakan penyakit Gastrointestinal yang perlu kita waspadai. Data dari *World Health Organization* (WHO) menunjukkan bahwa insiden Apendisitis diperkirakan akan meningkat setiap tahunnya. Salah satu prosedur penanganan apendisitis adalah dengan tindakan pembedahan yaitu Apendektomi. Pasca dilakukannya Apendektomi pasien mengalami keluhan nyeri. Penanganan nyeri yang dapat dilakukan adalah dengan tehnik non farmakologis yaitu memberikan *guided imagery*. **Tujuan Penelitian** : Mengetahui pengaruh relaksasi *Guided Imagery* terhadap nyeri pada pasien pasca Apendektomi di RSUD Wirosaban Tahun 2016. **Metode** : Penelitian ini merupakan penelitian *pre eksperimental* dengan rancangan *one group pre-posttest design*. Populasinya adalah pasien pasca apendektomi yang ada di RSUD Wirosaban Yogyakarta. Teknik pengambilan sampel menggunakan *accidental sampling* dengan jumlah responden 20 orang. Alat pengumpulan data menggunakan kuesioner NRS (*Numeric Rating Scale*). Analisa data yang digunakan menggunakan *Wilcoxon Sign Rank Test*. **Hasil** : Hasil analisis uji statistik *Wilcoxon Signed Rank Test* diperoleh $p\text{ value} = 0.000$ dengan taraf signifikansi < 0.05 , dengan demikian nilai probabilitas 0.000 lebih kecil daripada $\alpha = 0.05$. **Kesimpulan** : Ada pengaruh pemberian relaksasi *guided imagery* terhadap nyeri pada pasien pasca apendektomi di RSUD Wirosaban tahun 2016. **Saran** : Penelitian ini diharapkan dapat di terapkan di bidang keperawatan dan menjadi referensi dalam pendidikan serta penelitian selanjutnya yang terkait dengan tehnik terapi non farmakologi.

Kata Kunci : Apendektomi - *Guided Imagery* – Nyeri

ABSTRACT

Background : Appendicitis is a gastrointestinal disease that we need to be cautious of. Data from the World Health Organization (WHO) shows that the incidence of Appendicitis is expected to increase every year. One of the procedures for handling Appendicitis is Appendectomy surgery. After the procedure is done the patient will feel pain. Pain management to cope with the pain is with non - pharmacological technique that is guided imagery. **Objective** : Knowing the effect of Guided Imagery relaxation to pain in post Appendectomy patients at RSUD Wirosaban in 2016. **Methods** : It was a pre-experimental design with one group pretest – posttest. The population was post Appendectomy patients that were in RSUD Wirosaban. Sampling techniques used a accidental sampling with 20 respondents. Instrument used was NRS (Numeric Rating Scale) questionnaire. Analysis of test data used Wilcoxon Signed Rank Test. **Results** : The result of Wilcoxon Signed Rank Test shows $p\text{ value} = 0.000$ with a significance level < 0.05 , thus the probability value 0,000 is smaller than $\alpha = 0.05$. **Conclusion** : There is a significant influence of guided imagery relaxation to pain in post Appendectomy patients in RSUD Wirosaban in 2016 . **Suggestion** : This study is expected to be applied in the field of nursing and become a reference in education and further research related to non-pharmacological therapy techniques.

Keyword : Appendectomy - Guided Imagery - Pain

PENDAHULUAN

Penyakit gastrointestinal (saluran pencernaan) merupakan masalah kesehatan yang banyak dialami oleh manusia. Jenis penyakit yang banyak terjadi dalam saluran pencernaan adalah penyakit karena infeksi, salah satunya adalah apendisitis. Apendisitis adalah peradangan dari apendiks vermiformis, dan merupakan penyebab terlazim akut abdomen bedah pada pasien (Sabiston, 2007). Data yang dikeluarkan oleh *World Health Organization* (WHO) menunjukkan bahwa insiden Apendisitis pada tahun 2010 mencapai 7,62% dan meningkat pada tahun 2013 menjadi 8,22 % dari populasi penduduk dunia (Gonzales, 2010). Apendisitis juga termasuk penyakit yang memiliki jumlah penderita yang terus meningkat di Indonesia. Sesuai dengan data yang dirilis oleh Kementerian Kesehatan Republik Indonesia penderita penyakit Apendisitis pada tahun 2012 sebanyak 582.991 orang dan meningkat pada tahun 2013 sebesar 593.877 orang (Kemenkes, 2013).

Pasien dengan Apendisitis biasanya dilakukan tindakan Apendektomi untuk mengangkat bagian apendiks yang terinfeksi. Tindakan tersebut merupakan suatu kepada integritas seseorang yang dapat menimbulkan respon berupa nyeri.

Nyeri pasca operasi akan meningkatkan stress dan memiliki pengaruh negatif pada penyembuhan nyeri (Torrance & Serginson, 2010). Penatalaksanaan terhadap nyeri dibagi menjadi dua yaitu dengan farmakologi dan non farmakologi. Salah satu tehnik relaksasi non-farmakologi yang dapat dilakukan adalah *guided imagery*. *Guided imagery* yakni membentuk bayangan untuk diterima sebagai rangsang oleh berbagai indera sehingga seseorang dapat membayangkan sesuatu yang indah dan perasaan menjadi tenang (Brunner & Suddart, 2002). Hasil studi pendahuluan di RSUD Wirosaban didapatkan data bahwa sejumlah 182 orang terdiagnosis mengalami Apendisitis di ruang rawat inap dari bulan April 2015-April 2016 dan 172 orang diantaranya melakukan operasi Apendektomi. Informasi yang didapatkan adalah pada pasien pasca Apendektomi di RSUD Wirosaban belum pernah diberikan teknik relaksasi *guided imagery* ataupun teknik relaksasi lainnya untuk mengurangi nyeri kecuali teknik nafas dalam.

METODE PENELITIAN

Penelitian ini merupakan jenis penelitian *Pre Experimental* menggunakan rancangan *one-group pretest-posttest design*. Lokasi penelitian di RSUD Wirosaban Yogyakarta pada tanggal 2-30 Agustus

tahun 2016. Populasi dalam penelitian ini adalah pasien pasca Apendektomi yang dirawat inap di RSUD Wirosaban. Teknik pengambilan sampling yang digunakan adalah *accidental sampling* dengan jumlah 20 orang responden. Proses pengumpulan data dilakukan dengan menggunakan alat ukur nyeri *Numeric Rating Scale (NRS)*.

Variabel bebasnya adalah tehnik relaksasi *Guided imagery*, dan variabel terikatnya adalah skala nyeri pada pasien pasca Apendektomi. Analisa data yang digunakan adalah *Wilcoxon Sign Rank Test*.

HASIL DAN PEMBAHASAN

A. Gambaran Lokasi Penelitian

Pelaksanaan penelitian selama 4 minggu yaitu mulai tanggal 2-30 Agustus 2016. RSUD Wirosaban terletak di jalan Wirosaban No.1 Kota Yogyakarta. Kondisi lingkungan disekitar RSUD Wirosaban cukup luas, tertata dan juga bersih. Populasi dalam penelitian ini adalah pasien pasca Apendektomi. Tehnik pengambilan sampel menggunakan *Accidental Sampling* dengan jumlah sampel 20 orang.

B. Karakteristik Responden

Dari hasil penelitian diketahui karakteristik responden sebagai berikut :

1. Karakteristik responden berdasarkan usia

Dari 20 responden jumlah usia paling banyak adalah dengan rentang usia 21-40 tahun sebanyak 12 responden (60%) dan yang usia paling sedikit adalah usia 12-20 tahun sebanyak 8 responden (40%).

2. Karakteristik responden berdasarkan jenis kelamin

Dari 20 responden jumlah jenis kelamin paling banyak adalah perempuan sebanyak 14 responden (70%) dan yang paling sedikit adalah laki-laki berjumlah 6 orang (30%).

3. Karakteristik responden berdasarkan pendidikan

Dari 20 yang terbanyak adalah pada jenjang SMA yaitu berjumlah 13 orang (65%) dan yang paling sedikit adalah pada jenjang Perguruan Tinggi berjumlah 2 orang (10%) dan SMP yaitu berjumlah 2 orang (10%).

C. Analisa Bivariat

Tabel 1. Distribusi Frekuensi Pasien Berdasarkan Skala Nyeri Sebelum dilakukan Relaksasi *Guided imagery* di RSUD Wirosaban Yogyakarta Tahun 2016

Skala Nyeri	Frekuensi	Persentase
0 (Tidak ada nyeri)	0	0%
1-3 (Nyeri ringan)	0	0%
4-6 (Nyeri sedang)	9	45%
7-9 (Nyeri berat)	11	55%
10 (Nyeri tak tertahankan)	0	0%
Total	20	100%

Sumber : primer terolah, September 2016

Mean : 6.45 (Nyeri sedang)

Keterangan : Tidak nyeri = 0 Nyeri sedang = 4-6
 Nyeri ringan = 1-3 Nyeri berat = 7-9
 Nyeri tak tertahankan = 10

Analisis : Tabel 2 diketahui bahwa dari 20 responden terdapat 9 responden (45%) dengan nyeri sedang (4-6) dan 11 responden (55%) lainnya berada pada nyeri berat (7-9). Nilai mean skala nyeri sebelum dilakukan relaksasi *Guided Imagery* 6.45 (nyeri sedang).

Tabel 2. Distribusi Frekuensi Pasien Berdasarkan Skala Nyeri Sesudah dilakukan Relaksasi *Guided imagery* di RSUD Wirosaban Yogyakarta Tahun 2016

Skala Nyeri	Frekuensi	Persentase
0 (Tidak ada nyeri)	0	0%
1-3 (Nyeri ringan)	13	65%
4-6 (Nyeri sedang)	7	35%
7-9 (Nyeri berat)	0	0%
10 (Nyeri tak tertahankan)	0	0%
Total	20	100%

Sumber : primer terolah, September 2016

Mean : 3,2 (Nyeri ringan)

Keterangan : Tidak nyeri = 0 Nyeri sedang = 4-6
 Nyeri ringan = 1-3 Nyeri berat = 7-9
 Nyeri tak tertahankan = 10

Analisis : Tabel 3 diketahui bahwa dari 20 responden terdapat 13 responden (65%) dengan nyeri ringan (1-3) dan 7 responden (35%) lainnya berada pada nyeri sedang (4-6). Nilai mean skala nyeri sesudah dilakukan relaksasi *Guided Imagery* 3,2 (nyeri ringan).

Tabel 3. Gambaran Pengaruh Pemberian Relaksasi *Guided Imagery* terhadap Nyeri pada Pasien Pasca Apendiktomi di RSUD Wirosaban Tahun 2016

Pemberian Relaksasi <i>Guided Imagery</i>	Pre-test	Post-test
Skala Nyeri		
0 (tidak ada nyeri)	0	0
1-3 (nyeri ringan)	0	13
4-6 (nyeri sedang)	9	7
7-9 (nyeri berat)	11	0
10 (nyeri tak tertahankan)	0	0
Total	20	20

Sumber : Primer terolah, September 2016

Analisis : Berdasarkan tabel di atas, dari 20 responden yang ada sebelum diberikan *guided imagery* terdapat 9 orang responden dengan intensitas nyeri sedang (4-6) dan 11 orang responden dengan intensitas nyeri berat (7-9). Sedangkan setelah diberikan *guided imagery* terdapat 13 orang responden dengan intensitas nyeri ringan (1-3) dan 7 orang dengan intensitas nyeri sedang (4-6). Observasi sesudah diberikan *guided imagery* menunjukkan bahwa tidak ada responden yang mengalami nyeri berat melainkan terjadi penurunan skala nyeri menjadi sedang dan juga ringan. Hasil uji statistik dengan *Wilcoxon Signed Rank Test* menunjukkan bahwa besarnya nilai Z sebesar -4,179 dengan signifikansi ($p=$ value) sebesar 0.000. Dengan demikian nilai probabilitas 0.000 lebih kecil daripada $\alpha < 0.05$ maka dengan ini H_0 ditolak dan H_a diterima. Artinya ada pengaruh *Guided Imagery* terhadap penurunan nyeri pada pasien pasca apendiktomi di RSUD Wirosaban tahun 2016.

Tabel 4 Pengaruh Pemberian Relaksasi *Guided Imagery* Terhadap Nyeri pada Pasien Pasca Apendiktomi di RSUD Wirosaban Tahun 2016

Pengaruh <i>Guided Imagery</i>	Z	p value
Nyeri pre dan post <i>Guided Imagery</i>	-4,179	0,000

Sumber : Primer terolah, September 2016

Hasil analisis uji statistik *Wilcoxon Signed Rank Test* seperti tabel di atas menunjukkan bahwa besarnya nilai Z sebesar -4,179 dengan signifikansi ($p=$ value) sebesar 0.000. Dengan demikian nilai probabilitas 0.000 lebih kecil daripada $\alpha < 0.05$ maka dengan ini

H_0 ditolak dan H_a diterima. Artinya ada pengaruh *Guided Imagery* terhadap penurunan nyeri pada pasien pasca apendektomi di RSUD Wirosaban tahun 2016.

D. Pembahasan

Karakteristik responden berdasarkan usia yang paling banyak berada pada rentang 21-40 tahun yaitu 12 orang (60%). Penelitian ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Dani dan Pauline di RS Immanuel Bandung tentang karakteristik penderita apendisitis akut pada tahun 2013, dari penelitian tersebut didapatkan data bahwa kelompok usia terbanyak adalah pada kategori dewasa awal dengan kelompok usia 20-30 tahun. Gearhart Silen (2013) dalam bukunya mengatakan bahwa insiden puncak apendisitis akut ialah pada dekade kedua dan ketiga kehidupan. Seseorang dengan rentang usia 21-40 tahun adalah masa-masa dewasa yang seringkali tidak mengatur pola makan dengan baik dan kurang memperhatikan kandungan dari makanan yang dikonsumsi (Silen, 2013).

Karakteristik responden berdasarkan jenis kelamin paling banyak adalah perempuan yaitu sebanyak 14 orang (70%) sedangkan responden laki-laki sebanyak 6 orang (30%). Sesuai dengan penelitian yang dilakukan di

RS Immanuel Bandung tahun 2013 didapatkan data bahwa jenis kelamin laki-laki mendominasi pada hampir setiap kelompok umur dibandingkan dengan jenis kelamin perempuan, kecuali pada kelompok umur 21-40 tahun dimana jenis kelamin perempuan lebih banyak daripada jenis kelamin laki-laki yang mengalami apendisitis. Laki-laki lebih mampu mengontrol rasa sakit dibanding perempuan, laki-laki cenderung mengabaikan rasa sakit sehingga laki-laki jarang untuk memeriksakan diri dan melakukan prosedur Apendektomi (Yantu, 2014). Karakteristik responden berdasarkan pendidikan paling banyak adalah yang berpendidikan SMA (65%). Orang-orang dengan pendidikan SMA paling banyak mengalami Apendisitis yang terjadi karena adanya ketidakpedulian terhadap pola makan sehingga orang yang tahu tentang apendisitis belum tentu mengatur pola makan dan mengkonsumsi makanan yang sehat. Hal ini juga sesuai dengan penggolongan kelompok usia dimana seseorang dengan usia dewasa 21-40 tahun memiliki banyak aktivitas dan

gaya hidup yang bebas serta pola makan yang tidak teratur (Silen, 2013).

Hasil analisis uji statistik yang dilakukan dengan menggunakan *Wilcoxon Signed Rank Test* pada kelompok yang mendapat terapi *Guided Imagery* untuk melihat tingkat nyeri menunjukkan ada perbedaan yang signifikan antara sebelum dan sesudah diberikan terapi *Guided Imagery*. Nilai mean nyeri pasien berdasarkan skala nyeri NRS (*Numeric Rating Scale*) sebelum diberikan *guided imagery* adalah 6,45 (nyeri sedang) dan nilai mean nyeri pasien berdasarkan skala nyeri sesudah diberikan *guided imagery* adalah 3,2 (nyeri ringan). Dari kedua nilai mean pretest dan posttest terdapat perbedaan yaitu adanya penurunan nilai mean sesudah pemberian *guided imagery* sebesar 3,25.

Guided imagery adalah proses yang menggunakan kekuatan pikiran untuk menyembuhkan diri dan memelihara kesehatan atau rileks melalui komunikasi dalam tubuh (Potter & Perry, 2005). *Guided imagery* akan membentuk bayangan untuk diterima sebagai rangsang oleh berbagai indera sehingga seseorang dapat

membayangkan sesuatu yang indah dan perasaan akan menjadi tenang. Saat pasien berimajinasi maka akan menurunkan intensitas nyeri karena fokus pasien terhadap nyeri teralihkan dengan imajinasi yang menyenangkan. Rangsangan imajinasi akan dijalankan ke batang otak menuju sensor talamus untuk diformat. Rangsangan di transmisikan ke amigdala dan hipokampus, sebagian lagi dikirim ke korteks serebri. Pada hipokampus hal yang menyenangkan akan diproses menjadi sebuah memori dan ketika mendapat rangsangan berupa imajinasi memori yang tersimpan akan muncul kembali. Setelah sampai di hipokampus rangsangan yang telah mempunyai makna dikirim ke amigdala yang akan membentuk pola respon sesuai dengan makna rangsangan yang diterima, sehingga subjek lebih mudah untuk mengasosiasikan dirinya dalam menurunkan sensasi nyeri yang dialami (Novarenta, 2013).

Hasil penelitian ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Ni Made Dewi Ratnasari (2012) tentang pengaruh pemberian *guided imagery* terhadap nyeri pada pasien post operasi fraktur di RSUD Panembahan Senopati Bantul, hasil penelitian

menyimpulkan bahwa *guided imagery* efektif digunakan untuk menurunkan tingkat nyeri pada pasien post operasi fraktur. Penelitian tersebut berimplikasi bahwa *guided imagery* dapat dijadikan sebagai alternatif terapi yang dapat digunakan oleh perawat untuk penanganan nyeri pada pasien.

KESIMPULAN

Ada pengaruh pemberian terapi *Guided Imagery* terhadap nyeri pada pasien pasca apendektomi di RSUD Wirosaban Yogyakarta tahun 2016.

SARAN

1. RSUD Wirosaban
Penelitian ini diharapkan bisa digunakan sebagai bahan pertimbangan untuk menentukan kebijakan dalam memberikan intervensi kepada pasien khususnya yang mengalami keluhan nyeri.
2. Profesi Keperawatan
Perawat diharapkan dapat menerapkan relaksasi *guided imagery* untuk mengurangi rasa nyeri pasien sehingga meningkatkan mutu pelayanan.
3. Peneliti selanjutnya
Penelitian yang dilakukan oleh peneliti dapat menjadi literatur dan

penambah wawasan untuk mengembangkan penelitian selanjutnya.

DAFTAR PUSTAKA

- Brunner & Suddarth. (2002). *Buku ajar keperawatan medikal bedah. Edisi 8: Volume 3*. Jakarta: EGC
- Dani, Pauline. (2013). 'Karakteristik Penderita Apendisitis Akut Di Rumah Sakit Immanuel Bandung Periode 1 Januari 2013 – 30 Juni 2013'. Skripsi, Universitas Kristen Maranatha
- Dermawan, D., & Tutik, R.(2010). *Keperawatan medikal bedah sistem pencernaan*. Yogyakarta: Gosyen Publishing.
- Efendi, F. (2008). *Konsep imajinasi terbimbing dan teknik relaksasi nyeri* . Vol. 44 hal. 198-205. Diakses pada tanggal 16 April 2016, dari: <http://indonesiannursing.com/konsepimajinasi-terbimbing.pdf> 2010
- Farida, A. (2010). 'Efektifitas terapi musik terhadap penurunan nyeri post operasi pada anak usia sekolah di RSUP Haji Adam Malik Medan'. Skripsi, Universitas Sumatra Utara.
- Gearhart S, Silen W. (2013).. *Harrison Gastroenterologi & Hepatologi*. Jakarta: EGC
- Gonzales, M.A. (2010). *The intervention post operative outcomes in patients of appendectomy*. American Nurses Association Journal.

- Novarenta, Affan. (2013). *Guided Imagery untuk mengurangi rasa nyeri saat menstruasi, Vol 01, No.02* Diakses 22 April 2016, dari <http://ejournal.umm.ac.id/index.php/jipt/article/view/1575/1671>.
- Potter, P.A., & Perry, A.G. (2010). *Fundamental keperawatan*. Jakarta: Salemba Medika.
- Rahmayanti, Y.N. (2010). *Pengaruh guided imagery terhadap tingkat kecemasan pada pasien Skizoafektif RSJD Surakarta*. Diakses tanggal 22 April 2016, dari <http://etd.eprints.ums.ac.id/.pdf>
- Ratnasari, N.M.D. (2012). *'Pengaruh Pemberian Guided Imagery Terhadap Nyeri Pada Pasien Post Operasi Fraktur Di Rsud Panembahan Senopati Bantul*. Skripsi, Universitas Respati Yogyakarta.
- Sabiston. (2007). *Buku Ajar Bedah Bagian 1*. Jakarta: EGC