

EFEKTIVITAS IMAJINASI TERBIMBING (*GUIDED IMAGERY*) TERHADAP PENURUNAN NYERI PASIEN POST OPERASI : A LITERATUR REVIEW

M. Nur Faizal Darmadi^{1*}, Anwar Hafid¹, Patima¹, Risnah¹

1) Fakultas Kedokteran dan Ilmu Kesehatan, UIN Alauddin Makassar, Kota Makassar Provinsi Sulawesi
Jln. HM. Yasin Limpo Samata Gowa, Sulawesi Selatan

*E-mail korespondensi : mfaizalxc@gmail.com

ABSTRAK

Pembedahan dapat menyebabkan ketidaknyamanan bagi pasien karena tindakan pembedahan dapat menyebabkan trauma pada jaringan yang dapat menimbulkan nyeri. Penatalaksanaan nyeri dapat dilakukan dengan teknik non farmakologi salah satunya dengan terapi *guided imagery*. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui efektivitas imajinasi terbimbing terhadap penurunan nyeri pada pasien post operasi. Metode yang digunakan digunakan dalam 'Literatur review diawali dengan pemilihan topik, kemudian ditentukan *keyword* untuk pencarian jurnal menggunakan bahasa Indonesia dan Bahasa Inggris melalui beberapa database antara lain *Pubmed, Springer link, dan Google Scholar*. Kriteria inklusi dalam penelitian ini adalah artikel tahun 2010 sampai 2020, *Fulltext* artikel yang sesuai dengan topik literature dan fokus pada artikel yang menggunakan skala nyeri sebagai alat ukur. Hasil review artikel membuktikan bahwa terdapat efektivitas terapi imajinasi terbimbing penurunan skala nyeri pada pasien post operasi. Lima dari artikel menemukan secara statistik bahwa terjadi penurunan rasa nyeri pada pasien setelah diberikan terapi imajinasi terbimbing. Terapi imajinasi terbimbing juga dapat memberi kepuasan, kenyamanan, dan menurunkan kecemasan pada pasien post operasi. Terapi imajinasi terbimbing sebagai penatalaksanaan non- farmakologi dapat menurunkan nyeri post operasi. Terapi ini tidak menimbulkan efek samping, tidak memerlukan biaya, dan merupakan kegiatan *non invasive* yang mendukung model keperawatan holistik. Hasil Penelitian ini dapat dijadikan rujukan untuk penelitian berikutnya.

Kata kunci: Imajinasi terbimbing, nyeri, post operasi.

ABSTRACT

Surgery can cause discomfort for the patient because the surgical procedure can cause trauma to the tissues which can cause pain. One of the ways to prevent the pain can do by non pharmacology's technique for example with *guided imagery's* therapy. This study aims to determine the effectiveness of *guided imagery* in reducing pain in postoperative patients. The method used is used in review Literature review begins with the selection of topics, then the keyword is determined for searching journals using Indonesian and English through several databases including *Pubmed, Springer link, and Google Scholar*. The inclusion criteria in this study is the article of the year 2010 until 2020, *Full text* articles that match the topic of the literature and focus on the article using pain scale as a measuring tool. The results of the review article prove that there is the effectiveness of *guided imagery* therapy in reducing pain scales in postoperative patients. Five of the articles found statistically decreased pain in patients after *guided imagery* therapy. *Guided imagination* therapy can also provide satisfaction, comfort, and reduce anxiety in postoperative patients. *Guided imagery* therapy as a non-pharmacological management can reduce postoperative pain. This therapy does not cause side effects, does not cost money, and is a non-

invasive activity that supports a holistic nursing model. The results of this study can be used as a reference for further research.

Keywords: *Guided imagery, pain, postoperative*

A. PENDAHULUAN

Kebutuhan rasa nyaman adalah suatu keadaan yang membuat seseorang merasa nyaman, terlindung dari ancaman psikologis, bebas dari rasa sakit terutama nyeri. Nyeri sebagai salah satu gejala yang timbul, merupakan pengalaman sensoris dan emosional yang tidak menyenangkan yang berhubungan dengan kerusakan jaringan baik yang aktual maupun potensial atau dilukiskan dengan istilah kerusakan.

Nyeri akut ialah pengalaman sensorik atau emosional yang berkaitan dengan kerusakan jaringan aktual atau fungsional, dengan onset mendadak atau lambat dan berintensitas ringan hingga berat yang berlangsung kurang dari 3 bulan (SDKI, 2016). Diperkirakan terdapat 50 juta penduduk Amerika yang hidup dengan nyeri kronis; nyeri pinggang bawah low back pain (LBP) adalah salah satu jenis nyeri kronis yang paling sering terjadi, disertai dengan migrain atau sakit kepala berat dan nyeri sendi. Sebanyak 25 juta penduduk lainnya mengalami nyeri akut yang berhubungan dengan pembedahan atau trauma (*American Academy of pain Management, 2009*).

Hingga saat ini nyeri tercatat sebagai keluhan yang paling banyak membawa pasien keluar masuk untuk berobat ke Rumah Sakit, diperkirakan prevalensi nyeri kronis adalah 20% dari populasi dunia, di Eropa tercatat jumlah pasien nyeri sebanyak 55% (JMJ, 2014). Murphy (2015), melaporkan prevalensi nyeri akut di Inggris mencapai 42% dengan angka kejadian pada pria sebanyak 17% dan wanita sebanyak 25%. Sembilan dari 10 orang Amerika berusia 18 tahun atau lebih dilaporkan menderita nyeri minimal sekali dalam satu bulan dan sebanyak 42% merasakannya setiap hari (Latief dalam Sinardja, 2013).

Salah satu ketakutan terbesar pasien bedah adalah nyeri. Tingkat keparahan nyeri pasca operasi tergantung pada anggapan fisiologi dan psikologi individu, toleransi yang ditimbulkan untuk nyeri, letak insisi, sifat prosedur, kedalaman trauma bedah dan jenis agens anastesi dan bagaimana agen tersebut diberikan. Pasien dalam merespon terhadap nyeri yang dialaminya dengan cara berbeda-beda misalnya berteriak, meringis, menangis dan sebagainya, maka perawat harus peka terhadap sensasi nyeri yang dialami oleh pasien. Perawat harus mempunyai pengetahuan dan keterampilan yang memadai dalam semua aspek keperawatan mencakup pemeliharaan suhu tubuh normal, pernafasan yang optimal, bebas dari cedera, terutama meminimalkan nyeri dan ketidaknyamanan (Baradero dalam Saifullah, 2015).

Manajemen nyeri telah banyak mengalami perubahan dalam dekade ini. Terdapat dua cara yang dapat digunakan dalam manajemen nyeri yaitu farmakologi dan non farmakologi. Penggunaan

teknik nonfarmakologi memberikan dampak yang cukup berarti dalam manajemen nyeri pada orang yang mengalami nyeri. Penggunaan metode nonfarmakologi untuk mengatasi masalah nyeri lebih mudah dan dapat dilakukan oleh perawat (Prasetyo, 2010).

Nyeri dapat diobati dengan cara berdoa dan berikhtiar juga merupakan sunnatullah yang diajarkan dalam Islam, namun demikian yang menyembuhkan bukan obat tetapi Allah SWT.

لِكُلِّ دَاءٍ، دَوَاءٌ فَإِذَا أُصِيبَ دَوَاءُ الدَّاءِ بَرَأَ بِإِذْنِ عَزَّالهِ وَجَلَّ

Terjemahnya :

“Setiap penyakit ada obatnya. Maka bila obat itu mengenai penyakit akan sembuh dengan izin Allah Azza wa Jalla”. (HR. Muslim no.5705)

Dari H.R diatas dinyatakan bahwa Rasulullah SAW memberitahu kepada umat-Nya bahwasanya semua penyakit baik demam, panas, dan yang lainnya bisa disembuhkan. Selain obat medis ataupun obat-obatan herbal, mintalah pertolongan kepada Allah dengan cara selalu berdoa dan berikhtiar kepada-Nya, karena manusia hanya bisa berusaha dan yang menentukan adalah Allah SWT. Rasulullah Shallallahu'alaihi wa sallam dalam sabdannya :“Sesungguhnya Allah telah menurunkan penyakit dan obatnya, demikian pula Allah menjadikan bagi setiap penyakit ada obatnya. Maka berobatlah kalian dan janganlah berobat dengan yang haram” (H.R Abu Dawud dari Abud Darda' radiallahu'anhu).

Potter & Perry (2006) dalam bukunya *fundamental of nursing* menyebutkan bahwa strategi pelaksanaan nyeri non farmakologis dapat diterapkan tindakan keperawatan holistik. Pada implementasi terapi holistik di Indonesia, strategi tindakan holistik dipandang sebagai tindakan komplementer. Perawat dapat melakukan tindakan komplementer keperawatan secara mandiri yang dibagi menjadi beberapa kategori terapi salah satunya adalah terapi sentuhan seperti *Guided imaginary therapy*.

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 Guided imagery mempunyai elemen yang secara umum sama dengan relaksasi, yaitu sama-sama membawa klien kearah relaksasi. Guided imagery menekankan bahwa klien membayangkan hal-hal yang nyaman dan menenangkan. Penggunaan guided imagery tidak dapat memusatkan perhatian pada banyak hal dalam satu waktu oleh karena itu klien harus membayangkan satu imajinasi yang sangat kuat dan menyenangkan (Potter & Perry, 2006).

Penelitian yang dilakukan oleh John Foward (2015) pada pada usia 38-90 tahun yang telah operasi sendi menunjukkan terdapat temuan positif yaitu pasien mengalami pengurangan nyeri setelah diberikan sentuhan terstruktur dan teknik imajinasi terbimbing. Hasil penelitian yang dilakukan oleh Jamaluddin (2017) pada pasien *postapendiktomi* menunjukkan hasil manajemen nyeri dengan menggunakan terapi guided imagery dan iringan musik pada pasien post appendiktomi menunjukkan adanya penurunan nyeri yang semula dari skala nyeri berat pada pengelolaan hari

pertama menjadi skala nyeri ringan pada pengelolaan hari keempat dengan ekspresi wajah pasien terlihat rileks.

Rasa sakit atau nyeri adalah suatu pengalaman yang sangat tidak menyenangkan. Rasa nyeri yang dialami dapat mengganggu kenyamanan, perubahan *mood*, bahkan bisa sampai terhambatnya aktivitas. Salah satu terapi non farmakologi yang dapat dilakukan adalah imajinasi terbimbing. Berdasarkan penjelasan yang telah dikemukakan, maka atas tersebut akan dilakukan review pada beberapa literatur terkait tentang terapi komplementer terhadap penurunan nyeri pada pasien post operasi . Sebagai rujukan *evidence based* agar perawat dapat menerapkannya pada yang mengalami nyeri post operasi.

B. METODE PENELITIAN

Metode yang digunakan dalam penulisan literatur review ini diawali dengan pemilihan topik, kemudian ditentukan keyword untuk pencarian jurnal. untuk pencarian jurnal menggunakan bahasa Indonesia dan Bahasa Inggris melalui beberapa database antara lain PubMed, *Springer link*, dan *Google Scholar*. Keyword yang digunakan adalah '*Guided Imageyr / Imajinasi Terbimbing "AND" Pain / Nyeri "AND "Postoperative/post operasi*'. Kemudian artikel yang ingin diteliti ditentukan berdasarkan kriteria inklusi dan eksklusi. Kriteria inklusi dalam penelitian ini yaitu artikel tahun 2010-2020, *Fulltext* artikel yang sesuai dengan topik literature, dan fokus pada artikel yang menggunakan skala nyeri sebagai alat ukur.

C. HASIL PENELITIAN

Berdasarkan hasil pencarian literatur didapatkan 32 artikel tentang terapi imajinasi terbimbing dalam menurunkan skala nyeri post operasi dan hanya 7 artikel yang hanya memenuhi kriteria inklusi.

Tabel 1. Hasil analisa artikel terapi imajinasi terbimbing dalam menurun skala nyeri pasien post operasi

No	Judul Artikel/ Penulis/Tahun	Tujuan	Metode	Pengolahan Data	Hasil
1	Pengaruh Pemberian <i>Guided Imagery</i> terhadap Skala Nyeri pada Pasien Post Operasi Appendisitisi Hari Pertama Di RSUD Sawerigading Kota Palopo Tahun 2017 (Lestari Lorna, Nensi Novianty, 2018)	Untuk mengetahui pengaruh pemberian <i>guided imagery</i> terhadap skala nyeri pada pasien post operasi appendiktomy hari pertama di RSUD Sawerigading kota Palopo tahun 2017	Metode Kuantitatif, yang menggunakan desain <i>quasi eksperimen (One group pretest – posttest design)</i> . Populasi penelitian sebanyak 95 pasien dan jumlah sampel 20 pasien Pengukuran skala nyeri menggunakan <i>Numerical Rating Score (NRS)</i> dikombinasikan dengan <i>Face Pain Score</i> .	Analisa data yang digunakan dengan uji <i>Paired T-test</i> .	Hasil penelitian tentang pengaruh pemberian <i>guidedimagery</i> terhadap skala nyeri pada pasien post operasi appendiktomi hari pertama tahun 2017, dapat disimpulkan bahwa ada pengaruh pemberian <i>guided imagery</i> terhadap skala nyeri pada pasien post operasi appendiktomi. Hasil uji statistik <i>PairedSamples Test</i> didapatkan nilai P value $0,000 < 0,05$.
2	<i>The Effect Of Guided Imagery Relaxation Towards PainLevel Of Post-Surgical Caesarean Section Patients InGeneral Hospital Muhammadiyah Siti Aminah Bumiayu,Indonesia</i> (Khusana Rahma 2017)	Untuk membandingkan tingkat nyeri pasien post <i>section caerarea</i> sebelum dan sesudah diberikan imajinasi terbimbing	Desain penelitian ini <i>quasi eksperimen (One group pretest – posttest design)</i> . Populasi penelitian sebanyak 55 pasien dan jumlah sampel 20. Teknik pengambilan sampel adalah <i>purposive sampling</i> Pengukuran skala nyeri menggunakan <i>Verbal Descriptor Scale (VDS)</i> dan responden menggambarkan secara sensati yang dirasakan	Analisa data yang digunakan dengan uji <i>wilcoxon</i>	Hasil penelitian menunjukkan perbedaan tingkat nyeri, sebelum pemberian imajinasi terbimbing pasien memiliki 100% tingkat nyeri dan setelah diberikan intervensi perawatan menurun hingga 90% dari tingkat nyeri yang dirasakan responden Hasil uji statisti <i>Wilcoxon</i> didapatkan nilai P value $0,000 < 0,05$.

<p>3</p> <p><i>Is Guided Imagery Effective in Reducing Pain and Anxiety in the Postoperative Total Joint Arthroplasty Patient?</i></p> <p>(Karen M. Thomas, Kristen A , 2010)</p>	<p>Untuk mengevaluasi pemberian <i>guided imagery</i> sebagai intervensi untuk mengurangi rasa sakit dan kecemasan pada pasien yang menjalani operasi pergantian lutut</p>	<p>Desain penelitian quasi eksperimental dua kelompok</p> <p>Sebanyak 121 pasien yang menjadi sampel dalam penelitian, kelompok intervensi sebanyak 69 pasien dan pasien kelompok control 52 pasien</p> <p>Pengukuran skala nyeri menggunakan <i>Numeric Rating Scale</i> (NRS) dan pengukuran kecemasan menggunakan <i>Bek Anxiety Inventory</i> (BAI)</p>	<p>Analisa data yang digunakan dengan uji Chi-square untuk variabel kategori, independent t-test variael kontinu, dan ANOVA (analisis varian) untuk menentukan hasil perubahan rasa sakit dan kecemasan</p>	<p>Hasil penelitian menunjukkan bahwa tidak ada perbedaan signifikan yang ditemukan pada tingkat nyeri dan kecemasan antar kelompok.</p> <p>Kelompok eksperimen memperoleh kecemasan yang lebih rendah dari tingkatan nyeri</p>
<p>4</p> <p><i>Guided Imagery for Adolescent Post-spinal Fusion Pain Management: A Pilot Study</i></p> <p>(Sylvie Charette, At, all, 2015)</p>	<p>Untuk mengetahui pengaruh intervensi <i>guided imagery</i> pada pasien remaja yang mengalami nyeri <i>post-spinal fusion</i> di rumah sakit perawatan tersier Montreal, Kanada</p>	<p>Desain penelitian quasi eksperimental dua kelompok</p> <p>Sebanyak 40 pasien yang menjadi sampel dalam penelitian, kelompok intervensi sebanyak 20 pasien dan pasien kelompok kontrol 20 pasien</p> <p>Instrumen penelitian yang digunakan adalah kuesioner yang didalamnya terdapat kusioner penilaian nyeri, kecemasan dan penanganan nyeri pediatrik</p> <p>Pengukuran skala nyeri</p>	<p>Uji statistik yang digunakan yakni uji Student T test, uji nonparametric dan uji Mann-Whitney U test dengan aplikasi SPSS versi 17.0</p>	<p>Usia rata-rata dari ke dua kelompok adalah $15 \pm 2,5$ tahun</p> <p>Uji Student T tes tidak menunjukkan perbedaan signifikan antara kelompok eksperimen dan kelompok kontrol pada usia, jenis kelamin</p> <p>Hasil penelitian menunjukkan bahwa tingkatan rata-rata nyeri menurun secara signifikan pada kelompok eksperimen dibandingkan dengan control pada setiap waktu, dengan efek sedang hingga besar yang diamati T2 (2 minggu pasca pemulangan) dan T3</p>

		menggunakan <i>Brief Pain Inventory</i> (BPI)		(1 bulan <i>follow-up</i>)	
5	<i>Effect of Structured Touch and Guided Imagery for Pain and Anxiety in Elective Joint Replacement Patients – A Randomized Controlled Trial: M-TIJRP</i> (Forward, Greuter, Crisall 2015)	Untuk menyelidiki efektivitas teknik "M" yang menggunakan metode sentukan terstruktur dibandingkan dengan imajinasi terbimbing dan perawatan biasa dalam mengurangi nyeri dan kecemasan pada paseien yang menjalani operasi pergantian lutut atau pinggul	Desain penelitian Uji acak terkontrol Sebanyak 225 pasien yang menjadi sampel dalam penelitian, kelompok intervensi teknik "M" sebanyak 75 pasien, kelompok intervensi imajinasi terbimbing sebanyak 75 pasien, dan kelompok intervensi perawatan biasa sebanyak 75 pasien Instrumen penelitian yang digunakan adalah kuesioner Pengukuran skala nyeri menggunakan <i>Pain Numeric Rating Scale</i> (PNRS)	Uji statistik yang digunakan ANCOVA (analisis kovarian) dan Uji ANOVA (analisis varian). Semua data dianalisis menggunakan software SAS 9,2 (Institute Inc, Cary, NC)	Terjadi pengurangan tingkat nyeri pada intervensi Teknik "M: secara statistik ($p = .0001$) pada keempat interval yang diukur, sedangkan Imajinasi terbimbing secara statistik signifikan ($p = 0,001$) pengurangan tingkat nyeri hanya pada pasca operasi hari Intervensi teknik "M" dan Imajinasi terbimbing menghasilkan penurunan nyeri daripada perawatan biasa
6	<i>Efficacy of Guided Imagery for Postoperative Symptoms, Sleep Quality, Anxiety, and Satisfaction Regarding Nursing Care: A Randomized Controlled Study</i> (Kadriye Acar, 2019)	Untuk menentukan pengaruh imajinasi terbimbing untuk gejala pasca operasi kualitas tidur, kecemasan dan kepuasan mengenai perawatan	Desain penelitian acak terkontrol studi eksperimental Populasi penelitian sebanyak 73 pasien. Sebanyak 60 pasien yang menjadi sampel dalam penelitian, kelompok intervensi sebanyak 30 pasien dan pasien kelompok kontrol 30 pasien	Uji statistik yang digunakan <i>Mann Whitney U test</i> , uji <i>Friedman</i> , uji korelasi <i>Spearman</i> dan uji <i>Chi-Square</i> . Semua data dianalisis menggunakan IBM SPSS versi 23.0)	Terjadi pengurangan tingkat nyeri pada secara statistik ($p = .0001$) pada ke tiga interval yang diukur Kecemasan dan intensitas nyeri secara signifikan lebih terjadi pengurangan pada kelompok intervensi daripada kelompok kontrol Kualitas tidur pada kelompok kontrol lebih rendah daripada

		<p>Teknik pengambilan sampel adalah <i>simple random sampling</i> menggunakan modul di internet (www.randomization.com) Pengukuran skala nyeri menggunakan <i>Visual Analog Scale</i> (VAS)</p>	kelompok intervensi.	
7	<p><i>Effects of Guided Imagery on Postoperative Outcomes in Patients Undergoing Same Day Surgical Procedures: A Randomized, SingleBlind Study</i> (Gonzales, Rachel J.A, 2010)</p>	<p>Untuk mengevaluasi pengaruh imajinasi terbimbing pada pasien yang telah operasi bedah kepala dan leher di hari yang sama.</p>	<p>Desain penelitian studi acak quasi eksperimental. Sebanyak 44 pasien yang menjadi sampel dalam penelitian, kelompok intervensi sebanyak 22 pasien dan pasien kelompok kontrol 22 pasien</p> <p>Teknik pengambilan sampel adalah <i>simple random sampling</i> menggunakan computer dan diacak</p> <p>Pengukuran skala nyeri menggunakan <i>Visual Analog Scale</i> (VAS)</p>	<p>Uji statistik yang digunakan <i>uji Wilcoxon dan Mann Whitney U test</i>,</p> <p>Terjadi perubahan tingkat nyeri pada kelompok intervensi lebih rendah daripada kelompok kontrol</p> <p>Terapi imajinasi terbimbing dapat mengurangi tingkat nyeri yang dirasakan pasien pasca operasi</p> <p>Nyeri yang dirasakan oleh pasien pada saat 2 jam diberikan intervensi menunjukkan perubahan yang signifikan ($p= 0,041$) yang dimana kelompok intervensi dengan rata-rata 20,00 dan kelompok control sebesar 34,72</p>

D. PEMBAHASAN

Penelitian yang dilakukan oleh Lestari (2018) pemberian *guided imagery* terhadap skala nyeri pada pasien post operasi appendiktomi hari pertama tahun 2017 dengan hasil uji statistik *Paired Samples Test* didapatkan nilai P value $0,000 < 0,05$ maka H_a diterima dan H_0 ditolak. Pada hari pertama setelah nyeri diukur responden dianjurkan untuk nafas dalam secara perlahan agar tubuh responden akan merasakan rileks. Responden menyatakan merasakan perasaan nyaman dan tenang setelah mendengarkan audio *guided imagery*. Pernyataan tersebut sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Kadriye (2019) menyatakan bahwa terjadi pengurangan tingkat nyeri pada secara statistik ($p = .0001$) pada ke tiga interval yang diukur. yang disimpulkan ada pengaruh pemberian relaksasi *guided imagery* terhadap nyeri pada pasien pasca operasi. Akan tetapi berbeda dengan penelitian yang dilakukan oleh Karen (2010) yang menunjukkan bahwa tidak ada perbedaan signifikan yang ditemukan pada tingkat nyeri yang dirasakan responden pasca operasi pergantian lutut.

Langkah-langkah penerapan *guided imagery* dilakukan dengan memerintahkan klien untuk menutup mata dan membayangkan atau menggambarkan hal yang menyenangkan. Membimbing klien untuk menggambarkan bayangannya tanyakan tentang suara, cahaya, benda yang tampak dan bau-bauan yang terbayangkan. Selanjutnya minta klien untuk menggambarkan dengan lebih rinci. Hal ini akan mengalihkan konsentrasi klien pada imajinasinya dan perlahan-lahan menurunkan dan membebaskan dirinya dari rasa nyeri. 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.

Hasil penelitian Khusana (2017) menunjukkan perbedaan tingkat nyeri, sebelum pemberian imajinasi terbimbing pasien memiliki 100% tingkat nyeri dan setelah diberikan intervensi perawatan menurun hingga 90% dari tingkat nyeri yang dirasakan responden. Respon nyeri yang dirasakan oleh responden berbeda-beda. Imajinasi terbimbing atau *guided imagery* adalah teknik menciptakan kesan dalam pikiran responden, kemudian berkonsentrasi pada kesan tersebut sehingga secara bertahap dapat menurunkan persepsi responden terhadap 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.

Penelitian yang dilakukan oleh Sylvia (2015) pada pasien remaja yang mengalami nyeri *post-spinal fusion* dengan cara melakukan intervensi imajinasi terbimbing pada saat sebelum dan sesudah operasi dengan menggunakan DVD yang didalamnya terdapat informasi dan teknik relaksasi. didapatkan Uji Student T tes tidak menunjukkan perbedaan signifikan antara kelompok eksperimen dan kelompok kontrol pada usia, jenis kelamin. Akan tetapi Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa tingkatan rata-rata nyeri menurun secara signifikan pada kelompok eksperimen dibandingkan dengan control pada setiap waktu, dengan efek sedang hingga besar yang diamati T2 (2 minggu pasca pemulangan) dan T3 (1 bulan *follow-up*)

Guide imagery adalah proses menggunakan kekuatan pikiran dengan mengarahkan tubuh untuk menyembuhkan diri memelihara kesehatan/relaksasi melalui komunikasi dalam tubuh yang melibatkan semua indra (visual, sentuhan, pedoman, penglihatan, dan pendengaran) (Forward, 2015). Gonzales (2010) melakukan penelitian tentang efektivitas imajinasi terbimbing pada 44 orang dewasa dijadwalkan untuk operasi pada hari yang sama di kepala atau leher mereka. Kelompok eksperimen mengalami lebih sedikit rasa sakit dan kecemasan, meskipun tidak signifikan secara statistik. Hasil ini berefek pada kelompok intervensi 9 menit lebih cepat dalam meredakan nyeri daripada kelompok control.

Terapi imajinasi terbimbing yang efektif membutuhkan perhatian untuk mampu kontrol nyeri. Jika manajemen nyeri tidak memadai, maka pasien dapat mengalami kecemasan yang akan memengaruhi kualitas pemulihan. Melakukan manajemen nyeri mungkin memberikan pereda nyeri tambahan dan memungkinkan pasien untuk melakukannya daripada meminum obat yang kadang lupa dikonsumsi. Terapi imajinasi terbimbing dapat memberikan kenyamanan dan dapat menurunkan kecemasan saat didengarkan sehingga terapi ini dapat dikaitkan dengan teori Keperawatan tentang kenyamanan/*comfort* yang dikemukakan oleh Kolcaba.

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).

Konteks kenyamanan berupa kebutuhan akan psikospiritual. Kebutuhan akan pertolongan Allah untuk mengubah rasa sakit menjadi merasa nyaman, sebagaimana Firman Allah SWT dalam QS. Al-Anfal/8:9-10

إِذْ تَسْتَغِيثُونَ رَبَّكُمْ فَاسْتَجَابَ لَكُمْ أَنِّي مُمِدُّكُمْ بِالْفِ مِّنَ الْمَلَائِكَةِ مُرَدِّفِينَ (٩) وَ مَا جَعَلَهُ اللَّهُ إِلَّا بُشْرَىٰ وَ لِتَطْمَئِنَّ بِهِ قُلُوبُكُمْ مَا
(النَّصْرُ إِلَّا مِنْ عِنْدِ اللَّهِ - إِنَّ اللَّهَ عَزِيزٌ حَكِيمٌ ١٠

Terjemahnya :

9. (ingatlah), ketika kamu memohon pertolongan kepada Tuhanmu, lalu diperkenankan-Nya bagimu: "Sesungguhnya aku akan mendatangkan bala bantuan kepada kamu dengan seribu Malaikat yang datang berturut-turut".

10. Dan Allah tidak menjadikannya (mengirim bala bantuan itu), melainkan sebagai kabar gembira dan agar hatimu menjadi tenteram karenanya. dan kemenangan itu hanyalah dari sisi Allah. Sesungguhnya Allah Maha Perkasa lagi Maha Bijaksana. (Kementerian Agama RI, 2015)

Manusia bukan sekedar makhluk jasmani tetapi dia adalah makhluk rohani dan jasmani dimana yang menjadi pokok persoalan manusia adalah sisi dalam diri manusia yang memuat perasaan dan kehendaknya, demikian juga kenyamanan dan kepedihan serta kebahagiaan dan kesengsaraan. Sisi jasmani dan rohani manusia akan mengalami perubahan. Perubahan yang terjadi akibat campur tangan Allah menyangkut banyak hal, seperti kekayaan dan kemiskinan, kesehatan dan penyakit, kemuliaan dan kehinaan, dan lain-lain (Shihab, 2002). Terapi imajinasi terbimbing inilah salah satu usaha untuk menurunkan nyeri tentunya dengan disertai harapan kepada yang Maha memberi kesembuhan.

E. KESIMPULAN

Berdasarkan beberapa penjelasan yang telah dikemukakan, terapi imajinasi terbimbing tidak menimbulkan efek samping, tidak memerlukan biaya, dan merupakan kegiatan *non invasive* yang mendukung model keperawatan holistik. Hasil Penelitian ini dapat dijadikan rujukan untuk penelitian berikutnya.

F. REFERENSI

- Al-Qur'an dan Terjemahnya. Kementerian Agama RI
Alligood. (2017). Pakar Teori Keperawatan Dan Karya Mereka. *Elsevier: Singapore*.
Aini Nur. (2018). Teori Model Keperawatan Beserta Aplikasinya dalam Keperawatan. Malang : Penerbit Universitas Muhammadiyah Malang
Andarmoyo, S. (2013). *Konsep Dan Proses Keperawatan Nyeri*. Ar-Ruzz: Yogyakarta.
Apley, G.A And Solomon, L. (2010). *Apley's System Of Orthopaedics And Fractures*. 9th Ed. London: Hodder Arnold.
A Potter, & Perry, A. G. (2006). *Buku Ajar Fundamental Keperawatan: Konsep, Proses, Dan Praktik*. Edisi 4. Volume.2. Jakarta: Egc.
Asmadi. (2008). *Teknik Prosedural Keperawatan: Konsep Dan Aplikasi Kebutuhan Dasar Klien*. Jakarta: Salemba Medika.
Desi. (2017). *Terapi Relaksasi Genggam Jari Terhadap Penurunan Nyeri Sendi Pada Lansia*. Vol III No.1
Dewi. (2018). *Pengaruh Guided Imaginary Terhadap Penurunan Nyeri Pada Klien Gastritis Di Wilayah Kerja Puskesmas Di Banjarmasin*. *Health-Mu Journal*. Vol II No.1

- Ferni. (2012). Efektivitas Teknik Imajinasi Terbimbing (Guide D Imag Er Y) Dalam Upaya Penurunan Nyeri Pada Pasien Post Operasi Sectio Cesaria Di Ruang Brawijaya Rsud Kanjuruhan Kepanjen.
- Forward, J. B., Greuter, N. E., Crisall, S. J., & Lester, H. F. (2015). Effect of structured touch and guided imagery for pain and anxiety in elective joint replacement patients: A randomized controlled trial: M-TIJRP. *Permanente Journal*, 19(4), 18-28. doi:10.7812/TPP/14-236
- Frandsen, T. F., & Eriksen, M. B. (2018). The impact of PICO as a search strategy tool on literature search quality: A systematic review. *Journal of the Medical Library Association*, 106(In press), 420-431.
- Gonzales, E. A., Ledesma, R. J., McAllister, D. J., Perry, S. M., Dyer, C. A., & Maye, J. P. (2010). Effects of guided imagery on postoperative outcomes in patients undergoing same-day surgical procedures: A randomized, single-blind study. *American Association of Nurse Anesthetist*, 78, 181e188.
- Helmi, Zairin N. (2012). Buku Ajar Gangguan Muskuloskeletal. Jakarta: Salemba Medika.
- Issrahli. (2018). Penggunaan Teknik Guided Imagery Terhadap Tingkat Kecemasan Siswa Mengikuti Aktivitas Konseling Kelompok. *Onsilia Jurnal*. Vol I No.3
- Jihan. (2016). Pengaruh Terapi Guided Imagery Terhadap Tingkat Stres Pada Mahasiswa Tingkat Akhir Dalam Menyelesaikan Skripsi
- John. (2015). Effect of Structured Touch and Guided Imagery for Pain and Anxiety in Elective Joint Replacement Patients – A Randomized Controlled Trial: M-TIJRP. *The Permanente Journal*. Vol 19 No. 4
- Kadriye Acar. (2019). Efficacy of Guided Imagery for Postoperative Symptoms, Sleep Quality, Anxiety, and Satisfaction Regarding Nursing Care: A Randomized Controlled Study. *Journal of Peri Anesthesia Nursing*.
- Kaplan M., Haenlein Michael. (2010). Users Of The World, Unite! The Challenges And Opportunities Of Social Media. *Business Horizons*53(1). P.61.
- Karen M. Thomas, Kristen A. (2010). Is guidedimagery effective in reducing pain and anxiety inthe postoperative total joint arthroplasty patient?. *Orthopaedic Nursing*, 29, 393-399. doi:10.1097/NOR.0b013e3181f837f0
- Khusana Rahma. (2017). The Effect Of Guided Imagery Relaxation Towards Pain Level Of Post-Surgical Caesarean Section Patients In General Hospital Muhammadiyah Siti Aminah Bumiayu, Indonesia. *ICASH Research Better Society - A030*
- Kristiyanasari. (2012). Asuhan Keperawatan Post Operasi. Yogyakarta: Nuha Medika.
- Kusuma. (2015). Aplikasi Asuhan Keperawatan Berdasarkan diagnosa Medis &Nanda Nic-Noc, Edisi Revisi, Jilid 3.Yogyakarta: Mediaaction Publishin
- Lestari Lorna, Nensi Novianti. (2018). Pengaruh Pemberian Guided Imagery terhadap Skala Nyeri pada Pasien Post Operasi Appendisitisi Hari Pertama Di RSUD Sawerigading Kota Palopo Tahun 2017. *Jurnal Fenomena Kesehatan*. Vol I No.1
- Lewis, Sharon L Et Al. (2011). *Medical Surgical Nursing*, volume 1.United States America: Elsevier Mosby.
- Mannix LK, (2011). Effect of guided imagery on quality of life for patients with chronic tension-type headache.

- Mega. (2017). Pengaruh Teknik Distraksi Imajinasi Terbimbing Terhadap Penurunan Skala Nyeri Pada Pasien Dewasa Di Istalasi Gawat Darurat Rs Kepresidenan Rspad Gatot Soebroto Jakarta.
- Mizrahi MC. (2012). Effects of guided imagery with relaxation training on anxiety and quality of life among patients with inflammatory bowel disease.
- Muttaqin, Arif & Sari, Kurmala. (2011).Gangguan Gastrointestinal : Aplikasi Asuhan Keperawatan Medikal Bedah. Jakarta : Salemba Medika.
- Ni Made Univ Respati Jogya. (2012).Pengaruh Pemberian Guided Imagery Terhadap Nyeri Pada Pasien Post Operasi Fraktur Di Rsud Panembahan Senopati Bantul.
- Onieva. (2015). Effectiveness of guided imagery relaxation on levels of pain and depression in patients diagnosed with fibromyalgia.
- Prasetyo. (2010). Konsep Dan Proses Keperawatan Nyeri.Yogyakarta: Graha Ilmu.
- Price Sylvia A, Wilson Lorraine M.(2013).Patofisiologi: Konsep Klinis Proses-Proses Penyakit.Jakarta: Egc.
- Rohimin. (2009).Kecelakaan Penyebab Fraktur Dan Ansietas.
- Saifullah, A. (2015). Hubungan Tingkat Pengetahuan Perawat Dengan Tindakan Perawat Dalam Managemen Nyeri Post Operasi Di Bangsalbedah Rsud Dr Suehadi Prijonegoro Sragen.
- Santos, C. M. da C., Pimenta, C. A. de M., & Nobre, M. R. C. (2007). The PICO strategy for the research question construction and evidence search. *Revista Latino-Americana de Enfermagem*, 15(3), 508–511. <https://doi.org/10.1590/S0104-11692007000300023>
- Shihab, M. Quraisy. (2002). Tafsir Al-Misbah : pesan, kesan dan keserasian Al-Qur'an. Volume 6. Jakarta : Lentera Hati
- Shihab, M. Quraisy. (2002). Tafsir Al-Misbah : pesan, kesan dan keserasian Al-Qur'an. Volume 11. Jakarta : Lentera Hati
- SIKI, PPNI. (2018). Standar Intervensi Keperawatan Indonesia : Definisi dan Tindakan Keperawatan. Edisi I. Cetakan II. Jakarta : DPP PPNI.
- Sjamsuhidajat & De Jong. (2011). Buku Ajar Ilmu Bedah.Jakarta:Egc.
- Smeltzer & Bare. (2013). Buku Ajar Keperawatan Medikal Bedah Bruner & Suddarth Edisi 8.Jakarta : Egc
- Smeltzer Sc. (2010).Buku Ajar Keperawatan Medikal Bedah.Jakarta : Egc.
- Sylvie Charette,, S., Fiola, J. L., Charest, M. C., Villeneuve, E., Th_eroux, J., Joncas, J., Parent, S.,& Le May, S. (2015). Guided imagery for adolescent post-spinal fusion painmanagement: A pilot study. *Pain Management Nursing*, 16, 211e220
- Taylor, D. (2020). The Literature Review: A Few Tips On Conducting It. Retrieved from <https://advice.writing.utoronto.ca/types-of-writing/literature-review/>
- Tetty, S.(2015).Konsep Dan Penatalaksanaan Nyeri.Jakarta: Egc.
- Tomey & Alligood, M. R. (2010). Nursing Theoriest and Their Work. 7th Ed. USA: Mosby Elsevier
- Otter, Perry. (2010). Fundamental Of Nursing: Consep, Proses And Practice.Edisi 7. Vol. 3. Jakarta : Egc.