

JURNAL PENELITIAN KEPERAWATAN

Volume 1, No. 1, Januari 2015

Potensi *Guided Imagery* dalam Menurunkan Tekanan Darah Lansia dengan Hipertensi

Senam Diabetes Mellitus Menurunkan Kadar Gula Darah Puasa pada Pasien Diabetes Mellitus Tipe II

Efektifitas Terapi Musik Klasik dan Relaksasi Napas Dalam Terhadap Penurunan Tekanan Darah

Senam Lansia Menurunkan Tekanan Darah pada Lansia dengan Hipertensi

Relaksasi Napas Dalam Mengatasi *Pre-Menstruation Syndrome* pada Remaja Putri

Penyediaan Air Bersih, dan *Personal Hygiene* yang Buruk Berpengaruh Terhadap Infeksi Kulit pada Remaja

Pemberian *Toilet Training* oleh Orang Tua Berhubungan dengan Frekuensi *Enuresis* pada Anak Usia Prasekolah

Status Gizi Dan Sanitasi Makanan Berpengaruh Terhadap Kejadian Diare Akut pada Balita

Terapi Imajinasi Terbimbing Menurunkan Nyeri pada Pasien *Section Cesarean*

Latihan Fisik dalam Meningkatkan Rentang Gerak Sendi Penderita Rheumatoid Arthritis

Diterbitkan oleh
STIKES RS. BAPTIS KEDIRI

Jurnal Penelitian Keperawatan	Vol.1	No.1	Hal 1-106	Kediri Januari 2015	2407-7232
----------------------------------	-------	------	--------------	------------------------	-----------

JURNAL PENELITIAN KEPERAWATAN

Volume 1, No. 1, Januari 2015

Penanggung Jawab

Aries Wahyuningsih, S.Kep., Ns., M.Kes

Ketua Penyunting

Sandy Kurniajati, S.KM., M.Kes

Sekretaris

Desi Natalia Trijayanti Idris, S.Kep., Ns

Bedahara

Dewi Ika Sari H.P., SST., M.Kes

Penyunting Pelaksana

Aries Wahyuningsih, S.Kep., Ns., M.Kes

Tri Sulistyarini, A.Per Pen., M.Kes

Dewi Ika Sari H.P., SST., M.Kes

Erlin Kurnia, S.Kep., Ns., M.Kes

Dian Prawesti, S.Kep., Ns., M.Kep

Maria Anita Yusiana, S.Kep., Ns., M.Kes

Srinalesti Mahanani, S.Kep., Ns., M.Kep

Sirkulasi

Heru Suwardianto, S.Kep., Ns

Diterbitkan Oleh :

STIKES RS. Baptis Kediri

Jl. Mayjend Panjaitan No. 3B Kediri

Email :stikesbaptisjurnal@gmail.com

JURNAL PENELITIAN KEPERAWATAN

Volume 1, No. 1, Januari 2015

DAFTAR ISI

Potensi <i>Guided Imagery</i> dalam Menurunkan Tekanan Darah Lansia dengan Hipertensi Dewi Ika Sari H.P. Dian Prawesti Kili Astarani	1-10
Senam Diabetes Mellitus Menurunkan Kadar Gula Darah Puasa pada Pasien Diabetes Mellitus Tipe II Maria Anita Y. Aries Wahyuningsih Srinalesti Mahanani	11-20
Efektifitas Terapi Musik Klasik dan Relaksasi Napas Dalam Terhadap Penurunan Tekanan Darah Andri Setiawan Tri Sulistyarini	21-33
Senam Lansia Menurunkan Tekanan Darah pada Lansia dengan Hipertensi Erlin Kurnia Akde Triyoga Dian Taviyanda	34-43
Relaksasi Napas Dalam Mengatasi <i>Pre-Menstruation Syndrome</i> pada Remaja Putri Fince Nety Noritasari Selvia David Richard	44-53
Penyediaan Air Bersih, dan <i>Personal Hygiene</i> yang Buruk Berpengaruh Terhadap Infeksi Kulit pada Remaja Evi Philiawati Erwin Pujiastuti	54-65
Pemberian <i>Toilet Training</i> oleh Orang Tua Berhubungan dengan Frekuensi <i>Enuresis</i> pada Anak Usia Prasekolah Suprihatin Vitaria Wahyu A. Erva Elli K.	66-75
Status Gizi Dan Sanitasi Makanan Berpengaruh Terhadap Kejadian Diare Akut pada Balita Ika Pratiwi Susetyo Rini Sandy Kurniajati	76-86
Terapi Imajinasi Terbimbing Menurunkan Nyeri pada Pasien <i>Section Cesarean</i> Aries Wahyuningsih Almadya Candra Setiawaty	87-96

Latihan Fisik dalam Meningkatkan Rentang Gerak Sendi Penderita 97-106
Rheumatoid Arthritis

Oky Retno Palupi | Dian Prawesti

**TERAPI INMAJINASI TERBIMBING MENURUNKAN NYERI PADA PASIEN
SECTIO CESAREAN**

**TERAPHY GUIDED IMAGERY DECREASING PAIN TO PATIENT WITH SECTIO
CESAREAN**

Aries Wahyuningsih, Almadya Candra Setiawaty
STIKES RS.Baptis Kediri
Jl. Mayjend. Panjaitan No. 3B Kediri 64102
(stikes_rsbaptis@yahoo.co.id)

ABSTRAK

Nyeri merupakan kejadian ketidaknyamanan yang mempengaruhi berbagai komponen dalam tubuh, untuk menurunkan persepsi nyeri dapat dengan terapi imajinasi terbimng. Tujuan penelitian adalah mempelajari pengaruh terapi imajinasi terbimbing terhadap perubahan nyeri pada pasien pasca operasi *sectio cesarean* di Rumah Sakit Baptis Kediri. Desain penelitian menggunakan *pre-post test design* dalam satu kelompok. Populasi penelitian adalah pasien pasca operasi *sectio cesarean* dengan jumlah subjek 20 responden sampling yang digunakan *Quota Sampling*. Variabel independen terapi imajinasi terbimbing dan variabel dependennya nyeri. Instrumen skala nyeri menggunakan *Numerical Rating Scale*. Analisa data menggunakan uji statistik *Paired T-Test* $\alpha = 0.05$. Hasil penelitian menunjukkan bahwa hasilnya adalah 20 responden mengalami perubahan skala nyeri, dari skala nyeri 5,75 menjadi skala nyeri 2,70 penurunan sebesar 3,05 hasil statistic $\rho=0,000$. Disimpulkan bahwa terapi imajinasi terbimbing dapat menurunkan nyeri pasa pasien pasca operasi *sectio cesarean* sebesar 3,05 skala nyeri.

Kata Kunci: *terapi imajinasi terbimbing, nyeri, sectio cesarean*

ABSTRACT

Pain is discomfort event that affects various components in the body. Decreasing perception of pain can be used therapy guided imagery. The objective was to study the therapy guided imagery affecting change of pain to patient with post-surgery sectio cesarean at Kediri Baptist Hospital. The design was experiment (pre-post test design). Population was patients with post-surgery sectio cesarean. The subjects were 20 respondents using quota sampling. Independent variable was therapy guided imagery and dependent variable was pain using numerical pain scale instrument of rating scale. Analysis of the data used statistical test Paired T-Test $\alpha = 0.05$ level. The result showed that 20 respondents experienced change of pain scale, pain scale of 5.75 into 2.70. Pain scale decreased 3.05 with statistical result of $\rho = 0.000$. It was concluded that therapy guided imagery can decrease pain to patient with post-surgery sectio cesarean was 3.05 pain scale.

Keywords: *therapy guided imagery, pain, sectio cesarean.*

Pendahuluan

Sectio cesarean adalah pengeluaran janin melalui insisi abdomen. Teknik ini digunakan jika kondisi ibu menimbulkan distress pada janin atau jika telah terjadi distress janin. Sebagian kelainan yang sering memicu tindakan ini adalah adanya malposisi janin, plasenta previa, diabetes ibu, dan disproporsi sefalopelvis janin dan ibu. *Sectio cesarean* dapat merupakan prosedur elektif atau darurat (Henderson, 2005). *Sectio cesarean* akan menimbulkan rasa nyeri, rasa nyeri yang meningkat adalah nyeri abdomen, nyeri punggung, dan nyeri saat senggama (Rasjidi, 2009). Nyeri yang dirasakan disebabkan karena adanya pembedahan. Pasien mulai sadar dan efek anestesi sudah habis bereaksi, pasien akan merasakan nyeri di daerah sayatan yang membuat pasien merasa tidak nyaman dan biasanya membuat pasien merasa kesakitan. Pasien pasca operasi *sectio cesarean* pada ibu primipara hari 1-2 mengalami nyeri berat (Andarmoyo, 2013).

Departemen Kesehatan RI yang menyatakan bahwa angka *sectio cesarean* untuk rumah sakit pendidikan atau rujukan sebesar 20% dan rumah sakit swasta 15% (DepKes RI, 2004) dan tercatat dari 17.665 angka kelahiran terdapat 35,7% - 55,3% ibu melahirkan dengan proses *sectio cesarean*. Data di daerah Jawa Timur, Rumah Sakit Umum Daerah Dr. Soetomo yang merupakan Rumah Sakit rujukan terbesar di Jawa Timur ditemukan bahwa angka kejadian persalinan dengan *sectio cesarean* pada tahun 2008 adalah 1.478 kasus (23,3%) dari 6.335 total persalinan (Yudoyono, 2008). Hasil penelitian pada pasien pasca operasi *sectio cesarean* pada ibu primipara hari 1-2 pada 10 responden saat pre test didapatkan hasil nyeri berat (80%) nyeri sedang (20%) dan nyeri ringan (20%) (Andarmoyo, 2013). Data di Rumah Sakit Baptis Kediri yang diambil selama 5 bulan terakhir yaitu bulan Juli-November 2013 jumlah persalinan sebanyak 112 pasien, terdiri dari persalinan normal sebanyak 45 pasien dan persalinan *sectio cesarean* sebanyak 67 pasien. Peneliti melakukan wawancara pada tanggal 17

Desember 2013 sampai 25 Desember 2013 dengan pasien *sectio cesarean* 10 pasien dan didapatkan 5 pasien (50%) dengan skala nyeri 3, 4 pasien (40%) dengan skala nyeri 4, dan 1 pasien (10%) dengan skala nyeri 5.

Persalinan dengan *sectio cesarean* dilakukan berdasarkan beberapa indikasi (Rasjidi, 2009). Meski demikian tidak menutup kemungkinan terjadi komplikasi pada persalinan dengan tindakan *sectio cesarean*. Komplikasi utama persalinan *sectio cesarean* adalah kerusakan organ – organ seperti vesika urinaria dan uterus saat dilangsungkannya operasi, komplikasi anestesi, perdarahan, infeksi tromboemboli. Kematian ibu lebih besar pada persalinan *sectio cesarean* dibandingkan persalinan pervaginam (Rasjidi, 2009). Selain komplikasi utama yang kemungkinan besar akan terjadi adapun hal-hal lain yang memungkinkan meningkat terjadi pada *sectio cesarean* adalah adanya nyeri abdomen (Rasjidi, 2009). Setelah operasi selesai dan pasien mulai sadar dan efek anestesi habis bereaksi, pasien akan merasakan nyeri pada bagian tubuh yang mengalami pembedahan. Pasien sering mengeluhkan rasa nyeri dibekas jahitan. Nyeri berdampak pada perilaku dengan individu, yaitu respons perilaku yang abnormal pada individu tersebut. Dampak dari nyeri adalah dalam pengaruh pada aktivitas sehari-hari karena nyeri dapat membatasi mobilisasi pasien pada tingkatan tertentu. Pasien akan mengalami kesulitan dalam melakukan *hygiene* normal, seperti mandi, berpakaian, mencuci rambut, dan *hygiene*.

Ketidaknyamanan atau nyeri harus segera diatasi dengan manajemen nyeri. Berbagai metode penanganan nyeri dapat dilakukan baik farmakologi maupun nonfarmakologis. Kedua metode tersebut bertujuan menurunkan atau menghilangkan rasa nyeri persalinan dengan cara memblok saraf nyeri persalinan (Yuliatun, 2008). Penanganan nyeri dalam tindakan mandiri oleh perawat yaitu menggunakan metode nonfarmakologis, tetapi keefektifan dalam penanganan nyeri dapat ditingkatkan dengan kombinasi antara metode farmakologi dan metode nonfarmakologis. Perawat adalah tenaga profesional, yang Bertanggungjawab

penuh dalam memberikan Asuhan Keperawatan pada pasien dengan masalah Keperawatan di antaranya ketidaknyamanan atau nyeri. Peran perawat adalah mengidentifikasi dan mengobati penyebab nyeri dan berkolaborasi dengan medis untuk meredakan dan menghilangkan nyeri (Andarmoyo, 2013). Terapi imajinasi terbimbing merupakan salah satu aktifitas kognitif yang dapat digunakan untuk menurunkan persepsi nyeri dengan melibatkan pikiran sehingga kesadaran adanya stimulus nyeri sering menjadi berkurang (Yuliatun, 2008). Tubuh manusia mempunyai analgesik alami yaitu endorfin, yaitu neurohormon yang berhubungan dengan sensasi yang menyenangkan. Endorfin akan meningkat dalam darah saat seseorang dalam kondisi rileks dan tenang. Kondisi yang rileks dan tenang dapat dilakukan dengan pengobatan perilaku diantaranya terapi imajinasi terbimbing dan terapi ini dapat dilakukan pada pasien yang mengalami nyeri (Physiological theory; McCance and Huether dalam jurnal Rahayu, 2010). Terapi imajinasi terbimbing merupakan salah satu dari teknik relaksasi untuk menurunkan denyut jantung, tekanan darah, dan kecepatan pernapasan,

meningkatnya kesadaran secara global, menurunnya kebutuhan oksigen, perasaan damai, serta menurunnya getegangan otot dan kecepatan metabolisme, selain itu untuk mencapai pengurangan nyeri yang optimal (Potter-Perry, 2010).

Metodologi Penelitian

Desain penelitian menggunakan *pra eksperimen one-grup pra-post test design*. Besar subyek dalam penelitian adalah 20 subyek di Rumah Sakit Baptis Kediri. Teknik sampling yang digunakan adalah *quota sampling*. Instrumen Pengukuran skala nyeri responden menggunakan *Numerical Rating Scale* Perlakuan terapi imajinasi terbimbing dilakukan selama 15 menit. Uji normalitas didapatkan hasil $p > \alpha$, maka analisis data menggunakan uji statistik *Paired t-test* untuk mengetahui pengaruh terapi imajinasi terbimbing terhadap perubahan skala nyeri pada pasien pasca operasi *sectio cesarean*.

Hasil Penelitian

Tabel 1 Kategori Skala Nyeri Pasien Pasca Operasi *Sectio Cesarean* di Rumah Sakit Baptis Kediri sebelum diberikan Terapi Imajinasi Terbimbing Pada Tanggal 01 Mei - 30 Juni 2014. (n = 20)

No.	Skala Nyeri	Jumlah Responden	%
1	4	4	20
2	5	5	25
3	6	5	25
4	7	4	20
5	8	2	10
Jumlah		20	100

Hasil penelitian didapatkan skala nyeri pada pasien pasca operasi *sectio cesarean* paling banyak pasien dengan

skala nyeri 4 sampai dengan 8 dengan rerata nyeri pada skala 5,75.

Tabel 2 Kategori Skala Nyeri Setelah Dilakukan Terapi Imajinasi Terbimbing Pada Pasien Pasca Operasi *Sectio Cesarean* di Rumah Sakit Baptis Kediri Pada Tanggal 01 Mei-30 Juni 2014. (n = 20)

No.	Skala Nyeri	Jumlah Responden	%
1	1	3	15
2	2	6	30
3	3	7	35
4	4	2	10
5	5	2	10
Jumlah		20	100

Hasil penelitian didapatkan skala nyeri Sesudah Dilakukan terapi imajinasi terbimbing pada pasien pasca operasi *sectio cesarean* mengalami nyeri dengan

skala skala nyeri 1 sampai dengan skala nyeri 5 dengan rerata nyeri pada skala 2,70.

Tabel 3 Analisa Perubahan Nyeri Pada Pasien Pasca Operasi *Sectio Cesarean* yang diberikan Terapi Imajinasi Terbimbing pada tanggal 1 Mei -30 Juni 2014.di Rumah Sakit Baptis Kediri Pada Tanggal 01 Mei-30 Juni 2014 (n = 20)

No	Kategori Skala Nyeri	Sebelum		Sesudah	
		Jumlah	Persentase	Jumlah	Persentase
1.	Skala 1	0	0	3	15
2.	Skala 2	0	0	6	30
3.	Skala 3	0	0	7	35
4.	Skala 4	4	20	2	10
5.	Skala 5	5	25	2	10
6.	Skala 6	5	25	0	0
7.	Skala 7	4	20	0	0
8.	Skala 8	2	10	0	0
Total		20	100	20	100

Hasil penelitian dari 20 responden dapat diketahui bahwa analisis pasien pasca operasi *sectio cesarean* sebelum pemberian terapi

imajinasi terbimbing dan sesudah pemberian terapi imajinasi terbimbing dengan rerata mean 3,05.

Tabel 3 Hasil Statistik *Paired Samples Test* Efektifitas Terapi Imajinasi Terbimbing Dalam Menurunkan Nyeri Pada Pasien Pasca Operasi *Sectio Cesarean* di Rumah Sakit Baptis Kediri Pada Tanggal 01 Mei-30 Juni 2014 (n = 20)

Mean	Std. Deviation	Std. Error Mean	95% Confidence Interval of the Difference		T	Sig. (2-tailed)
			Lower	Upper		
			Paired Differences			
3.05000	0.94451	0.21120	2.60795	3.49205	14.441	0.000

Setelah dilakukan uji statistik *Paired T Test* dengan *Software* komputer dengan taraf signifikan yang ditetapkan adalah $\alpha = 0,05$ serta nilai $p = 0,000$, maka hasil nilai kelompok data tersebut adalah $p > 0,05$ yang berarti H_a diterima, dapat diambil kesimpulan bahwa terdapat pengaruh terapi imajinasi terbimbing terhadap nyeri pada pasien pasca operasi *sectio cesarean*.

Pembahasan

Skala Nyeri pada Pasien Pasca Operasi *Sectio Cesarean*

Pasien pasca operasi *sectio cesarean* di Rumah Sakit Baptis Kediri sebelum dilakukan terapi imajinasi terbimbing didapatkan mengalami nyeri dengan skala nyeri 4 sampai dengan 8 dengan rerata nyeri pada skala 5,75.

Nyeri sebagai sesuatu yang tidak menyenangkan, bersifat subjektif dan berhubungan dengan pancaindra, serta merupakan suatu emosional yang dikaitkan dengan kerusakan jaringan baik aktual maupun potensial, atau digambarkan sebagai suatu kerusakan atau cedera (Potter-Perry, 2010). Nyeri merupakan keadaan ketika individu mengalami dan melaporkan adanya rasa ketidaknyamanan yang hebat (Carpenito, 2007). Nyeri persalinan merupakan sensasi yang tidak menyenangkan akibat stimulasi saraf sensorik. Nyeri tersebut terdiri atas dua komponen, yaitu komponen fisiologis dan komponen psikologis (Yuliatun, 2008). Rasa nyeri persalinan bersifat personal, setiap orang mempersepsikan rasa nyeri yang berbeda terhadap stimulus yang sama tergantung pada ambang nyeri yang dimilikinya (Yuliatun, 2008). Nyeri ini merupakan peringatan adanya potensial kerusakan jaringan yang membutuhkan reaksi tubuh yang diperintah oleh otak (Yuliatun, 2008). Persalinan dapat dilakukan dengan dua cara yaitu secara normal atau dengan operasi *sectio cesarean*. *Sectio cesarean*

adalah pengeluaran janin melalui insisi abdomen. Selain komplikasi utama yang kemungkinan besar akan terjadi adapun hal-hal lain yang memungkinkan meningkat terjadi pada *sectio cesarean* adalah adanya nyeri abdomen (Rasjidi, 2009). Patofisiologis dari operasi *sectio cesarean* hingga pada keadaan ketidaknyamanan atau nyeri adalah terjadi kelainan pada pasien dan pada janin yang menyebabkan persalinan normal pervaginam tidak mungkin dilakukan, maka perlu dilakukan operasi *sectio cesarean* untuk mengeluarkan janin dari dalam perut (Huda dan Kusuma, 2013). Luka Post operasi mengakibatkan jaringan menjadi terputus kondisi penurunan reaksi anestesi akan bermanifestasi pada keluhan munculnya nyeri akibat kerusakan neuromuskular pascaoperasi (Huda dan Kusuma, 2013). Operasi selesai dan pasien mulai sadar dan efek anestesi habis bereaksi, pasien sering mengeluhkan rasa nyeri dibekas jahitan. Efek nyeri dapat berpengaruh terhadap fisik, perilaku, dan pengaruhnya terhadap aktivitas sehari-hari (Andarmoyo, 2013). Pasien mengalami proses involusi uterus. Proses kembalinya uterus ke keadaan sebelum hamil setelah melahirkan disebut involusi. Proses ini dimulai segera setelah plasenta keluar akibat kontraksi otot-otot polos uterus (Perry, 2010). Dalam waktu 12 jam, tinggi fundus mencapai kurang lebih 1 cm di atas umbilicus. Dalam beberapa hari kemudian, perubahan involusi berlangsung dengan cepat. Fundus turun kira-kira 1 sampai 2 cm setiap 24 jam. Pada hari pascapartum keenam fundus normal akan berada di pertengahan antara umbilicus dan simfisis pubis. Uterus tidak bisa dipalpasi pada abdomen pada hari ke-9 pascapartum (Perry, 2010). Hal tersebut dapat menambah rasa nyeri pada pasien. Nyeri yang berdampak pada perilaku adalah seorang individu yang mengalami nyeri akan menunjukkan respons perilaku yang abnormal. Respons perilaku yang abnormal adalah yang pertama dari respons vocal, pada individu yang nyeri dapat dilihat dari bagaimana

individu mengekspresikan nyeri seperti mengaduh, menangis, sesak napas, dan mendengkur, kedua dari ekspresi wajah akan menunjukkan karakteristik seperti perasaan gelisah, imobilisasi, ketegangan otot, peningkatan gerakan jari dan tangan, aktivitas melangkah yang tunggal ketika berlari dan berjalan, gerakan menggosok, dan gerakan melindungi bagian tubuh yang nyeri, dan yang ketiga pada interaksi sosial yaitu individu bisa menunjukkan karakteristik seperti menghindari percakapan, menghindari kontak sosial, dan penurunan rentang perhatian. Dampak dari nyeri adalah dalam pengaruh pada aktivitas sehari-hari karena nyeri dapat membatasi mobilisasi pasien pada tingkatan tertentu. Pasien akan mengalami kesulitan dalam melakukan hygiene normal, seperti mandi, berpakaian, mencuci rambut, dan sebagainya. Kemampuan individu dalam bekerja secara serius pun terancam oleh karena nyeri yang dirasakan.

Hasil penelitian menunjukkan skala nyeri pada pasien pasca operasi *sectio cesarean* di rumah sakit baptis kediri sebelum dilakukan terapi imajinasi terbimbing dengan hasil skala nyeri sedang (skala 4 – 6) sampai skala berat (skala 7 dan 8). Faktanya ditemukan bahwa dapat diketahui pasien pasca operasi *sectio cesarean* sebelum dilakukan terapi imajinasi terbimbing mengalami skala nyeri 4 sampai dengan skala nyeri 8 dengan rerata nyeri pada skala 5,7. Hasil tersebut menunjukkan sesuai dengan teori Andarmoyo tahun 2013, yang menyatakan bahwa setelah operasi selesai dan pasien mulai sadar dan efek anestesi habis bereaksi, pasien akan merasakan nyeri pada bagian tubuh yang mengalami pembedahan. Tidak hanya itu saja, pasien pun mengalami proses pemulihan uterus yang disebut involusi uterus. Hal ini pun juga membuat pasien merasa gangguan ketidaknyamanan (Perry, 2010). Efek nyeri dapat berpengaruh terhadap fisik, perilaku, dan pengaruhnya terhadap aktivitas sehari-hari. Hal tersebut dibuktikan bahwa ketika melakukan penelitian 24 jam setelah pasca operasi

sectio cesarean dengan wawancara dan observasi pasien sering mengeluh merasa nyeri pada bekas luka jahitan di abdomen ketika beraktivitas (miring kanan, miring kiri, duduk, dan menyusui) dan karakteristik nyeri paling banyak yang dirasa pasien adalah dengan karakteristik nyeri sedang. Pasien pun mengeluh nyeri yang dirasakan pada bekas jahitan seperti sengkring-sengkring dan terasa panas ada pun nyeri yang dirasakan hingga pada bagian organ lain seperti sampai punggung tetapi hal ini tidak semua pasien merasakan. Ada gerakan-gerakan tertentu yang mungkin sulit untuk dilakukan sendiri, misalnya berbaring, duduk, berdiri, bahkan saat menyusui bayi. Bahkan, mengangkat bayi pun dapat menimbulkan rasa nyeri.

Skala Nyeri pada Pasien Pasca Operasi *Sectio Cesarean* yang diberi Terapi Imajinasi Terbimbing

Pasien pasca operasi *sectio cesarean* di Rumah Sakit Baptis Kediri sesudah dilakukan terapi imajinasi terbimbing selama 2x24 jam didapatkan mengalami nyeri dengan skala nyeri 1 sampai dengan skala nyeri 5 dengan rerata nyeri pada skala 2,70.

Pasien menjalani operasi *sectio cesarean* setelah mengalami kontraksi berjam-jam, ibu mungkin akan merasakan rasa nyeri perineal akibat dorongan saat kontraksi (Gallagher, 2004). Nyeri pada abdomen lebih meningkat pada persalinan dengan operasi *sectio cesarean* (Rasjidi, 2009). Dalam hal ini setiap pasien berhak atas manajemen nyeri yang baik. Salah satu relaksasi yang dapat digunakan adalah terapi imajinasi terbimbing. Relaksasi dengan terapi imajinasi terbimbing dapat meningkatkan toleransi nyeri melalui beberapa mekanisme antara lain relaksasi ini dapat menurunkan nyeri, menurunkan respons katekolamin, meningkatkan aliran darah ke uterus, dan menurunkan tegangan otot (Yuliatun, 2008). Relaksasi untuk penurunan nyeri ini dapat

digunakan untuk nyeri apapun termasuk nyeri pada pasca operasi *sectio cesarean*. Pasien pasca operasi *sectio cesarean* diberikan terapi imajinasi terbimbing dan akan menerima dampak positif karena nyeri berkurang yaitu menurunnya denyut jantung, tekanan darah, dan kecepatan pernafasan, meningkatnya, menurunnya kebutuhan oksigen, perasaan damai, serta menurunnya ketegangan otot dan kecepatan metabolisme, selain itu untuk mencapai pengurangan nyeri yang optimal (Potter-perry, 2010)

Berdasarkan hasil penelitian pada pasien pasca operasi *sectio cesarean* di Rumah Sakit Baptis Kediri sesudah dilakukan terapi imajinasi terbimbing didapatkan bahwa pasien mengalami nyeri ringan (skala 1- 3) sampai nyeri sedang (skala 4 dan 5). Faktanya ditemukan bahwa dapat diketahui pasien pasca operasi *sectio cesarean* sesudah dilakukan terapi imajinasi terbimbing mengalami skala nyeri 1 sampai dengan skala nyeri 5 dengan rerata nyeri pada skala 2,75. Peneliti melakukan intervensi sebanyak enam kali pada waktu 2x24 jam setelah pasca operasi *sectio cesarean* yang masing-masing dilakukan tiap 15 menit. Hasil tersebut menunjukkan bahwa sesuai dengan teori Yuliatun tahun 2008 yang menyatakan relaksasi dengan terapi imajinasi terbimbing dapat meningkatkan toleransi nyeri melalui beberapa mekanisme antara lain relaksasi ini dapat menurunkan nyeri, menurunkan respons katekolamin, meningkatkan aliran darah ke uterus, dan menurunkan tegangan otot. Hasil tersebut dibuktikan beberapa pasien pasca operasi *sectio cesarean* setelah diberikan terapi imajinasi terbimbing mengatakan bahwa merasa lebih nyaman, lebih tenang, dan nyeri dirasa berkurang. Hal tersebut tidak menutup kemungkinan nyeri berkurang pun tidak hanya dipengaruhi oleh nonfarmakologi atau intervensi yang diberikan tetapi juga dapat dipengaruhi oleh obat analgesik yang diberikan.

Terapi Imajinasi Terbimbing Efektif dalam menurunkan Nyeri pada Pasien Pasca Operasi *Sectio Cesarean*

Berdasarkan hasil penelitian dengan menggunakan *Descriptive Statistic Frequency* dapat diketahui bahwa dapat diketahui analisis pasien pasca operasi *sectio cesarean* sebelum pemberian terapi imajinasi terbimbing dan sesudah pemberian terapi imajinasi terbimbing pada hari ketiga dengan pemberian 6 kali intervensi didapatkan hasil dengan rerata nyeri pada skala 3,05.

Pengalaman nyeri merupakan suatu hal yang kompleks, mencakup aspek fisik, emosional, dan kognitif. Nyeri adalah suatu hal yang bersifat subyektif dan personal. Stimulus terhadap timbulnya nyeri merupakan sesuatu yang bersifat fisik dan mental yang terjadi secara alami (Potter, 2010). Persepsi nyeri atau nociception (nosiseptik) merupakan proses di mana stimulus nyeri disalurkan dari tempat terjadinya stimulus menuju sistem saraf pusat (Yuliatun, 2008). Proses perjalanan nyeri adalah sebagai berikut yang pertama *Contact with stimulus* (kontak dengan stimulus) dimana stimulus yang dimaksud dapat berupa rasa tekan, rasa tusuk, rasa teriris, kimia, atau luka bakar, kemudian *Reception* (penerimaan rangsang) ujung saraf menerima stimulus, selanjutnya *Transmission* (transmisi) saraf menghantarkan sinyal nyeri menuju susunan saraf pusat. Penghantaran informasi selalu melibatkan beberapa neuron pada susunan saraf pusat, dan *Pain center receptio* (Penerimaan rangsang nyeri pada susunan saraf pusat) pada proses berikutnya, otak menerima informasi atau sinyal dan memerintahkan organ untuk bereaksi (Yuliatun, 2008). Nyeri merupakan kejadian ketidaknyamanan yang dalam perkembangannya akan memengaruhi berbagai komponen dalam tubuh. Efek nyeri dapat berpengaruh terhadap fisik, perilaku, dan pengaruhnya pada aktivitas sehari-hari. (Andarmoyo,

2013). Penanganan oleh nyeri persalinan merupakan hal yang utama yang harus diperhatikan tenaga kesehatan saat memberikan pertolongan persalinan (Yuliatun, 2008). Nyeri persalinan merupakan hal yang utama yang harus diperhatikan tenaga kesehatan saat memberikan pertolongan persalinan. Berbagai metode penanganan nyeri dapat dilakukan pada ibu bersalin, baik farmakologi dan nonfarmakologi. Kedua metode tersebut bertujuan menurunkan atau menghilangkan rasa nyeri persalinan dengan cara memblok saraf nyeri (Yuliatun, 2008). Dampak relaksasi dapat meningkatkan toleransi nyeri melalui beberapa mekanisme antara lain relaksasi dapat menurunkan nyeri, menurunkan respons katekolamin, meningkatkan aliran darah ke uterus, dan menurunkan tegangan otot. Tindakan mandiri perawat dalam penanganan nyeri salah satunya dengan teknik relaksasi. Relaksasi dapat meningkatkan toleransi nyeri melalui beberapa mekanisme antara lain relaksasi dapat menurunkan nyeri (Yuliatun, 2008). Terapi imajinasi terbimbing adalah salah satu dari teknik relaksasi dalam tindakan perawat secara mandiri dalam penanganan nyeri. Terapi imajinasi terbimbing merupakan salah satu aktivitas kognitif yang dapat digunakan untuk menurunkan persepsi nyeri dengan melibatkan pikiran sehingga kesadaran adanya stimulus nyeri menjadi berkurang (Yuliatun, 2008). Tubuh manusia mempunyai analgesik alami yaitu endorphin. Endorphins adalah neurohormon yang berhubungan dengan sensasi yang menyenangkan. Endorphin akan meningkat di dalam darah saat seseorang mampu dalam keadaan rileks atau tenang. Keadaan rileks dan tenang dapat dilakukan dengan relaksasi salah satunya diantaranya terapi imajinasi terbimbing (McCance and Huether dalam jurnal Rahayu, 2010).

Hasil penelitian menunjukkan perubahan nyeri pada pasien pasca operasi *sectio cesarean* di Rumah Sakit Baptis Kediri sebelum dan sesudah dilakukan terapi imajinasi terbimbing

faktanya ditemukan bahwa diketahui dari 20 responden, analisis pasien pasca operasi *sectio cesarean* sebelum pemberian terapi imajinasi terbimbing dan sesudah pemberian terapi imajinasi terbimbing dengan rerata mean 3,05. Hasil tersebut menunjukkan bahwa sesuai teori Yuliatun tahun 2008 terapi imajinasi terbimbing merupakan salah satu aktivitas kognitif yang dapat digunakan untuk menurunkan persepsi nyeri menjadi berkurang dan salah satu dari tehnik relaksasi dalam tindakan perawat secara mandiri dalam penanganan nyeri. Menghasilkan hasil yang efektif terapi imajinasi terbimbing dapat dilakukan 3 kali sehari selama 5 sampai 15 menit yang dilakukan selama 2 hari. Sebanyak 20 pasien setelah 24 jam setelah pasca operasi *sectio cesarean* dilakukan observasi skala nyeri didapatkan hasil rata-rata 5,7 . Pada hari kedua atau 2x24 jam setelah pasca operasi *sectio cesarean* pertama diberikan intervensi didapatkan hasil rata-rata skala nyeri 5,7 belum menunjukkan perubahan skala nyeri, dihari kedua dilakukan intervensi kedua didapatkan hasil rata-rata skala nyeri 4,8 menunjukkan perubahan dan pada intervensi ketiga didapatkan hasil rata-rata sama yaitu 4,8. Pada hari ketiga atau 3x24jam setelah pasca operasi *sectio cesarean* dilakukan intervensi yang keempat didapatkan hasil rata-rata skala nyeri 3,9 menunjukkan adanya perubahan yang signifikan. Pasien pada hari ketiga atau 3x24 jam setelah pasca operasi *sectio cesarean* dilakukan intervensi yang kelima didapatkan hasil rata-rata skala nyeri 3,1. Pasien pasca operasi *sectio cesarean* dilakukan intervensi yang terakhir dan didapatkan hasil rata-rata skala nyeri 2,7 menunjukkan adanya perubahan skala nyeri yang signifikan dibandingkan dengan hasil rata-rata skala nyeri sebelum diberikan intervensi. Sesuai dengan terapi imajinasi terbimbing dapat menimbulkan pikiran menjadi rileks sehingga nyeri berkurang, hal ini dibuktikan banyak pasien pasca operasi *sectio cesarean* setelah mendapatkan terapi imajinasi terbimbing

mengatakan bahwa merasa bahwa nyeri yang dirasa berkurang. Hasil penelitian sebelum dan sesudah dilakukan terapi imajinasi terbimbing mengalami perubahan skala nyeri pada responden, hal ini dapat dicermati pada tiap pengukuran 7 kali yang dilakukan sekali sebelum pemberian intervensi pada 24 jam setelah pasca operasi *sectio cesarean*, 6 kali tiap pemberian intervensi pada 2x24 jam setelah pasca operasi *sectio cesarean*. Hari pertama dan hari kedua perubahan nyeri pada pasien belum signifikan tetapi pada hari ke tiga adanya penurunan tingkat nyeri dan dalam kategori skala nyeri yang dipakai dalam penelitian ini menunjukkan bahwa adanya perubahan dari skala nyeri sedang menjadi skala nyeri ringan faktanya dalam hasil penelitian ini adalah responden sebelum diberikan terapi imajinasi terbimbing mengalami skala nyeri sedang dan sesudah diberikan terapi imajinasi terbimbing responden mengalami skala nyeri ringan. Sehingga disimpulkan bahwa ada pengaruh terapi imajinasi terbimbing terhadap perubahan skala nyeri pada responden.

Kesimpulan

Pasien pasca operasi *sectio cesarean* 24 jam setelah pasca operasi yaitu mengalami skala nyeri sedang dengan rerata 5,75. Pasien pasca operasi *sectio cesarean* yang dilakukan terapi imajinasi terbimbing selama 2x24 jam mengalami penurunan nyeri dengan rerata 2,70. Pemberian terapi imajinasi terbimbing 3 kali perhari dalam 2 hari pasca operasi *sectio cesarean* mampu menurunkan nyeri sedang menjadi nyeri ringan dengan rerata penurunan 3,05 skala nyeri.

Saran

Pasien pasca operasi *sectio cesarean* yang mengalami nyeri dapat menggunakan Terapi imajinasi terbimbing untuk menurunkan nyeri yang dirasakan. Terapi imajinasi terbimbing akan lebih efektif jika dilakukan dalam jangka waktu 15 sampai 20 menit dan dilakukan sehari 3 kali. Perawat dapat menerapkan terapi imajinasi terbimbing dalam tindakan mandiri perawat untuk mengatasi nyeri yang dirasa pasien.

Daftar Pustaka

- Andarmoyo, Sulisty, (2013). *Konsep & Proses Keperawatan Nyeri*. Jogjakarta: Ar-Ruzz Media.
- Carpenito-Moyet, L. J. (2007). *Buku Saku Diagnosis Keperawatan, Edisi 10*. Jakarta: EGC
- Depkes RI, (2004). *Buku Pedoman Pengendalian Tanda Bahaya Pada Nifas Kehamilan, Persalinan Dan Nifas*. Jakarta: EGC.
- Gallagher, Chrissie, (2004). *Pemulihan Pascaoperasi Caesar*. Jakarta: Erlangga.
- Henderson, C. (2005). *Buku Ajar Konsep Kebidanan*. Jakarta: EGC.
- Huda dan Kusuma. (2013). *Aplikasi Asuhan Keperawatan Berdasarkan Diagnosa Medis dan Nanda Nic-Noc*. Yogyakarta: Media Action Publising.
- Perry, (2010). *Maternal Child Nursing Care, Edisi 4*. Canada: Mosby Elsevier
- Potter, Perry. (2010). *Fundamental keperawatan (ed.7vol.2)*. Jakarta: Salemba Medika.
- Rahayu, (2010). Pengaruh Guided Imagery Relaxation Terhadap Nyeri Kepala Pada Pasien Cedera Kepala Ringan. [www/http://pustaka.unpad.ac.id/archives/76927](http://pustaka.unpad.ac.id/archives/76927), on line tanggal 23 Oktober 2013 Jam 10.15 WIB

- Rasjidi, Imam, (2009). *Seksio Sesarea dan Laparotomi Kelainan Adneksa*. Jakarta: Sagung Seto.
- Yuliatun, Laily, (2008). *Penanganan Nyeri Persalinan Dengan Metode Nonfarmakologi*. Malang: Bayumedia Publishing.