



LENTORA NURSING JOURNAL

e-ISSN: 2776-1622 dan p-ISSN: 2776-1371

Volume 3 Nomor 2 2023, Halaman 63-70

DOI : 10.33860/lnj.v3i2.2680

Website: <https://jurnal.poltekkespalu.ac.id/index.php/LNJ>

Pengaruh Guide Imagery Relaxation terhadap Tingkat Nyeri pada Pasien Fraktur yang dilakukan Tindakan Pembedahan di Ruang Paviliun Teratai RSUD Undata Palu

The Effect of Guide Imagery Relaxation on Pain Levels in Fracture Patients Undergoing Surgery in the Teratai Pavilion Undata Hospital Palu

Metrys Ndama^{1*}, Ismunandar²

¹ Prodi D III Keperawatan Palu, Poltekkes Kemenkes Palu

² Prodi Pendidikan Profesi Ners, Poltekkes Kemenkes Palu

*Email korespondensi: metrysndama@yahoo.com



Kata Kunci:

Guide Imagery;
Relaxation;
Tingkat nyeri;
Fraktur

Keywords:

Guide Imagery;
relaxation;
pain level;
fracture

ABSTRAK

Latar Belakang: Gejala fraktur yang paling umum adalah rasa sakit, pembengkakan dan kelainan bentuk. Rasa sakit akan bertambah berat dengan gerakan dan penekanan di atas fraktur. Salah satu tindakan keperawatan untuk mengatasi nyeri adalah tindakan *guide imagery relaxation*. Berdasarkan wawancara dengan perawat, tehnik ini jarang dilakukan sementara tehnik ini mudah dan praktis dalam pelaksanaan. Tujuan penelitian ini diketahuinya pengaruh guide imagery relaxation terhadap tingkat nyeri pada pasien fraktur yang dilakukan tindakan pembedahan di ruang paviliun Teratai RSUD Undata Palu. **Metode** Penelitian ini adalah penelitian quasi eksperimen dengan desain *pretest* dan *posttest group design*. Populasi adalah pasien fraktur yang dilakukan tindakan pembedahan, besar sampel adalah 15 orang yang dihitung dengan menggunakan rumus estimasi proporsi populasi tidak diketahui. Cara pengambilan sampel adalah *purposive sampling*. Pengolahan data menggunakan fasilitas komputer, analisis yang digunakan adalah analisis univariat dan analisis bivariat dengan menggunakan uji T Dependen dengan tingkat kemaknaan 0,05. Hasil penelitian diperoleh sebelum dilakukan tindakan guide imagery relaxation penderita yang mengalami nyeri kategori sedang lebih banyak yaitu 86,6% dan mean rata rata adalah 5,53. Setelah dilakukan tindakan guide imagery relaxation 100 % pasien mengalami nyeri dengan kategori ringan dan mean rata rata 2,867. Hasil uji T Dependen diperoleh nilai $p = 0,000$ ($p < 0,05$). Kesimpulan penelitian ini ada pengaruh tindakan guide imagery relaxation terhadap tingkat nyeri pada pasien fraktur yang dilakukan tindakan pembedahan (H_0 di tolak). Disarankan kepada perawat di RSUD Undata Palu untuk dapat mengajarkan dan menerapkan tindakan keperawatan ini pada pasien yang mengalami masalah keperawatan nyeri.

Background: *The most common fracture symptoms are pain, swelling and deformity. The pain will get worse with movement and pressure over the fracture. One of the nursing actions to deal with pain is the action of guide*

*imagery relaxation. Based on interviews with nurses, this technique is rarely done while this technique is easy and practical to implement. The purpose of this study was to determine the effect of guide imagery relaxation on pain levels in fracture patients who underwent surgery in the Lotus pavilion room, Undata Hospital, Palu. **Methods** This study was a quasi-experimental study with a pretest and posttest group design. The population was fracture patients who underwent surgery, the sample size was 15 people who were calculated using the unknown population proportion estimation formula. The sampling method is purposive sampling. Data processing uses computer facilities, the analysis used is univariate analysis and bivariate analysis using the Dependent T test with a significance level of 0.05. **The results** of the study were obtained before the guide imagery relaxation action was carried out, the number of patients who experienced moderate pain was 86.6% with a mean average of 5.53. After the guide imagery relaxation was carried out, 100% of patients experienced pain in the mild category and the mean was 2.867. Dependent T test results obtained p value = 0.000 ($p < 0.05$). **The conclusion** of this study is that there is an effect of guided imagery relaxation on pain levels in fracture patients who underwent surgery (H_0 is rejected). It is suggested to nurses at Undata Hospital in Palu to be able to teach and apply this nursing action to patients who experience pain nursing problems.*



© 2023 by the authors. Submitted for possible open access publication under the terms and conditions of the Creative Commons Attribution (CC BY SA) license (<https://creativecommons.org/licenses/by-sa/4.0/>).

PENDAHULUAN

Trauma merupakan penyebab utama kematian di Amerika Serikat pada rentang usia 1-37 tahun, serta merupakan penyebab kematian nomor empat pada semua kelompok usia. Fraktur merupakan cedera traumatic dengan persentase kejadian yang tinggi. Fraktur adalah gangguan dari kontinuitas yang normal dari suatu tulang disertai dengan jaringan lunak disekitarnya juga seringkali terganggu (Black, 2014).

Fraktur pada tulang dapat menyebabkan edema jaringan lemak, persarafan ke otot dan sendi terganggu dan sendi terganggu, dislokasi sendi, rupture tendo, kerusakan saraf dan kerusakan pembuluh darah (Suratun, dkk, 2008). Gejala fraktur yang paling umum adalah rasa sakit, pembengkakan dan kelainan bentuk. Rasa sakit akan bertambah berat dengan gerakan dan penekanan diatas fraktur. Pembengkakan di daerah fraktur juga meningkatkan rasa sakit (Reeves, 2001). Kondisi ini bisa menyebabkan nyeri yang merupakan sensasi subyektif dan pengalaman emosional dari penderita. Stimulasi nyeri dapat bersifat fisik dan mental. Nyeri merupakan sensasi yang tidak menyenangkan yang terlokalisir pada suatu bagian tubuh. Nyeri akibat trauma terjadi akibat ujung ujung saraf bebas mengalami kerusakan. Kategori nyeri pada fraktur adalah nyeri akut.

Perawat sebagai pemberi pelayanan keperawatan mempunyai kesempatan untuk membantu menghilangkan nyeri. Perawat tidak hanya berkolaborasi dengan tenaga kesehatan lain tapi juga dapat memberikan intervensi keperawatan untuk meredakan nyeri ((Brunner & Suddarth, 2001). Nyeri yang ditimbulkan bisa diatasi dengan tindakan keperawatan. Intervensi keperawatan untuk mengurangi nyeri antara lain : *cutaneous stimulation, distraction, anticipatory guidance, bio feedback, relaxation and guided imagery* (Murwani, 2008).

Tehnik relaksasi dan guided imagery menghambat effective-motivational dan persepsi nyeri kognitif sehingga dapat mengurangi stress fisik dan emosional dari nyeri. Relaksasi memiliki efek umum terhadap tingkat ketegangan otot tubuh dapat menurunkan kecemasan, proses relaksasi mempunyai fungsi distraksi sehingga

tidak terpusat pada perasaan tidak nyaman. Dalam guided imagery klien menciptakan bayangan bayangan dalam pikirannya, konsentrasi pada bayangan tersebut dan secara bertahap klien menjadi kurang menyadari nyerinya. (Murwani, 2008). Tehnik ini merupakan bagian dari tehnik relaksasi.

Para ahli berpendapat bahwa imajinasi merupakan penyembuh efektif yang dapat mengurangi nyeri. Berdasarkan hasil penelitian Parinya (1999) dalam Nurgiwati, 2015 melaporkan bahwa Guided Imagery dapat mengurangi rasa sakit dan kecemasan, menurunkan pikiran negative, meningkatkan kemampuan mengontrol diri. Hasil penelitian Renzi et al (2000) dalam Nurgiwati, 2015 membuktikan bahwa *Guided Imagery* dapat meningkatkan kualitas tidur dan menurunkan nyeri. Hasil penelitian Bumpenjit (2007) dalam Nurgiwati, 2015 meneliti pengaruh guided imagery terhadap nyeri akut dan kronik pada pasien kanker payudara dengan hasil terjadi penurunan rasa nyeri. Dalam penelitian Aisyah bahwa ada pengaruh tehnik imajinasi terbimbing dalam menurunkan nyeri artritis rematoid.

Berdasarkan studi pendahuluan yang dilakukan di ruang Teratai RSUD Undata Palu pada tahun 2015 kasusaktur adalah 290 kasus, post Orif 129 kasus, post pasang gips 68 kasus. Pada tahun 2016 kasus fraktur 245 kasus, post Orif 129 kasus, post pasang gips 56 kasus. Dari hasil wawancara dengan pasien fraktur mengatakan bahwa mereka belum tahu tindakan untuk mengurangi nyeri. Hasil wawancara dengan perawat bahwa tindakan keperawatan yang selalu dilakukan diruangan Teratai untuk mengurangi nyeri adalah relaksasi dengan cara napas dalam. Tehnik *Guided Imagery* belum pernah dilakukan. Sementara penggunaan tehnik ini mudah, memerlukan waktu 10-15 menit, kesabaran dan latihan terus menerus. Latihan ini dapat dilakukan pada ruangan nyaman dan tenang, dapat dilakukan setiap hari. Tujuan penelitian ini diketahuinya pengaruh guide imagery relaxation terhadap tingkat nyeri pada pasien fraktur yang dilakukan tindakan pembedahan di ruang pavilion Teratai RSUD Undata Palu

METODE PENELITIAN

Jenis penelitian ini adalah penelitian quasi eksperimen dengan menggunakan rancangan *pretest dan posttest group design*. Populasi dalam penelitian ini adalah pasien fraktur yang dilakukan tindakan post operasi yang di rawat di Ruang Teratai RSUD Undata Palu. Besar sampel dalam penelitian ini adalah 15 orang yang dihitung dengan menggunakan rumus estimasi proporsi untuk populasi yang tidak diketahui. Cara pengambilan sampel adalah *Non Random Sampling* dengan cara *Purposive Sampling*. Instrumen pada penelitiaian menggunakan Visual Analog Scale. Tindakan *guide imagery relaxation* diberikan selama 30 menit.

HASIL PENELITIAN

Hasil analisis univariat berdasarkan karakteristik umur, jenis kelamin, pendidikan serta faktor-faktor yang berhubungan dengan self-efficacy pasien TB Paru dalam menjalani Pengobatan dibahas di tabel di bawah ini :

a. Umur

Dalam penelitian ini umur dikategorikan Muda jika usia responden ≤ 25 tahun, Dewasa jika usia responden > 25 tahun. Dapat dilihat pada tabel berikut :

Tabel 1 Distribusi Frekuensi Berdasarkan Usia Responden

Tingkat Pendidikan	Frekuensi	Persentase
Muda	6	40
Dewasa	9	60
Total	15	100

Sumber : Data primer

Berdasarkan table 1 terlihat bahwa dari 15 orang responden lebih banyak usia dewasa yaitu 9 orang (60%) dan usia muda 6 orang (40%).

b. Pengalaman

Pengalaman dikategorikan belum pernah dan sudah pernah mengalami pembedahan sebelumnya. Dapat dilihat pada tabel berikut :

Tabel 2 Distribusi Frekuensi Berdasarkan Pengalaman Responden Mendapatkan Tindakan Pembedahan Sebelumnya

Pekerjaan	Frekuensi	Persentase
Belum Pernah	8	53,3
Sudah Pernah	7	46,7
Total	15	100

Sumber : Data primer

Berdasarkan tabel 2 terlihat bahwa dari 15 orang responden lebih banyak yang belum pernah mengalami pembedahan yaitu 8 orang (53,3%), sedangkan yang sudah pernah mengalami pembedahan yaitu 7 orang (46,7%).

c. Kategori Nyeri

Nyeri dikategorikan nyeri ringan jika skor < 4 , nyeri sedang jika skor 4-6, nyeri berat jika skor ≥ 7 . Kategori nyeri sebelum dan sesudah dilakukan tindakan guide imagery relaxation dapat dilihat pada tabel berikut :

Tabel 3 Distribusi Frekuensi Berdasarkan Kategori Nyeri Sebelum Dan Sesudah Diberikan Tindakan Guide Imagery Relaxation Pada Pasien Fraktur Post Pembedahan Di Ruang Teratai RSUD Undata Palu

Tingkat Nyeri	Sebelum Tindakan		Sesudah Tindakan	
	n	%	n	%
Nyeri Ringan	1	6,7	15	100
Nyeri Sedang	13	86,6	0	0
Nyeri Berat	1	6,7	0	0
Total	15	100	15	100

Sumber : Data primer

Berdasarkan tabel 3 diperoleh hasil bahwa sebelum dilakukan tindakan guide imagery relaxation lebih banyak responden yang mengalami nyeri sedang yaitu 13

orang (86,6%), nyeri berat 1 orang (6,7%). Setelah dilakukan tindakan guide imagery relaxation semua responden mengalami nyeri ringan 100%.

d. Mean Rata Rata Nyeri

Tabel 4 Analisis Univariat Tingkat Nyeri Sebelum Dan Sesudah Dilakukan Tindakan Guide Imagery Relaxation Di Ruang Teratai RSUD Undata Palu

Variabel	Mean	N	SD	SE
Nyeri Sebelum	5,53	15	0,743	0,192
Nyeri Sesudah	2,67	15	1,175	0,303

Sumber : Data Primer

Berdasarkan tabel 4 terlihat bahwa Mean tingkat nyeri pada pengukuran pertama (sebelum dilakukan Guide Imagery Relaxation) adalah 5,53, Standar Deviasi (SD) 0,743, Standar Error Mean (SE) 0,192. Pada pengukuran kedua (setelah dilakukan Guide Imagery Relaxation) Mean tingkat nyeri adalah 2,67, Standar Deviasi (SD) 1,175, Standar Error Mean (SE) 0,303.

Tabel 5 Distribusi Rata Rata Tingkat Nyeri Setelah Dilakukan Tindakan Guide Imagery Relaxation Di Ruang Teratai RSUD Undata Palu

VARIABEL	MEAN	SD	SE	P Value	N
Nyeri 1 – Nyeri 2	2,867	0,743	0,192	0,000	15

Sumber : Data Primer

Berdasarkan table 5 terlihat bahwa nilai mean perbedaan tingkat nyeri sebelum tindakan (Pretest) dan nilai mean setelah tindakan (Posttest) adalah 2,867, Standar Deviasi 0,743, Standar Error 0,192. Hasil uji statistic diperoleh nilai $p = 0,000$ ($p < 0,05$) berarti secara statistic ada pengaruh yang bermakna pemberian tindakan Guide Imagery Relaxation terhadap tingkat nyeri pada pasien fraktur yang dilakukan tindakan pembedahan (H_0 ditolak).

PEMBAHASAN

1. Nyeri Sebelum Dilakukan Tindakan Guide Imagery Relaxation

Berdasarkan tabel 3 terlihat bahwa responden yang mengalami nyeri hebat masih ditemukan 1 orang (6,7%), nyeri sedang 13 orang (86,6%). Menurut asumsi peneliti nyeri sedang dan nyeri hebat masih ditemukan karena penderita belum mendapatkan tindakan keperawatan mengatasi nyeri. Dimana nyeri yang dirasakan oleh responden setelah dilakukan tindakan pembedahan termasuk kategori nyeri akut. Selain itu tingkat nyeri yang bervariasi juga karena setiap individu mempunyai persepsi nyeri berbeda beda. Hal ini sejalan dengan teori bahwa persepsi nyeri dipengaruhi oleh toleransi individu pada nyeri. Beberapa individu mempunyai toleransi yang rendah akan nyeri. Selain itu faktor usia dan pengalaman juga ikut

mempengaruhi persepsi nyeri seseorang. Dimana pada penelitian ini ditemukan 53,3% belum pernah mengalami tindakan pembedahan sebelumnya dan usia kategori muda 26,7%. Hal ini sejalan dengan teori bahwa usia dapat merubah persepsi dan pengalaman nyeri, dimana transmisi dan persepsi nyeri akan melambat karena penuaan. Hasil penelitian ini sejalan dengan penelitian Aprianto, dkk, tentang efektifitas tehnik relaksasi dan imaginasi terbimbing terhadap penurunan kecemasan dimana diperoleh hasil bahwa 83,3% penderita yang mengalami kecemasan yang belum mempunyai pengalaman dalam pembedahan. Berdasarkan tabel 4 terlihat bahwa mean rata rata tingkat nyeri sebelum tindakan adalah 5,53 jika dikonversi ke tingkat nyeri rata rata tingka nyeri sedang (skala 4-7)

2. Nyeri Setelah Dilakukan Tindakan Guide Imagery Relaxation

Berdasarkan tabel 3 terlihat bahwa responden setelah dilakukan tindakan guide imagery relaxation 100 % mengalami nyeri ringan, nyeri hebat dan nyeri sedang tidak ditemukan. Perubahan tingkat nyeri ini akibat dari tindakan keperawatan yang diberikan, dimana manajemen nyeri dapat dilakukan secara farmakologik dan non farmakologik. Untuk tindakan non farmakologik bersifat lebih murah, praktis, efektif dan tidak mempunyai efek samping. Tindakan guide imagery relaxation termasuk salah satu pengobatan secara non farmakalogik (Aisyah, A). Hasil penelitian ini sejalan dengan penelitian Novarenta (2013) bahwa guide imagery merupakan salah satu alternative intervensi dalam mengurangi nyeri menstruasi.

Manajemen nyeri non farmakologik hanya dapat diberikan pada pasien dengan kategori nyeri ringan – nyeri sedang. Untuk kategori berat manajemen nyeri harus dikombinasi dengan terapi farmakologik. Berdasarkan tabel 4 terlihat bahwa rata rata mean setelah dilakukan tindakan guide imagery relaxation adalah 2,67. Bila dikonversi ke tingkat nyeri rata rata penderita berada dalam kategori nyeri ringan (skala 2-3). Hasil penelitian ini sejalan dengan penelitian Aprianto bahwa tehnik relaksasi imaginasi terbimbing lebih efektif dalam menurunkan kecemasan pasien daripada tehnik napas dalam.

3. Pengaruh Guide Imagery Relaxation Terhadap Tingkat Nyeri

Berdasarkan uji statistik Paired sampel T Test / Uji T Dependen diperoleh nilai mean perbedaan antara tingkat nyeri sebelum dan sesudah dilakukan tindakan guide imagery relaxation adalah 2,867 dengan standar deviasi 0,743. Hasil uji statistik diperoleh nilai $p = 0,000$ ($p < 0,05$) berarti secara statistik ada pengaruh yang bermakna pemberian tindakan guide imagery relaxation terhadap tingkat nyeri penderita fraktur yang dilakukan tindakan pembedahan. Menurut asumsi peneliti penurunan tingkat nyeri ini karena tindakan guide imagery relaxation membuat individu dalam keadaan santai, rileks, posisi nyaman sehingga focus perhatiannya tidak terfokus pada nyerinya. Hal ini sejalan dengan teori bahwa relaksasi dapat mengatasi nyeri karena latihan relaksasi memberi efek menurunkan ketegangan otot tubuh sehingga terjadi penurunan kecemasan. Sedangkan tehnik guide imagery membuat pasien menciptakan bayangan bayangan dalam pikiran, sehingga konsentrasi pasien terfokus pada bayangan tersebut dan menjadi kurang menyadari nyeri yang dialami (Murwani A, 2008).

Hal ini sejalan dengan teori bahwa perasaan rileks yang terjadi saat dilakukan guide imagery akan diteruskan ke hipotalamus untuk menghasilkan Corticotropin Releasng Factor (CRF) dimana CRF ini akan merangsang kelenjar pituitary untuk

menghasilkan endorphin sebagai neurotransmitter yang akan membuat suasana hati menjadi rileks.

Hasil penelitian ini sejalan dengan penelitian Aisyah bahwa ada pengaruh tehnik imaginasi terbimbing untuk menurunkan intensitas nyeri pada penderita artritis rematoid. Demikian juga dengan penelitian Parinya, (1999), melaporkan bahwa guided imagery dapat mengurangi rasa sakit dan kecemasan, menurunkan pikiran negative dan meningkatkan kemampuan mengontrol diri dan penelitian Renzi et al (2000), membuktikan bahwa guide imagery dapat meningkatkan kualitas tidur dan menurunkan nyeri. Secara tidak langsung relaksasi ini yang merubah tingkat persepsi atau control persepsi individu, termasuk persepsi terhadap nyeri.

SIMPULAN DAN SARAN

Berdasarkan hasil penelitian dan pembahasan dapat ditarik kesimpulan tindakan guide imagery relaxation berpengaruh terhadap tingkat nyeri pada pasien fraktur yang dilakukan tindakan pembedahan dimana diperoleh nilai mean rata rata 2,867 dan nilai $p=0,000$ ($p<0,05$). Diharapkan perawat diruangan dapat menerapkan dan mengajarkan tindakan guide imagery relaxation pada pasien yang mengalami nyeri dan kecemasan sehingga dapat membantu pasien dalam mengurangi rasa nyeri yang dialami.

DAFTAR PUSTAKA

- Aisyah S, *Pengaruh Tehnik Imaginasi Terbimbing Untuk Menurunkan Intensitas Nyeri Pada Pasien Artritis Rheumatoid (Studi Kasus Panti Werdha Surabaya Timur)*, Ditlitabmas Ditjen DIKTI.
- Aprianto dkk, *Efektifitas Tehnik Relaksasi Imaginasi Terbimbing Dan Nafas Dalam Terhadap Penurunan Kecemasan Pada Pasien Pre Operasi*
- Andarmoyo S, 2013, *Konsep Dan Proses Keperawatan Nyeri*, Ar Ruzz Media, Yogyakarta
- Baradero, et all, 2009, *Keperawatan Perioperatif Prinsip Dan Praktik*, EGC, Jakarta
- Black Joyce dan Jane H, 2009, *Keperawatan Medikal Bedah Manajemen Klinis Untuk Hasil Yang diharapkan*, Edisi 8 Buku 1, Elsevier Singapore.
- Deswita, dkk, 2014, *Pengaruh Tehnik Relaksasi Imaginasi Terbimbing (Guided Imagery) Terhadap Pemenuhan Kebutuhan Tidur Anak Usia Sekolah di Ruang Rawat Inap Anak RSUD Prof.Dr.Ma.Hanafiah SM Batusangkar*, Ners Jurnal Keperawatan Volume 10.No.1
- Hayati N, 2014, *Pengaruh Tehnik Distraksi Dan relaksasi Terhadap Tingkat Nyeri Pada Pasien Post Operasi Di Rumah Sakit Immanuel Bandung*, Jurnal Ilmu Kesehatan Immanuel, Volume 8, Nomor 2.
- Hidayat A, 2008, *Metode Penelitian Keperawatan Dan teknik Analisis Data*, Salemba Medika, Jakarta
- Mubarak, Igbal & Chayatin, 2007, *Buku Ajar Kebutuhan Dasar Manusia : Teori Dan Aplikasi Dalam Praktik*, EGC, Jakarta
- Murwani A, 2008, *Keterampilan Dasar Praktek Klinik Keperawatan*, Fitramaya, Yogyakarta
- Nurgiwati E, 2015, *terapi Alternatif Dan Komplementer Dalam Bidang Keperawatan*, Penerbit In Media Bogor

- Novarenta Affan, 2013, *Guided Imagery Untuk Mengurangi Rasa Nyeri Saat Menstruasi*, Jurnal Keperawatan Vol 2 No 1, Fakultas Psikologi Universitas Muhammadiyah Malang.
- Suddart & Brunner, 2002, Buku Ajar Keperawatan Medikal Bedah, Edisi 8, Volume 3, EGC, Jakarta
- Suratun dkk, 2008, *Klien Gangguan Sistem Muskuloskeletal Seri Asuhan Keperawatan*, Penrbit Buku Kedokteran EGC, Jakarta