



## **PENGARUH TERAPI *GUIDED IMAGERY* DAN TERAPI MUROTTAL TERHADAP PENURUNAN NYERI PADA PASIEN POST OPERASI *SECTIO CAESARIA***

**Siti Rochma<sup>1</sup>, Rizka Yunita<sup>2</sup>, Titik Suhartini<sup>3</sup>**

<sup>1,2,3</sup>Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan Hafshawaty Pesantren Zainul Hasan Probolinggo

Email: [antonstyan432@gmail.com](mailto:antonstyan432@gmail.com)

### **ABSTRAK**

*Sectio caesaria* merupakan proses persalinan dengan melalui pembedahan pada daerah abdomen yang akan menimbulkan terputusnya kontinuitas jaringan dan saraf sehingga mengakibatkan timbulnya rasa nyeri pada daerah bekas sayatan post *sectio caesaria*. Nyeri pada pasien post op umumnya disertai respon emosional dan respon otonomik yang menimbulkan respon fisiologis yang dapat mengganggu proses penyembuhan pasien. Penatalaksanaan nyeri pada pasien post *sectio caesaria* dapat dilakukan dengan terapi farmakologis dan non farmakologis. Penatalaksanaan nyeri dengan farmakologis menggunakan obat-obat analgesik narkotik secara intravena, sedangkan penatalaksanaan nyeri non farmakologis beberapa diantaranya dapat menggunakan terapi *guided imagery* dan terapi murottal. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui pengaruh terapi *guided imagery* dan terapi murottal terhadap penurunan nyeri pada pasien post operasi *sectio caesaria* di ruang teratai RSUD dr. Haryoto Lumajang. Penelitian ini merupakan penelitian pre eksperimental dengan menggunakan rancangan *one-group pre-test post-test design*. Jumlah populasi dalam penelitian ini yaitu sebanyak 83 pasien. Teknik pengambilan sampel menggunakan *accidental sampling* dengan jumlah sampel 69 pasien. Instrumen pengumpulan data untuk mengidentifikasi tingkat nyeri pasien yaitu menggunakan VAS (*Verbal Analog Scale*). Analisa data menggunakan uji parametrik yaitu dengan uji *Paired T-Test*. Hasil penelitian menunjukkan sebelum dilakukan terapi *guided imagery* dan terapi murottal rata-rata skala nyeri pasien yaitu 4,55. Setelah dilakukan terapi *guided imagery* dan terapi murottal rata-rata skala nyeri pasien turun menjadi 2,37. Berdasarkan analisa data menggunakan *paired T test* didapatkan pengaruh terapi *guided imagery* dan terapi murottal terhadap penurunan nyeri pada pasien post operasi *sectio caesaria* dengan *p value* = 0,000 (*p* < 0,005). Berdasarkan penelitian, secara umum dapat disimpulkan bahwa terdapat pengaruh terapi *guided imagery* dan terapi murottal terhadap penurunan nyeri pada pasien post operasi *sectio caesaria*.

**Kata Kunci** : *Sectio Caesaria*, Nyeri, *Guided Imagery*, Murottal

### **ABSTRACT**

*Sectio caesaria* is a process of childbirth through surgery in the abdominal area which will cause discontinuity of tissue and nerve resulting pain in the post *sectio caesaria* incision area. Pain in post op patients is generally accompanied by emotional responses and autonomic

responses that cause physiological responses that can interfere with the patient's healing process. Pain management in post sectio caesaria patients can be done with pharmacological and non-pharmacological therapies. Pharmacological pain management uses narcotic analgesic drugs intravenously, while some non pharmacological pain management can use guided imagery therapy and murottal therapy. This research aims to determine the effect of Guided Imagery therapy and murottal therapy on reducing pain in postoperative sectio caesaria patients in the Teratai Room at Dr. Haryoto Lumajang Hospital. This is a pre-experimental research using a one-group pre-test post-test design. The total population in this research was 83 patients. The sampling technique used accidental sampling with a total sample of 69 patients. The data collection instrument to identify the patient's pain level is using the VAS (Verbal Analog Scale). Data analysis used a parametric test, Paired T-Test. The result showed that before guided imagery therapy and murottal therapy, the average patient pain scale was 4.55. After guided imagery therapy and murottal therapy, the average patient pain scale dropped to 2.37. Based on data analysis using paired T test, the effect of Guided Imagery therapy and murottal therapy on reducing pain in postoperative sectio caesaria patients with  $p$  value = 0.000 ( $p < 0.005$ ). Based on the research can be concluded that there is an effect of guided imagery therapy and murottal therapy on reducing pain in post operative sectio caesarean

**Keywords:** Sectio Caesaria, Pain, Guided Imagery, Murottal

## PENDAHULUAN

*Sectio Caesarea* adalah suatu tindakan pembedahan dengan cara membuka dinding abdomen dan dinding rahim untuk melahirkan janin dengan berat janin di atas 500 gram dan usia janin > 28 minggu dan dilakukan dengan cara pembedahan pada dinding abdomen (*laparotomy*) dan uterus (*histerektomi*) dengan tujuan untuk mengeluarkan satu bayi atau lebih. Tindakan persalinan secara *Sectio Caesarea* dilakukan untuk mencegah kematian janin dan ibu karena adanya suatu komplikasi yang akan terjadi pada persalinan secara pervaginam. *Sectio Caesaria* merupakan proses persalinan dengan melalui pembedahan pada daerah abdomen yang akan menimbulkan terputusnya kontinuitas jaringan dan saraf sehingga mengakibatkan timbulnya rasa nyeri pada daerah bekas sayatan post *Sectio Caesaria* (Ariani P. & Mastari, 2020). Pada ibu post partum *Sectio Caesaria* akan mengalami rasa nyeri yang hebat dan proses penyembuhannya pun lebih lama bila dibandingkan dengan post partum normal (Purwati, E. Dkk, 2019).

Smeltzer dan Bare (2017) dalam (Wirakhmi and Hikmanti, 2016) menyatakan bahwa efek membahayakan dari nyeri dibedakan berdasarkan klasifikasi nyeri, yaitu nyeri akut dan nyeri kronis. Selain merasa ketidaknyamanan dan mengganggu, nyeri akut yang tidak reda dapat mempengaruhi sistem pulmonary, kardiovaskular, gastrointestinal, endokrin, dan imunologik. Nyeri yang dialami pasien *Sectio Caesaria* dinamakan nyeri akut. Nyeri akut merupakan pengalaman sensori yang berkaitan dengan jaringan aktual, secara mendadak yang berintensitas ringan hingga berat yang berlangsung kurang dari 3 bulan (Deliana et al., 2021).

World Health Organization (WHO) menjelaskan bahwa tindakan persalinan dengan *Sectio Caesaria* harus berada dalam tingkat ideal yang telah ditetapkan yaitu berada dalam rentang 10% sampai 15%. Pada saat ini terhitung lebih dari 21% dari semua persalinan (WHO, 2021). Di negara Asia tenggara tingkat persalinan dengan *Sectio Caesaria* sebanyak 15,9% (WHO, 2021). Tingkat persalinan dengan metode operasi *Sectio Caesaria* di Indonesia berada dalam angka 17,6% dengan jumlah total persalinan sebanyak 78.736 kejadian. Persalinan *Sectio Caesaria* di Indonesia sebesar 17,6% tertinggi di wilayah DKI Jakarta sebesar 31,3% dan

terendah di Papua sebesar 6,7% (Kemenkes RI, 2020). Di provinsi Jawa Timur, tingkat persalinan dengan operasi *Sectio Caesaria* pada tahun 2019 berjumlah 124.586 dari 622.930 kasus (Pusdatin Kemkes, 2019). Pada hasil studi pendahuluan bulan Desember di Ruang Teratai RSUD Dr Haryoto Lumajang didapatkan data pasien dengan post operasi *Sectio Caesaria* sebanyak 83 pasien. Nyeri luka operasi digambarkan seperti terasa panas dan berada pada skala 5-6 saat dilakukan aktivitas oleh pasien dan nyeri terasa berkurang saat pasien beristirahat.

Pada pasien *Sectio Caesaria* yang telah dilakukan pembedahan menimbulkan kerusakan jaringan yang dapat menyebabkan sintesa prostaglandin yang akan menyebabkan sensitisasi dari reseptor-reseptor nosiseptif dan dikeluarkannya zat-zat mediator nyeri seperti histamine dan serotonin yang akan menimbulkan sensasi nyeri dan mengalami masalah keperawatan nyeri akut (Wati, 2018). Nyeri merupakan hal yang sering ditemui pada pasien akibat trauma, setelah mengalami prosedur operasi, maupun dikarenakan penyakit yang dideritanya (Saputra, 2013). Nyeri pasca operasi umumnya disebabkan oleh kerusakan jaringan yang tidak dapat dihindari dan mengakibatkan perubahan pada system saraf perifer dan system saraf pusat. Nyeri ini membantu melindungi area yang mengalami kerusakan maupun inflamasi agar tidak menjadi semakin parah sampai luka tersebut sudah sembuh kembali. Nyeri akut pada pasien setelah operasi umumnya disertai respon emosional dan autonomic respon yang menimbulkan respon fisiologis yang dapat mengganggu proses penyembuhan pasien (Saputra dkk, 2013).

Penatalaksanaan nyeri pada ibu post *Sectio Caesaria* dapat dilakukan dengan terapi farmakologis dan non-farmakologis. Penatalaksanaan nyeri dengan farmakologis menggunakan obat-obat analgesik narkotik secara intravena. Akan tetapi penggunaan rutin analgesik sebagai terapi untuk mengontrol nyeri tidaklah cukup, pasien masih merasakan nyeri yang berat sehingga diperlukan terapi dan intervensi lain sebagai tambahan (Latifah and Ramawati, 2018). Menurut Potter dan Perry (2016) menyebutkan bahwa strategi pelaksanaan nyeri non farmakologis dapat diterapkan pada 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 *Guided imagery*.

Teknik relaksasi, *guided imagery* merupakan teknik imajinasi terbimbing untuk mengatasi nyeri. diberikan kepada pasien post operasi yang sedang mengalami kesakitan dapat memutuskan rasa nyeri sebelum sampai ke cortex cerebri (pusat nyeri) sehingga nyeri yang dirasakan oleh pasien menjadi berkurang (Sari, 2017). *Guided imagery* akan memberikan efek rileks dengan menurunkan ketegangan otot sehingga nyeri akan berkurang. Pasien dalam keadaan rileks secara alamiah akan memicu pengeluaran hormon endorfin. Hormon ini merupakan analgesik alami dari tubuh yang terdapat pada otak, spinal, traktus gastrointestinal (Tamsuri A, 2016).

Selain *Guided Imagery*, salah satu tindakan nonfarmakologis untuk mengatasi nyeri adalah distraksi pendengaran yaitu melalui murottal Al Quran. Mendengarkan pembacaan doa merupakan salah satu sarana intervensi spiritualitas (Muzaenah, Budiati dan Hidayati, 2021). Spiritualitas sebagai bagian dari emosi berperan dalam persepsi terhadap rasa nyeri (Muzaenah, Budiati and Hidayati, 2021). Suara juga dapat menurunkan hormon stress, mengaktifkan hormon endorfin alami, meningkatkan perasaan rileks, memperbaiki sistem kimia tubuh sehingga menurunkan tekanan darah serta memperlambat pernafasan, detak jantung, denyut nadi dan aktivitas gelombang otak (Heru, 2008). Fungsi pendengaran manusia merupakan penerimaan rangsang auditori atau suara. Rangsangan auditori yang berupa suara diterima oleh telinga sehingga membuatnya bergetar. Getaran ini akan diteruskan ke tulang pendengaran yang bertautan antara satu dengan yang lain. Rangsang fisik tadi diubah oleh adanya perbedaan ion kalium dan ion natrium menjadi aliran listrik yang melalui saraf nervus VIII (*vestibule cochlearis*) menuju ke otak, di area pendengaran. Setelah mengalami perubahan potensial aksi

yang dihasilkan oleh saraf auditorius, perambatan potensial aksi ke korteks auditorius (yang bertanggung jawab untuk menganalisa suara yang kompleks, ingatan jangka pendek, perbandingan nada, menghambat respon motorik yang tidak diinginkan, pendengaran yang serius, dan sebagainya) diterima oleh lobus temporal otak untuk memproses suara. Talamus sebagai pemancar impuls akan meneruskan rangsang ke *amigdala* (tempat penyimpanan memori emosi) yang merupakan bagian penting dari system limbik (yang mempengaruhi emosi dan perilaku).

Terapi *Guided Imagery* dan terapi murottal merupakan kombinasi antara intervensi bimbingan imajinasi dan terapi musik (mendengarkan murottal). Kedua terapi ini dilakukan dengan memfokuskan fantasi atau imajinasi klien yang difasilitasi dengan murottal. Efek murottal digunakan untuk memperkuat relaksasi klien, sehingga imajinasi maupun sugesti yang diberikan akan lebih mudah diinduksikan. Tujuan akhirnya yaitu klien akan dapat mengontrol rasa nyeri. Cara yang efektif untuk mengurangi nyeri adalah dengan menggabungkan intervensi farmakologis dengan non farmakologis. Intervensi farmakologis seperti pemberian analgetik, sedangkan intervensi non farmakologis seperti massage, terapi es dan panas, teknik relaksasi, distraksi, hypnosis, guided imagery, terapi musik (Smeltzer, et al, 2001). Peneliti memilih terapi *guided imagery* dan terapi murottal sebagai intervensi karena merupakan intervensi keperawatan mandiri yang praktis dan mudah dilaksanakan oleh klien post operasi *sectio caesaria*. Hal ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Astrid (2015) menunjukkan ada perbedaan yang signifikan tingkat nyeri sebelum dan setelah pemberian terapi teknik relaksasi *guided imagery* music pada klien post operasi apendicitis di ruang rawat inap bedah RSPAD Gatot Soebroto Ditkesad Jakarta tahun 2015. Dengan demikian berdasarkan uraian diatas, maka peneliti tertarik untuk meneliti mengenai pengaruh terapi *Guided Imagery* dan terapi murottal terhadap penurunan nyeri pada pasien post operasi *sectio caesaria* di Ruang Teratai RSUD dr. Haryoto Lumajang.

## METODE PENELITIAN

Desain dari penelitian ini menggunakan desain *one-grup pra test post- test design*, dalam design ini melibatkan satu kelompok subjek. Kelompok subjek diobservasi sebelum dilakukan intervensi, kemudian diobservasi lagi setelah intervensi, sampel dalam penelitian ini seluruh pasien post op *sectio caesaria* di Ruang Teratai RSUD dr. Haryoto Lumajang. Sejumlah 83 pasien selama Desember 2022. seluruh pasien post op *sectio caesaria* di Ruang Teratai RSUD dr. Haryoto Lumajang. Sejumlah 83 pasien selama Desember 2022, Teknik *sampling* yang digunakan adalah *accidental sampling* analisa data dalam penelitian ini menggunakan analisa data *Paired T-Test*

## HASIL PENELITIAN

### Analisis Univariat

#### 1. Karakteristik Responden Berdasarkan Riwayat Operasi

Tabel 1 Distribusi Karakteristik responden berdasarkan riwayat operasi

Riwayat Operasi	Frekuensi (f)	Presentase (%)
Belum Pernah	33	47,8
Pernah Satu Kali	19	27,6
Lebih Dari Satu Kali	17	24,6

Total	69	100,0
-------	----	-------

Tabel 1 Pada tabel diatas disimpulkan bahwa dapat diketahui bahwa dari 69 responden yang diteliti sebagian besar responden belum pernah operasi yaitu sebanyak 33 responden (47.8%).

## 2. Skala Nyeri Sebelum Dilakukan Terapi *Guided Imagery* Dan Terapi Murottal

Tabel 2 Distribusi Skala nyeri sebelum dilakukan terapi *guided imagery* dan terapi murottal pada pasien post op *sectio caesaria*

Variabel	Mean	Median	Modus	Min-max
Skala Nyeri	4.55	5	5	3.00-5.00

Hasil Penelitian dari dapat diketahui bahwa rata - rata skala nyeri pasien post op *sectio caesaria* sebelum dilakukan terapi *guided imagery* dan terapi murottal adalah 4,55 dengan nilai minimal sekala nyeri 3.00 dan maksimal 5.00

## 3. Skala nyeri sesudah dilakukan terapi *guided imagery* dan terapi murottal pada pasien post op *sectio caesaria*

Variabel	Mean	Median	Modus	Min-max
Skala Nyeri	2.37	2	2	2.00-3.00

Hasil Penelitian dapat diketahui bahwa rata - rata skala nyeri pasien post op *sectio caesaria* setelah dilakukan terapi *guided imagery* dan terapi murottal adalah 2,37 dengan nilai minimal adalah 2.00 dan maksimal 3.00.

## Analisa Pengaruh terapi *Guided Imagery* dan terapi murottal terhadap penurunan nyeri pada pasien post operasi *sectio caesaria*

Tabel Pengaruh terapi *Guided Imagery* dan terapi murottal terhadap penurunan nyeri pada pasien post operasi *sectio caesaria*

	Rerata	Selisih (s.b)	Ik95% max)	(min- Nilai P
<b>Kecemasan sebelum terapi</b>	4.55	2.18 (0,98)		
<b>Kecemasan setelah terapi</b>	2.37		1,98-2,38	0,000

Berdasarkan tabel 5.7 diatas diketahui sebelum dilakukan terapi rata-rata skala nyeri responden yaitu 4,55. Sesudah dilakukan terapi, rata-rata responden mengalami penurunan skala nyeri menjadi 2,37. Berdasarkan hasil uji *paired T test* Pengaruh terapi *Guided Imagery* dan terapi murottal terhadap penurunan nyeri pada pasien post operasi *sectio caesaria* di Ruang Teratai RSUD dr. Haryoto Lumajang, didapatkan hasil bahwa  $p$  value 0.000 ( $<0.05$ ) maka  $H_0$  ditolak  $H_1$  diterima artinya ada pengaruh terapi *Guided Imagery* dan terapi murottal terhadap penurunan nyeri pada pasien post operasi *sectio caesaria* di Ruang Teratai RSUD dr. Haryoto Lumajang.



## PEMBAHASAN

### **Skala nyeri sebelum dilakukan terapi *guided imagery* dan terapi murottal pada pasien post op *sectio caesaria* di Ruang Teratai RSUD dr. Haryoto Lumajang**

Berdasarkan tabel 5.5 dapat diketahui bahwa rata - rata skala nyeri pasien post op *sectio caesaria* sebelum dilakukan terapi *guided imagery* dan terapi murottal adalah 4,55. Hasil penelitian yang dilakukan oleh Ikit (2021) menunjukkan seluruh pasien post op *sectio caesaria* mengalami skala nyeri sedang (100%). *Sectio caesaria* merupakan proses persalinan dengan melalui pembedahan pada daerah abdomen yang akan menimbulkan terputusnya kontinuitas jaringan dan saraf sehingga mengakibatkan timbulnya rasa nyeri pada daerah bekas sayatan post *sectio caesaria* (Ariani P. & Mastari, 2020). Pada ibu post partum *sectio caesaria* akan mengalami rasa nyeri yang hebat dan proses penyembuhannya pun lebih lama bila dibandingkan dengan post partum normal (Purwati, E. Dkk, 2019).

Menurut Maryati (2020), persalinan *sectio caesarea* memiliki nyeri lebih tinggi sekitar 27,3% dibandingkan dengan persalinan normal yang hanya sekitar 9%. Pada ibu post partum *sectio caesaria* akan mengalami rasa nyeri yang hebat dan proses penyembuhannya pun lebih lama bila dibandingkan dengan post partum normal. Nyeri merupakan pengalaman sensori dan emosional tidak menyenangkan yang muncul akibat kerusakan jaringan aktual atau potensial yang digambarkan sebagai kerusakan awitan yang tiba-tiba atau lambat dari intensitas ringan hingga berat dengan akhir yang dapat diantisipasi atau prediksi (Rini, S., 2018).

Menurut Perry dan Potter (2016) nyeri merupakan perpaduan dari suatu reaksi, emosi jiwa, dan perilaku manusia. Rangsang yang terjadi akan mengirimkan impuls melalui serabut saraf perifer. Serabut nyeri memasuki medula spinalis dan menjalani salah satu dari beberapa rute saraf dan akhirnya sampai ke dalam massa abu di medula spinalis dan munculah sensasi nyeri. Secara otomatis otak akan menginterpretasikan kualitas nyeri dan memproses informasi tentang pengalaman yang lalu serta sosiasi kebudayaan dalam upaya mempersepsikan nyeri.

Menurut asumsi peneliti nyeri yang dirasakan pada ibu post partum *sectio caesaria* rata-rata mengalami skala nyeri sedang sebagai akibat proses pembedahan yang luas. Hasil penelitian menunjukkan sebagian besar responden (47,8%) belum pernah operasi *sectio caesaria*. Hal tersebut tentu mempengaruhi kesiapan fisik maupun mental pasien post op *sectio caesaria* karena belum ada pengalaman nyeri post operasi sebelumnya.

### **Skala nyeri sesudah dilakukan terapi *guided imagery* dan terapi murottal pada pasien post op *sectio caesaria* di Ruang Teratai RSUD dr. Haryoto Lumajang**

Berdasarkan tabel 5.6 dapat diketahui bahwa rata - rata skala nyeri pasien post op *sectio caesaria* setelah dilakukan terapi *guided imagery* dan terapi murottal adalah 2,37. Teknik *guided imagery* merupakan teknik imajinasi terbimbing untuk mengatasi nyeri. diberikan kepada pasien post operasi yang sedang mengalami kesakitan dapat memutuskan rasa nyeri sebelum sampai ke cortex cerebri (pusat nyeri) sehingga nyeri yang dirasakan oleh pasien menjadi berkurang (Sari, 2017). *Guided imagery* akan memberikan efek rileks dengan menurunkan ketegangan otot sehingga nyeri akan berkurang. Pasien dalam keadaan rileks secara alamiah akan memicu pengeluaran hormon endorfin. Hormon ini merupakan analgesik alami dari tubuh yang terdapat pada otak, spinal, traktus gastrointestinal (Tamsuri A, 2016). Selain *Guided Imagery*, salah satu tindakan nonfarmakologis untuk mengatasi nyeri adalah distraksi pendengaran yaitu melalui murottal Al Quran. Suara dapat menurunkan hormon-hormon stress, mengaktifkan hormon endorphin alami, meningkatkan perasaan rileks, dan mengalihkan perhatian dari rasa takut, cemas dan tegang, memperbaiki system kimia tubuh sehingga menurunkan tekanan darah, memperlambat detak jantung, denyut nadi, dan aktifitas gelombang otak. Ini menunjukkan bahwa bacaan al-Qur'an dapat digunakan sebagai perawatan

komplementer karena dapat meningkatkan perasaan rileks. (Heru, 2008).

Hasil penelitian ini didukung oleh penelitian yang dilakukan Erawati (2019) yang menunjukkan ada pengaruh therapy guided imagery terhadap tingkat nyeri pada pasien post operasi sectio caesarea di Rumah Sakit TK. II Pelamonia Makassar. Menurut Simon dalam Rosida&Widyastuti (2018) pada teknik guided imagery, korteks visual otak yang memproses imajinasi mempunyai hubungan yang kuat dengan sistem syaraf otonom, yang mengontrol gerakan involunter diantaranya: nadi, pernapasan dan respon fisik terhadap stres dan membantu mengeluarkan hormon endorpin (substansi ini dapat menimbulkan efek analgesik yang sebanding dengan yang ditimbulkan morphin dalam dosis 10-50 mg/kg BB) sehingga terjadi proses relaksasi dan mengurangi nyeri.

Penelitian yang dilakukan oleh Ikit (2021) menunjukkan terdapat perbedaan nyeri sebelum dan setelah terapi Murottal Ar Rahmaan pada kelompok perlakuan Ibu Pasca Operasi Caesar di RS Wijaya Kusuma Purwokerto dengan  $p = 0.0001$ . Menurut Muzaenah (2021) mendengarkan pembacaan doa merupakan salah satu sarana intervensi spiritualitas. Spiritualitas sebagai bagian dari emosi berperan dalam persepsi terhadap rasa sakit (nyeri), pasien dengan spiritualitas rendah lima kali lebih besar berpotensi menderita rasa sakit dibandingkan kepada pasien dengan spiritualitas tinggi. Pada kondisi ini, otak akan memproduksi hormon serotonin dan endorfin yang membuat seseorang merasa nyaman, tenang dan bahagia (Wirakhmi, Utami and Purnawan, 2018).

#### **Pengaruh terapi *Guided Imagery* dan terapi murottal terhadap penurunan nyeri pada pasien post operasi *sectio caesaria* di Ruang Teratai RSUD dr. Haryoto Lumajang**

Hasil penelitian menunjukkan sebelum dilakukan terapi rata – rata skala nyeri responden yaitu 4,55. Sesudah dilakukan terapi, rata – rata responden mengalami penurunan skala nyeri menjadi 2,37. Berdasarkan hasil uji *paired T test* Pengaruh terapi *Guided Imagery* dan terapi murottal terhadap penurunan nyeri pada pasien post operasi *sectio caesaria* di Ruang Teratai RSUD dr. Haryoto Lumajang, didapatkan hasil bahwa  $p$  value 0.000 ( $<0.05$ ) maka  $H_0$  ditolak  $H_1$  diterima artinya ada pengaruh terapi *Guided Imagery* dan terapi murottal terhadap penurunan nyeri pada pasien post operasi *sectio caesaria* di Ruang Teratai RSUD dr. Haryoto Lumajang.

Guided imagery merupakan sebuah proses menggunakan kekuatan pikiran dengan mengarahkan tubuh untuk menyembuhkan diri memelihara kesehatan melalui komunikasi dalam tubuh melibatkan semua indera (visual, sentuhan, penciuman, penglihatan, pendengaran) sehingga terbentuklah keseimbangan antara pikiran, tubuh dan jiwa. Guided Imagery (imajinasi terbimbing) adalah upaya untuk menciptakan kesan dalam pikiran klien, kemudian berkonsentrasi pada kesan tersebut sehingga secara bertahap dapat menurunkan persepsi klien terhadap nyeri (Prasetyo S.N., 2018). Mendengarkan murottal merupakan salah satu intervensi spiritualitas. Pada kondisi ini, otak akan memproduksi hormon serotonin dan endorfin yang membuat seseorang merasa nyaman, tenang dan bahagia (Wirakhmi, Utami and Purnawan, 2018). Terapi murottal yang dikombinasikan dengan napas dalam mampu menurunkan skala nyeri pasien post *sectio caesaria*. Hal ini terjadi karena mendengarkan murottal dapat memproduksi zat endorphin dan bekerja pada sistim limbik dihantarkan kepada sistem saraf dan merangsang organ-organ tubuh untuk memproduksi sel-sel yang rusak akibat pembedahan sehingga nyeri berkurang.

Hasil penelitian ini didukung oleh hasil penelitian yang dilakukan oleh Astrid (2018) yaitu ada pengaruh teknik relaksasi guided imagery music terhadap intensitas nyeri pada klien post operasi apendicitis di ruang rawat inap bedah RSPAD Gatot Soebroto Ditkesad Jakarta. Menurut Endah (2021) Teknik relaksasi Guided Imagery Music (GIM) merupakan kombinasi antara intervensi bimbingan imajinasi dan terapi musik atau murottal. GIM dilakukan dengan memfokuskan fantasi atau imajinasi klien yang difasilitasi dengan murottal. Efek murottal

digunakan untuk memperkuat relaksasi klien, sehingga imajinasi maupun sugesti yang diberikan akan lebih mudah diinduksikan. Tujuan akhirnya yaitu klien akan dapat mengontrol rasa nyeri. Norred (2000) mengkategorikan musik sebagai salah satu intervensi mandiri keperawatan dalam kriteria alternative caring health therapy untuk meminimalkan nyeri post operasi. Teknik relaksasi dapat di aplikasikan pada klien yang mengalami kecemasan dan rasa nyeri baik pre operasi maupun post operasi.

Menurut asumsi peneliti, teknik *guided imagery* dan murottal merupakan kombinasi terapi yang efektif untuk menurunkan nyeri. *Guided imagery* memberikan efek rileks dikombinasikan dengan alunan ayat suci al quran dapat menurunkan hormon stres, mengaktifkan hormon endorfin secara alami sehingga pasien merasa lebih tenang, rileks, dan mengurangi persepsi nyeri.

## SIMPULAN SARAN

Berdasarkan penelitian, secara umum dapat disimpulkan bahwa terdapat pengaruh terapi *Guided Imagery* dan terapi murottal terhadap penurunan nyeri pada pasien post operasi *sectio caesaria* di Ruang Teratai RSUD dr. Haryoto Lumajang. Secara khusus disimpulkan sebagai berikut : Dari hasil penelitian yang dilakukan di Ruang Teratai RSUD dr. Haryoto Lumajang menunjukkan bahwa dari 69 responden yang diteliti, sebagian besar skala nyeri pasien post op *sectio caesaria* sebelum dilakukan terapi *guided imagery* dan terapi murottal adalah skala nyeri 5 yaitu sebanyak 40 responden (58%). Dari hasil penelitian yang dilakukan di Ruang Teratai RSUD dr. Haryoto Lumajang menunjukkan bahwa dari 69 responden yang diteliti, seluruh responden mengalami penurunan skala nyeri. Sebagian besar skala nyeri pasien post op *sectio caesaria* setelah dilakukan terapi *guided imagery* dan terapi murottal adalah skala nyeri 2 yaitu sebanyak 43 responden (62.3%). Berdasarkan hasil uji *paired T test* Pengaruh terapi *Guided Imagery* dan terapi murottal terhadap penurunan nyeri pada pasien post operasi *sectio caesaria* di Ruang Teratai RSUD dr. Haryoto Lumajang, didapatkan hasil bahwa  $p$  value 0.000 ( $<0.05$ ).

## DAFTAR PUSTAKA

- Afdila, J. N., 2016. Pengaruh Terapi Guided Imagery Terhadap Tingkat Stres Pada Mahasiswa Tingkat Akhir Dalam Menyelesaikan Skripsi, Surabaya: Alatas, H., W.T., K., Musa & Boediarso, 2006. Dasar-dasar Metodologi Penelitian Klinis. 2 penyunt. Jakarta: Sagung Seto.
- Andarmoyo, 2013. Konsep Dan Proses Keperawatan Nyeri. Yogyakarta : Ar-Rzz Media.
- Ariani P. & Mastari. (2020). Efektivitas Relaksasi Progresif Terhadap Penurunan Intensitas Nyeri Pada Pasien Post Sectio Caesarea Di Rsu Sembiring Tahun 2020. Jurnal Kebidanan Kestra (JKK), Vol.2
- Astuti, N. Dwi., & C. A. Respati. 2018. Pengaruh Terapi Guided Imagery Terhadap Nyeri Pada Pasien Post Operasi Fraktur Di Ruang Bougenvil RSUD Dr. R. Koesma Tuban. Vol. 10 (2). Jurnal Kebidanan Universitas Islam Lamongan.
- Darmadi, dkk. 2020. Efektivitas Imajinasi Terbimbing (*Guided Imagery*) Terhadap Penurunan Nyeri Pasien Post Operasi : A Literatur Review. Sulawesi Selatan. Alauddin Scientific Journal of Nursing, 2020, 1(1), 42-54.
- Erawati. 2019. Pengaruh Therapy Guided Imagery Terhadap Tingkat Nyeri Pada Pasien Post Operasi Sectio Caesarea Di Rumah Sakit Tk. II Pelamonia Makassar. Jurnal Stikes Nani Hasanuddin Makassar.
- Machfoedz, 2010. Metodologi Penelitian. Jakarta : Salemba Medika



- Mutika, N. A., R. Mulfianda., N. Desreza. 2019. Pengaruh Terapi Guided Imagery Terhadap Respon Nyeri Pada Penderita Reumathoid Arthritis Di Gampong Jeulingke Kota Banda Aceh. *Semdi Unaya-2019*, 629-636.
- Nursalam, 2018. *Metode Penelitian Ilmu Keperawatan Pendekatan Praktis..* Jakarta: Salemba Medika.
- Potter & Perry, 2012. *Fundamentals Of Nursing: Concepts, Process and Practice*. Jakarta: EGC.
- Purwati, E. Dkk. (2019). Terapi Murottal Al-Qur'an Menurunkan Intensitas Nyeri Post Sectio Caesarea. *Jurnal Ilmu Keperawatan Maternitas*, Vol 2 No 1, page 35-43.
- Sinaga, S. E., 2015. Efektifitas Teknik Relaksasi Guided Imagery terhadap Penurunan Intensitas Nyeri pada Pasien Pasca Operasi Sedang di RSUD Sari Mutiara Medan Tahu 2015. Medan: Universitas Mutiara Indonesia.
- Trianingsih, I. (2019) 'Pengaruh Murottal Al Qur'an Dan Dzikir Terhadap Intensitas Nyeri Kala I Persalinan', *Jurnal Ilmiah Keperawatan Sai Betik*, 15(1), pp. 26– 30.
- Udkhiyah, A., & Jamaludin, J. (2020). Penerapan Terapi Guided Imagery Terhadap Penurunan Nyeri Pada Pasien Post Operasi Apendiktomi Di RSUD RA Kartini Jepara. *Jurnal Profesi Keperawatan (JPK)*, 7(2).
- Wahyuningsih, dkk. 2021. Terapi Murottal Menurunkan Tingkat Nyeri Pasien Post Sectio Caesaria. Semarang. *Jurnal Unismus*.
- Wati, dkk. 2022. Penerapan Guided Imagery (Imajinasi Terbimbing) Terhadap Skala Nyeri Pasien Thalasiaemia dan Dispepsia di RSUD Jend. Ahmad Yani Kota Metro. Lampung. *Jurnal Cendikia Muda* Volume 2, Nomor 3, September 2022 ISSN : 2807-3469.
- Wijaya, I. Putu. 2018. Analisis Faktor-Faktor Yang Mempengaruhi Intensitas Nyeri Pasien Pasca Bedah Abdomen Dalam Konteks Asuhan Keperawatan Di RSUD Badung Bali. *Jurnal Dunia Kesehatan*, Volume 5 Nomor 1 1.
- Wirakhmi. 2021. Pengaruh Terapi Murottal ArRahmaan terhadap Nyeri pada Ibu Pasca Operasi Caesar di RS Wijaya Kusuma Purwokerto. Seminar Nasional Penelitian dan Pengabdian Kepada Masyarakat (SNPPKM) Purwokerto, Indonesia.
- Savfaringga, Yuniar .2020. Pagaruh Teknik Relaksasi *Guided Imagery* terhadap Penurunan Nyeri pada Pasien Post Operasi di Ruang Asparaga RSUD dr.Haryoto Lumajang. *Jurnal stikes Majapahit*.