

**Keefektifan Tehnik *Guided Imagery* Untuk Menurunkan  
Skala Nyeri Pada Ibu Post *Sectio Caesarea*  
Di Irina Yohana Rsu Gunung Maria  
Tomohon**

*Brigitte Y. David, S.Kep.,Ns.,M.Kes<sup>1)</sup> Brigita M. Karouw, S.Kep.,Ns<sup>2)</sup>*  
*AkademiKeperawatanGunung Maria Tomohon*  
*E-mail: gitakarouw@yahoo.com*

**ABSTRAK**

Pembedahan *sectio caesarea* dapat memberikan efek yaitu rasa tidak nyaman salah satunya yaitu nyeri pada bagian abdomen karena bekas insisi saat pembedahan. Nyeri yang dirasakan tanpa disadari dapat mengganggu atau memperngaruhi akan aktifitas bagi siapapun yang mengalaminya. Tehnik *guided imagery* merupakan salah satu tehnik atau tindakan yang dapat mengurangi akan rasa ketidaknyamanan nyeri tersebut. Tujuan dari penelitian ini untuk mengetahui keefektifan tehnik *guided imagery* untuk menurunkan skala nyeri pada ibu *post sectio caesarea* di Irina Yohana Rumah Sakit Umum Gunung Maria Tomohon. Penelitian ini merupakan penelitian kuantitatif, menggunakan desain *pre experiment design* dengan pendekatan *onegroup pre-post test design*. Populasi dari penelitian ini ibu *post sectio caesarea* di Irina Yohana Rumah Sakit Umum Gunung Maria Tomohon, dengan pengambilan sampel ibu *post sectio* hari yang kedua. Dalam penelitian ini teknik pengambilan sampel yang digunakan adalah dengan menggunakan cara *non probability sampling* dengan pendekatan *consecutive sampling* dengan jumlah 20 responden. Uji statistic yang digunakan *repetead ANOVA* dengan alternatif Uji *Friedman*. Didapatkan hasil  $p = 0,000$ , nilai  $\alpha = 0,05$  sehingga  $p < \alpha$ . Hal ini menunjukkan bahwa Hipotesis Alternatif ( $H_a$ ) diterima dan Hipotesis nol ( $H_o$ ) ditolak, maka dapat diambil kesimpulan terdapat perbedaan skala nyeri sebelum diberikan intervensi, skala nyeri post 0 menit dan skala nyeri post 1 jam setelah diberikan intervensi, hal ini juga bermakna bahwa intervensi *guided imagery* efektif dalam menurunkan skala nyeri pada ibu post *sectio caesarea*. Sehingga disarankan untuk perawat-perawat di rumah sakit dapat menggunakan metode ini dalam perawatan pasien *sectio caesarea*.

**Kata kunci** :Tehnik *guided imagery*, Nyeri, Ibu post *sectio caesarea*

**Effectiveness Of Guided Imagery Technique In Reducing Pain Scale Of  
Post Sectio Caesarea Mother In Gunung Maria Hospital Tomohon**

*Brigitte Y. David, S.Kep.,Ns.,M.Kes<sup>1)</sup> Brigita M. Karouw, S.Kep.,Ns<sup>2)</sup>*  
*Nursing Academy of Gunung Maria Tomohon*  
*E-mail: gitakarouw@yahoo.com*

**ABSTRACT**

Post caesarea surgery can affects discomfort such as pain in the abdomen caeused by incision scar during surgery. Perceived pain unwittingly could interfere and affect the activity ot those who experienced it. Guided imagery technique is one of the techniques used to reduce the pain. This research is a quantitative research using Pre Experimental Design with

One Group Pre-Post Test Design approach. The population was Post Sectio Caesarea mothers in Gunung Maria Hospital Tomohon which of the Second Day-Post Sectio Caesarea have been taken as sample. Sampling technique applied was Non Probability Sampling with Consecutive Sampling Approach to 20 respondents. Statistical test used was Repeated ANOVA with Friedman test as an alternative. Obtained result was  $p=0,000$  and  $\alpha=0,05$ , so  $p<\alpha$ . This result indicated that the alternative hypothesis ( $H_a$ ) is accepted and the Null Hypothesis ( $H_0$ ) is rejected, so it can be concluded that there is difference of pain scale before being given intervention, pain scale post 0 minute and post 1 hour after being given intervention. This means that intervention of Guided Imagery is effective in reducing the pain scale of Post Sectio Caesarea mother. So, using this method by nurses of hospital in giving treatment of Sectio Caesarea patients is highly recommended.

**Keywords: Guided Imagery Technique, Pain, Post Sectio Caesarea Mother**

## PENDAHULUAN

Operasi caesarea bukan tidak berisiko, dengan banyaknya lapisan perut yang di sayat agar dapat mengeluarkan bayi kemudian dilakukan tindakan penutupan luka dengan dijahit kembali, maka akan lebih bijak bila dalam mengambil keputusan untuk tindakan operasi, memang berdasarkan indikasi medis dan sudah tidak dapat dilakukan upaya lain.

Bedah *cesarea* bisa menjadi pengalaman yang traumatik kepada ibu. Masalah yang terjadi pada *Post Sectio Caesarea* salah satunya adalah nyeri pada insisi. Nyeri dalam jangka waktu tertentu dapat menimbulkan beberapa akibat bagi pasien *post sectio caesarea* seperti rasa tidak nyaman, cemas, tegang dan akhirnya mengganggu aktifitas fungsional sehari-hari dan tentunya mengganggu produktivitas pasien (Roykulcharoen, 2004).

Perasaan nyeri dan penerimaan ibu saat itu dapat mempengaruhi fisik maupun mental. Adaptasi ibu terhadap keadaan pasca persalinan *Sectio Caesarea* sangatlah penting. Rasa sakit yang disebut *after pain* disebabkan oleh kontraksi rahim dan luka bekas *Sectio Caesarea*. Dengan rasa sakit yang dirasakan pasca persalinan *Sectio Caesarea*, ibu dituntut untuk mampu merawat diri dan bayinya secara mandiri yang meliputi mobilisasi, miksi, defekasi, perawatan payudara, diit dan laktasi.

Salah satu tehnik untuk mengatasi nyeri yaitu metode *Guided imagery* telah menjadi terapi standar untuk mengurangi kecemasan dan memberikan relaksasi pada orang dewasa atau anak-anak, dapat juga untuk mengurangi nyeri kronis, tindakan procedural yang menimbulkan nyeri, susah tidur, mencegah reaksi alergi, dan menurunkan tekanan darah (Snyder, 2006).

Menurut WHO (*World Health Organization*), standar rata-rata *Sectio Caesaria* di sebuah negara adalah sekitar 5–15%. Pada tahun 1983 jumlah kasus persalinan dengan *sectio caesaria* di Amerika mencapai 25%. Pada 1970, di AS, *cesarean section rates* adalah 5,5%

dan meningkat drastis menjadi 24,4% di tahun 1987. Dengan berbagai upaya telah dilakukan sehingga pada 1996 angka tersebut dapat bertahan sekitar 22,8% dan terus diusahakan untuk ditekan, sehingga akhir-akhir ini stabil pada angka 15-18% (Gulardi, 2005).

Di Indonesia angka *sectio caesaria* di rumah sakit Pemerintah sekitar 20-25% sedangkan di rumah sakit swasta sekitar 30-80% dari total persalinan (Mutiara, 2004). Survei sederhana juga pernah dilakukan oleh Gulardi dan Basalamah, terhadap 64 rumah sakit di Jakarta pada tahun 1993. Hasilnya tercatat dari 17.665 kelahiran, 35.7 – 55.3 % ibu – ibu melahirkan dengan *sectio caesaria*

## **METODE PENELITIAN**

Penelitian ini merupakan penelitian kuantitatif. Jenis penelitian ini menggunakan desain *pre experiment design* dengan pendekatan *onegroup pre-post test design*. Penelitian ini tidak memiliki kelompok kontrol, namun hanya kelompok intervensi dengan memberikan tehnik *guided imagery* untuk mengetahui perubahan skala nyeri, dengan mengukur skala nyeri sebelum diberikan tehnik *guided imagery*, skala nyeri 0 menit setelah diberikan tehnik *guided imagery* dan skala nyeri 1 jam setelah diberikan tehnik *guided imagery*. Tehnik ini digunakan pada ibu dengan post *sectio caesarea* di Rumah Sakit Gunung Maria Tomohon. Penelitian dilakukan di Rumah Sakit Gunung Maria Tomohon Selain jarak RS yang dekat dengan kampus, dengan melihat sampel penelitian yang akan digunakan yaitu ibu dengan post *sectio* maka peneliti melihat frekuensi sample lebih banyak disana, serta muda dalam mencapai target sampel yang diharapkan yang dapat mendukung akan penelitian ini.

Penelitian ini mengenai pemberian tehnik *guided imagery* dimana tehnik ini masih jarang dilakukan tenaga kesehatan dalam terapi nonfarmakologis pada pasien-pasien yang mengalami ketidaknyamanan nyeri. Penelitian dilakukan di Rumah Sakit Gunung Maria Tomohon Selain jarak RS yang dekat dengan kampus, dengan melihat sampel penelitian yang akan digunakan yaitu ibu dengan post *sectio* maka peneliti melihat frekuensi sample lebih banyak disana, serta muda dalam mencapai target sampel yang diharapkan yang dapat mendukung akan penelitian ini.

Penelitian ini mengenai pemberian tehnik *guided imagery* dimana tehnik ini masih jarang dilakukan tenaga kesehatan dalam terapi nonfarmakologis pada pasien-pasien yang mengalami ketidaknyamanan nyeri.

Pada penelitian ini data dikumpulkan melalui prosedur yaitu meminta rekomendasi dari pihak institusi Akademi Keperawatan Gunung Maria Tomohondengan mengajukan

surat permohonan ijin pada institusi dimana akan menjadi tempat penelitian yakni Rumah Sakit Gunung Maria Tomohon. Apabila telah diberikan ijin maka bisa dilakukan penelitian. Dalam penelitian ini cara yang digunakan yaitu dengan mengobservasi atau mengamati tingkat atau skala nyeri yang ibu rasakan pada saat pre tindakan guided imagery, skala nyeri post 0 menit setelah diberikannya tehnik guided imagery, dan skala nyeri post 1 jam setelah diberikan tehnik guided imagery menggunakan skala numerik.

Analisis univariat adalah analisis deskriptif yang dilakukan terhadap masing-masing kelompok. Analisis ini digunakan untuk mengetahui mean, median, dan modus dari skala nyeri pada kelompok ibu post sectio caesarea pre test dan post test

Analisis bivariat dilakukan untuk mengetahui keefektifan tehnik guided imagery terhadap penurunan skala nyeri. Menggunakan uji statistik parametrik yaitu *Uji Repeated ANOVA* dengan alternative *Uji Freidman*. Penggunaan uji ini pada dasarnya menggunakan 3 kelompok yang berpasangan dengan skala pengukuran numerik khususnya rasio. Pengukuran dilakukan terhadap skala nyeri pasien sebelum dilakukan tehnik guided imagery, skala nyeri post 0 menit pemberian tehnik guided imagery, dan skala nyeri post 1 jam pemberian tehnik guided imagery.

Apabila  $p < 0,05$  berarti  $H_a$  diterima,  $H_0$  ditolak, artinya pemberian tehnik guided imagery efektif menurunkan skala nyeri pada ibu post sectio caesarea.

Apabila  $p \geq 0,05$  berarti  $H_a$  ditolak,  $H_0$  diterima, artinya tehnik guided imagery tidak efektif menurunkan skala nyeri pada ibu post sectio caesarea.

## **HASIL PENELITIAN**

Penelitian ini dilaksanakan di Rumah Sakit Gunung Maria Tomohon, sejak tanggal 09 Februari 2016 sampai 17 Februari 2016. Pengambilan sampel dengan *Tehnik Consecutive Sampling*, dengan jumlah sampel sebanyak 20 orang. Pengumpulan data didapat dari sampel hasil pemberian intervensi tehnik *guided imagery* yaitu ibu dengan post sectio caesarea. sedangkan pengolahan data dengan menggunakan komputer melalui program SPSS *for windows versi 20*. Kemudian data dianalisa dengan menggunakan uji statistic *repeated ANOVA* dengan alternatif Uji *Friedman*.

Hasil penelitian yang dilaksanakan di Rumah Sakit Gunung Maria Tomohon, Karakteristik responden berdasarkan kelompok umur, data jumlah responden yang berumur 23-33 tahun sebanyak 13 (65%) responden dan responden yang berumur 34-44 tahun sebanyak 7 (35%) responden. Hasil Karakteristik responden berdasarkan kelompok

pembedahan Sectio Caesarea sebelumnya data responden yang sudah pernah mengalami pembedahan sectio caesarea sebelumnya ada 7 (35%) responden, dan belum pernah mengalami pembedahan sebelumnya ada 13 (65%) responden.

Analisis univariat digunakan untuk melihat mean, median, dan modus dari skala nyeri kelompok ibu post sectio caesarea sebelum dilakukan tehnik *guided imagery*, post 0 menit pemberian tehnik *guided imagery*, dan post 1 jam pemberian tehnik *guided imagery*.

Diketahui bahwa tingkat nyeri kelompok ibu post sectio caesarea sebelum dilakukan tehnik *guided imagery* yaitu mean 4,7 dengan median 5, 0 menit setelah pemberian tehnik *guided imagery* yaitu mean 3,3 dengan median 3, dan pada kelompok 1 jam setelah pemberian tehnik *guided imagery* yaitu mean 2,9 dengan median 3.

Analisa bivariat digunakan untuk pengukuran terhadap skala nyeri pasien sebelum dilakukan tehnik *guided imagery*, post 0 menit dan post 1 jam pemberian tehnik *guided imagery* pada ibu post sectio caesarea di Rumah Sakit Gunung Maria Tomohon.

Terlebih dahulu dilakukan distribusi data untuk mengetahui bentuk distribusi data (sampel) yang digunakan dalam penelitian. Uji normalitas pre intervensi  $P = 0,131$  ( $P > 0,05$ ) berarti nilai rata-rata tingkat nyeri pre intervensi berdistribusi data normal. Pada post 0 menit setelah intervensi  $P = 0,001$  ( $P < 0,05$ ) berarti nilai rata-rata tingkat nyeri post 0 menit berdistribusi tidak normal. Sedangkan pada post 1 jam setelah intervensi  $P = 0,014$  ( $P < 0,05$ ) berarti nilai rata-rata tingkat nyeri post 1 jam berdistribusi tidak normal.

Setelah dilakukan transformasi kembali pada distribusi data yang tidak normal sesuai dengan penjelasan diatas didapatkan hasil bahwa pada post 0 menit setelah intervensi  $P = 0,005$  ( $P < 0,05$ ) berarti nilai rata-rata tingkat nyeri post 0 menit berdistribusi tidak normal. Sedangkan pada post 1 jam setelah intervensi  $P = 0,027$  ( $P < 0,05$ ) berarti nilai rata-rata tingkat nyeri post 1 jam berdistribusi tidak normal. Dilakukan transformasi pada distribusi data yang tidak normal dan hasilnya masih tidak normal. Maka dilakukan uji alternative yaitu uji *Friedman*.

Berdasarkan tabel 5.3 hasil uji Friedman nilai  $p = 0,000$  ( $P < 0,05$ ). Didapatkan hasil  $p = 0,000$ , nilai  $\alpha = 0,05$  sehingga  $p < \alpha$ . Hal ini menunjukkan bahwa Hipotesis Alternatif ( $H_a$ ) diterima dan Hipotesis nol ( $H_0$ ) ditolak, maka dapat diambil kesimpulan terdapat perbedaan skala nyeri sebelum diberikan intervensi, skala nyeri post 0 menit dan skala nyeri post 1 jam setelah diberikan intervensi.

## PEMBAHASAN

Berdasarkan hasil uji statistik dengan menggunakan Uji *Repetead* ANOVA dengan alternatif Uji *Friedman* diperoleh nilai  $p = 0,000$ . Karena nilai  $p < 0,05$ , hal ini menunjukkan bahwa Hipotesis Alternatif ( $H_a$ ) diterima dan Hipotesis nol ( $H_o$ ) ditolak, maka dapat diambil kesimpulan terdapat perbedaan skala nyeri sebelum diberikan intervensi, skala nyeri post 0 menit dan skala nyeri post 1 jam setelah diberikan intervensi, hal ini juga bermakna bahwa intervensi *guided imagery* efektif dalam menurunkan skala nyeri pada ibu post sectio caesarea. diperkuat juga dengan nilai mean setiap kelompok yang memiliki penurunan yang signifikan yaitu mean pada pre intervensi 4,7, post 0 menit dengan mean 3,3 dan post 1 jam dengan mean 2,9.

Mekanisme imajinasi positif dapat melemahkan psikoneuro imunologi yang mempengaruhi respon stres, hal ini berkaitan dengan teori *Gate Control* yang menyatakan bahwa “hanya satu impuls yang dapat berjalan sampai sumsum tulang belakang ke otak pada satu waktu” dan jika ini terisi dengan pikiran lain maka sensasi rasa sakit tidak dapat dikirim ke otak oleh karena itu rasa sakit dapat berkurang.

*Guided imagery* juga dapat melepaskan *endorphin* yang melemahkan respon rasa sakit dan dapat mengurangi rasa sakit atau meningkatkan ambang nyeri (Hart, 2008).

Setelah melihat hasil akhir dari uji statistic terdapat perbedaan tingkat nyeri pada setiap kelompok yaitu, pada hasil uji wilxocon untuk 2 kelompok yang berpasangan yaitu kelompok post 0 menit setelah diberikan tindakan dan kelompok sebelum diberikan tindakan, dapat dilihat hasil dimana ada 19 orang dengan hasil skala nyeri setelah 0 menit mengalami perubahan skala nyeri lebih rendah dibandingkan dengan skala nyeri sebelum diberikan intervensi, ada 1 orang dengan hasil skala nyeri yang menetap dari skala nyeri sebelum dilakukan intervensi.

Penelitian ini menunjukkan bahwa tehnik *guided imagery* efektif untuk penurunan skala nyeri dimana terdapat perubahan dan perbedaan yang signifikan dari nilai rata-rata serta nilai minimal dan maximal tiap kelompok pengukuran pre pemberian intervensi, 0 menit dan 1 jam setelah pemberian intervensi.

Tehnik ini dapat berjalan dengan baik didukung juga oleh lingkungan sekitar pasien yang nyaman dan tenang yang bebas dari keributan. Karena apabila lingkungan bebas dari keributan klien dapat berfokus pada prosedur dan imajinasi yang dipilih.

## Simpulan

Berdasarkan hasil pengumpulan data dan pengolahan data penelitian yang telah dilakukan terhadap 20 responden pada tanggal 9 januari 2016, maka dapat disimpulkan bahwa:

Belum terdapat penurunan skala nyeri sebelum dilakukan tehnik *guided imagery*.

Pada pengukuran skala nyeri post 0 menit setelah diberikan tehnik *guided imagery* terdapat penurunan skala nyeri.

Pada pengukuran skala nyeri post 1 jam setelah diberikan tehnik *guided imagery* terdapat penurunan skala nyeri. Pemberian tehnik *guided imagery* efektif menurunkan skala nyeri pada ibu post sectio caesarea

#### DAFTAR PUSTAKA

1. Alimul, A. (2006). *Pengantar Kebutuhan Dasar Manusia: Aplikasi Konsep dan Proses Keperawatan*, Buku 1. Jakarta, Salemba Medika
2. Alimul, A. (2011). *Metode Penelitian Keperawatan dan Teknik Analisis Data*, Edisi 1. Jakarta, Salemba Medika
3. Andarmoyo, S., (2013). *Konsep & Proses Keperawatan Nyeri*. Jogjakarta, AR-RUZZ MEDIA
4. Audrey, B., Snyder, S., Kozier, B., Erb, G., (2009). *Buku Ajar Praktik Keperawatan Klinis*, Edisi 5. Jakarta, EGC
5. Dahlan, S. (2009). *Statistik Untuk Kedokteran dan Kesehatan*, Edisi 4. Jakarta, Salemba Medika
6. Dahlan, S. (2009). *Statistik Untuk Kedokteran dan Kesehatan*, Edisi 5. Jakarta, Salemba Medika
7. Nursalam., (2013). *Metodologi Penelitian Ilmu Keperawatan: Pendekatan Praktis*, Edisi 3. Jakarta, Salemba Medika
8. Nugroho, T., (2011). *Asuhan Keperawatan Maternitas, Anak, Bedah, Penyakit Dalam*. Yogyakarta, Nuha Medika
9. Oxorn, H., dan William F., (2010). *Ilmu Kebidanan: Patologi & Fisiologi Persalinan*. Yogyakarta, Yayasan Essentia Medica
10. Susetyo, B. (2012). *Statistika Untuk Analisis Data Penelitian*. Cetakan Kedua. Bandung, Refika Aditama
11. Uliyah, M., dan Azis A., (2009). *Keterampilan Dasar Praktek Klinik untuk Kebidanan*, Edisi 2. Jakarta, Salemba Medika
12. *Jurnal Pengaruh Terapi Non-Farmakologi (Imaginasi Terbimbing) Terhadap Tingkat Nyeri Pasien Post Operasi Sectio Cesarea Pada Ibu Primipara Hari 1- 2 Di Ruang Melati Rsud Prof. Dr. Hardjono Ponorogo*. Oleh: Sulistyio Andarmoyo, Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas Muhammadiyah Ponorogo
13. *Jurnal Pengaruh Guided Imagery Terhadap Tingkat Nyeri Anak Usia 7-13 Tahun Saat Dilakukan Pemasangan Infus di RSUD Kota Semarang*. Oleh Mariyam. Program Magister Ilmu Keperawatan Universitas Indonesia
14. *Jurnal Guided Imagery Untuk Mengurangi Rasa Nyeri Saat Menstruasi*. Oleh Affan Novarenta. Fakultas Psikologi, Universitas Muhammadiyah Malang
15. *Jurnal Efektifitas Teknik Relaksasi Nafas Dalam Dan Guided Imagery Terhadap Penurunan Nyeri Pada Pasien Post Operasi Sectio Caesare Di Irina DBlu Rsup Prof. Dr. R. D. Kandou Manado*. Oleh: Chandra Kristianto P, Jon T, Julia R. Program Studi Ilmu Keperawatan Fakultas Kedokteran Universitas Sam Ratulangi Manado