

PENGARUH TERAPI RELAKSASI GUIDED IMAGERY UNTUK MENGURANGI SKALA NYERI PADA PASIEN POST ORIF

Rusdi Halim¹, Erna Rochmawati²

^{1,2}Program Studi Pendidikan Profesi Ners, Fakultas Kedokteran dan Ilmu Kesehatan
Universitas Muhammadiyah Yogyakarta
Email: rusdihalim60@gmail.com

Abstrak

Background: Fracture is one of the causes of a trauma due to an accident. In someone who has a post ORIF fracture, he will complain of pain. Efforts that can be made to overcome pain, one of them is by relaxing Guide imagery which can provide a comfortable sensation so that the pain felt will be reduced. **Purpose:** This study aims to describe the effect of Guide imagery relaxation on perceived pain complaints. **Subjects and Methods:** This research method used case reports, where the sample in this study were patients who had ORIF performed, the instrument used in this study was a guide to assessing nursing care with PQRST pain assessment and then the researcher analyzed the success of relaxation therapy guided imagery for 3 consecutive days. **Results:** The results showed that guided imagery relaxation therapy could reduce the mild pain scale in Mr. B which has taken ORIF action. When the assessment was carried out, Mr. B is 5 which means that it is in a state of severe pain. After nursing actions and guided imagery relaxation therapy were carried out for 3 consecutive days, the researchers evaluated the activities and the patient's pain scale dropped to 2, which means mild pain. **Conclusion:** There was a decrease in the pain scale in Mr. B after intervention in the form of guided imagery relaxation therapy.

Keywords: Relaxation Guided Imagery, Pain, Post ORIF

Abstrak

Latar Belakang: Fraktur merupakan salah satu penyebab akibat suatu trauma karena kecelakaan. Pada seseorang yang mengalami fraktur *post ORIF* ia akan mengeluhkan nyeri. Upaya yang dapat dilakukan untuk mengatasi nyeri salah satunya dengan relaksasi *Guide imagery* yang dapat memberikan sensai nyaman sehingga nyeri yang dirasakan akan berkurang. **Tujuan:** Penelitian ini bertujuan untuk menggambarkan pengaruh relaksasi *Guide imagery* pada keluhan nyeri yang dirasakan. **Subyek dan Metode:** Metode penelitian ini menggunakan laporan kasus (*case report*), dimana sampel dalam penelitian ini yaitu pasien yang dilakukan tindakan *ORIF*, instrumen yang dilakukan dalam penelitian ini adalah panduan pengkajian asuhan keperawatan dengan penilaian nyeri PQRST lalu peneliti melakukan analisa dari keberhasilan terapi relaksasi *Guided imagery* selama 3 hari berturut-turut. **Hasil:** Hasil penelitian menunjukkan bahwa terapi relaksasi *Guided imagery* dapat mengurangi skala nyeri ringan pada Tn. B yang telah dilakukan tindakan *ORIF*. Saat dilakukan pengkajian, skala nyeri Tn. B adalah 5 yang artinya yaitu dalam keadaan nyeri berat. Setelah dilakukan tindakan keperawatan dan terapi relaksasi *Guided imagery* selama 3 hari berturut-turut, peneliti melakukan evaluasi kegiatan dan skala nyeri pasien turun menjadi 2 yang artinya nyeri ringan. **Kesimpulan:** Terdapat penurunan skala nyeri pada Tn. B setelah dilakukan intervensi berupa terapi relaksasi *Guided imagery*.

Kata kunci: Relaksasi *Guided Imagery*, Nyeri, *Post ORIF*

A. PENDAHULUAN

Fraktur merupakan salah satu penyebab cacat salah satunya akibat suatu trauma karena kecelakaan. Fraktur yang terbanyak di Indonesia yaitu fraktur ekstremitas bawah. Bagian tubuh yang banyak mengalami cedera adalah ekstremitas bagian bawah (Risksedas, 2018). Fraktur juga merupakan suatu gangguan yang komplisit ataupun tidak komplisit pada kesinambungan struktur tulang, hal ini didefinisikan sesuai dengan jenis luasnya fraktur. Ketika tulang mengalami tekanan yang lebih besar dan tidak dapat di topang sesuai dengan kemampuan tekanan maka tulang akan mengalami perubahan dan pergerakan struktur sehingga menyebabkan tulang akan retak ataupun patah yang mana hal ini sering disebut dengan fraktur (Wijayanti dkk, 2022). Fraktur yang terjadi pada seseorang jika tidak dilakukan tindakan atau penatalaksanaan segera mungkin maka akan berdampak pada keadaan normal tulang dalam jangka waktu yang panjang, seperti infeksi, inflamasi, gangguan pergerakan akibat tidak normalnya penyembuhan tulang dan gangguan kesehatan lainnya, dari hal tersebut maka salah satu penatalaksanaan fraktur adalah dengan tindakan pembedahan dengan *Open Reduction Internal Fixation (ORIF)*, yang merupakan suatu jenis operasi dengan pemasangan internal fiksasi yang dilakukan ketika fraktur tersebut tidak dapat direduksi secara cukup dengan *close reduction*, untuk mempertahankan posisi yang tepat pada fragmen fraktur.

Fungsi *ORIF* pada pasien fraktur yaitu bertujuan untuk mempertahankan posisi fragmen tulang agar tetap menyatu dan tidak mengalami pergerakan. Internal fiksasi pada pasien fraktur yaitu dilakukan berupa *intra medullary nail*, hal tersebut biasanya digunakan untuk fraktur tulang panjang dengan tipe fraktur *transvers* (Potter & Perry, 2016). Pada pasien fraktur sangat diperlukan pengawasan untuk proses penyembuhan dan meningkatkan kesehatan seseorang tentunya dengan peran perawat pada pasien *post orif* yang berperan sebagai pemberi asuhan keperawatan dan berfokus pada proses penyembuhan pada sistem muskuloskeletal

untuk mencegah timbulnya komplikasi, dan mengurangi adanya keluhan nyeri (Dwi Chrisna Susanti, Suryani 2020) . Diagnosa yang mungkin muncul pada pasien *post orif* kebanyakan yaitu nyeri akut yang disebabkan oleh agen pencedera fisik karena prosedur invasif yaitu operasi serta proses rusaknya organ pada system muskuloskeletal yang merespon reseptor nyeri pada mekanisme luka, Nyeri akut merupakan pengalaman sensorik serta emosional yang tidak menyenangkan yang berkaitan dengan kerusakan jaringan yang bersifat aktual dan potensial secara bertahap akan dialami oleh seseorang yang melakukan tindakan pembedahan. Setiap orang memiliki cara sendiri untuk manajemen nyeri yang dialami (Herdman, 2018).

Kasus fraktur di Indonesia mencapai prevalensi sebesar 5,5% (Kemenkes RI, 2018). Fraktur pada ekstremitas bawah akibat dari kecelakaan lalu lintas memiliki prevalensi paling tinggi diantara fraktur lainnya yaitu sekitar 46,2% dari 45.987 orang dengan kasus fraktur ekstremitas bawah akibat kecelakaan lalu lintas (Purnomo & Asyita, 2017). Fraktur di Indonesia menjadi penyebab kematian terbesar ketiga dibawah penyakit jantung koroner dan tuberkulosis. Menurut data yang dihimpun oleh *Wrong Diagnosis* (Ropyanto, et al, 2013), Indonesia merupakan negara terbesar di Asia Tenggara yang mengalami kejadian fraktur terbanyak sebesar 1,3 juta setiap tahunnya dari jumlah penduduknya yaitu berkisar 238 juta.

Penatalaksanaan fraktur ekstremitas bawah salah satunya yaitu dengan *Open Reduction Internal Fixation (ORIF)*. *ORIF* adalah tindakan medis dengan pembedahan untuk mengembalikan posisi tulang yang patah. Tujuan dari tindakan *ORIF* adalah untuk mengembalikan fungsi pergerakan tulang dan stabilisasi sehingga pasien diharapkan untuk memobilisasi lebih awal setelah operasi (Sudrajat et al. 2019). Penelitian Sagarani (2017) menunjukkan persentase sebanyak (77,5%) penanganan fraktur dilakukan dengan pembedahan *ORIF*, sejalan dengan penelitian Ropyanto (2013), sebanyak 57,1%

penatalaksanaan fraktur dilakukan dengan pembedahan *ORIF*.

Masalah keperawatan yang umum muncul pada pasien post operasi *ORIF* fraktur ekstremitas bawah yaitu nyeri akut, gangguan mobilitas fisik, dan risiko infeksi (PPNI, 2016). Berdasarkan uraian latar belakang diatas, maka peneliti tertarik untuk melakukan, "pengaruh terapi relaksasi *guided imagery* terbimbing untuk mengurangi skala nyeri pada pasien post *ORIF*".

B. METODE

Metode penelitian ini merupakan penelitian deskriptif dengan menggunakan pendekatan metode studi kasus. Penelitian ini mengeksplorasi masalah Asuhan Keperawatan pada pasien yang dilakukan tindakan *ORIF* dengan masalah keperawatan yang muncul adalah nyeri akut. instrumen yang dilakukan dalam penelitian ini adalah panduan pengkajian asuhan keperawatan dengan penilaian nyeri *PQRST* lalu peneliti melakukan analisa dari keberhasilan terapi relaksasi *guided imagery* selama 3 hari berturut-turut. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui efektivitas sebelum dan sesudah pemberian terapi relaksasi *guided imagery* untuk mengurangi skala nyeri pada pasien post *ORIF*.

Pengumpulan data dalam penelitian ini menggunakan tiga metode yaitu wawancara, intervensi dan dokumentasi. Proses kegiatan wawancara dilakukan untuk menggali keluhan yang dirasakan terkait nyeri yang dialami sebelum dilakukan terapi relaksasi *guided imagery*. Hasil wawancara menunjukkan bahwa skala nyeri pada tuan B adalah nyeri sedang di skala 5. Pengkajian yang dilakukan dimulai dari Provokasi: Tanyakan apa yang membuat nyeri atau rasa tidak nyaman memburuk, apakah posisi? Apakah nyeri menetap? *Quality*: Kualitas, nilailah jenis nyeri yang menanyakan pertanyaan terbuka : seperti apa nyeri yang dirasakan? Atau berikan alternatif: terdapat banyak jenis nyeri, apakah nyeri yang dirasakan lebih seperti rasa berat, tekanan, terbakar, teriris, nyeri tumpul, tajam atau seperti ditusuk jarum? *Radiation/Region*: adalah daerah perjalanan nyeri menjalar,

tanyakan apakah nyeri menjalar ke bagian tubuh yang lain. *Severity*: keparahan atau intensitas nyeri, berikan nilai nyeri padaskala 1-10. *Treatment*: Usaha meredakan nyeri. Tanyakan tindakan apa yang dilakukan pasien untuk mengatasi nyerinya?

Pengumpulan data tahap kedua yaitu memberikan intervensi terapi relaksasi *guided imagery* dan pasien mengisi *informed consent* untuk tanda persetujuan akan dilakukan intervensi. Tahap selanjutnya di Analisa untuk menentukan tingkat nyeri yang dirasakan pasien dengan lembar monitoring pengkajian nyeri. Kemudian pasien dilakukan terapi *guided imagery* terbimbing selama tiga hari berturut-turut. Terapi *guided imagery* dilakukan dengan menyiapkan lingkungan pasien dengan kondisi tenang, kemudian menginstruksikan pasien untuk memejamkan mata dengan posisi yang nyaman, selanjutnya pasien diinstruksikan untuk melakukan Tarik nafas dalam dan membayangkan hal yang menyenangkan bagi pasien. Peneliti membimbing pasien untuk membayangkan lebih detail terkait hal yang membuat nyaman dan menyenangkan seperti suara, suasana, tempat dan penciuman.

Tahap terakhir adalah dokumentasi, peneliti mengumpulkan semua perubahan tingkat nyeri yang dirasakan Tn. B sesudah diberikan terapi relaksasi *guided imagery*. Tahap selanjutnya peneliti mencatat terkait dengan perubahan hemodinamik pasien sebelum dan sesudah intervensi. Perubahan hemodinamik yang dicatat terdiri dari tekanan darah, nadi, respirasi.

C. HASIL DAN PEMBAHASAN

Guide imagery adalah proses menggunakan kekuatan pikiran dengan mengarahkan tubuh untuk menyembuhkan diri memelihara kesehatan/relaksasi melalui komunikasi dalam tubuh yang melibatkan semua indra (visual, sentuhan, pedoman, penglihatan, dan pendengaran) (Forward, 2015). Langkah-langkah penerapan *guided imagery* dilakukan dengan memerintahkan klien untuk menutup mata dan membayangkan atau menggambarkan hal yang menyenangkan. Membimbing klien untuk menggambarkan

bayangannya tanyakan tentang suara, cahaya, benda yang tampak dan bau-bauan yang terbayangkan. Selanjutnya minta klien untuk menggambarkan dengan lebih rinci. Hal ini akan mengalihkan konsentrasi klien pada imajinasinya dan perlahan-lahan menurunkan dan membebaskan dirinya dari rasa nyeri. (Potter & Perry 2010) menyebutkan bahwa *imagery therapist* membimbing klien untuk merasakan atau visualisasi dengan tujuan relaksasi dan penyembuhan. Terapi ini sangat baik untuk manajemen sakit dan gejala fisik akibat masalah dan psikologis.

Menurut asumsi peneliti bahwa pada pengukuran sebelum dan sesudah dilakukan teknik *guided imagery* pada pasien nyeri post operasi mengalami penurunan, tingkat nyeri berat menjadi ringan yang ditandai dengan sikap responden yang meringis dan menyeringai, sedangkan nyeri ringan sesudah dilakukan terapi ini dapat dilihat secara langsung pasien dapat berkomunikasi dengan baik, aktif, tersenyum, dan pasien terlihat tampak lebih rileks dari sebelumnya. Hal ini disebabkan dengan pemberian terapi *guided imagery* mampu merangsang tubuh untuk melepas opioid endogen yaitu endorpin dan enkafalin. Hormon endorpin merupakan substansi sejenis morfin yang berfungsi sebagai penghambat transmisi impuls nyeri ke otak, sehingga sensasi nyeri menjadi berkurang.

Hasil penelitian menunjukkan bahwa terapi relaksasi *guided imagery* dapat mengurangi skala nyeri ringan pada Tn. B yang telah dilakukan tindakan *ORIF*. Saat dilakukan pengkajian, skala nyeri Tn. B adalah 5 yang artinya yaitu dalam keadaan nyeri sedang. Setelah dilakukan tindakan keperawatan dan terapi relaksasi *guided imagery* selama 3 hari berturut-turut, peneliti melakukan evaluasi kegiatan dan skala nyeri pasien turun menjadi 2 yang artinya nyeri ringan sesuai dengan hasil penelitian dari Khusana (2017) menunjukkan adanya perbedaan tingkat nyeri, sebelum pemberian imajinasi terbimbing pasien memiliki 100% tingkat nyeri dan setelah diberikan intervensi perawatan menurun hingga 90% dari tingkat nyeri yang dirasakan responden. Respon nyeri yang dirasakan oleh

responden berbeda-beda. Imajinasi terbimbing atau *guided imagery* adalah teknik menciptakan kesan dalam pikiran responden, kemudian berkonsentrasi pada kesan tersebut sehingga secara bertahap dapat menurunkan persepsi responden terhadap nyeri. Saat pasien berimajinasi maka akan menurunkan intensitas nyeri karena fokus pasien terhadap nyeri teralihkan dengan imajinasi yang menyenangkan Sehingga dapat disimpulkan bahwa pemberian *guided imagery* dapat menurunkan intensitas nyeri.

Penelitian lain yang dilakukan oleh (Cahyaningrum, 2016) tentang pengaruh teknik relaksasi *guided imagery* terhadap perubahan intensitas nyeri pada pasien *post* operasi, menunjukkan bahwa intensitas nyeri responden sebelum dan sesudah pemberian terapi *guided imagery* mengalami penurunan nyeri dari nyeri ringan 20,00% ke 66,67%, nyeri sedang 53,33% ke 20,00% dan nyeri berat 26,67% ke 13,33%. Uji lebih lanjut membuktikan bahwa ada pengaruh pemberian terapi ini terhadap perubahan intensitas nyeri pada pasien *post* operasi. *Guided imagery* dijadikan sebagai terapi kecemasan pada seseorang, karena bisa memberikan rasa nyaman serta berfungsi untuk mengurangi rasa nyeri kronis maupun akut, pusing, susah tidur, dan meningkatkan mekanisme koping bahkan mampu untuk menurunkan tekanan darah (Putri & Rahmita, 2019, hlm. 86-87).

D. PENUTUP

1. SIMPULAN

Hasil penelitian menunjukkan bahwa terapi relaksasi *guided imagery* yang diberikan 3 hari secara berturut-turut dapat menurunkan skala nyeri pada pasien *post ORIF* dari skala 5 (nyeri sedang) ke skala 2 (nyeri ringan).

2. SARAN

a. Bagi responden

Hasil penelitian ini diharapkan dapat digunakan sebagai sarana informasi dalam memilih terapi nonfarmakologi yang akan dilakukan pada pasien dengan nyeri *post* operasi.

b. Bagi Pendidikan

Hasil penelitian ini diharapkan dapat menjadi bahan materi dan informasi terkait pengaruh *guided imagery* untuk mengurangi nyeri pada pasien post operasi.

E. DAFTAR PUSTAKA

- Cahyaningrum, D. A., & SN, M. S. A. 2016. Pengaruh Slow Deep Breathing terhadap Intensitas Nyeri Pasien Post Orif di RS Telogorejo Semarang. *Jurnal Ilmu Keperawatan dan Kebidanan*, 1(1).
- Dwi Chrisna Susanti, Suryani, R. (2020). Pengaruh Mobilisasi Dini Terhadap Skala Nyeri Pada Pasien Post Operasi Fraktur Di Ruang Kenanga Rsud Kalijaga Demak. 5(1),15-23.
- Forward, J. B., Greuter, N. E., Crisall, S. J., & Lester, H. F. (2015). Effect of structured touch and guided imagery for pain and anxiety in elective joint replacement patients: A randomized controlled trial: M-TIJRP. *Permanente Journal*, 19(4), 18-28. doi:10.7812/TPP/14-236
- Herdman, T.H. (2018). *Nanda International Nursing Diagnoses: definitions and classification 2018-2020*. Jakarta: EGC.
- Kementerian Kesehatan RI. 2018. *Hasil Riset Kesehatan Dasar (Riskesdas) 2018*. Jakarta: Badan Penelitian dan Pengembangan Kesehatan Kementerian RI.
- Kementerian Kesehatan RI. (2018). *Laporan Nasional Riset Kesehatan Dasar 2018*. Badan Penelitian Dan Pengembangan Kesehatan, pp. 221–222
- Khusana Rahma. (2017). *The Effect Of Guided Imagery Relaxation Towards Pain Level Of Post-Surgical Caesarean Section Patients In General Hospital Muhammadiyah Siti Aminah Bumiayu, Indonesia. ICASH Research Better Society – A030*
- Potter & Perry.2016. *Buku Ajar Fundamental Keperawatan: Konsep, Proses, dan Praktif*. Edisi 4. Jakarta: EGC.
- PPNI. (2016). *Standar Diagnosis Keperawatan Indonesia*. Jakarta: PPNI.
- Purnomo, D., Kuswardani & Asyita, R.M. (2017). Pengaruh Terapi Latihan Pada Post ORIF Dengan Plate And Screw Neglected Close Fracture Femur Exercise Therapy Effect In Post Orif Dengan Plate And Screw Neglected Close Fracture Femur. *Jurnal Fisioterapi dan Rehabilitasi (JFR)* Vol. 1, No. 2. Diakses dari jurnal.akfis-whs.ac.id, tanggal 15 Desember 2019.
- Putri, D.M.P. & Rahmita, N.A. (2019). *Terapi Komplementer Konsep dan Aplikasi dalam Keperawatan*. Yogyakarta: PT. Pustaka Baru.
- Ropyanto, C. ., Sitorus, & Eryando. (2013). Analisis Faktor-Faktor Yang Berhubungan Dengan Status Fungsional Paska Open Reduction Internal Fixation (Orif) Fraktur Ekstremitas. *Jurnal Keperawatan Medikal Bedah*, 1(2), 81–90. Retrieved from <https://jurnal.unimus.ac.id/index.php/JKMB/article/view/1097>
- Sudrajat, A., Wartonah, Eska, R., Suzana. (2019). Self Efficacy Meningkatkan Perilaku Pasien Dalam Latihan Mobilisasi Post Operasi ORIF Pada Ekstremitas Bawah. *Jurnal Ilmu Dan Teknologi Kesehatan*, 6(2), ISSN: 2338-9109.
- Vithiya Chandra Sagar(2017), Menkher Manjas, Rosfita Rasyid. Distribusi Fraktur Femur Yang Dirawat Di Rumah Sakit Dr.M.Djamil, Padang. *Jurnal Kesehatan Andalas*, Vol 6, No 3 (2017). DOI: <https://doi.org/10.36590/kepo.v2i1.146>.