

EFEKTIFITAS TERAPI GUIDED IMAGERY TERHADAP PENURUNAN NYERI PADA GASTRITIS

¹Leny Joice, ²Ria Dila, ³Dwi Apriani, ⁴Tri Febrianti

¹²³⁴STIKES Hesti Wira Sriwijaya

Email : lenyjsianturi84@gmail.com

ABSTRAK

Gastritis merupakan peradangan (inflamasi) dari mukosa lambung yang disebabkan oleh faktor iritasi dan infeksi. Gastritis dapat terjadi tiba-tiba (gastritis akut) atau secara bertahap (gastritis kronis). Kebanyakan kasus gastritis tidak secara permanen merusak dua lapisan abdomen tetapi seseorang yang menderita penyakit gastritis sering mengalami serangan kekambuhan yang mengakibatkan nyeri di ulu hati. Tujuan dari penelitian ini adalah untuk mengidentifikasi efektifitas terapi *guided imagery* terhadap penurunan tingkat nyeri pada pasien gastritis. Penelitian ini termasuk dalam penelitian deskriptif pendekatan study kasus untuk mengidentifikasi efektifitas terapi *guided imagery* terhadap penurunan tingkat nyeri pada pasien gastritis. Hasil penelitian ini didapatkan dari kedua responden setelah dilakukan penerapan terapi selama 3 hari, dalam penerapan terapi ini yang dilakukan pada responden yang mengalami nyeri dibagian epigastrium dan telah dilakukan terapi *guided imagery* dengan hasil skala nyeri berkurang selama dilakukan 3 kali dalam 3 hari penerapan. Dapat disimpulkan bahwa penerapan terapi *guided imagery* dapat menurunkan skala nyeri pada pasien gastritis.

Kata Kunci : Guided Imagery, Nyeri, Gastritis.

EFFECTIVENESS OF GUIDED IMAGERY THERAPY IN REDUCING PAIN IN GASTRITIS

ABSTRACT

Background: Gastritis is inflammation (inflammation) of the gastric mucosa caused by irritation and infection factors. Gastritis can occur suddenly (Acute Gastritis) or gradually (Chronic Gastritis). Most cases of gastritis do not permanently damage the 2 layers of the stomach, but someone who suffers from gastritis often experiences recurrent attacks that cause pain in the pit of the stomach. Research Objectives: The application of guided imagery therapy to reduce pain levels in gastritis patients to relieve pain in gastritis patients. Research Methods: using a descriptive case study approach to identify the application of guided imagery therapy to reduce pain levels in gastritis patients including the concept of disease, the concept of the problem, and the concept of guided imagery therapy. Research results: The results of this study were obtained from both clients after the application of therapy for 3 days in the application of this therapy which was carried out on Mr. M and Mr. R who experienced pain in the epigastrium and guided imagery therapy was carried out with the results of the pain scale being reduced for 3 times in 3days of application. Conclusion: It can be said that case research by applying guided imagery therapy can reduce pain scale in gastritis patients.

Keywords: Guided Imagery, Pain, Gastritis.

PENDAHULUAN

Gastritis akan sangat mengganggu aktivitas sehari-hari, baik bagi remaja maupun orang dewasa. Gastritis merupakan peradangan (inflamasi) dari mukosa lambung yang disebabkan oleh faktor iritasi dan infeksi. Gastritis dapat terjadi tiba-tiba (Gastritis Akut) atau secara bertahap (Gastritis Kronis). Kebanyakan kasus gastritis tidak secara permanen merusak 2 lapisan abdomen tetapi seseorang yang menderita penyakit gastritis sering mengalami serangan kekambuhan yang mengakibatkan nyeri di ulu hati (Tuti et al., 2021).

Kasus Gastritis prevalensi angka yang cukup tinggi diberbagai Negara. Menurut WHO (*World Health Organization*) pada tahun 2019, persentase penyakit gastritis di beberapa Negara yaitu, 69% di Afrika, 78% di Amerika Selatan, dan 51% di Asia. Kejadian penyakit gastritis di dunia mencapai 1.8 juta hingga 2.1 juta penduduk setiap tahunnya. Sedangkan kejadian gastritis di Asia Tenggara sekitar 583.635 dari jumlah penduduk setiap tahunnya (Azer & Akhondi, 2020). Kejadian Gastritis di Indonesia angka gastritis cukup tinggi dengan prevalensi 274.396 kasus dari 238.452.952 jiwa penduduk (Azer & Akhondi, 2020).

Berdasarkan Data Kesehatan Indonesia terdapat sepuluh penyakit terbanyak di rumah sakit di Indonesia, pada pada pasien rawat inap penyakit gastritis berada di posisi ke enam dengan jumlah kasus besar 33.580 kasus yang 60.86% terjadi pada perempuan (Kementerian kesehatan RI, 2018). Sedangkan dari data di dinaskota Palembang didapatkan angka kejadian gastritis pada tahun 2017 sebanyak 49.19 orang dan pada tahun 2018 sebanyak 54.159 orang (Dinas Kesehatan Kota Palembang, 2019).

Salah satu manifestasi klinis yang terjadi pada pasien Gastritis adalah nyeri. Nyeri yang dirasakan adalah nyeri ulu hati atau nyeri epigastrium. Secara umum

tanda dan gejala yang sering terjadi pada pasien dari perilaku pasien yang mengalami nyeri misalnya suara (manangis, merintih, menghembuskan nafas), ekspresi wajah (meringis, menggigit bibir), pergerakan tubuh (gelisah, otot tegang, mondar-mandir, dan lain-lain), interaksi social (Supetran, 2017).

Penelitian Utami & Kartika (2018), membahas tentang terapi guided imagery. Hasil penelitiannya menunjukkan bahwa penggunaan terapi *guided imagery* sangat efektif dalam membantu meringankan nyeri yang dialami pasien gastritis, terapi guide imagery juga dapat meningkatkan ventilasi paru dan meningkatkan rasa nyaman, oleh karena itu memudahkan dalam proses penyembuhan (Umaroh & Sulistyanto, 2021).

Salah satu terapi non-farmakologi yang dapat diberikan pada penderita yang mengalami nyeri pada pasien gastritis yaitu terapi komplementer. Beberapa tindakan mandiri yang dapat dilaksanakan perawat untuk membantu klien yaitu dengan menggunakan manajemen nyeri untuk menghilangkan atau mengurangi nyeri dan meningkatkan rasa nyaman. Salah satunya dengan cara menggunakan komunikasi terapeutik untuk mengetahui pengalaman nyeri pada pasien yaitu dengan menggunakan terapi *guided imagery* (Indayani et al., 2018).

Terapi *guided imagery* adalah berhayal dan berimjinasi yang membuat pasien merasa rileks, sehingga memungkinkan abdomen terangkat perlahan dan dada mengembang penuh. Dalam teknik ini merupakan bentuk asuhan keperawatan, bagaimana perawat mengajarkan cara melakukan terapi guide imagery, (Tuti et al., 2021).

METODE

Penelitian ini menggunakan desain deskriptif dengan menggunakan metode pendekatan study kasus untuk mengidentifikasi efektifitas penerapan terapi *guided imagery* terhadap penurunan tingkat nyeri pada pasien gastritis. Penelitian ini dilakukan di Rumah Sakit TK II dr. AK Gani Palembang. Waktu penerapan ini dilakukan pada tanggal 14 s/d 17 Februari 2023.

Partisipan penelitian ini adalah pasien yang mengalami pasien dengan diagnosa penyakit gastritis, Pasien yang bersedia menjadi subyek penerapan serta pasien berusia (18 – 79 tahun).

HASIL DAN PEMBAHASAN

Penelitian ini menerapkan asuhan keperawatan pada kedua responden, diawali dengan pengkajian yang mana didapatkan data usia pada kedua responden berada pada rentang 19-35 tahun. Kedua responden mengeluhkan nyeri dibagian ulu hati sejak 3 hari sebelum masuk rumah sakit. Hasil pemeriksaan pada responden pertama yakni TD : 120/70mmHg, Pulse : 80x/mnt, RR : 20x/mnt, Suhu : 36°C, SpO₂ : 99%. Pasien tampak meringis, kesadaran compos mentis dengan GCS : E4 V5 M6. Sementara didapatkan pada responden kedua didapatkan TD : 120/70mmHg, pulse: 84x/mnt, RR: 20x/mnt, SpO₂: 98%, kesadaran composmentis dengan GCS: E4 V5 M6.

Faktor-faktor yang mempengaruhi nyeri antara lain usia dan paritas. Dilihat dari kedua kasus tersebut didapatkan kedua kasus berusia rentang 19-35 tahun usia tersebut merupakan usia yang relative muda yang memiliki faktor *stressor* dan toleransi nyeri yang tinggi sehingga meningkatkan persepsi nyeri (Eka, 2021). Hal ini sesuai dengan ungkapan (Sesianty & Wulandari, 2018) tentang faktor-faktor yang dapat mempengaruhi tingkat nyeri masa lalu, kecemasan, umur, jenis kelamin, sosial budaya, nilai agama dan lingkungan serta

orang terdekat.

Diagnosa keperawatan yang muncul pada kedua responden yaitu nyeri akut berhubungan dengan agen pencedera fisiologis. Nyeri akut merupakan kondisi berupa perasaan tidak menyenangkan bersifat sangat subjektif karena perasaan nyeri yang berbeda setiap orang dalam hal skala atau tingkatnya, dan hanya orang tersebutlah yang dapat menjelaskan atau mengevaluasi rasa nyeri yangalaminya (Amin & Hardi, 2013).

Intervensi keperawatan pada kasus kedua memiliki kesamaanyaitu nyeri pada bagian mukosa lambung (Nadira & Kunci, 2018) mengatakan bahwa terapi *guided imagery* dapat digunakan untuk membantu merileks kan tubuh dari rasa nyeri dan kecemasan, serta belajar mengenai perawatan dan prosedur yang dilakukan di rumah sakit, dengan mengajak pasien untuk terapi imajinasi terbimbing ini bisa mengurangi rasa nyaman dan menghilangkan rasa nyeri, menjalin hubungan dan menyampaikan pengetahuan.

Pada saat hari pertama sebelum melakukan tindakan peneliti mengkaji skala nyeri kedua responden terdapat skala nyeri 6 (nyeri sedang). Berdasarkan implementasi yang dilakukan pada kedua responden yaitu terdapat perbedaan usia dan status, pada responden pertama usianya 33 tahun sudah berumah tangga dan sedangkan pada responden kedua masih remaja berumur 19 tahun. Implementasi yang diberikan pada kedua responden yakni mengajarkan *guided imagery* dan memperagakan cara melakukan terapi *guided imagery* didepan responden dan menganjurkan responden rutin melakukan terapi *guided imagery* untuk mengurangi rasa nyeri muncul.

Hasil pemberian terapi *guided imagery* pada kedua responden mampu menurunkan skala nyeri pada responden pertama menurun menjadi skala 5 dan pada responden kedua menurun menjadi skala 4.

Dalam penelitian menyebutkan hasil bahwa peningkatan perilaku kooperatif berdasarkan cara memahami dan cara mencerna terapi pada kedua pasien karena umurnya yang masih muda. Hasil evaluasi pada pasien setelah dilakukan implementasi pada masalah keperawatan nyeri akut selama tiga hari pasien pertama sudah tampak tenang dan nyeri berkurang, lebih kooperatif dari hari sebelumnya dan penurunan skala nyeri. dan pada pasien kedua evaluasi hasil setelah dilakukan terapi imajinasi terbimbing menunjukkan pasien kooperatif dari hari sebelumnya pasien sudah mulai tidak merasakan nyeri dari skala 6 turun menjadi 4. Evaluasi hasil tersebut dapat disimpulkan bahwa pada kasus 1 dan 2 mengalami penurunan tingkat nyeri. Hal ini sesuai dengan penelitian (Umaroh & Sulistyanto, 2021). Menunjukkan hasil penelitian terapi imajinasi terbimbing ini efektif terhadap kedua kedua pasien.

KESIMPULAN

Setelah dilakukan penelitian, maka dapat disimpulkan sebagai berikut :

1. Kedua subjek penelitian yang menderita gastritis memiliki tanda dan gejala yang sama dan sesuai dengan teori yakni nyeri pada epigastrium dan mual muntah.
2. Sebelum dilakukan terapi imajinasi terbimbing, skala nyeri yang dirasakan pada kedua responden yakni 6 dengan kualitas nyeri seperti tertusuk-tusuk.
3. Setelah dilakukan terapi imajinasi terbimbing, skala nyeri yang dirasakan pada kedua responden yakni 4.

SARAN

Berdasarkan kesimpulan diatas, maka saran dalam penelitian ini sebagai berikut :

1. Bagi masyarakat
Diharapkan bagi masyarakat khususnya keluarga agar turut serta dan selalu memberi motivasi kepada pasien dalam tindakan imajinasi

terbimbing untuk menurunkan skala nyeri secara optimal dan dapat dijadikan alternatif terapi non farmakologi dalam mengatasi nyeri.

2. Bagi peneliti selanjutnya

Bagi peneliti selanjutnya dapat dilakukan perbandingan efektifitas imajinasi terbimbing dengan terapi lain seperti relaksasi, distraksi, kompres untuk menurunkan tingkat nyeri pada gastritis dengan durasi waktu yang lebih panjang.

REFERENSI

- Dinas Kesehatan. (2019). Profil Kesehatan Dinas kesehatan Provinsi SUMSEL 2019. *Dinkes Sumatera Selatan*, xvi+96.
- Indayani, Priyanto, S., & Suharyanti, E. (2018). Terhadap Tingkat Nyeri Kronis pada Penderita Gastritis di Wilayan Puskesmas Mungkid. *Journal Keperawatan*, 353–365.
- Kementerian kesehatan RI. (2018). Profil kesehatan indonesia. In *Science as Culture* (Vol. 1, Issue 4). <https://doi.org/10.1080/09505438809526230>
- Lestari, febri anggun. (2019). *GUIDED IMAGERY KECEMASAN*.
- Nadira, U., & Kunci, K. (2018). *Pengaruh Guided Imagery* . 9(1), 16–21.
- Pramono, J. S. (2020). *Jurusan Keperawatan Poltekkes Kemenkes*. 14(2), 156–161.
- Sari, L. M., Yuliano, A., & Novita, J. (2018). *Terapi Guided Imagery Efektif*1(1).
- Stöcker, W. (2018). Terapi Komplement. In *Lexikon der Medizinischen Laboratoriumsdiagnostik*. https://doi.org/10.1007/978-3-662-49054-9_1734-1
- Supetran, I. (2017) Pasien Gastritis Di Rumah Sakit Daerah Madani Palu. *PROMOTIF: Jurnal Kesehatan Masyarakat*, 6(1). <https://doi.org/10.31934/promotif.v6i1.2>
- Tim Pokja SDKI DPP PPNI. (2017). *Standar Diagnosa Keperawatan*

- Indonesia Definisi danTindakan keperawatan.* Jakarta: Dewan Pengurus PPNI
- Tim Pokja SIKI DPP PPNI. (2018). *Standar Intervensi Keperawatan Indonesia Definisi danTindakan keperawatan.* Jakarta: Dewan Pengurus PPNI
- Tim Pokja SLKI DPP PPNI. (2018). *Standar Luaran Keperawatan Indonesia Definisi danTindakan keperawatan.* Jakarta: Dewan Pengurus PPN
- Tuti, E., Oxyandi, M., & Cahyani, R. ayu. (2021). *penurunan intensitas nyeri pada asuhan keperawatan pasien gastritis.* XI(2), 136–147.
- Umaroh, V., & Sulistyanto, B. A. (2021). *Prosiding Seminar Nasional Kesehatan 2021 Lembaga Penelitian dan Pengabdian Masyarakat Literature Review : Pengaruh Terapi Guided Imagery Terhadap Penurunan Nyeri Pada Pasien Gastritis Prosiding Seminar Nasional Kesehatan 2021 Lembaga Penelitian dan Penga.* 1071–1078.
- Utami, A. D., & Kartika, I. R. (2018). *Terapi Komplementer Guna Menurunkan Nyeri Pasien Gastritis: Literatur Review. REAL in Nursing Journal (RNJ),* 1(3), 123–132.