

Analisa *Guided Imagery* pada Intensitas Nyeri Pasca Pemasangan KB Implant

Fauziah Winda Gurnita^{1)*}, Indah Wulaningsih²⁾, Arina Mustafidah³⁾
Email: fauziah@stikesvahoedsmg.ac.id

¹⁻³⁾ Universitas Karya Husada Semarang

ABSTRAK

Implan merupakan salah satu kontrasepsi jangka panjang (MKJP) yang paling banyak digunakan. Salah satu kerugian yang dapat dialami juga yaitu rasa nyeri saat pemasangan maupun pasca pemasangan alat kontrasepsi implant tersebut. *Guided imagery* merupakan terapi modalitas untuk menekan rasa nyeri. Tujuan: Mengetahui pengaruh *guided imagery* terhadap intensitas nyeri pada ibu pasca pemasangan KB implant. Metode: Penelitian kuantitatif dengan desain *quasy experiment*. Sampel yang digunakan sebanyak 26 ibu pasca pemasangan KB implant di Puskesmas Demak II. Analisis univariat dilakukan untuk mengetahui tingkat nyeri sebelum dan sesudah perlakuan dan analisis bivariat menggunakan uji t berpasangan. Hasil: Semua ibu post pemasangan implant mengalami penurunan tingkat nyeri setelah diberikan *guided imagery* dengan *mean rank* (rata-rata peringkat) yaitu 13,5 dengan nilai $P=0,000$. Kesimpulan: *Guided imagery* berpengaruh terhadap nyeri pada ibu pasca pemasangan KB implant.

Kata kunci: *guided imagery*, KB implant, nyeri

ABSTRACT

Implants are one of the most widely used long-term contraceptives (MKJP). One of the disadvantages that can also be experienced is pain during installation and after the installation of the contraceptive implant. *Guided imagery* is a therapeutic modality to suppress pain. Objective: Knowing the effect of *guided imagery* on pain intensity in post-implantation family planning mothers. Method: Quantitative research with a quasi-experimental design. The sample used was 26 mother post implant contraception. Univariate analysis was conducted to determine the level pain before and after treatment *guded imagery* and bivariate analysis used paired t test. Results: All post-implantation mothers experienced a decrease in pain levels after being given *guided imagery* with a mean rank of 13.5 with a P value of 0.000. Conclusion: *Guided imagery* has an effect on pain in mothers after the installation of KB implants.

Keywords: *guided imagery*, KB implant, pain

A. LATAR BELAKANG

Pertumbuhan jumlah penduduk dunia melaju cepat termasuk Indonesia. Ledakan jumlah penduduk jika tidak ditangani akan berdampak pada bertambahnya jumlah pengangguran, tingginya angka kemiskinan dan kematian ibu dan anak[1], [2].

Data profil kesehatan Indonesia tahun 2020 menunjukkan bahwa terjadi peningkatan jumlah penduduk Indonesia dari tahun sebelumnya dan Indonesia juga masih

menduduki peringkat ke 4 jumlah penduduk terbanyak ke 4 yaitu mencapai 271,1 juta jiwa. Hal ini tidak sejalan dengan penurunan angka pemeriksaan ibu hamil ke fasilitas kesehatan, dimana terjadi penurunan dari tahun sebelumnya yaitu dari 88,54% menjadi 84,6%. Peningkatan jumlah penduduk ini juga memberikan kontribusi terhadap adanya peningkatan angka kematian ibu dari 4.221 kematian menjadi 4.627 kematian[3].

Keikutsertaan dalam ber-KB merupakan salah satu cara menekan laju pertumbuhan penduduk agar dapat terencana dengan baik. Hal ini berlandaskan regulasi yang ditetapkan pemerintah melalui Peraturan Menteri Kesehatan No.39 tahun 2016 tentang Pedoman Penyelenggaraan Program Indonesia Sehat dengan Pendekatan Keluarga (PISPK)[4]. Positifnya jumlah pengguna memiliki trend meningkat setiap tahunnya di Indonesia tahun 2020 mencapai 67,6%, dari awal 2019 pada angka 63,31%[3].

Implan merupakan jenis kontrasepsi MKJP (Metode Kontrasepsi Jangka Panjang) yang paling banyak digunakan berupa sejenis karet silastik berisi hormon yang dipasang pada lengan atas. Banyak keuntungan menggunakan KB implan yaitu efektifitas tinggi dengan jangka waktu 5 tahun, seversible, tidak diperlukan pemeriksaan dalam, tidak mengganggu hubungan suami isteri, dan tidak mengganggu ASI[3].

Kerugian yang paling banyak dialami yaitu rasa nyeri yang timbul saat pemasangan dan pasca pemasangan alat kontrasepsi implan. Nyeri ini sangat mengganggu aktifitas dan produktifitas asepor saat penggunaan. Nyeri merupakan rasa sensori dan emosional yang tidak menyenangkan akibat kerusakan jaringan. Tindakan pembedahan pada kontrasepsi implan menyebabkan ketidaknyamanan pada asepor. Jika asepor tidak memiliki mekanisme coping dan manajemen nyeri yang baik maka akan merasa makin kesakitan dan mempengaruhi kesejahteraan serta kualitas hidupnya[5].

Guided imagery merupakan tehnik non farmakologi penanganan nyeri menggunakan imajinasi seseorang untuk mencapai efek positif tertentu. Teknik ini merangsang merangsang keluarnya *Corticotropin Releasing Factor* (CRF) yang selanjutnya menstimulus produksi endorpin

neurotransmitter, dimana keadaan ini akan mempengaruhi suasana hati, perasaan rileks dan kemudian berdampak pada penurunan rasa nyeri[6], [7].

Hasil studi pendahuluan yang dilakukan peneliti pada tanggal 15 Oktober 2021 terdapat 5 ibu yang berkunjung untuk melakukan pemasangan alat kontrasepsi implan. Hasil wawancara dengan 5 ibu tersebut, semuanya menjawab bahwa merasakan nyeri setelah melakukan pemasangan alat kontrasepsi implan. Akibat dari rasa nyeri adalah ibu tidak bisa melakukan pekerjaan sehari-hari dengan baik, ibu merasakan nyeri mengganggu pekerjaan mereka. Hasil wawancara dengan petugas kesehatan didapatkan bahwa penatalaksanaan untuk mengurangi nyeri setelah pemasangan implan dilakukan dengan cara memberikan obat anti nyeri. Setelah ibu diberikan obat anti nyeri, nyeri dirasakan reda oleh ibu.

B. METODE PENELITIAN

Quasi experimental dengan rancangan one group pre test and post test design satu kelompok. Melalui purposive sampling didapatkan 26 orang responden ibu pasca pemasangan KB implan. Kriteria inklusi penelitian menyebutkan bahwa responden dengan skala nyeri ingdan dan sedang pasca pemasangan KB Implan. Kriteria eksklusi adalah responden pasca pemasangan KB Implan yang memiliki tekanan darah tinggi hingga 140/90 mmHg.

C. HASIL DAN PEMBAHASAN

Tabel 1. Tingkat nyeri sebelum dan sesudah diberikan *guided imagery*

Hasil	Median	SD	Min-Max
PreTest	5	0.812	3-6
PostTest	2	0.567	1-3

Berdasarkan tabel 1 disebutkan bahwa ada perbedaan tingkat nyeri responden sebelum dan sesudah pemberian *guided imagery*. *Post* pemasangan kontrasepsi

implant dapat menimbulkan sensasi rasa nyeri. Nyeri yang bersifat fisiologis muncul dikarenakan akibat tindakan pembedahan minor pada pemasangan KB implant. Nyeri dapat diatasi dengan terapi komplementer.

Pemasangan KB implant memungkinkan terjadinya rasa nyeri karena terjadi pemutusan jaringan disertai diskontinuitas, sehingga rasa nyeri yang tidak segera di atasi dapat mengganggu. Hasil observasi peneliti pada saat diberikan *treatment guided imagery*, para responden nampak merasakan kenyamanan yang luar biasa, beberapa responden merasakan tidak nyeri saat di ditanya, kemudian beberapa responden ada yang tertidur. Responden mampu berimajinasi berlibur ke gunung, pergi berbelanja ke pasar. Peneliti dalam memberikan *guided imagery* sesuai dengan SOP

Guided imagery dikategorikan dalam terapi mind-body medicine dengan menggabungkan bimbingan imajinasi dengan meditasi pikiran sebagai *cross-modal adaptation*. Imajinasi merupakan representasi mental individu dalam tahap relaksasi. Imajinasi dapat dilakukan dengan berbagai indra antara lain visual, auditor, olfaktori maupun taktil[8].

Tabel 2. Hasil uji pengaruh pemberian guided imagery pada tingkat nyeri ibu post pemasangan KB Implan

.Sebelum dan Sesudah diberikan <i>Guided Imagery</i>	Mean Rank	Sum of Rank	p
Negative ranks	13,5	351	0,000
Positive ranks	0	0	

Berdasarkan tabel 2 *guided imagery* sangat berpengaruh pada tingkat nyeri ibu post pemasangan KB implant.

pemberian *guided imagery* sangat berpengaruh terhadap tingkat nyeri yang dirasakan ibu post pemasangan KB implant. Hasil observasi peneliti selama dipasang implant responden menunjukkan rasa cemas dengan banyak bertanya ke petugas tentang berapa lama tindakan ini berakhir, berapa lama nyeri akan muncul, dan apakah akan diberi obat setelah tindakan pemasangan implant.

Selain itu, *guided imagery* membuat modalitas pikiran-tubuh yang telah menunjukkan manfaat untuk stres, depresi, dan kemungkinan penyakit inflamasi. Penelitian ini sejalan dengan Rao, N dkk pasien menunjukkan perbaikan dalam depresi, kelelahan, dan kualitas hidup fisik dan mental. HLG bermanfaat teknik relaksasi untuk mengeksplorasi individu, Sementara relaksasi, dengan sendirinya, bermanfaat bagi individu dengan MS, didapatkan manfaat tambahan dari perubahan depresi mood dan kelelahan serta perbaikan fisik klien dan kualitas hidup mental[9].

Kontrasepsi implant, pada proses dan post tindakan dimungkinkan terjadi rasa nyeri. Penelitian ini didukung oleh penelitian Arisandi (2014), dimana pemberian informasi sebelum tindakan atau *informed consent* berperan aktif dalam segala intervensi yang dilakukan oleh petugas kesehatan terutama dalam menggambarkan serta membantu klien dalam mengartikan setiap tindakan medis yang akan dilakukan[10]. Penelitian yang mendukung lainnya juga dilakukan oleh Sartika (2013), yang mendapatkan hasil bahwa komunikasi terapeutik memudahkan pasien *pre* bedah untuk

mengerti tindakan dan juga proses pengobatan apa yang akan dijalannya nanti, sehingga berpengaruh terhadap menurunnya tingkat kecemasannya menghadapi operasi[11].

Peneliti menyimpulkan bahwa untuk meminimalkan kecemasan, dan proses tindakan pemasangan KB implant dapat terlaksana dengan baik dibutuhkan *inform concent* dan komunikasi terapeutik serta terapi komplementer sangat mendukung dalam memberikan asuhan kebidanan. Terbukti *guided imagery* dapat mengatasi nyeri pada ibu post pemasangan implant.

D. KESIMPULAN

1. Intensitas nyeri sebelum diberikan *guided imagery* merasakan tingkat nyeri kategori sedang dengan *median* 5, standar deviasi 0,812, skor minimal 3 dan skor maksimal 6.
2. Intensitas nyeri sesudah diberikan *guided imagery* merasakan tingkat nyeri kategori ringan dengan *median* 2, standar deviasi 0,567, skor *minimal* 1 dan skor *maximal* 3. *Guided imagery* berpengaruh terhadap intensitas nyeri pada ibu post pemasangan KB implan dengan nilai $p = 0,000 (<0,05)$.

E. UCAPAN TERIMA KASIH

Puji Syukur kepada Alloh Subhanahu Wata'ala dengan limpahan karunia-Nya penelitian telah selesai dan mendapatkan hasil terbaik pada masalah yang diteliti. Serta semua yang terlibat dalam penelitian semoga Alloh Subhanahu Wata'ala memberikan banyak kebaikan untuk semuanya dan memberikan sumbangsih evidence pada keilmuan kebidanan dan lainnya.

DAFTAR PUSTAKA

- [1] F. A. Kurnianto, D. Rakhmasari, F. A. Ikhsan, B. Apriyanto, and E. A. Nurdin, "The environment analysis of population growth, unemployment, and poverty level in Maesan District Bondowoso Regency," *Geosfera Indones.*, vol. 3, no. 2, pp. 113–121, 2018.
- [2] A. Hakim and S. Sutrisni, "The Effect Of Population And Economic Growth Towards Poverty Level In The East Borneo Province," *J. Penelit. IPTEKS*, vol. 5, no. 2, pp. 270–276, 2020.
- [3] Kementrian Kesehatan RI, "Profil Kesehatan Indonesia 2020. In 2021."
- [4] Kementrian Kesehatan RI, "Peraturan Menteri Kesehatan No.39 tahun 2016 tentang Pedoman Penyelenggaraan Program Indonesia Sehat dengan Pendekatan Keluarga (PIS PK). In 2016."
- [5] R. Widaryanti, H. Riska, E. Ratnaningsih, and I. Yuliani, "PENERAPAN TERAPI KOMPLEMENTER UNTUK MENGURANGI KECEMASAN DAN NYERI PADA AKSEPTOR KB IMPLANT," *J. Pengabd. Dharma Bakti*, vol. 1, no. 1, pp. 26–31, 2021.
- [6] C. H. McKinney and T. J. Honig, "Health outcomes of a series of Bonny Method of Guided Imagery and Music sessions: A systematic review," *J. Music Ther.*, vol. 54, no. 1, pp. 1–34, 2017.
- [7] C. Maindet, A. Burnod, C. Minello, B. George, G. Allano, and A. Lemaire, "Strategies of complementary and integrative therapies in cancer-related pain—attaining exhaustive cancer pain management," *Support. Care Cancer*, vol. 27, pp. 3119–3132, 2019.
- [8] S. Bedford and S. Legg, "Formative peer and self feedback as a catalyst for change within science teaching," *Chem. Educ. Res. Pract.*, vol. 8, no. 1, pp. 80–92, 2007.
- [9] N. Rao and K. J. Kemper, "The feasibility and effectiveness of online guided imagery training for health professionals," *J. Evid. Based. Complementary Altern. Med.*, vol. 22, no. 1, pp. 54–58, 2017.

- [10] A. D. Arisandi, N. Sukei, and A. Solechan, "Pengaruh pemberian informed consent terhadap tingkat kecemasan pada pasien pre operasi di RSUD Tugurejo Semarang," *Karya Ilm.*, 2014.
- [11] D. S. HB, S. Suarnianti, and I. Ismail, "Pengaruh Komunikasi Terapeutik Terhadap Tingkat Kecemasan pada Pasien Pre Operasi di Ruang Perawatan Bedah RSUD Kota Makassar Tahun 2013," *J. Ilm. Kesehat. Diagnosis*, vol. 3, no. 3, pp. 18–22, 2013.