

**Pengaruh Terapi Teknik *Guided Imagery* untuk Meredakan
Nyeri pada Pasien Kanker Payudara di RSUD
Dr. H. Abdul Moeloek Provinsi Lampung**

Dwi Heni Setyaningsih¹, Reni Tri Subekti², Apri Budianto³

^{1,2,3} Universitas Muhammadiyah Pringsewu,
Email: henid407@gmail.com*

INFO ARTIKEL

Riwayat Artikel:

Received : 15 Oktober 2024

Revised : 25 November 2024

Accepted : 27 November 2024

Keywords:

Guided imagery technique therapy, pain knowledge of breast cancer patients

Kata Kunci:

Terapi tehnik *guided imagery*, nyeri, kanker payudara

DOI: 10.62335

ABSTRACT

Breast cancer is a non-communicable disease, breast cancer in Indonesia has an increasing prevalence. Guided Imagery is one technique that can cause a sense of relaxation in patients. This Guided Imagery technique, carried out by means of imagination from individuals in a guided manner aimed at developing relaxation and improving the quality of life of individuals. The purpose of this research is to determine the effect of guided imagery technique therapy to relieve pain in breast cancer patients at Dr. H. Abdul Moeloek Hospital Lampung Province. This research design uses a quasi-experiment approach with one group pretest posttest. The population in this study were post op breast cancer patients with a sample size of 14 people with the sampling technique using total sampling. The instrument used questionnaires and leaflets with paired sample T-test. The results obtained based on the paired sample T-test test showed that there was a significant influence between the provision of guided imagery therapy with a sig value (tailed2) ($0.000 < 0.05$). The results of the study obtained before giving therapy were 2.36, after giving therapy as much as 0.93. The results of this study are expected to be referred to as information or reference material for further research that is greater in nature and beneficial for nursing interests.

ABSTRAK

Kanker payudara merupakan penyakit yang tidak menular, Kanker payudara di Indonesia prevalensinya cukup meningkat. *Guided Imagery* merupakan salah satu teknik yang dapat menimbulkan rasa rileks pada pasien. Teknik *Guided Imagery* ini, dilakukan dengan cara imajinasi dari individu secara terbimbing yang bertujuan mengembangkan relaksasi dan meningkatkan kualitas hidup individu..Tujuan peneliti ini untuk mengetahui pengaruh terapi teknik *guided imagery* untuk meredakan nyeri pada pasein kanker payudara di RSUD Dr. H. Abdul Moeloek Provinsi Lampung. Desain penelitian ini menggunakan pendekatan

quasi-eksperiment dengan *one group pretest-posttest*. Populasi dalam penelitian ini adalah pasien post op kanker payudara dengan besar sampel 14 orang dengan teknik pengambilan menggunakan total sampling. Instrument yang digunakan kuesioner dan leaflet dengan uji *paired sample T-test*. Hasil penelitian yang didapatkan berdasarkan uji *paired sample T-test* didapatkan hasil bahwa terdapat pengaruh yang signifikan antara pemberian terapi *guided imagery* dengan nilai sig (tailed2) ($0,000 < 0,05$). Hasil penelitian yang didapatkan sebelum pemberian terapi yaitu 2,36, sesudah dilakukan pemberian terapi sebanyak 0,93. Hasil penelitian ini diharapkan dapat dirujuk sebagai informasi atau bahan rujukan untuk penelitian selanjutnya yang sifatnya lebih besar dan bermanfaat bagi kepentingan keperawatan.

1. LATAR BELAKANG

Kesehatan merupakan sesuatu hal yang sangat berguna, pemeliharaan kesehatan merupakan salah satu upaya penanggulangan dan pencegahan gangguan kesehatan yang memerlukan pemeriksaan atau pengobatan. Salah satunya penyakit yang paling ditakuti oleh wanita salah satunya kanker payudara, meski demikian pria juga bisa memiliki resiko penyakit ini, namun yang paling banyak terkena atau menyerang adalah wanita. (Amelia et al., 2020). Kanker merupakan penyakit yang tidak menular yang ditandai dengan adanya pertumbuhan sel secara terus-menerus atau abnormal. Serta dapat menjalar ke tempat yang jauh dari asalnya yang disebut dengan metastasi. (Rukinah & Luba, 2021) Kanker payudara merupakan kanker pembunuh no.2 setelah kanker leher rahim. Sel kanker payudara yang pertama dapat tumbuh menjadi tumor sebesar 1cm mungkin pada waktu 8-12 tahun. Sel ini dapat menyebar melalui aliran darah keseluruh tubuh. Penyebab sel tersebut mungkin kita tidak mengetahuinya karena, sel kanker payudara dapat bersembunyi didalam tubuh selama bertahun-tahun, dan tiba-tiba aktif menjadi tumor ganas. (Milenia & Retnaningsih, 2022).

Gejala umum kanker payudara yaitu adanya benjolan pada payudara yang dapat diraba dan biasanya semakin mengeras, tidak beraturan serta terkadang menimbulkan nyeri. Kanker payudara terjadi oleh jaringan payudara yang dipengaruhi oleh beberapa hormon yaitu, hormon prolaktin, hormon pertumbuhan, hormon progesteron, serta hormon esterogen, paparan hormon esterogen secara berlebih dapat memicu pertumbuhan sel secara tidak normal pada bagian tertentu. (Dewi & Hendrati, 2015) Menurut *World Health Organization* (WHO) sekitar 9-8% Wanita mempunyai peluang kanker payudara. Setiap tahunnya, lebih dari 250.000 kasus baru kanker payudara di diagnosis di Eropa dan sekita 175.000 kasus baru di Amerika Serikat. (Milenia & Retnaningsih, 2022) Data kanker payudara pada tahun 2018 menurut Kemenkes RI menunjukkan bahwa kanker payudara di Asia sebesar 674.693 kasus (25,5%) kematian akibat kanker payudara sebesar 310.577 kasus (13,8%) menurut IARC 2018 kanker payudara di Indonesia di dapatkan kurang lebih mencapai 23.140 kasus baru setiap tahun. Menurut Dinas Kesehatan Provinsi Lampung, pada tahun 2014 terdapat 219.000 orang yang terdiagnosis kanker payudara. RSUD H. Abdul Moeloek, salah satu Rumah Sakit rujukan di Provinsi Lampung, mencatat 1.797 pasien kanker payudara dan menduduki

tingkat tertinggi. (Isnaini & Elpiana, 2018).

Nyeri adalah salah satu keluhan yang sering dirasakan pasien kanker payudara, terutama pada kanker yang stadium lanjut. Pasien kanker mengatakan adanya rasa terbakar dan perih pada payudara. Nyeri kanker terjadi pada 90% pasien kanker payudara. (Isnaini & Elpiana, 2018). Dampak nyeri penyakit kanker payudara dapat menimbulkan masalah fisiologis, psikologis dan sosial. Perubahan citra tubuh akibat perubahan fisik yang disertai pengobatan menjadi respon psikologis yang amat menekan bagi penderita. (Zhu et al., 2015) Penanganan terhadap penderita kanker payudara meliputi farmakologi dan nonfarmakologi. Penatalaksanaan secara farmakologi dapat di berikan obat-obatan antiemetik yang dapat digunakan untuk mengatasi mual dan muntah antara lain Fenotiazin, Kortikosteroid, dan Metoklorpramide. (Bulechek et al., 2015) Teknik distraksi sangat digunakan untuk mengalihkan rasa nyeri salah satu teknik yang dapat digunakan adalah *guide imagery*.

Guide imagery adalah pengembangan fungsi mental yang mengekspresikan diri secara dinamik melalui proses psikologikal melibat seluruh indra dan membawa perubahan terhadap perilaku persepsi atau respon psikologis dengan bimbingan seseorang. Teknik ini merupakan salah satu teknik imajinasi seseorang untuk mencapai suatu efek positif tertentu. Teknik *guide imagery* biasanya dimulai dengan proses relaksasi seperti biasa yaitu menutup mata pasien secara perlahan, dan meminta pasien untuk menatik nafas dalam serta menghembuskannya secara perlahan, kemudian pasien dianjurkan untuk mengosongkan pikiran serta untuk memintanya memikirkan hal-hal atau sesuatu yang membuat pasien tenang. Manfaat teknik *guide imagery* ini tidak jauh berbeda dengan teknik relaksasi lainnya. (Milenia & Retnaningsih, 2022) Berdasarkan hasil penelitian yang dilakukan oleh (Isnaini and Muhliso, 2020) didapatkan hasil pemberian terapi *guide imagery* mampu menurunkan tingkat nyeri pada pasien pasca mastektomi pada kelompok intervensi dengan kelompok kontrol untuk intensitas nyeri, skor nyeri rata-rata menurun (Milenia & Retnaningsih, 2022). Sedangkan hasil penelitian yang dilakukan oleh charette, et al (2015) melakukan penelitian efek terapi *guided imagery* pada pasien post pembedahan terhadap nyeri. Penelitian tersebut dilakukan pada 40 pasien. Hasil penelitian menunjukkan bahwa terapi *guided imagery* dapat menurunkan nyeri. (Amelia et al., 2020) Berdasarkan penelitian Cahyaningrum 2020 mengatakan bahwa terdapat pengaruh yang besar dari pemberian terapi *guide imagery* dalam menurunkan skala nyeri pada pasien post-op kanker payudara, peneliti ini melakukan ruang rawat inap bedah di RSUD Dr. H. Abdul Moeloek Provinsi Lampung pasien sebelum diberikan terapi *guide imagery* nyeri belum ada perubahan dan setelah dilakukan terapi ada perbedaan yang signifikan terhadap penurunan skala nyeri pada pasien kanker payudara. (Cahyaningrum, 2020) Berdasarkan data dari peneliti sebelumnya dan fenomena di RSUD Dr.H.Abdul Moeloek yang dilakukan data peneliti di lapangan bahwa di RSUD Dr. H. Abdul Moeloek Bandar Lampung banyak terjadi kasus wanita yang terkena kanker payudara.

2. KAJIAN PUSTAKA DAN PERUMUSAN HIPOTESIS

Kanker payudara merupakan penyakit dimana terjadi perubahan sel pada jaringan payudara secara tidak terkontrol, dan kebanyakan bermula dari lobus susu pada duktus dan merupakan

penyakit kanker terbesar nomor 2 terbesar di dunia. (Alfiani et al., 2022). Penyebab kanker payudara antara lain usia,genetik, hormonal, riwayat menstruasi, riwayat pemakaian kontrasepsi, obesitas pasca menopause,pemakaian alkohol, bahan kimia dan penyinaran.

Pasien dengan kanker payudara tak lepas dengan rasa nyeri yang dirasakan tiap saat. Nyeri merupakan pengalaman sensoris & emosional yang tidak nyaman, yang berkaitan dengan kerusakan jaringan atau nekrosis yang aktual atau potensial atau yang dideskripsikan oleh penderita semacam kerusakan tersebut. (Raja et al., 2020). Nyeri merupakan pengalaman sensori yang tidak menyenangkan, unsur utama yang harus ada untuk disebut sebagai nyeri adalah rasa tidak menyenangkan. Nyeri terjadi akibat adanya kerusakan jaringan yang nyata (pain associate with actual tissue damage), nyeri yang demikian dinamakan nyeri akut yang dapat menghilang seiring dengan penyembuhan jaringan. (ZAKIYAH, 2015). Cara mengatasi nyeri dapat dilakukan dengan dua cara yaitu dengan obat-obatan atau farmakologi dan tanpa obat atau secara nonfarmakologi.

Salah satu cara mengurangi nyeri secara nonfarmakologi adalah dengan tehnik *guided imagery*. *Guided Imagery* merupakan metode relaksasi untuk menghayal suatu tempat dan suatu kejadian yang berhubungan dengan relaksasi yang menyenangkan. Khayalan tersebut memungkinkan klien memasuki keadaan atau pengalaman relaksasi. *Guided Imagery* menggunakan imajinasi seseorang dalam suatu yang dirancang untuk mencapai efek positif. (Endeh Nurgiwati & SKM, 2016). Tujuan Terapi *Guide Imagery* untuk penderita kanker payudara adalah mernurangi efek samping dari kemoterapi yang sering dilakukan oleh penderita kanker payudara. Biasanya, seperti merasa mual, muntah, nyeri yang sangat hebat pada bagian payudara, kecemasan pada pasien, dan depresi (Hasaini & Muhlisoh, 2020). *Guided Imagery* memberikan manfaat lebi di bandingkan dengan perawatan lain, antara lain kemampuan untuk meningkatkan rasa kepercayaan diri dan optimisme, memberikan sensai relaksasi dan kedamaian, serta mengurangi rasa takut, tegang, meningkatkan endrofin alami, mengurangi kelelahan. *Guided imagery* mempengaruhi hormon endrofin meningkat dan akan mengurangi atau menurunkan respon rasa sakit sehingga rasa sakit tersebut berkurang.(Udkhiyah & Jamaludin, 2020).

PERUMUSAN HIPOTESIS

Ha : Hipotesis pada penelitian diatas adalah adakah pengaruh terapi tehnik *guided imagery* untuk meredakan nyeri pada pasien kanker payudara di RSUD Dr.H.Abdul Moeloek Provinsi Lampung.

3. METODE PENELITIAN

Desain penelitian ini menggunakan pendekatan quasi-eksperiment dengan one group pretest-posttest. Variabel yang diteliti adalah variabel independent yaitu Terapi Teknik Guided Imagery dan variabel dependen adalah Manajemen Nyeri Pada Pasien Kanker Payudara. Populasi 46 responden dan sampel dalam penelitian ini adalah 14 responden dengan Pasien Kanker Payudara di RSUD Dr. H. Abdul Moeloek Provinsi Lampung. Teknik sampling dalam penelitian ini adalah

accidental sampling. Instrument yang digunakan adalah kuesioner. Analisis yang digunakan adalah analisis univariat dan analisis bivariat menggunakan uji T.

4. ANALISIS DAN PEMBAHASAN

a. Analisis Univariat

Tabel 4.1
Distribusi Frekuensi Responden Berdasarkan usia, Di RSUD Dr. H. Abdul Moeloek

No	Usia	Frekuensi	Presentase
1.	42-53 tahun	8	66,7
2.	54-69 tahun	6	33,3
3.	Total	14	100,0

Diketahui berdasarkan tabel 4.1 Distribusi frekuensi usia pada pasien penyakit kanker payudara di RSUD Dr. H. Abdul Moeloek yaitu sebagian besar usia 42-53 tahun, yaitu 8 orang (66,7%), sedangkan usia 54-69 tahun, yaitu 6 orang (33,3%).

Tabel 4.2
Distribusi Frekuensi Berdasarkan Nyeri Di RSUD Dr. H. Abdul Moeloek

No	Nyeri	Frekuensi	Presentase
1.	Ringan	9	64,3
2.	Sedang	4	28,6
3.	Berat	1	7,1
	Total	14	100,0

Berdasarkan table 4.2 diketahui nyeri ringan sebanyak 9 orang (64,3%), sedangkan nyeri sedang sebanyak 4 orang (28,6%), sedangkan nyeri berat sebanyak 1 orang (7,1%).

Tabel 4.3
Distribusi Frekuensi Berdasarkan Guided Imagery Di RSUD Dr. H. Abdul Moeloek

No	Guided Imagery	Frekuensi	Presentase
1	Dilakukan	14	100,0
	Total	14	100,0

Berdasarkan table 4.3 *guided imagery* dilakukan sebanyak 14 orang (100,0).

Tabel 4.4
Pengetahuan pasien kanker payudara tentang penanganan nyeri sebelum diberikan terapi *guided imagery*

Pre test	Mean	N	SD	SE
Total	2,36	14	1,216	325

Berdasarkan table 4.4 didapatkan bahwa rata-rata pengetahuan pasien kanker payudara di RSUD DR. H.Abdul Moeloek sebelum diberikan terapi *guided imagery* dari 14 pasien yaitu 2,36.

Tabel 4.4
Pengetahuan pasien kanker payudara sesudah diberikan terapi *guided imagery* tentang penanganan nyeri

Posttest	Mean	N	SD	SE
Total	0,93	14	917	245

Berdasarkan table 4.4 didapatkan hasil bahwa rata-rata pengetahuan pasien kanker payudara sesudah diberikan terapi *guided imagery* yaitu 0,93, sedangkan rata-rata pengetahuan pasien kanker payudara sebelum diberikan terapi *guided imagery* adalah 2,36 sehingga didapatkan hasil bahwa terdapat perbedaan yang signifikan antara pengukuran pertama dan pengukuran kedua.

b. Analisis Bivariat

Tabel 4.5
Pengaruh Terapi Teknik *Guided Imagery* Untuk Meredakan Nyeri Pada Pasien Kanker Payudara Di RSUD dr. H. Abdul Moeloek

Paired Samples Test								
Paired Differences								
	Mean	Std. Deviation	Std. Error Mean	95% Confidence Interval of the Difference		t	df	Sig. (2-tailed)
				Lower	Upper			
Pair 1 NYERI_PRE - NYERI_POST	1.429	.646	.173	1.055	1.802	8.272	13	.000

PEMBAHASAN

Analisis Univariat Pemberian terapi pada pasien kanker payudara sebelum diberikan terapi Teknik *guided imagery*. Terapi *guided imagery* merupakan imajinasi seseorang dalam suatu cara

yang dirancang secara khusus untuk mencapai efek positif tertentu. Imajinasi terbimbing digunakan untuk relaksasi dan meredakan nyeri serta menurunkan tekanan darah yang dapat terdiri penggabungan nafas berirama lambat dengan suatu bayangan mental relaksasi dan kenyataan. (Fiani et al., 2016) Dari tabel 4.3 didapatkan bahwa rata-rata nyeri pada pasien kanker payudara di RSUD Dr. H. Abdul Moeloek. Sebelum diberikan terapi *guided Imagery* dari 12 pasien yaitu 2,36 Hasil penelitian ini sejalan dengan (Cahyaningrum (2020) tentang pengaruh pemberian terapi *guided imagery* menurunkan skala nyeri pada pasien kanker payudara hasil penelitian ini menunjukkan terhadap pemberian terapi *guided imagery* dengan nilai dengan nilai sig (tailed 2) sebesar $0.000 < 0,05$ pemberian terapi sesudah diberikan terapi *guided imagery* untuk meredakan nyeri terapi Teknik *guided imagery* ini dilakukan dengan cara imajinasi dari individu secara terbimbing yang bertujuan mengembangkan relaksasi dan meningkatkan kualitas individu, dengan cara membayangkan suatu tempat atau situasi yang menyenangkan pada saat individu akan menemukan titik rileks. (Yani & Srimulat, 2023). Berdasarkan tabel 4.4 didapatkan hasil bahwa setelah diberikan terapi *guided imagery* untuk meredakan nyeri adalah 93, sedangkan rata-rata sebelum diberikan terapi *guided imagery* adalah 2,36 sehingga didapatkan hasil bahwa terdapat perbedaan yang signifikan antara pengukuran pertama dan pengukuran kedua. Penelitian yang dilakukan oleh (Carete 2015) yang berjudul pengaruh efek terapi *guided imagery* pada pasien post op terhadap nyeri. Diperoleh nilai p value $0.000 < 0,0,5$

5. PENUTUP / KESIMPULAN

Berdasarkan hasil analisis dan pembahasan yang berjudul Pengaruh Terapi Teknik *Guided Imagery* Untuk Meredakan Nyeri Pada Pasien Kanker Payudara di RSUD Dr. H. Abdul Moeloek di Prvinsi Lampung didapatkan Kesimpulan bahwa

- a. Distribusi frekuensi usia pada penyakit kanker di RSUD Dr.H. Abdul Moeloek yaitu sebagian besar berusia 42-53 tahun yaitu 8 orang dengan (87,15%) rata-rata frekuensi nyeri di RSUD Dr,H, Abdul Moeloek
- b. Diketahui nyeri ringan sebanyak 9 orang sebanyak (64,3%), sedangkan nyeri sedang sebanyak 4 orang sebanyak (28,6%) nyeri berat sebanyak 1 orang (7,1%)
- c. Distribusi frekuensi *guided imagery* tidak dilakukan sebanyak 35,7 sedangkan terapi *guided imagery* yang dilakukan sebanyak 9 orang 64,3,
- d. Rata-rata pemberian terapi sebelum dilakukan dari 14 pasien yaitu 2,36
- e. Rata pemberian terapi sesudah dilakukan sebanyak 0,93
- f. Terdapat pengaruh yang signifikan antara pemberian terapi *guided imagery* di RSUD Dr. Dr. H. Abdul Moeloek dengan nilai sig (tailed2) ($0,000 < 0,0,5$)

DAFTAR PUSTAKA

- Amelia, W., Irawaty, D., & Maria, R. (2020). Pengaruh Guided Imagery Terhadap Skala Nyeri Pada Pasien Kanker Payudara Di Ruang Rawat Inap Bedah Wanita RSUP Dr. M. Djamil Padang. *Jurnal Keperawatan Muhammadiyah*, 5(2).
- Angrainy, R. (2017). Hubungan pengetahuan, sikap tentang sadari dalam mendeteksi dini kanker payudara pada remaja. *Jurnal Endurance: Kajian Ilmiah Problema Kesehatan*, 2(2), 232–238.
- Bulechek, B., Butcher, H. K., Dochterman, J., & Wagner, C. (2015). *NIC Classificação das intervenções de enfermagem*. Elsevier Brasil.
- Cahyaningrum, D. (2020). Program Keselamatan dan Kesehatan Kerja Di Laboratorium Pendidikan. *Jurnal Pengelolaan Laboratorium Pendidikan*, 2(1), 35–40.
- Dewi, G. A. T., & Hendrati, L. Y. (2015). Analisis risiko kanker payudara berdasar Riwayat pemakaian kontrasepsi hormonal dan usia menarche. *Jurnal Berkala Epidemiologi*, 3(1), 12–23.
- Fiani, N., Verstraete, F. J. M., & Arzi, B. (2016). Reconstruction of congenital nose, cleft primary palate, and lip disorders. *Veterinary Clinics: Small Animal Practice*, 46(4), 663–675.
- Isnaini, N., & Elpiana, E. (2018). Hubungan Usia, Usia Menarche Dan Riwayat Keluarga Dengan Kejadian Kanker Payudara Dirumah Sakit Umum Daerah Dr. H. Abdul Moeloek Provinsi Lampung Tahun 2015. *Jurnal Kebidanan Malahayati*, 3(2).
- Milenia, A., & Retnaningsih, D. (2022). Penerapan Terapi Guided Imagery pada Pasien Dengan Kanker Payudara Dengan Nyeri Sedang. *Jurnal Manajemen Asuhan Keperawatan*, 6(1), 35–42.
- Monalisa, M., Nomiko, D., & Ekawati, F. (2023). Pengaruh Modifikasi Positive Parenting Program terhadap Keterampilan Mindful Orang Tua dalam Pengasuhan Anak Usia Dini. *Murhum: Jurnal Pendidikan Anak Usia Dini*, 4(2), 285–296.
- Rukinah, R., & Luba, S. (2021). Pengetahuan Wanita Usia Subur Tentang Pencegahan Kanker Payudara. *Jurnal Ilmiah Kesehatan Sandi Husada*, 10(1), 248–252.
- Udkhiyah, A., & Jamaludin, J. (2020). Penerapan Terapi Guided Imagery Terhadap Penurunan Nyeri Pada Pasien Post Operasi Apendektomi Di RSUD RA Kartini Jepara. *Jurnal Profesi Keperawatan (JPK)*, 7(2).
- Yani, J., & Srimulat, F. E. (2023). *Administrasi pendidikan*. CV. Tatakata Grafika.
- Zhu, X., Petrovski, S., Xie, P., Ruzzo, E. K., Lu, Y.-F., McSweeney, K., Oz-Levi, D. (2015). Whole-exome sequencing in undiagnosed genetic diseases: interpreting 119 trios. *Genetics in Medicine*, 17(10), 774–781.