



EFEKTIFITAS TERAPI HIPNOSIS 5 JARI TERHADAP INTENSITAS NYERI PADA PASIEN POST OPERASI

Lalu Hersika Asmawariza

Program Studi Keperawatan, Fakultas Kesehatan, Universitas Qamarul Huda Badaruddin Bagu, Turmuzi, Jl. H. Badruddin, Bagu, Praya, Central Lombok Regency, West Nusa Tenggara 83371, Indonesia

asmawarizalalu@gmail.com

ABSTRAK

Nyeri setelah operasi merupakan hal yang fisiologis, tetapi hal ini merupakan satu keluhan yang paling ditakuti oleh klien setelah pembedahan. Sensasi nyeri mulai terasa sebelum kesadaran klien kembali penuh, dan semakin meningkat seiring dengan berkurangnya pengaruh anestesi. Adapun bentuk nyeri yang dialami oleh klien pasca pembedahan adalah nyeri akut yang terjadi karena adanya luka insisi bekas pembedahan. Salah satu terapi non farmakologi untuk mengurangi nyeri yaitu menggunakan terapi hipnosis 5 jari. Tujuan penelitian ini bertujuan menganalisis efektifitas terapi hipnosis 5 jari terhadap intensitas nyeri pada pasien post operasi di RSUD Awet Muda Narmada. Metode yang digunakan dalam penelitian ini adalah quassy eksperiment dengan rancangan one grup pretest-posttest design. Teknik pengambilan sampel menggunakan purposive sampling. Responden pada penelitian ini adalah pasien post operasi sebanyak 16 responden. Pengukuran nyeri menggunakan NRS (Numerical Rating Scale) dalam penelitian ini uji validitas dan reliabilitas tidak dilakukan lagi oleh peneliti. Uji statistik yang digunakan adalah uji Wilcoxon dengan tingkat nilai signifikan p value 0,000 ($p > 0,05$). Hasil terdapat pengaruh hipnosis 5 jari terhadap penurunan intensitas nyeri pada pasien post operasi dengan nilai signifikansi 0,000 ($p < 0,05$). Kesimpulan terdapat pengaruh hipnosis 5 jari terhadap tingkat nyeri pada pasien post operasi di ruang IRNA A RSUD Awet Muda Narmada. Oleh karena itu, hipnosis lima jari dapat diterapkan sebagai terapi non farmakologi untuk mengurangi nyeri pada pasien post operasi.

Kata kunci: hipnosis 5 jari; nyeri; post operasi

THE EFFECTIVENESS OF FIVE-FINGER HYPNOSIS THERAPY ON PAIN INTENSITY IN POSTOPERATIVE PATIENTS

ABSTRACT

Postoperative pain is physiological, but it is one of the most feared complaints by clients after surgery. The sensation of pain begins before the client's consciousness returns to full, and increases as the effects of anesthesia wear off. The form of pain experienced by clients after surgery is acute pain that occurs due to the incision wound from the surgery. One non-pharmacological therapy to reduce pain is using 5-finger hypnosis therapy. The purpose of this study was to analyze the effectiveness of 5-finger hypnosis therapy on pain intensity in postoperative patients at Awet Muda Narmada Regional Hospital. The method used in this study was a quasi-experimental design with a one-group pretest-posttest design. The sampling technique used was purposive sampling. Respondents in this study were 16 postoperative patients. Pain was measured using the NRS (Numerical Rating Scale) In this study, validity and reliability tests were no longer carried out by the researcher.. The statistical test used was the Wilcoxon test with a significance level of p -value 0.000 ($p > 0.05$). The results showed the effect of 5-finger hypnosis on reducing pain intensity in postoperative patients with a significance value of 0.000 ($p < 0.05$). The conclusion is that there is an effect of 5-finger hypnosis on the level of pain in post-operative patients in the IRNA A room at Awet Muda Narmada Regional Hospital. Therefore, five-finger hypnosis can be applied as a non-pharmacological therapy to reduce pain in post-operative patients.

Keywords: five-finger hypnosis; pain; post-operation

PENDAHULUAN

Operasi dalam dunia medis biasanya di sebut dengan pembedahan yaitu suatu bentuk terapi medis menggunakan cara invasif dengan membuka bagian tubuh untuk mengangkat organ atau jaringan yang bermasalah. Nyeri akut terjadi setelah cedera jaringan yang berhubungan dengan pembedahan dan harus hilang selama proses penyembuhan. Proses penyembuhan biasanya memakan waktu hingga 3 bulan, setelah itu rasa sakit dianggap kronis atau persisten (Nicholas et al., 2019). Nyeri adalah pengalaman multidimensi, dipersonalisasi untuk setiap pasien. Perbedaan pengalaman nyeri dipengaruhi oleh respon biologis, keadaan dan sifat psikologis, dan konteks sosial (Larsen et al., 2021). Etiologi nyeri pasca operasi akut adalah multifaktorial. Prosedur bedah menyebabkan cedera pada jaringan, cedera bedah memicu berbagai respons dalam matriks nyeri, mulai dari sensitisasi jalur nyeri perifer dan sentral hingga perasaan takut, cemas, dan frustrasi (Bell, 2018). Meskipun rasa sakit berkurang selama beberapa hari pertama setelah operasi pada sebagian besar pasien, beberapa mengalami lintasan statis atau naik dalam rasa sakit dan kebutuhan analgesik (Casser, 2021). Nyeri yang tidak teratasi akan berdampak pada lamanya penyembuhan, dan akan mengakibatkan lamanya waktu rawatan (Joyce M. Balack, 2022). Nyeri pasca operasi persisten bersifat umum, menyebabkan kecacatan, menurunkan kualitas hidup dan memiliki implikasi ekonomi; dan penyebab utama nyeri kronis dan karena itu merupakan masalah kesehatan masyarakat yang penting (Zaslansky et al., 2018). Nyeri pasca operasi yang parah dan persisten mempengaruhi 2 hingga 10% orang dewasa yang menjalani operasi (Cooper et al., 2020). Berdasarkan data yang diperoleh dari World Health Organization (WHO, 2020) sekitar 234 juta jiwa pasien menjalani operasi di semua Rumah Sakit di dunia, dan ini berarti jutaan pasien menderita dari konsekuensi nyeri pasca operasi yang persisten. Insiden nyeri pasca operasi persisten yang dilaporkan bervariasi; setelah beberapa operasi umum seperti torakotomi, mastektomi, bypass arteri koroner dan perbaikan hernia, insidennya bisa 30 sampai 50%. Perawat dengan menggunakan pengetahuannya dapat mengatasi masalah nyeri baik secara mandiri maupun kolaboratif dengan menggunakan dua pendekatan yaitu pendekatan farmakologi dan pendekatan non farmakologi (Saifullah, 2020).

Survey pendahuluan yang dilakukan oleh peneliti di RSUD Awet Muda Narmada pada tanggal 1 Februari sampai dengan 30 April 2024, dari survey tersebut ditemukan terdapat 318 pasien post operasi dengan rata rata 106 pasien perbulan. Peneliti mewawancarai 10 pasien dengan periode 6-8 jam post operasi dimana 6 mengalami nyeri sedang, 3 nyeri ringan dan 1 pasien mengalami nyeri hebat. Dimana pasien yang baru selesai menjalani operasi mengatakan nyeri ringan sampai dengan nyeri hebat yang tidak terkontrol saat bergerak pasca efek obat anestesi yang digunakan selama operasi mulai menghilang. Berdasarkan masalah latar belakang di atas dari efek samping post operasi tersebut menyebabkan pasien mengalami nyeri sehingga pasien tidak tercapai kebutuhan rasa nyaman. Banyak dari pasien yang belum memiliki pengetahuan untuk mengatasinya. Penelitian ini bertujuan menganalisis efektifitas terapi hypnosis 5 jari terhadap intensitas nyeri pada pasien post operasi di RSUD Awet Muda Narmada.

METODE

Desain penelitian yang digunakan dalam penelitian ini adalah penelitian pre-experimental dengan rancangan “one grup pretest-posttest design. Penelitian ini berupaya mengungkapkan hubungan sebab akibat tanpa adanya control, tetapi bisa menggunakan cara lain untuk mengendalikan penelitian (Sahir, 2021). Penelitian ini diawali dengan pretest dan setelah pemberian perlakuan diadakan pengukuran kembali (post test).

Alat ukur yang baik jika valid dan reable (Susilo, 2019). Instrumen yang digunakan dalam pengumpulan data pada penelitian ini adalah Lembar Informed Consen, Alat yang digunakan untuk mengumpulkan data dalam penelitian ini yaitu lembar inform consent yang berisi pernyataan persetujuan menjadi responden penelitian. Lembar Kuesioner, lembar kuesioner berisi data

demografik responden. Data demografik terdiri dari usia, pendidikan, pekerjaan, paritas, dan derajat laserasi. Skala Nyeri NRS, Alat pengumpul data menggunakan NRS. NRS merupakan sebuah instrumen untuk mengukur skala nyeri yang diciptakan Downie pada tahun 1978. Skala nyeri NRS merupakan skala nyeri yang paling efektif digunakan pada pengkajian skala nyeri sebelum dan sesudah intervensi (Agency for Health Care Policy and Research (AHCPR) dalam Potter & Perry (2019). Instrumen pengukuran skala nyeri NRS (Numerical Rating Scale) dalam penelitian ini uji validitas dan reliabilitas tidak dilakukan lagi oleh peneliti. Dan SOP Hipnosis 5 Jari Pelaksanaan hipnosis lima jari terdiri dari 4 fase yaitu: fase pre orientasi, fase orientase, fase kerja, dan fase terminasi.

Saat melakukan pengumpulan data, peneliti mengajukan permohonan untuk mendapatkan izin meneliti di RSUD Awet Muda Narmada setelah terlebih dahulu menjelaskan tujuan penelitian yang akan dilakukan. Setelah mendapatkan izin, peneliti mulai melakukan pengumpulan data terkait jumlah pasien post operasi di RSUD Awet Muda Narmada. Setelah mengetahui jumlah pasien post operasi, peneliti melakukan seleksi pasien untuk mendapatkan sampel dan dijadikan responden penelitian berdasarkan kriteria yang ada. Sebelum melakukan pengumpulan data, peneliti membuat Informed Consent atau lembar persetujuan menjadi responden agar responden mengetahui maksud dan tujuan penelitian. Informed Consent kemudian ditandatangani oleh responden sebagai bukti bahwa responden bersedia untuk diteliti.

Saat dilakukan penelitian, peneliti terlebih dahulu memberikan surat persetujuan menjadi responden dengan tujuan agar responden mengerti maksud dan tujuan dari penelitian, sehingga proses pengumpulan data dapat dilakukan. Setelah didapatkan sampel melalui observasi dan wawancara untuk mengetahui tingkat atau skala nyeri responden, kuesioner diberikan secara individu sebelum diberikan intervensi, yaitu terapi hipnosis 5 jari. Peneliti memberikan lembar pengukuran intensitas nyeri sebelum melakukan tindakan. Dalam pengisian kuesioner intensitas nyeri, peneliti mendampingi responden sehingga apabila responden kebingungan bisa menanyakan kepada peneliti. Responden dianjurkan mengisi NRS (Numerical Rating Scale) secara mandiri, bagi responden yang tidak sampai selesai maka responden di drop out. Setelah kuisisioner selesai di isi kemudian responden diberikan intervensi hipnosis 5 jari dengan arahan peneliti sesuai dengan SOP. Intervensi diberikan selama 15 menit sesuai dengan prosedur atau langkah- langkah seperti yang telah diajarkan sebelumnya. Kemudian peneliti Memberikan post test untuk mengukur intensitas nyeri setelah diberikan intervensi hipnosis lima jari. Responden akan diberikan terapi hipnosis 5 jari sebanyak 2 kali dalam 2 hari. Data yang sudah terkumpul kemudian dikelompokkan dan dibuat dalam bentuk tabel sehingga mempermudah melihat hubungan dari dua variabel yang diteliti. Jika hasilnya sudah terkumpul kemudian dilakukan uji statistik dengan menggunakan Uji Wilcoxon dengan bantuan program SPSS.

HASIL

Responden dalam penelitian ini yaitu pasien post operasi yang telah memenuhi kriteria selama penelitian, yaitu sejumlah 16 orang. Hasil penelitian dapat diuraikan sebagai berikut

Tabel. 1.

Distribusi Responden Berdasarkan Jenis Kelamin

Jenis Kelamin	f	%
Laki - Laki	8	50
Perempuan	8	50

Berdasarkan tabel 1 menunjukkan bahwa dari 16 responden jumlah responden berjenis kelamin laki-laki sebanyak 8 responden(50%) dan berjenis kelamin perempuan sebanyak 8 responden (50%).

Tabel 2.

Identifikasi tingkat nyeri pada pasien post operasi sebelum diberikan terapi hipnosis lima jari

Tingkat Nyeri	f	%
Nyeri Ringan	3	18,8
Nyeri Sedang	13	81,2

Tabel 2 menunjukkan bahwa sebagian besar responden berada pada kategori nyeri sedang berjumlah 13 responden (81,2%) dan kecemasan ringan berjumlah 3 responden (18,8%).

Tabel 3.

Identifikasi tingkat nyeri pada pasien post operasi sesudah di berikan terapi hipnosis lima jari

Tingkat Nyeri	f	%
Tidak Nyeri	2	12,5
Nyeri Ringan	13	81,2
Nyeri Sedang	1	6,2

Tabel 4 menunjukkan bahwa setelah pemberian terapi hypnosis lima jari tingkat nyeri pada pasien post operasi di ruang IRNA A RSUD Awet Muda Narmada tertinggi berada dalam tingkat nyeri ringan yaitu berjumlah 13 responden (81,2%) dan tidak nyeri berjumlah 2 responden (12,5%) serta nyeri sedang berjumlah 1 responden (6,2%).

PEMBAHASAN

Berdasarkan hasil penelitian di Ruang IRNA A RSUD Awet Muda Narmada, sebelum di berikan terpai hypnosis lima jari terdapat 13 responden (81,2%) memiliki intensitas nyeri dengan skala 4-6 (nyeri sedang), hal ini di pengaruhi oleh factor toleransi nyeri dimana kemampuan toleransi responden terhadap nyeri pada intensitas nyeri sedang, hasil di dapat dari pengkajian yang dilakukan oleh peneliti 8 jam setelah operasi saat efek dari anastesi tersebut hilang. Berdasarkan pengkajian yang dilakukan oleh peneliti sebelum melakukan terapi hypnosis lima jari, nyeri yang timbul setelah operasi karena efek obat anastesi yang diberikan sudah tidak bekerja sehingga responden mulai merasakan nyeri post operasi, pada saat itu luka insisi ini akan merangsang mediator-mediator kimia dari nyeri seperti histamine, bradikinin, asetikolin, dan substansi prostaglandin dimana zat-zat ini di duga dapat meningkatkan sensifitas reseptor nyeri yang akan menimbulkan sensasi nyeri dari data yang didapat sebanyak 13 responden mengalami nyeri sedang dengan intensitas nyeri 4-6 dan 3 responden lainnya mengalami nyeri ringan dengan intensitas nyeri 1-3.

Hasil penelitian menunjukkan intensitas nyeri pada pasien post operasi setelah di berikan terapi hipnosis lima jari terdapat 2 responden (12,5%) memiliki skala intensitas nyeri 0 (tidak nyeri), 13 responden (81,2%) memiliki skala intensitas nyeri 1-3 (nyeri ringan), dan 1 responden (6,2%) memiliki intensitas nyeri 4-6 (nyeri sedang). Hal ini di dukung dari penelitian yang dilakukan oleh Fitrianingrum (2018) tentang hipnosis 5 jari berpengaruh pada penurunan nyeri post sectio caesarea bahwa terdapat pengaruh hipnosis 5 jari terhadap penurunan intensitas nyeri pada ibu Sectio Caesaria dengan nilai signifikansi 0,000 ($p < 0,05$). Hipnosis 5 jari mampu menurunkan nyeri pada ibu post Sectio Caesarea.

Berdasarkan analisa statistik uji uji ststistik Wilcoxon dengan bantuan SPSS V.20 didapatkan hasil p value sebesar 0,000 karena p value $< \alpha$ (0,05), maka H_0 ditolak dan H_a diterima, sehingga didapatkan hasil yang signifikan. Jadi, dapat ditarik kesimpulan bahwa ada pengaruh hipnosis lima jari terhadap intensitas nyeri pada pasien post operasi di Ruang Irna A Rsud Awet Muda Narmada. Berdasarkan hasil penelitian yang sudah peneliti lakukan terdapat pengaruh hipnosis 5 jari terhadap penurunan intensitas nyeri pada pasien post operasi dengan nilai signifikansi 0,000 ($p < 0,05$). Hipnosis 5 jari mampu menurunkan nyeri pada pasien post operasi. Keberhasilan terapi ini dipengaruhi oleh beberapa faktor diantaranya adanya kerjasama responden yang baik, suasana yang tenang, kondusif karena dilakukan pada jam kosong (saat tidak ada pemeriksaan) sehingga klien dapat melakukan teknik hipnosis 5 jari dengan baik walaupun harus diulang 2 kali.

SIMPULAN

Dari hasil penelitian mengenai hipnosis 5 jari terhadap tingkat nyeri post operasi di RSUD Awet Muda Narmada, maka kesimpulannya adalah Sebelum pemberian terapi hipnosis 5 jari sebagian besar responden berada pada kategori nyeri sedang, Setelah pemberian terapi hipnosis 5 jari tingkat nyeri pada pasien post operasi di ruang IRNA A RSUD Awet Muda Narmada tertinggi berada dalam tingkat nyeri ringan, Terdapat pengaruh hipnosis 5 jari terhadap tingkat nyeri pada pasien post operasi di ruang IRNA A RSUD Awet Muda Narmada.

DAFTAR PUSTAKA

- Boye, D., Robert, R., & Kjær, K. (2021). Aalborg Universitet The Combination of Preoperative Pain , Conditioned Pain Modulation , and Pain Catastrophizing Predicts Postoperative Pain 12 Months After Total Knee Arthroplasty Publication date :
- Buku_Konsep dan Proses Keperawatan Nyeri.pdf. (n.d.).
- Cachemaille, M., Grass, F., Fournier, N., Suter, M. R., Demartines, N., Hu, M., & Blanc, C. (2019). Pain Intensity in the First 96 Hours After Abdominal Surgery : A Prospective Cohort Study. 0(0), 1–11. <https://doi.org/10.1093/pm/pnz156>
- Casser, L. C. (n.d.). THE FUNCTION OF PAIN. 1–25.
- Cemas, G. T., Nyeri, D. A. N., Ibu, P., Operasi, P., Sesarea, S., Rsud, D. I., & Garut, S. (2020).. 20, 223–234.
- Damansyah, H., Yunus, P., & Kasim, S. (2025). EFEKTIVITAS TERAPI HIPNOSIS LIMA JARI PADA PENURUNAN. 6, 4818–4829.
- Hadiningrum, L., Febriana, B., & Setyowati, W. E. (2025). PENGARUH TERAPI TEHNIK HIPNOTIS LIMA JARI TERHADAP TINGKAT STRES PADA SISWA – SISWI SMA. 6, 3802–3811.
- Halim, A. R., & Khayati, N. (2020). Pengaruh Hipnoterapi Lima Jari Terhadap Penurunan Skala Nyeri Pada Pasien Kanker Serviks. 1–6.
- Irawan, E., Lengga, V. M., Faqih, U., Ryandini, T. P., Wahyu, S., Cahyono, T., Lusiani, E., Utomo, D., Putro, H., Maharina, F. D., Suprpti, F., Sihombing, F., Wilandika, A., Dinaryanti, R. S., Djajanti, C. W., Herawati, A. T., Indriarini, M. Y., Nugroho, D., Saputro, H., ... Aksara, E. M. (n.d.). No Title.
- Janiah, J. (2024). Asuhan Keperawatan pada Pasien Post Operasi Laparatomi dengan Teknik Relaksasi Deep Breathing Terhadap Tingkat Nyeri Anak di RSUD Kabupaten Tangerang. 2(2).
- Journal, V. (2019). <http://eprints.gla.ac.uk/167619/>. September, 55–62.
- Permata, R. A., & Soleman, S. R. (2024). Penerapan Hipnosis 5 Jari Terhadap Tingkat Kecemasan Pada Mahasiswa Yang Menyelesaikan Tugas Akhir d i Universitas ‘ Aisyiyah Surakarta. 4.
- Post, N., & Caesarea, S. (n.d.). Hipnosis 5 jari berpengaruh pada penurunan nyeri post sectio caesarea 1. 1(1), 1–12.
- Priority, J. K. (2019). Skala Nyeri Post Appendixotomy di RSUD Porsea. 2(2), 61–69.

Teknik, E., Nafas, R., Dan, D., Kompres, P., Terhadap, H., Mahasiswi, P., Asrama, D. I., Kesehatan, P., Eksperimen, P. Q., Emilyani, D., Studi, P., Keperawatan, I., Kedokteran, F., & Airlangga, U. (2006).