



Efektivitas Terapi Guided Imagery untuk Mengurangi Nyeri Akut pada Pasien Pasca Operasi dengan Carcinoma Mammae Sinistra: Studi Kasus

Fitria Awaliyah^{1*}, Rosiana Nur Imallah²

¹⁻² Universitas 'Aisyiyah Yogyakarta, Indonesia

email: fitriaawaliyah@gmail.com¹

Article Info :

Received:
10-04-2026
Revised:
24-04-2026
Accepted:
04-05-2026

Abstract

Acute postoperative pain in patients with left breast carcinoma is a clinical problem that requires a comprehensive approach. This study aimed to evaluate the effectiveness of guided imagery therapy in reducing pain intensity in post-mastectomy patients. The method used was an empirical descriptive case study of a 50-year-old female patient undergoing treatment in the surgical ward of a referral hospital. Guided imagery interventions were administered for 10–15 minutes per session, once daily for three days, and conducted two hours after ketorolac administration. Data were collected through observation, interviews, and medical record documentation using the NRS scale, PQRST, and vital sign monitoring. Results showed a decrease in pain scores from 7 to 3, accompanied by improvements in blood pressure and pulse rate. The effectiveness of the therapy was influenced by the combination of pharmacological and non-pharmacological interventions. Guided imagery played a role in enhancing relaxation and reducing the patients' stress response. However, the limitations of the case study design restrict the generalizability of the results. Further research is needed for additional validation.

Keywords: Breast Cancer, Acute Pain, Guided Imagery, Postoperative, Nursing

Abstrak

Nyeri akut pasca operasi pada pasien carcinoma mammae sinistra merupakan masalah klinis yang memerlukan pendekatan komprehensif. Penelitian ini bertujuan mengevaluasi efektivitas terapi guided imagery dalam menurunkan intensitas nyeri pada pasien pasca mastektomi. Metode yang digunakan adalah studi kasus deskriptif empiris pada satu pasien perempuan usia 50 tahun yang menjalani perawatan di ruang bedah rumah sakit rujukan. Intervensi guided imagery diberikan selama 10–15 menit per sesi, satu kali sehari selama tiga hari, dan dilakukan dua jam setelah pemberian ketorolac. Data dikumpulkan melalui observasi, wawancara, dan dokumentasi rekam medis menggunakan skala NRS, PQRST, serta pemantauan tanda vital. Hasil menunjukkan penurunan skala nyeri dari 7 menjadi 3 disertai perbaikan tekanan darah dan denyut nadi. Efektivitas terapi dipengaruhi oleh kombinasi intervensi farmakologis dan non-farmakologis. Guided imagery berperan dalam meningkatkan relaksasi dan menurunkan respons stres pasien. Namun, keterbatasan desain studi kasus membatasi generalisasi hasil. Diperlukan penelitian lanjutan untuk validasi lebih lanjut.

Kata kunci: Kanker Payudara, Nyeri Akut, Guided Imagery, Post Operasi, Keperawatan



©2022 Authors.. This work is licensed under a Creative Commons Attribution-Non Commercial 4.0 International License.
(<https://creativecommons.org/licenses/by-nc/4.0/>)

PENDAHULUAN

Kanker payudara tetap menjadi salah satu tantangan kesehatan global yang paling signifikan dengan kontribusi besar terhadap beban morbiditas dan mortalitas perempuan di seluruh dunia, ditandai oleh prevalensi yang terus meningkat dan kompleksitas penanganan klinis yang melibatkan pendekatan multidisipliner dari diagnosis hingga terapi definitif seperti pembedahan (Organisasi Kesehatan Dunia, 2023; Organisasi Kesehatan Dunia, 2026). Dalam konteks perkembangan layanan onkologi modern, tindakan mastektomi sebagai terapi utama pada carcinoma mammae sinistra tidak hanya berorientasi pada eradikasi jaringan tumor, tetapi juga membawa konsekuensi fisiologis berupa respons inflamasi akut dan aktivasi sistem nosiseptif yang memunculkan nyeri pasca operasi sebagai salah satu masalah keperawatan dominan yang memengaruhi stabilitas hemodinamik, kualitas pemulihan, serta pengalaman subjektif pasien dalam fase rehabilitasi awal (Jamil et al., 2024; PPNI, 2018a). Seiring dengan meningkatnya kesadaran global terhadap patient-centered care, pengelolaan nyeri pasca operasi tidak lagi dipandang sebagai aspek sekunder, melainkan indikator utama kualitas layanan kesehatan

yang menuntut integrasi antara pendekatan farmakologis dan non-farmakologis secara berbasis bukti (Chou et al., 2016).

Kajian literatur menunjukkan bahwa manajemen nyeri pasca operasi umumnya masih didominasi oleh penggunaan analgesik opioid maupun non-opioid seperti ketorolak, yang secara farmakologis efektif dalam menekan sintesis prostaglandin dan mengurangi intensitas nyeri akut, namun tetap menyisakan berbagai keterbatasan klinis berupa efek samping sistemik, risiko toleransi, serta ketidaksempurnaan dalam mengontrol nyeri pada sebagian populasi pasien pasca mastektomi (Delgado, 2022; Idaroyani et al., 2025). Dalam perspektif keperawatan modern, berbagai studi juga menegaskan bahwa meskipun intervensi farmakologis mampu menurunkan skala nyeri secara signifikan, proporsi pasien yang masih mengalami nyeri sedang hingga berat tetap tinggi, bahkan mencapai lebih dari separuh populasi pada beberapa laporan klinis, yang menunjukkan adanya kesenjangan antara standar terapi dan realitas klinis di lapangan (Gao et al., 2023). Kondisi ini mendorong berkembangnya pendekatan integratif yang menggabungkan terapi non-farmakologis seperti teknik relaksasi, distraksi kognitif, dan intervensi psikoneuroimunologi untuk memperkuat respons analgesik alami tubuh.

Berbagai penelitian sebelumnya telah mengidentifikasi guided imagery sebagai salah satu intervensi non-farmakologis yang memiliki potensi signifikan dalam menurunkan persepsi nyeri melalui mekanisme kognitif-afektif yang memodulasi aktivitas sistem saraf otonom dan meningkatkan pelepasan endorfin endogen, sehingga menghasilkan efek relaksasi fisiologis dan penurunan kecemasan yang berkontribusi terhadap penurunan intensitas nyeri subjektif (Fadli & Susilo, 2025; Arfina et al., 2025). Studi lain juga menunjukkan bahwa pasien pasca operasi kanker payudara yang menerima guided imagery mengalami perbaikan kenyamanan dan penurunan skala nyeri lebih cepat dibandingkan kelompok kontrol yang hanya menerima terapi standar, mengindikasikan bahwa intervensi ini memiliki nilai terapeutik tambahan dalam konteks rehabilitasi pasca mastektomi (Salati et al., 2023). Namun demikian, sebagian besar temuan tersebut masih bersifat kuantitatif eksperimental dengan variabilitas metodologis yang tinggi, sehingga interpretasi efektivitas klinisnya masih belum sepenuhnya konsisten.

Meskipun terdapat bukti empiris yang mendukung efektivitas guided imagery, literatur juga mengungkap sejumlah keterbatasan signifikan yang berkaitan dengan heterogenitas desain penelitian, ukuran sampel yang relatif kecil, kurangnya kontrol terhadap faktor konfunder seperti penggunaan analgesik farmakologis, serta minimnya dokumentasi mendalam mengenai proses implementasi intervensi dalam konteks praktik keperawatan nyata. Inkonsistensi hasil juga muncul terutama pada studi yang tidak mengontrol waktu pemberian terapi non-farmakologis terhadap efek obat analgesik, sehingga sulit untuk mengisolasi kontribusi murni guided imagery terhadap penurunan nyeri (Chou et al., 2016; Gao et al., 2023). Dalam konteks keperawatan klinis, keterbatasan dokumentasi implementatif ini menciptakan kesenjangan antara evidence-based guideline dan praktik lapangan yang berimplikasi pada belum optimalnya integrasi terapi komplementer dalam standar asuhan keperawatan (PPNI, 2018b; PPNI, 2018c).

Urgensi ilmiah dan praktis dari permasalahan ini terletak pada kebutuhan untuk mengembangkan model manajemen nyeri pasca operasi yang tidak hanya efektif secara farmakologis, tetapi juga adaptif terhadap dimensi psikologis dan pengalaman subjektif pasien, mengingat nyeri pasca mastektomi memiliki karakteristik kompleks yang melibatkan komponen sensorik, emosional, dan kognitif secara simultan. Ketidakefektifan pengendalian nyeri tidak hanya berdampak pada keterlambatan penyembuhan jaringan, tetapi juga meningkatkan risiko komplikasi fisiologis, gangguan tidur, serta penurunan kualitas hidup pasien secara keseluruhan, yang pada akhirnya memperpanjang durasi rawat inap dan meningkatkan beban layanan kesehatan. Dalam kerangka ini, integrasi intervensi non-farmakologis seperti guided imagery menjadi semakin relevan sebagai strategi komplementer yang berpotensi memperkuat efektivitas analgesia konvensional sekaligus meningkatkan partisipasi aktif pasien dalam proses penyembuhan.

Penelitian ini memposisikan diri dalam lanskap keilmuan keperawatan medikal-bedah sebagai studi yang berfokus pada eksplorasi klinis implementasi guided imagery dalam konteks nyata pasien pasca operasi carcinoma mammae sinistra, dengan menempatkan intervensi ini bukan hanya sebagai variabel terapeutik, tetapi sebagai bagian dari pendekatan holistik dalam manajemen nyeri berbasis praktik keperawatan profesional. Berbeda dengan studi eksperimental sebelumnya yang cenderung menekankan hasil statistik, penelitian ini mengarahkan perhatian pada dinamika klinis, respons fisiologis, serta integrasi intervensi dalam alur asuhan keperawatan yang dikombinasikan dengan terapi

farmakologis, sehingga memberikan perspektif yang lebih kontekstual terhadap efektivitas intervensi dalam setting rumah sakit.

Penelitian ini bertujuan untuk mengevaluasi efektivitas terapi guided imagery dalam mengurangi nyeri akut pada pasien pasca operasi carcinoma mammae sinistra serta memberikan kontribusi berupa penguatan bukti empiris dalam praktik keperawatan berbasis bukti melalui pendekatan studi kasus yang mendalam, yang tidak hanya menggambarkan perubahan intensitas nyeri secara kuantitatif tetapi juga menyoroti proses implementasi intervensi secara klinis. Penelitian ini diharapkan memperkaya pengembangan konsep manajemen nyeri non-farmakologis dalam keperawatan onkologi, sementara secara metodologis memberikan model dokumentasi implementasi intervensi yang lebih terstruktur dalam konteks studi kasus keperawatan modern.

METODE PENELITIAN

Penelitian ini merupakan penelitian empiris dengan desain studi kasus deskriptif yang bertujuan mengeksplorasi efektivitas terapi guided imagery terhadap penurunan nyeri akut pada pasien pasca operasi carcinoma mammae sinistra. Subjek penelitian adalah satu pasien perempuan berusia 50 tahun yang menjalani tindakan mastektomi di ruang perawatan bedah rumah sakit rujukan. Kriteria inklusi meliputi pasien dewasa pasca operasi dengan kesadaran compos mentis, mampu berkomunikasi verbal, serta bersedia mengikuti instruksi intervensi keperawatan. Kriteria eksklusi mencakup pasien dengan gangguan kesadaran, komplikasi pasca operasi berat, atau kondisi klinis yang tidak memungkinkan partisipasi dalam terapi relaksasi. Pengumpulan data dilakukan melalui observasi klinis langsung, wawancara terstruktur, dan dokumentasi rekam medis selama tiga hari intervensi, dengan penerapan terapi guided imagery selama 10–15 menit per sesi yang diberikan satu kali sehari dan dilakukan dua jam setelah pemberian analgesik ketorolac sebagai terapi farmakologis pendukung.

Instrumen penelitian meliputi lembar observasi nyeri menggunakan Numerical Rating Scale (NRS 0–10), format pengkajian PQRST untuk karakteristik nyeri, serta lembar pemantauan tanda vital (tekanan darah, nadi, respirasi). Data dianalisis secara deskriptif komparatif dengan membandingkan nilai pre dan post intervensi setiap hari untuk melihat perubahan intensitas nyeri serta respons fisiologis pasien terhadap terapi. Analisis tambahan dilakukan secara naratif untuk menggambarkan respon subjektif pasien terhadap guided imagery. Seluruh proses penelitian telah memperoleh persetujuan etik melalui informed consent dari pasien setelah diberikan penjelasan mengenai tujuan, prosedur, manfaat, serta hak partisipasi untuk menghentikan partisipasi kapan saja tanpa memengaruhi kualitas pelayanan medis yang diterima, sehingga prinsip autonomy, beneficence, dan confidentiality tetap terjaga selama penelitian berlangsung.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Hasil Klinis dan Respons Nyeri Pasien

Pasien perempuan usia 50 tahun dengan diagnosis carcinoma mammae sinistra pasca mastektomi menunjukkan kondisi nyeri akut pada fase awal observasi. Intensitas nyeri yang dilaporkan berada pada kategori berat berdasarkan pengukuran awal menggunakan Numerical Rating Scale (NRS). Kondisi ini selaras dengan karakteristik nyeri pasca operasi yang umumnya dipengaruhi oleh trauma jaringan dan respons inflamasi akut. Respons fisiologis awal pasien juga menunjukkan adanya peningkatan tanda stres seperti ketidaknyamanan dan ekspresi meringis. Keadaan ini sejalan dengan temuan bahwa nyeri pasca bedah merupakan masalah utama yang sering terjadi pada pasien onkologi (Gao, 2023). Evaluasi awal menjadi dasar penting dalam menentukan efektivitas intervensi terapeutik yang diberikan.

Pengkajian nyeri menggunakan pendekatan PQRST menunjukkan karakteristik nyeri yang jelas pada area operasi. Pasien melaporkan nyeri seperti tertarik dan menusuk yang terlokalisasi pada payudara kiri. Intensitas nyeri meningkat saat mobilisasi dan menurun pada saat istirahat relatif. Pola temporal menunjukkan nyeri yang bersifat kontinu sejak pasca operasi dengan fluktuasi intensitas. Kondisi tersebut sesuai dengan gambaran klinis nyeri akut pasca mastektomi yang bersifat nociceptive. Evaluasi ini mendukung pemetaan awal terhadap respons pasien terhadap intervensi keperawatan.

Pada hari pertama intervensi, sebelum penerapan guided imagery, pasien masih berada pada kondisi nyeri sedang hingga berat. Skor nyeri berada pada rentang 6 hingga 7 berdasarkan pengukuran NRS yang dilakukan secara berulang. Respons fisiologis menunjukkan peningkatan denyut nadi sebagai indikator aktivasi sistem simpatis. Kondisi ini mengindikasikan adanya respons stres akibat nyeri yang belum terkontrol optimal. Temuan ini sejalan dengan konsep bahwa nyeri akut dapat memengaruhi

sistem kardiovaskular secara signifikan (Chou et al., 2016). Observasi ini menjadi titik awal untuk melihat perubahan setelah intervensi non-farmakologis diberikan.

Intervensi farmakologis berupa ketorolac diberikan sebagai analgesik pendukung dalam manajemen nyeri pasien. Obat ini bekerja dengan menghambat sintesis prostaglandin yang berperan dalam transmisi nyeri. Kombinasi terapi farmakologis dan non-farmakologis digunakan untuk mencapai kontrol nyeri yang lebih optimal. Pendekatan multimodal ini direkomendasikan dalam manajemen nyeri pasca operasi untuk meningkatkan efektivitas klinis (Delgado, 2022). Penggunaan ketorolac juga memberikan baseline analgesia sebelum penerapan guided imagery. Strategi ini memungkinkan evaluasi lebih akurat terhadap kontribusi terapi non-farmakologis.

Hasil pengukuran harian nyeri dan tanda vital selama intervensi dapat dirangkum dalam tabel berikut yang menunjukkan perubahan klinis pasien secara sistematis. Data ini menjadi dasar analisis komparatif antara kondisi sebelum dan sesudah intervensi guided imagery.

Tabel 1. Perubahan Tekanan Darah, Denyut Nadi, dan Skala Nyeri pada Pasien Pasca Operasi Carcinoma Mammae Sinistra Selama Intervensi Guided Imagery

Hari	Tekanan Darah (mmHg)	Nadi (x/menit)	Skala Nyeri (NRS)
1	130/65 → 119/62	112 → 107	7 → 6
2	110/80 → 110/75	100 → 93	6 → 4
3	115/70 → 101/73	96 → 83	3 → 3

Tabel tersebut menunjukkan adanya penurunan bertahap pada skala nyeri dan parameter fisiologis. Pola ini mengindikasikan adanya respons adaptif terhadap intervensi yang diberikan. Berdasarkan tabel tersebut, terlihat bahwa penurunan nyeri paling signifikan terjadi pada hari kedua intervensi. Penurunan dari skala 6 menjadi 4 menunjukkan respons positif terhadap guided imagery. Perubahan tekanan darah dan denyut nadi juga mencerminkan penurunan aktivasi sistem stres. Kondisi ini menunjukkan bahwa relaksasi mental dapat memengaruhi respons fisiologis tubuh. Temuan ini mendukung konsep bahwa guided imagery mampu menurunkan persepsi nyeri melalui modulasi sistem saraf (Posadzki & Ernst, 2011). Data ini memperkuat bukti efektivitas terapi non-farmakologis dalam praktik keperawatan.

Pada hari kedua intervensi, pasien menunjukkan peningkatan toleransi terhadap nyeri saat mobilisasi. Skala nyeri menurun secara konsisten setelah sesi guided imagery dilakukan. Pasien melaporkan perasaan lebih rileks dan mampu mengontrol fokus perhatian terhadap rasa sakit. Respons ini menunjukkan adanya mekanisme distraksi kognitif yang berperan dalam penurunan persepsi nyeri. Kondisi ini sejalan dengan penelitian yang menyebutkan bahwa visualisasi mental dapat mengurangi intensitas nyeri akut (Sijabat & Hasibuan, 2024). Perubahan ini memperkuat efektivitas intervensi non-farmakologis dalam fase pemulihan.

Pada hari ketiga, intensitas nyeri berada pada kategori ringan dengan skor stabil. Perubahan fisiologis menunjukkan stabilisasi tekanan darah dan penurunan denyut nadi lebih lanjut. Pasien tidak lagi mengalami nyeri kontinu, melainkan hanya sesekali saat aktivitas tertentu. Kondisi ini menggambarkan adaptasi tubuh terhadap proses penyembuhan luka pasca operasi. Penurunan respons nyeri juga berkaitan dengan peningkatan ambang nyeri akibat relaksasi berulang. Hal ini konsisten dengan teori bahwa terapi relaksasi dapat meningkatkan toleransi nyeri (Angraini et al., 2025).

Tren data menunjukkan penurunan bertahap intensitas nyeri selama tiga hari intervensi. Pola penurunan ini menunjukkan hubungan antara guided imagery dan respons fisiologis pasien. Meskipun terdapat kontribusi analgesik farmakologis, perubahan tetap menunjukkan efek tambahan dari intervensi non-farmakologis. Kombinasi terapi memberikan hasil yang lebih optimal dibandingkan pendekatan tunggal. Temuan ini relevan dengan konsep manajemen nyeri multimodal dalam praktik klinis (Chou et al., 2016). Hasil ini memberikan gambaran empiris mengenai efektivitas pendekatan integratif.

Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa guided imagery memiliki potensi dalam menurunkan nyeri akut pasca operasi. Efek tersebut terlihat melalui penurunan skala nyeri dan stabilisasi tanda vital pasien. Respons positif ini memperkuat bukti bahwa intervensi psikologis dapat memengaruhi persepsi

nyeri. Studi sebelumnya juga menunjukkan hasil serupa pada pasien kanker payudara pasca operasi (Arfina et al., 2025). Mekanisme relaksasi dan distraksi kognitif menjadi faktor utama dalam efektivitas terapi. Temuan ini menjadi dasar pengembangan intervensi keperawatan berbasis bukti pada praktik klinis.

Mekanisme Efektivitas Guided Imagery dan Integrasi Terapi Farmakologis

Guided imagery bekerja melalui mekanisme psikoneurofisiologis yang memengaruhi persepsi nyeri pasien. Proses visualisasi mental memungkinkan individu mengalihkan fokus dari stimulus nyeri menuju pengalaman kognitif yang menyenangkan. Aktivasi perhatian ini menurunkan aktivitas sistem saraf pusat yang berhubungan dengan persepsi nyeri. Mekanisme ini berkaitan dengan teori gate control yang menjelaskan modulasi nyeri melalui jalur neurologis tertentu. Penurunan persepsi nyeri juga dipengaruhi oleh perubahan respons emosional pasien terhadap kondisi pasca operasi. Konsep ini mendukung penggunaan intervensi psikologis dalam manajemen nyeri akut (Posadzki & Ernst, 2011).

Respons fisiologis terhadap guided imagery melibatkan penurunan aktivitas sistem saraf simpatis. Aktivasi parasimpatis yang meningkat berkontribusi pada kondisi relaksasi tubuh pasien. Hal ini ditandai dengan penurunan denyut nadi dan stabilisasi tekanan darah selama intervensi. Selain itu, terdapat peningkatan pelepasan endorfin yang berperan sebagai analgesik alami tubuh. Proses tersebut memperkuat kemampuan tubuh dalam menghambat transmisi sinyal nyeri ke otak. Mekanisme ini sejalan dengan konsep neuroendokrin dalam regulasi nyeri (Kendrick et al., 2016).

Nyeri pasca operasi carcinoma mammae sinistra berkaitan dengan proses inflamasi jaringan dan aktivasi reseptor nociceptor. Trauma jaringan akibat mastektomi memicu pelepasan mediator inflamasi yang meningkatkan sensitivitas nyeri. Kondisi ini menyebabkan pasien mengalami nyeri akut dengan intensitas tinggi pada fase awal pemulihan. Intervensi non-farmakologis seperti guided imagery berperan dalam memodulasi persepsi terhadap rangsangan tersebut. Pendekatan ini tidak menghilangkan sumber nyeri tetapi mengubah respons subjektif pasien. Hal ini menjadi dasar penting dalam strategi manajemen nyeri multimodal (Chou et al., 2016).

Hasil penelitian ini konsisten dengan temuan studi sebelumnya yang menunjukkan efektivitas guided imagery dalam menurunkan nyeri pasca operasi. Beberapa penelitian melaporkan penurunan signifikan pada skala nyeri setelah intervensi relaksasi mental dilakukan. Efektivitas tersebut diperkuat oleh kemampuan terapi dalam mengurangi kecemasan pasien. Kondisi psikologis yang lebih stabil berkontribusi terhadap penurunan persepsi nyeri secara keseluruhan. Temuan ini juga didukung oleh penelitian pada pasien kanker payudara yang menunjukkan hasil serupa (Fadli & Susilo, 2025). Konsistensi ini memperkuat validitas penggunaan intervensi dalam praktik klinis. Perbandingan hasil penelitian dengan studi terdahulu dapat dilihat pada tabel berikut yang menggambarkan variasi efektivitas guided imagery terhadap nyeri pasca operasi.

Tabel 2. Perbandingan Hasil Penelitian Terdahulu dan Penelitian Saat Ini mengenai Efektivitas Guided Imagery terhadap Penurunan Nyeri Pasca Operasi

Peneliti	Desain	Sampel	Hasil Utama
Posadzki & Ernst (2011)	Review sistematis	Beragam	Penurunan nyeri muskuloskeletal
Sijabat & Hasibuan (2024)	Quasi eksperimen	Pasien kanker	Penurunan nyeri signifikan
Arfina et al. (2025)	Studi kasus	Post op Ca mammae	Penurunan NRS 7 ke 3
Penelitian ini	Studi kasus	1 pasien	Penurunan NRS 7 ke 3

Tabel tersebut menunjukkan konsistensi hasil antar penelitian dalam konteks penurunan nyeri. Data ini memperkuat posisi guided imagery sebagai terapi komplementer yang efektif. Integrasi antara terapi farmakologis ketorolac dan guided imagery menghasilkan efek analgesik yang lebih optimal. Ketorolac bekerja dengan menghambat siklooksigenase sehingga menurunkan produksi prostaglandin. Penurunan mediator inflamasi tersebut mengurangi sensitivitas nyeri perifer. Sementara itu, guided imagery bekerja pada tingkat sentral melalui modulasi persepsi nyeri. Kombinasi kedua mekanisme ini menciptakan pendekatan multimodal dalam manajemen nyeri. Pendekatan ini direkomendasikan dalam pedoman klinis manajemen nyeri pasca operasi (Chou et al., 2016).

Variasi penurunan nyeri yang terjadi selama intervensi dapat dipengaruhi oleh beberapa faktor klinis. Kondisi fisiologis pasien pasca operasi memiliki kontribusi terhadap fluktuasi intensitas nyeri. Selain itu, respons individu terhadap terapi relaksasi juga bersifat subjektif. Faktor psikologis seperti kecemasan dan kualitas tidur dapat memengaruhi hasil intervensi. Adanya penggunaan analgesik farmakologis menjadi faktor pengganggu dalam interpretasi hasil. Kondisi ini perlu diperhatikan dalam penelitian studi kasus agar interpretasi tetap objektif.

Implikasi klinis dari hasil penelitian ini menunjukkan pentingnya integrasi terapi non-farmakologis dalam asuhan keperawatan. Perawat memiliki peran dalam memberikan edukasi dan implementasi guided imagery secara terstruktur. Intervensi ini dapat meningkatkan kualitas perawatan pasien pasca operasi. Selain itu, pendekatan ini mendukung pengurangan ketergantungan terhadap analgesik farmakologis. Penerapan intervensi berbasis bukti menjadi bagian dari praktik keperawatan profesional. Hal ini memperkuat peran keperawatan dalam manajemen nyeri holistik (PPNI, 2018).

Pendekatan patient-centered care menjadi dasar dalam penerapan guided imagery pada pasien ini. Intervensi disesuaikan dengan kondisi fisik dan psikologis pasien selama masa pemulihan. Keterlibatan pasien dalam proses relaksasi meningkatkan rasa kontrol terhadap nyeri. Hal ini berdampak pada peningkatan kenyamanan dan kepuasan pasien terhadap perawatan. Prinsip ini menekankan pentingnya partisipasi aktif pasien dalam manajemen kesehatan. Pendekatan ini juga mendukung proses penyembuhan yang lebih adaptif.

Mekanisme kerja guided imagery menunjukkan kontribusi signifikan dalam penurunan nyeri akut pasca operasi. Efektivitasnya terlihat melalui kombinasi modulasi psikologis dan fisiologis tubuh pasien. Intervensi ini bekerja secara sinergis dengan terapi farmakologis yang diberikan. Hasil ini menunjukkan bahwa pendekatan multimodal lebih efektif dibandingkan terapi tunggal. Bukti empiris dari studi ini memperkuat penggunaan guided imagery dalam praktik keperawatan. Temuan ini menjadi dasar pengembangan intervensi non-farmakologis yang lebih luas di layanan kesehatan.

Implikasi Klinis, Keterbatasan Studi, dan Relevansi Praktik Keperawatan Berbasis Bukti

Hasil penelitian ini memiliki implikasi klinis yang signifikan terhadap pengelolaan nyeri akut pada pasien pasca operasi carcinoma mammae sinistra. Penurunan skala nyeri yang teramati menunjukkan bahwa guided imagery dapat diintegrasikan sebagai intervensi tambahan dalam praktik keperawatan. Pendekatan ini memperkuat konsep asuhan keperawatan holistik yang tidak hanya berfokus pada aspek fisik, tetapi juga psikologis pasien. Integrasi intervensi non-farmakologis dalam manajemen nyeri sejalan dengan standar praktik keperawatan berbasis bukti. Hal ini memperluas peran perawat dalam memberikan intervensi terapeutik yang lebih komprehensif. Konsep ini sesuai dengan standar intervensi keperawatan Indonesia yang menekankan pendekatan multidimensi (PPNI, 2018).

Penerapan guided imagery dalam praktik klinis menunjukkan potensi sebagai intervensi yang mudah diimplementasikan di ruang perawatan. Teknik ini tidak memerlukan alat khusus dan dapat dilakukan oleh perawat dengan pelatihan dasar relaksasi. Kondisi ini menjadikan guided imagery sebagai intervensi yang efisien dari segi sumber daya. Selain itu, durasi intervensi yang relatif singkat memungkinkan penerapan pada berbagai kondisi pasien. Fleksibilitas ini mendukung integrasi dalam rutinitas asuhan keperawatan harian. Efektivitas intervensi ini juga telah didukung oleh berbagai studi klinis sebelumnya (Milenia et al., 2023).

Meskipun hasil penelitian menunjukkan efektivitas positif, terdapat keterbatasan yang perlu diperhatikan dalam interpretasi data. Desain studi kasus dengan satu subjek membatasi generalisasi hasil terhadap populasi yang lebih luas. Selain itu, adanya intervensi farmakologis ketorolac menjadi faktor perancu dalam menilai efektivitas murni guided imagery. Variabilitas respons individu terhadap nyeri juga dapat memengaruhi hasil pengukuran. Faktor psikologis pasien seperti kecemasan dan kondisi emosional tidak sepenuhnya dapat dikontrol. Keterbatasan ini perlu dipertimbangkan dalam penelitian lanjutan dengan desain yang lebih kuat.

Analisis data menunjukkan bahwa penurunan nyeri tidak hanya dipengaruhi oleh intervensi non-farmakologis. Ketorolac sebagai analgesik memiliki peran utama dalam menurunkan nyeri akut pasca operasi. Obat ini bekerja secara sistemik dengan menghambat jalur inflamasi yang memicu nyeri. Namun, guided imagery memberikan kontribusi tambahan dalam meningkatkan kenyamanan pasien. Kombinasi kedua intervensi menghasilkan efek sinergis yang lebih optimal. Hal ini menunjukkan pentingnya pendekatan multimodal dalam manajemen nyeri (Chou et al., 2016).

Perbandingan dengan penelitian terdahulu menunjukkan kesesuaian hasil terkait efektivitas guided imagery. Studi sebelumnya menyatakan bahwa intervensi ini mampu menurunkan nyeri pada pasien kanker payudara pasca operasi. Selain itu, terdapat peningkatan kenyamanan dan penurunan tingkat kecemasan pasien setelah terapi diberikan. Temuan ini konsisten dengan hasil penelitian yang dilakukan pada berbagai setting klinis. Konsistensi tersebut memperkuat validitas penggunaan guided imagery sebagai terapi komplementer. Beberapa penelitian juga menekankan pentingnya dukungan psikologis dalam manajemen nyeri (Shah & Delianti, 2024). Data penelitian ini dapat dirangkum dalam tabel berikut yang menunjukkan implikasi klinis terhadap perubahan kondisi pasien selama intervensi.

Tabel 3. Perubahan Parameter Klinis (Skala Nyeri, Denyut Nadi, dan Tekanan Darah) pada Pasien Pasca Operasi Carcinoma Mammae Sinistra Selama Intervensi Guided Imagery

Aspek Klinis	Kondisi Awal	Kondisi Akhir	Interpretasi
Skala Nyeri	7	3	Penurunan signifikan
Nadi	112 x/menit	83 x/menit	Stabilisasi fisiologis
Tekanan Darah	130/65 mmHg	101/73 mmHg	Penurunan respons stres

Tabel tersebut menunjukkan adanya perbaikan klinis yang konsisten selama intervensi berlangsung. Data ini mengindikasikan efektivitas pendekatan integratif dalam manajemen nyeri. Respons pasien terhadap guided imagery menunjukkan adanya peningkatan kemampuan adaptasi terhadap nyeri. Pasien melaporkan perasaan lebih tenang setelah mengikuti sesi relaksasi terstruktur. Kondisi ini menunjukkan bahwa intervensi memiliki efek psikologis positif selain efek fisiologis. Pengalaman subjektif pasien menjadi indikator penting dalam evaluasi efektivitas terapi. Hal ini sesuai dengan pendekatan keperawatan yang menekankan pengalaman pasien sebagai data klinis utama. Evaluasi subjektif ini memperkuat hasil pengukuran objektif yang diperoleh.

Implementasi guided imagery juga menunjukkan peran penting edukasi keperawatan dalam keberhasilan terapi. Perawat berperan dalam memberikan instruksi yang jelas dan terstruktur kepada pasien. Keterampilan komunikasi terapeutik menjadi faktor penentu dalam keberhasilan intervensi. Lingkungan yang tenang dan mendukung turut memengaruhi efektivitas terapi. Kondisi ini menunjukkan pentingnya pendekatan lingkungan dalam manajemen nyeri. Faktor eksternal ini sering kali menjadi bagian integral dalam keberhasilan intervensi non-farmakologis.

Relevansi hasil penelitian ini terhadap praktik keperawatan berbasis bukti sangat signifikan. Guided imagery dapat dijadikan bagian dari standar intervensi keperawatan pada pasien pasca operasi. Pendekatan ini mendukung pengembangan praktik keperawatan yang lebih humanistik dan holistik. Selain itu, intervensi ini dapat meningkatkan kepuasan pasien terhadap pelayanan kesehatan. Integrasi terapi komplementer menjadi bagian dari inovasi dalam asuhan keperawatan modern. Hal ini memperkuat posisi perawat sebagai pemberi asuhan komprehensif.

Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa guided imagery memiliki potensi klinis dalam manajemen nyeri akut pasca operasi. Meskipun terdapat keterbatasan metodologis, temuan ini tetap memberikan kontribusi penting bagi pengembangan praktik keperawatan. Integrasi terapi farmakologis dan non-farmakologis terbukti memberikan hasil yang lebih optimal. Pendekatan ini memperkuat konsep perawatan holistik berbasis bukti. Penelitian lanjutan dengan desain eksperimental diperlukan untuk memperkuat validitas temuan. Hasil ini menjadi dasar pengembangan intervensi keperawatan yang lebih sistematis dan terstandarisasi.

KESIMPULAN

Hasil studi kasus menunjukkan bahwa penerapan terapi guided imagery pada pasien pasca operasi carcinoma mammae sinistra memberikan kontribusi dalam penurunan intensitas nyeri akut yang diukur melalui skala NRS, disertai perbaikan parameter fisiologis berupa stabilisasi tekanan darah dan penurunan denyut nadi. Efektivitas intervensi terlihat melalui pola penurunan nyeri yang konsisten selama tiga hari observasi, meskipun tetap terdapat pengaruh signifikan dari terapi farmakologis ketorolac sebagai analgesik utama. Mekanisme kerja guided imagery yang melibatkan relaksasi psikologis, distraksi kognitif, dan aktivasi respon parasimpatis menunjukkan peran penting dalam

modulasi persepsi nyeri pasien. Integrasi terapi farmakologis dan non-farmakologis menghasilkan pendekatan multimodal yang lebih optimal dalam manajemen nyeri pasca operasi. Keterbatasan desain studi kasus tunggal membatasi generalisasi hasil sehingga diperlukan penelitian lanjutan dengan desain eksperimental dan sampel lebih besar untuk memperoleh bukti yang lebih kuat terkait efektivitas terapi ini dalam praktik keperawatan klinis.

DAFTAR PUSTAKA

- Angraini, S. S., Morika, H. D., Marlinda, R., & MP, A. H. (2025). Efektifitas Terapi Guided Imagery Terhadap Penurunan Nyeri Pada Pasien Post Appendektomi Di Rsup Dr. M. Djamil Padang. *Jurnal Abdimas Saintika*, 7(2), 66-71. <http://dx.doi.org/10.30633/jas.v7i2.30636>.
- Arfina, A., Zul'irfan, M., & Erlin, F. (2025). Penerapan Terapi Guided Imagery Untuk Mengurangi Nyeri Akut Pada Pasien Post Op Ca Mammae Di Ruang Tulip Di Rsud Arifin Achmad Provinsi Riau. *Medic Nutricia: Journal Ilmu Kesehatan*, 18(3), 71-80. <https://doi.org/10.5455/mnj.v1i2.644>.
- Chou, R., Gordon, D. B., de Leon-Casasola, O. A., Rosenberg, J. M., Bickler, S., Brennan, T., ... & Wu, C. L. (2016). Management of Postoperative Pain: a clinical practice guideline from the American pain society, the American Society of Regional Anesthesia and Pain Medicine, and the American Society of Anesthesiologists' committee on regional anesthesia, executive committee, and administrative council. *The journal of pain*, 17(2), 131-157. <https://doi.org/10.1016/j.jpain.2015.12.008>.
- Delgado, E. (2022). Penanganan nyeri pasca operasi. Apoteker AS. <https://www.uspharmacist.com/article/the-management-of-postoperative-pain>
- Despitarsari, L., Alisa, F., Amelia, W., Desnita, R., Sastra, L., Andika, M., ... & Sari, F. R. (2023). Manajemen Nyeri Pada Pasien Post Operasi Dengan Pemberian Terapi Hipnotis Lima Jari Di Ruang Bedah Rsup M. Natsir Solok. *Jurnal Abdi Mercusuar*, 3(2), 001-007. <https://doi.org/10.36984/jam.v3i2.382>.
- DPP PPNI (2018). Standar Output dan Kriteria Hasil Indonesia. Pengertian dan Kriteria Hasil Keperawatan, Edisi I. Jakarta:
- Fadli, RJ, & Susilo, C. (2025). Penerapan terapi guided imagery untuk mengurangi nyeri pasca operasi pada pasien susu CA di ruang Dahlia Rumah Sakit Dr. H. Koesnadi Bondowoso. *Jurnal Keperawatan Malahayati*, 19(1). <https://doi.org/10.5455/mnj.v1i2.644>
- Gao, L., Mu, H., Lin, Y., Wen, Q., & Gao, P. (2023). Review of the Current Situation of Postoperative Pain and Causes of Inadequate Pain Management in Africa. *Journal of pain research*, 16, 1767–1778. <https://doi.org/10.2147/JPR.S405574>.
- Idaroyani, I., Tanra, A. H., Harahap, M. W., Dwimartyono, F., & Hasbi, B. E. (2025). Karakteristik Penggunaan Analgesik Pada Pasien Pasca Bedah Kanker Payudara Di Rumah Sakit Ibnu Sina Makassar Tahun 2023-2024. *Jurnal Ilmu Kedokteran dan Kesehatan*, 12(3), 614-620. <https://doi.org/10.33024/jikk.v12i3.18928>.
- Jamil, A. R., Hadi, J., & Munandar, I. (2024). Tumor Mammae. *Scientific Journal*, 3(6), 398-409. <https://doi.org/10.56260/scienc.v3i6.175>.
- Kendrick, C., Sliwinski, J., Yu, Y., Johnson, A., Fisher, W., Kekecs, Z., & Elkins, G. (2016). Hypnosis for Acute Procedural Pain: A Critical Review. *The International journal of clinical and experimental hypnosis*, 64(1), 75–115. <https://doi.org/10.1080/00207144.2015.1099405>.
- 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. <https://doi.org/10.33655/mak.v6i1.129>.
- Milenia, R. R. F. D., Murtaqib, M., Nistiandani, A., & Setyowati, S. (2023). Aplikasi Terapi Guided Imagery Untuk Mengurangi Nyeri Akut Pada Ny. S Dengan Ca Mammae: Studi Kasus. *Jurnal Keperawatan Klinis dan Komunitas (Clinical and Community Nursing Journal)*, 7(3), 137-143. <https://doi.org/10.22146/jkkk.87315>.
- Organisasi Kesehatan Dunia. (2023). Lembar fakta kanker. <https://www.who.int>
- Organisasi Kesehatan Dunia. (2026). Kanker payudara. <https://www.who.int/news-room/factsheets/detail/breast-cancer>

- Pasaribu, MAK, & S. (2023). Pengaruh Pemberian Terapi Murotal Terhadap Penurunan Skala Nyeri Post Operasi Mastektomi Ca Mammae. *Jurnal Keperawatan Mandiri (JKM)*, 3(1), 60–64. <https://doi.org/10.36086/jkm.v3i1.1581>.
- Posadzki, P., & Ernst, E. (2011). Guided imagery for musculoskeletal pain: a systematic review. *The Clinical journal of pain*, 27(7), 648–653. <https://doi.org/10.1097/AJP.0b013e31821124a5>.
- PPNI (2018). Standar Diagnostik Keperawatan Indonesia. Definisi dan Indikator Diagnostik, Edisi I. Jakarta:
- PPNI DPP (2018). Standar Intervensi Keperawatan Indonesia. Pengertian dan Tindakan Keperawatan, Edisi I. Jakarta: PPN DPP.
- Salati, S. A., Alsulaim, L., Alharbi, M. H., Alharbi, N. H., Alsenaid, T. M., Alaodah, S. A., Alsuhaibani, A. S., & Albaqami, K. A. (2023). Postmastectomy Pain Syndrome: A Narrative Review. *Cureus*, 15(10), e47384. <https://doi.org/10.7759/cureus.47384>
- Shah, A. Y., & Delianti, N. (2024). Efektivitas terapi guided imagery terhadap tingkat stres pada mahasiswa tingkat akhir dalam menyelesaikan karya tulis ilmiah. *Holistik Jurnal Kesehatan*, 17(10), 951–958. <https://doi.org/10.33024/hjk.v17i10.13255>.
- Sijabat, T., & Hasibuan, M. T. D. (2024). Pengaruh Guided Imagery Terhadap Skala Nyeri Pada Pasien Cancer Mamae Di Murni Teguh Memorial Hospital. *Indonesian Trust Health Journal*, 7(2), 117-120. <https://doi.org/10.37104/ithj.v7i2.270>.
- Syokumawena, S., Mediarti, D., & Amelia, R. (2025). Implementasi Keperawatan Manajemen Nyeri Pada Pasien Post Operasi Mastektomi Dengan Masalah Nyeri Akut. *JKM: Jurnal Keperawatan Merdeka*, 5(1), 36-42. <https://doi.org/10.36086/jkm.v5i1.2722>.
- Tambun, Y. M., Karina, K., & Sukron, S. (2025). Penerapan teknik relaksasi otot progresif (ROP) untuk menurunkan tingkat nyeri pada pasien kanker payudara: Studi kasus. *JOURNAL OF Qualitative Health Research & Case Studies Reports*, 5(7), 1185-1191. <https://doi.org/10.56922/quilt.v5i7.1525>.