

PENGARUH AFIRMASI POSITIF TERHADAP PENURUNAN NYERI PADA PASIEN POST OPERASI BPH

Sukesih^{a*}, Elsy Maria Rosa^b

^aSTIKES Muhammadiyah Kudus

^asukesih@stikesmuhkudus.ac.id

^bUniversitas Muhammadiyah Yogyakarta

^belsye@umy.ac.id

Abstrak

Masalah nyeri merupakan masalah yang sering dialami oleh pasien post operasi BPH. Salah satu penatalaksanaan non farmakologi adalah pemberian afirmasi positif yang bertujuan untuk mempengaruhi pikiran bawah sadar sehingga rangsangan nyeri teralihkan. Tujuan penelitian untuk mengetahui pengaruh afirmasi positif terhadap penurunan nyeri pada pasien post operasi BPH. Metode penelitian jenis penelitian yang digunakan adalah *quasi experiment* dengan analisis data menggunakan uji *time series*, instrument nyeri menggunakan VAS dan instrument afirmasi positif menggunakan buku kerja. Populasi dalam penelitian ini adalah 30 pasien postoperasi BPH yang terdiri dari 15 kelompok intervensi dan 15 kelompok kontrol dengan tehnik total sampling. Hasil penelitian hasil uji *time series* nilai *mean absolute persentage error* (MAPE) pada kelompok intervensi penurunan nyeri pre hari ke 1 sebelum afirmasi 5,582, post hari ke 1 sesudah afirmasi 10,867, post hari ke 2 sesudah afirmasi 15,461, post hari ke 3 sesudah afirmasi 20,461, post hari ke 4 sesudah afirmasi 30,384 mendekati 1 yang artinya nilai model peramalan terdapat penyesuaian yang besar untuk setiap kesalahan yang terjadi pada nilai model ramalan sebelumnya sehingga hasil perlakuan afirmasi positif mempengaruhi secara signifikan terhadap penurunan nyeri. Sedangkan pada kelompok kontrol penurunan nyeri pre hari ke 1 sebelum afirmasi 4,867, post hari ke 1 sesudah afirmasi 8,288, post hari ke 2 sesudah afirmasi 11,452, post hari ke 3 sesudah afirmasi 17,542, post hari ke 4 sesudah afirmasi 21,279 mendekati nol yang artinya nilai model peramalan sangat mirip dengan nilai model sebelumnya sehingga hasil perlakuan afirmasi positif mempengaruhi secara tidak signifikan terhadap penurunan nyeri. Simpulan ada pengaruh afirmasi positif terhadap penurunan nyeri pada pasien post operasi BPH.

Kata kunci: Afirmasi positif, nyeri

Abstract

Pain are problems that often occur in patients after post operation of BPH. One of the non-pharmacological management is to give positive affirmation to influence the subconscious mind thus pain stimuli is distracted. Objective to determine the effect of positive affirmation to the pain reduction increase in patients with postoperative BPH. Methods this type of study was quasi experiment with design time series, Instrument and instrument of pain using the VAS positive affirmation using the workbook. The population in this study were 30 patients of post operation of BPH consisting of 15 intervention and 15 control group by using total sampling technique. Result the test results of time series values mean absolute The percentage error (MAPE) on pain reduction pre harike 1 before affirmation 5.582, post day 1 after affirmation 10.867, post day 2 after affirmation 15.461, post day 3 after affirmation 20.461, post day 4 after affirmation 30.384 close to 1, which means there is an adjustment value forecasting models are great for any errors in the value of the previous forecast model so that the positive affirmation treatment significantly affect pain reduction. While in the control group decrease of pre day 1 pain before affirmation 4,867, post day 1 after affirmation 8,288, post day 2 after affirmation 11,452, post day 3 after affirmation 17,542, post day 4 after affirmation 21,279 close to zero meaning value The forecasting model is very similar to the value of the previous model so that the positive affirmation treatment affects insignificantly on the decrease of pain. Conclusion There was positive affirmation effect on pain reduction increase in patients with post operation of BPH.

Keywords: positive affirmations, pain.

I. PENDAHULUAN

Benigna Prostate Hiperplasia (BPH) merupakan pembesaran progresif dari kelenjar prostat, bersifat jinak disebabkan oleh *hiperplasia* beberapa atau semua komponen prostat yang mengakibatkan penyumbatan *uretra pars prostatica*.⁴ Hasil penelitian di Amerika menurut Wibowo (2009) menunjukkan data bahwa semakin bertambahnya usia maka angka kejadian BPH semakin tinggi, hal ini berlaku sama dengan kejadian di Indonesia yaitu 50 % kejadian BPH dialami oleh laki-laki yang berusia 60-70 tahun dan 80% dialami oleh laki-laki yang berusia 80 tahun.

Jumlah pasien yang melakukan operasi BPH di rumah sakit RAA Soewondo Pati berdasarkan catatan rekam medis pada bulan November 2015 sampai dengan Januari 2016 sebanyak 30 pasien. Berdasarkan wawancara dan observasi di ruang Bougenfile dan ruang mawarkeluhan pasien yang dirasakan post operasi BPH adalah nyeri di daerah post operasi seperti perih dan panas, nyeri pada bagian penis karena tekanan balon kateter dan fiksasi yang terlalu kuat.

Nyeri merupakan pengalaman sensori dan emosional yang tidak menyenangkan akibat dari kerusakan jaringan yang aktual atau potensial sehingga terjadi pelepasan mediator nyeri seperti *histamin*, *bradikinin*, *prostaglandin* dan *serotonin* yang merangsang *nosiseptor* atau reseptor nyeri kemudian menghantarkan serabut tipe A dan serabut tipe C menuju medulla spinalis, sistem aktivasi *retikular*, *hipotalamus* dan sistem limbik ke otak (*korteks somatosensorik*) sehingga terjadinya persepsi nyeri¹. Nyeri operasi merupakan efek klinis dari tindakan pembedahan dan tanda peringatan bahwa terjadi kerusakan jaringan yang harus menjadi pertimbangan utama dalam pemberian asuhan keperawatan. Nyeri post operasi harus menjadi perhatian utama dari perawat profesional dalam merawat pasien post operasi, karena adanya nyeri dapat menyebabkan gangguan intake nutrisi dan aktifitas-istirahat pasien, dan pada akhirnya berkontribusi pada komplikasi sehingga memperpanjang masa perawatan pasien.³

Pelaksanaan manajemen nyeri non-farmakologi di lapangan belum sepenuhnya dilakukan oleh perawat dalam mengatasi nyeri, kebanyakan perawat melaksanakan program terapi hasil dari kolaborasi dengan dokter diantaranya adalah pemberian analgesik yang memang mudah dan cepat dalam pelaksanaannya di bandingkan dengan penggunaan intervensi manajemen nyeri non-farmakologi.

Tujuan dari manajemen atau intervensi nyeri adalah mengubah persepsi klien tentang nyeri, mengubah perilaku nyeri, dan memberi klien rasa pengendalian yang lebih besar.⁷ Salah satu tindakan non farmakologi untuk menurunkan nyeri yang sudah diterapkan di rumah sakit RAA Soewondo Pati adalah perawat menganjurkan pasien untuk tarik nafas dalam ketika nyeri datang dan menganjurkan pasien untuk miring kanan dan miring kiri setelah post operasi hari ke 3. Intervensi non farmakologi merupakan terapi pelengkap dalam mengurangi dan mengontrol nyeri, intervensi ini dapat mencakup intervensi fisik dan perilaku kognitif.¹¹ Dalam mengurangi nyeri pada pasien post operasi BPH salah satu teknik yang dapat digunakan adalah afirmasi positif, saat ini model pemberian afirmasi positif masih belum digunakan karena perawat belum mengerti prosedur pelaksanaannya.

Beberapa penelitian yang telah dilakukan terkait pemberian afirmasi positif adalah penelitian yang dilakukan oleh Wahyuni (2012) didapatkan bahwa ada pengaruh afirmasi positif pada anak usia sekolah terhadap tingkat kecemasan akibat hospitalisasi di ruang bougenfile RSUD Kudus. Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa hasil analisis uji *wilcoxon signed rank test* didapatkan nilai $p\text{ value} = 0,005$ ($p\text{ value} < \alpha 0,05$).

II. METODE PENELITIAN

Penelitian ini menggunakan *quasi eksperimen* dengan *time series*. Rancangan penelitian ini bertujuan untuk mengetahui perlakuan afirmasi positif yang dilakukan berulang terhadap penurunan nyeri dan peningkatan mobilisasi pada pasien post operasi BPH berdasarkan perjalanan waktu.

Sampel penelitian menggunakan total sampling yaitu 30 responden terbagi dua yaitu 15 kelompok intervensi dan 15 kelompok kontrol.

Pengumpulan data dilakukan setelah menetapkan kelompok responden. Kedua kelompok dibedakan

ruangan sesuai kelas rumah sakit untuk meminimalkan interaksi. Data pra intervensi diambil untuk mengidentifikasi tingkat nyeri pasien post operasi BPH sebelum mendapatkan penatalaksanaan nyeri dengan menggunakan VAS. Pemberian afirmasi positif dilakukan 1 kali selama 5 hari pada kelompok intervensi kemudian evaluasi dilakukan di hari ke 5, waktu mengucapkan afirmasi positif selama 10 menit dengan waktu ketika bangun tidur, setelah istirahat atau meditasi dan sebelum tidur agar pernyataannya lebih sugestif karena berada pada saat gelombang otak sedang *reseptif*, kondisinya dengan penuh harapan seperti dalam doa.

III. HASIL DAN PEMBAHASAN

A. Hasil

Distribusi umur responden antara kelompok intervensi dan kontrol adalah sebagian besar yang berumur 50-65 tahun sebanyak 7 orang (46,7%) dan sebagian kecil > 80 tahun sebanyak 3 orang (20,0%) pada kelompok intervensi. Pada kelompok kontrol sebagian besar umur responden 66-80 tahun sebanyak 8 orang (53,4%) dan sebagian kecil > 80 tahun sebanyak 1 orang (6,6%)

Tabel 1. Tabel Distribusi Frekuensi Karakteristik Responden Berdasarkan Umur

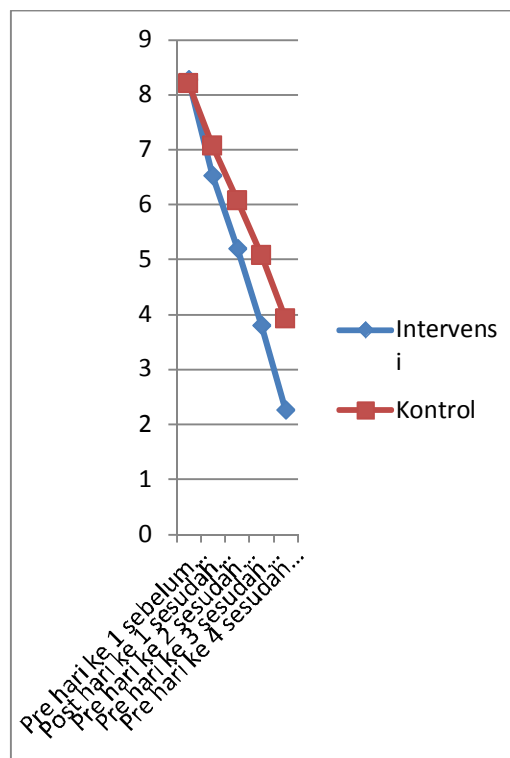
Variabel	Kontrol		Intervensi		Total	
	f	%	f	%	f	%
Umur						
50-65	6	40,0	7	46,7	13	43,3
66-80	8	53,4	5	33,3	13	43,3
> 80	1	6,6	3	20,0	4	13,4

Hasil uji *time series* nilai *mean absolute persentage error* (MAPE) yaitu hari ke 1 pre afirmasi positif (5,582), hari ke 1 post afirmasi positif (10,014), hari ke 2 post afirmasi positif

(15,434), hari ke 3 post afirmasi positif (20,461), hari ke 4 post afirmasi positif (30,384). Nilai *mean absolute error* (MAE) yaitu hari ke 1 pre afirmasi positif (,467), hari ke 1 post afirmasi positif (,513), hari ke 2 post afirmasi positif (,558), hari ke 3 post afirmasi positif (,767), hari ke 4 post afirmasi positif (,965). Nilai *mean absolute persentage error* (MAPE) dan nilai *mean absotule error* (MAE) mendekati 1 yang artinya nilai model peramalan terdapat penyesuaian yang besar untuk setiap kesalahan yang terjadi pada nilai model ramalan sebelumnya sehingga hasil perlakuan afirmasi positif mempengaruhi secara signifikan terhadap penurunan nyeri.

Grafik 1.

Rata-rata Penurunan Nyeri Pre Hari Ke 1 Sebelum Afirmasi Positif Dan Post Hari Ke 1 Sampai Hari Ke 4 Sesudah Dilakukan Afirmasi Positif Pada Kelompok Intervensi Dan Kelompok Kontrol.



B. Pembahasan

Hasil penelitian menunjukkan persentase umur responden mayoritas berada pada rentang umur 66-80 tahun yaitu sebanyak 8 (53,5%). Menurut Purnomo (2011) Terdapat perubahan mikroskopik pada prostat laki-laki usia 30-40 tahun bila perubahan mikroskopik ini berkembang maka akan terjadi perubahan patologik anatomi yang terjadi pada laki-laki

usia 60 tahun, dan angka kejadiannya sekitar 50%, untuk usia > 60 tahun. Umur sangat erat kaitannya dengan proses penuaan, penambahan usia akan meningkatkan perubahan keseimbangan testotestosterone dan estrogen yang dapat terjadi pada usia 50 tahun keatas.

Hasil ini sejalan dengan hasil penelitian yang dilakukan oleh Wantonoro (2015) yang menyatakan bahwa peningkatan jumlah pasien BPH terjadi pada usia > 60 tahun. Hasil penelitian ini juga sesuai dengan Sriyatun (2013) yang menjelaskan bahwa umur merupakan salah satu faktor yang dapat mempengaruhi kesehatan seseorang, di negara berkembang kebanyakan penderita BPH berusia antara 60 sampai 80 tahun karena proses penuaan.

Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa pre hari ke 1 sebelum dilakukan afirmasi positif dan post hari ke 1 sampai hari ke 4 sesudah dilakukan afirmasi positif pada kelompok intervensi kemudian evaluasi dilakukan setiap hari untuk penurunan nyeri pada jam 20.00 WIB, waktu mengucapkan Afirmasi positif selama 10 menit dengan waktu ketika bangun tidur, setelah istirahat atau meditasi dan sebelum tidur agar pernyataannya lebih sugestif karena berada pada saat gelombang otak sedang *reseptif*, kondisinya dengan penuh harapan seperti dalam doa, afirmasi yang dilakukan responden adalah dengan cara mengulang kata “Saya yakin nyeri berkurang, saya bisa miring kanan dan kiri, saya bisa duduk, saya bisa berjalan”.

Berdasarkan hasil yang diperoleh dalam penelitian ini menunjukkan bahwa afirmasi positif mempunyai pengaruh yang signifikan terhadap penurunan nyeri dengan melihat nilai *mean absolute percentage error* (MAPE) dan nilai *mean absolute error* (MAE) mendekati 1 yang artinya nilai model peramalan terdapat penyesuaian yang besar untuk setiap kesalahan yang terjadi pada nilai model ramalan sebelumnya sehingga hasil perlakuan afirmasi positif mempengaruhi secara signifikan terhadap penurunan nyeri pada kelompok intervensi.

Berdasarkan hasil yang diperoleh dalam penelitian ini, terlihat bahwa pemberian afirmasi positif mempunyai pengaruh yang signifikan terhadap penurunan nyeri perbedaan yang signifikan antara kelompok intervensi maupun kelompok kontrol dikarenakan bahwa pada pengukuran dilakukan afirmasi positif terhadap nyeri pada pasien BPH pasien mengalami nyeri dibagian operasi seperti rasa perih dan panas, nyeri dibagian penis karena fiksasi yang terlalu kencang menarik penis dan balon kateter yang mendesak dibagian kandung kemih, ekspresi nyeri dengan meringis sambil dahi berkerut dan gelisa, nyeri sesudah dilakukan afirmasi positif ditunjukkan dengan sikap responden yang masih mampu berkomunikasi aktif, tersenyum, bercanda, dan ceria.

Nyeri secara fisiologis timbul ketika suatu jaringan mengalami cedera atau kerusakan mengakibatkan dilepasnya bahan – bahan yang dapat menstimulus reseptor nyeri seperti serotonin, histamin, ion kalium, bradikinin, prostaglandin, dan substansi P yang akan mengakibatkan respon nyeri dan juga dapat disebabkan stimulus mekanik seperti pembengkakan jaringan yang menekan pada reseptor nyeri.² Menurut Tamsuri (2007) proses penghantaran transmisi nyeri disalurkan ke susunan syaraf pusat oleh 2 sistem serat (serabut) antara lain: 1). Serabut A – delta ($A\delta$) Bermielin dengan garis tengah 2 – 5 m yang menghantar dengan kecepatan 12 – 30 m/detik yang disebut juga nyeri cepat (test pain) dan dirasakan dalam waktu kurang dari satu detik, serta memiliki lokalisasi yang dijelas dirasakan seperti ditusuk tajam berada dekat permukaan kulit. 2). Serabut C, merupakan serabut yang tidak bermielin dengan garis tengah 0,4 – 1,2 m/detik disebut juga nyeri lambat di rasakan selama 1 detik atau lebih, bersifat nyeri tumpul, berdenyut atau terbakar.

Afirmasi positif bekerja melalui pikiran bawah sadar yang melewati *Reticular Activating System* (RAS) yang merupakan pintu gerbang pikiran bawah sadar tanpa seleksi dari otak sisi kiri. Sugesti yang ditanamkan menggunakan bahasa yang sederhana, mudah dimengerti dan spesifik serta menggunakan kata “bayangkan” atau

“rasakan”.⁵ Afirmasi positif yang diberikan yaitu mengulang kata “Saya yakin nyeri berkurang”. Setelah pesan tersebut mengendap dalam pikiran bawah sadar maka pesan tersebut akan ditransmisikan ke pikiran sadar yang menyebabkan perubahan perilaku baru, ingatan dan suasana emosi yang baru yang didasarkan pada pesan yang sudah tertanam dalam pikiran bawah sadar. *The power of suggestion* (kekuatan kata-kata dalam sugesti), suasana lingkungan dan emosi adalah stimulus eksternal berupa suatu pesan yang ditanamkan kedalam pikiran bawah sadar.⁹ Penelitian selanjutnya afirmasi positif digunakan sebagai alternatif manajemen nyeri bagi pasien yang mengalami masalah nyeri.

IV. KESIMPULAN

Ada pengaruh afirmasi positif terhadap penurunan nyeri pada pasien post operasi BPH. Rata-rata penurunan nyeri kelompok intervensi dan kelompok kontrol sesudah dilakukan afirmasi positif hari ke 1 sampai hari ke 4 menunjukkan adanya perbedaan

DAFTAR PUSTAKA

- Herdman, T.H. (2012). *NANDA 2012 – 2014 Diagnosa Keperawatan Definisi dan Klasifikasi*. EGC: Jakarta.
- Kozier dkk, (2010). *Buku Ajar Fundamental Keperawatan: Konsep, Proses & Praktik edisi VII Volume 1*. Jakarta: EGC.
- Macintyre, P.E., Schug, S.A., Scott, D.A., Visser, E.J., & Walker, S.M. (2010). *Acute pain management: scientific evidence (3rd edition)*, APM: SE Working Group of the Australian and New Zealand College of Anaesthetists and Faculty of Pain Medicine. ANZCA & FPM: Melbourne.
- Muttaqin, A. (2011). *Asuhan Keperawatan Gangguan Sistem Perkemihan*. Jakarta: Salemba Medika
- Nabahan, Margaretha. (2010). *Teknik Afirmasi dan Visualisasi*. <http://kesehatan.com/2010/04/04/teknik-afirmasi-dan-visualisasi/>. Diunduh tanggal 30 April 2016.
- Nursalam dan B, Fransisca. (2009). *Asuhan Keperawatan pada pasien dengan gangguan sistem perkemihan*. Jakarta: Salemba Medika
- Potter., Perry. (2005). *Fundamental Keperawatan, Konsep, Proses dan Praktik*, Edisi 4, Volume 2, Jakarta : EGC.
- Purnomo, B.B. (2011). *Dasar-Dasar Urologi*. Edisi 3. Jakarta: Sagung Seto
- Prasodjo, Benard. (2010). Afirmasi. <http://prana-indonesia.com/artikel-2/apa-itu-afirmasi>.
- Sjamsuhidajat, R, Warko Karnadihardja, Theddeus O.H. Prasetyono, Reno Rudiman (ed). (2011). *Buku Ajar Ilmu Bedah*. Jakarta. EGC
- Smeltzer, S.C., & Bare, B.G. (2002). *Textbook of medical surgical nursing Brunner & Suddarth*. (11thed.). Lippincott William & Wilkins, a Wolter Kluwer busines: Philadelphia.
- Sriyatun, (2013). *Pengaruh Afirmasi positif terhadap pelaksanaan mobilisasi pada pasien post op operasi hari 1-5 di ruang cempaka 1 RSUD Kudus*. Skripsi. Prodi S1 Keperawatan STIKES Muhammadiyah Kudus
- Tamsuri, A. (2007). *Konsep dan penatalaksanaan nyeri*. Jakarta : EGC.
- Wahyuni. (2012). *Pengaruh Afirmasi Positif Pada Anak Usia Sekolah Terhadap Tingkat Kecemasan Akibat Hospitalisasi Di Ruang Bougenvile RSUD Kudus*. Skripsi. Prodi S1 Keperawatan STIKES Muhammadiyah Kudus
- Wantonoro, M. Dahlan. (2015). *Efektifitas Cognitive Behavioural Educational Intervention Pada Pasien Post Trans Urethral Resection Of The Prostate Di RS PKU Muhammadiyah Bantul* *Jurnal Kebidanan dan Keperawatan*, Vol. 11, No. 2, Desember 2015: 112-118
- Wibowo, J.R. (2010). *TUNA Atasi Pembesaran Prostat Jinak*, (Online), (<http://groups.yahoo.com/group/nasional-list/message/10197>), diakses 30 April 2016.