

BAB 4

HASIL DAN PEMBAHASAN

4.1. Gambaran Lokasi Penelitian

Penelitian dilakukan di Puskesmas Oesapa, Jalan Adi Sucipto, Kecamatan Kelapa Lima, Kota Kupang, Nusa Tenggara Timur. Secara geografis, Puskesmas ini berbatasan dengan Teluk Kupang di utara, Kecamatan Oebobo di selatan, Kecamatan Kupang Tengah di timur, dan Kecamatan Kota Lama di barat. Wilayah kerjanya seluas 15,31 km² (8,49% dari total Kota Kupang) dan mencakup kelurahan Oesapa, Oesapa Barat, Oesapa Selatan, Lasiana, serta Kelapa Lima. Area Puskesmas yang datar memungkinkan akses mudah dengan kendaraan roda dua maupun roda empat.

4.2. Hasil Penelitian

4.2.1. Karakteristik Tingkat Nyeri Sebelum Dilakukan Terapi *Guide Imagery*.

Hasil pengamatan nyeri selama tiga hari, yang dicatat melalui lembar observasi dengan NRS (*Numeric Rating Scale*), adalah sebagai berikut.

Tabel 4. 1 Karakteristik Tingkat Nyeri Sebelum Dilakukan Terapi *Guide Imagery*

Responden	Hari ke	Tingkat nyeri Sebelum intervensi
1	I	4
	II	3
	III	4
2	I	5
	II	6
	III	5

Sumber: Data Primer Hasil Penelitian Juli 2025

Berdasarkan tabel 4.1 diatas responden 1 dan 2 menunjukkan bahwa sebelum diberikan terapi *guide imagery* pada hari pertama sampai dengan hari ketiga menunjukkan tingkat nyeri sedang dan ringan.

4.2.2. Karakteristik Tingkat Nyeri Sesudah Dilakukan Terapi *Guide Imagery*.

Hasil pengamatan nyeri selama tiga hari menggunakan NRS (Numeric Rating Scale) menunjukkan data sebagai berikut.

Tabel 4. 2 Karakteristik Tingkat Nyeri Setelah Dilakukan Terapi *Guide Imagery*

Responden	Hari ke	Tingkat nyeri Setelah intervensi
1	I	3
	II	2
	III	2
2	I	3
	II	4
	III	3

Sumber: Data Primer Hasil Penelitian Juli 2025

Berdasarkan tabel 4.2 diatas responden 1 dan 2 menunjukkan bahwa setelah diberikan terapi *guide imagery* pada hari pertama sampai dengan hari ketiga menunjukkan pada tingkat nyeri ringan dan sedang

4.2.3. Hasil Evaluasi Penerapan Terapi *Guide Imagery* Untuk Mengurangi Nyeri Pada Penderita Kanker Payudara

Tabel 4. 3 Hasil Evaluasi Penerapan Terapi *Guide Imagery* pada Penderita Kanker Responden

Responden	Hari ke	Tingkat nyeri sebelum intervensi	Tingkat nyeri setelah intervensi
1	I	4	3
	II	3	2
	III	4	2
2	I	5	3
	II	6	4
	III	5	3

Berdasarkan tabel 4.3 responden 1 dan 2 menunjukkan bahwa setelah diberikan terapi *guide imagery* selama 3 hari didapatkan hasil bahwa kedua responden mengalami penurunan tingkat nyeri

4.3. Pembahasan

4.3.1. Mengidentifikasi Karakteristik Tingkat Nyeri Sebelum Dilakukan Terapi *Guide Imagery*.

Berdasarkan data yang diperoleh dan disajikan pada Tabel 4.1, sebelum terapi *guide imagery* diterapkan, tingkat nyeri pada responden pertama tergolong ringan hingga sedang (skor nyeri 3–4), sementara pada responden kedua, nyeri tergolong sedang (skor nyeri 5–6).

Penderita kanker payudara kerap mengalami nyeri kronis akibat perkembangan penyakit yang berlangsung secara agresif dan cepat. Pertumbuhan sel kanker yang tidak terkontrol dapat menyebabkan perubahan pada struktur dan fungsi jaringan tubuh, yang kemudian menimbulkan rasa nyeri (Kardiyudiani, Ni Ketut., Fathonah, Septiana., dan Novi Widyastuti Rahayu, 2018). Umumnya, keluhan nyeri ini muncul karena adanya tumor atau penyebaran kanker (metastasis), yang dapat menyerang tulang, sendi, otot, maupun jaringan ikat melalui invasi sel-sel kanker. Selain itu, massa tumor juga dapat menghasilkan atau merangsang terbentuknya mediator inflamasi di area lokal, yang selanjutnya mengaktifkan nosiseptor perifer dan memperkuat sensasi nyeri yang dirasakan pasien (Mahmud, Sudadi dan Muhammad Brian Ristiano, 2023).

Penelitian ini sejalan dengan hasil yang diperoleh oleh Milenia dkk. (2023), dimana sebelum tindakan dilakukan, sebagian besar responden mengalami nyeri dengan derajat ringan hingga sedang. Artinya, meskipun rasa sakit sudah muncul, tingkatnya belum terlalu parah, tetapi tetap bisa mengganggu kenyamanan dan aktivitas sehari-hari responden. Hasil penelitian menunjukkan bahwa menangani nyeri sejak awal sangat krusial untuk mencegah rasa sakit yang semakin parah dan komplikasi kesehatan yang lebih berat (Milenia, Rr. Reza Fitri Dwi dkk, 2023).

Tingginya intensitas nyeri pada pasien kanker payudara sebelum terapi *guide imagery* menunjukkan bahwa nyeri termasuk gejala utama yang berdampak signifikan dalam perjalanan penyakit kanker. Nyeri yang

dirasakan, mulai dari ringan hingga sedang, menunjukkan bahwa pertumbuhan tumor telah menimbulkan kerusakan pada jaringan tubuh. Kerusakan tersebut memicu proses peradangan yang menimbulkan rasa nyeri. Selain itu, tumor juga dapat memproduksi zat-zat tertentu yang merangsang saraf nyeri, sehingga sensasi nyeri menjadi lebih intens. emuan ini sesuai dengan penelitian terdahulu yang menunjukkan bahwa nyeri umumnya dialami oleh pasien kanker sebelum mereka menjalani terapi relaksasi, termasuk *guide imagery*.

4.3.2. Mengidentifikasi Karakteristik Tingkat Nyeri Setelah Dilakukan Terapi *Guide Imagery*.

Berdasarkan data pada tabel 4.2, setelah dilakukan terapi *guide imagery* selama tiga hari, responden pertama mengalami nyeri ringan dengan tingkat nyeri 2–3, sedangkan responden kedua merasakan nyeri yang bervariasi antara ringan hingga sedang dengan skor 3–4.

Pasien kanker payudara umumnya mengalami nyeri, terutama pada area payudara yang terdampak. Nyeri merupakan salah satu gejala paling sering muncul pada pasien kanker. Karena nyeri dapat disebabkan oleh berbagai faktor, identifikasi yang akurat sangat diperlukan agar intervensi yang diberikan tepat sasaran. Rasa nyeri umumnya digambarkan sebagai sensasi tidak nyaman atau menyakitkan, dan sering kali menjadi keluhan utama yang disampaikan oleh pasien. Selain itu, nyeri sering muncul bersamaan dengan gejala klinis lain yang terkait dengan kondisi penyakit atau cedera. *Guide imagery*, dikenal juga sebagai imajinasi terbimbing, termasuk metode non-farmakologis untuk meredakan nyeri. Cara kerjanya adalah dengan mengalihkan perhatian pasien dari rasa sakit ke pengalaman yang lebih positif dan menenangkan. Dengan membayangkan suasana yang menenangkan dan menyenangkan, pasien dapat mengurangi konsentrasi pada nyeri, sehingga tubuh lebih

mampu menoleransi rasa sakit dan tercipta ketenangan secara mental (Milenia, Alfi, 2021).

Temuan penelitian ini sejalan dengan hasil yang diperoleh Milenia dan rekan-rekannya (2023). Dalam penelitian tersebut dijelaskan bahwa setelah diberikan intervensi, sebagian besar pasien mengalami penurunan intensitas nyeri, yang berada pada tingkat ringan hingga sedang. Hal ini menunjukkan bahwa intervensi yang diterapkan cukup efektif dalam mengurangi rasa nyeri. Selain itu, hasil ini mengindikasikan bahwa terapi non-farmakologis, seperti yang digunakan dalam penelitian ini, dapat menjadi alternatif yang efektif untuk manajemen nyeri, terutama pada pasien dengan penyakit kronis seperti kanker payudara. Dengan berkurangnya nyeri, pasien merasa lebih nyaman dan kualitas hidup mereka meningkat (Milenia, Rr. Reza Fitri Dwi dkk, 2023).

Berdasarkan temuan yang diperoleh, peneliti menyimpulkan bahwa terapi guided imagery atau imajinasi terbimbing dapat menjadi metode yang efektif dalam membantu mengurangi rasa nyeri pada pasien kanker payudara. Setelah menjalani terapi selama tiga hari, kedua responden menunjukkan penurunan tingkat nyeri, yang menunjukkan bahwa terapi ini memberikan manfaat meskipun penerapannya singkat. Tetapi ini cukup mudah dilakukan, tidak menimbulkan efek samping, dan bisa dilakukan secara mandiri setelah pasien mendapatkan bimbingan. Selain mengurangi rasa sakit, terapi ini juga membuat pasien merasa lebih tenang dan nyaman secara mental. Oleh karena itu, *guide imagery* dapat menjadi pilihan tambahan yang baik dalam merawat pasien, terutama untuk membantu mereka menghadapi nyeri yang berlangsung lama. Terapi ini membuktikan bahwa penanganan nyeri tidak selalu bergantung pada obat-obatan, melainkan dapat dilakukan melalui metode yang lebih alami dan aman.

4.3.3. Mengidentifikasi Hasil Evaluasi Penerapan Terapi *Guide Imagery* Pada Penderita Kanker Payudara.

Berdasarkan Tabel 4.3, terlihat adanya penurunan tingkat nyeri pada kedua responden setelah dilakukan intervensi terapi *guide imagery* selama tiga hari berturut-turut. Evaluasi ini menunjukkan bahwa terapi tersebut memberikan dampak positif dalam mengurangi durasi nyeri yang dirasakan oleh pasien kanker payudara.

Guide imagery merupakan suatu metode yang memanfaatkan imajinasi atau daya khayal seseorang untuk memberikan pengaruh positif terhadap tubuh dan pikiran. Dalam metode ini, individu diajak membayangkan suasana atau tempat yang nyaman dan menenangkan agar merasa lebih santai. Prosesnya dimulai dengan meminta klien menutup mata perlahan, memusatkan perhatian pada pernapasan, kemudian berusaha mengosongkan pikiran sambil membayangkan hal-hal yang membawa ketenangan dan kedamaian. Manfaat *guide imagery* sebanding dengan teknik relaksasi lain, tetapi para pakar menyatakan bahwa metode ini sangat ampuh dalam meredakan nyeri, mempercepat pemulihan, serta membantu tubuh melawan berbagai penyakit

Hasil penelitian ini mendukung temuan Alif Milieana (2022), yang menunjukkan bahwa penerapan terapi *guided imagery* berpengaruh secara signifikan dalam mengurangi tingkat nyeri yang dialami responden. Kedua responden dalam penelitian tersebut mengalami penurunan nyeri yang cukup jelas setelah diberikan intervensi *guide imagery*, jika dibandingkan dengan kondisi sebelum terapi dilakukan. Hal ini menunjukkan bahwa teknik relaksasi dengan membayangkan suasana yang tenang dan menyenangkan dapat membantu mengalihkan perhatian dari rasa nyeri serta memberikan efek menenangkan, baik secara fisik maupun emosional. Oleh karena itu,

guide imagery terbukti efektif sebagai metode nonfarmakologis dalam manajemen nyeri, terutama pada pasien dengan penyakit kronis seperti kanker payudara.

Temuan penelitian menunjukkan bahwa penggunaan terapi *guided imagery* mampu mengurangi nyeri pada pasien kanker payudara secara efektif. Terapi ini membantu pasien menjadi lebih rileks dengan membayangkan hal-hal yang menenangkan, sehingga fokus mereka berpindah dari rasa sakit. Hasil selama tiga hari terapi menunjukkan bahwa nyeri pada kedua responden berkurang secara nyata. Selain mudah dilakukan dan tanpa efek samping, terapi ini juga bisa diajarkan kepada pasien agar mereka bisa melakukannya sendiri di rumah. *Guide imagery* tidak hanya mengurangi nyeri, tapi juga membantu menenangkan pikiran dan membuat pasien merasa lebih nyaman. Peneliti juga melihat bahwa hasil ini sesuai dengan penelitian Alif Milieana (2022), yang menunjukkan bahwa terapi *guide imagery* bisa menurunkan nyeri secara signifikan. Karena itu, metode ini sangat baik digunakan sebagai cara tambahan untuk mengatasi nyeri, terutama bagi pasien dengan nyeri yang berlangsung lama seperti pada kanker payudara.

4.4. Keterbatasan Penelitian

1. Responden cenderung mengalihkan pembicaraan ke topik yang lain yang tidak relevan, sehingga informasi yang dibutuhkan menjadi kurang fokus dan membutuhkan upaya lebih untuk mengarahkan kembali pembicaraan
2. Dalam proses pencarian responden, beberapa orang menolak untuk ikut serta dalam penelitian