

PENGARUH TERAPI DZIKIR TERHADAP SKALA NYERI PASIEN POST OPERASI

Nurul Jannah¹, Muskhab Eko Riyadi¹

¹ STIKes Surya Global, Banguntapan, Bantul, DI. Yogyakarta
muskhabekoriyadi@gmail.com

Effect of Dhikr Therapy on Post Operating Patient Pain Scale

Abstract: *The problem in post-operative patients is the pain that is felt due to the surgical wound. After the effects of anesthesia wear off, the patient will feel pain in the area where the surgery was performed. This will cause the patient to feel uncomfortable, uneasy, restless and various other feelings or mood disorders. Physiologically, dhikr will produce several medical and psychological effects, which will balance the serotonin and norepineprine levels in the body. This is a natural morphine that works in the brain which can make the heart and mind feel calm after dhikr. This study aims to determine the effect of dhikr therapy on pain scales in post-operative patients. Type of research is a pre-experiment one group pretest and posttest without control. Sampling using convenience sampling technique and statistical test using paired t test. The results of the study showed that the mean pain scale before treatment was 4.95 and the mean pain scale after being given dhikr therapy was 3.90. While the significance value is 0.000 ($p < 0.05$), so that there is an effect of dhikr therapy on the pain scale of postoperative patients. Nurses are expected to be able to apply dhikr therapy to patients who experience pain as an independent action by nurses in controlling pain and in reducing pain in postoperative patients.*

Keywords: *pain, dhikr therapy, post-operative.*

Abstrak: *Permasalahan pada pasien post operasi adalah rasa nyeri yang dirasakan akibat luka operasi. Setelah efek anestesi hilang maka pasien akan merasakan nyeri pada area dilakukan tindakan operasi. Hal ini akan mengakibatkan pasien merasa tidak nyaman, tidak tenang, gelisah dan berbagai gangguan perasaan atau mood lainnya. Secara fisiologis, dzikir akan menghasilkan beberapa efek medis dan psikologis yaitu akan membuat seimbang kadar serotonin dan norepineprin di dalam tubuh. Hal tersebut merupakan morfin alami yang bekerja di dalam otak yang dapat membuat hati dan pikiran merasa tenang setelah dzikir. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui pengaruh terapi dzikir terhadap skala nyeri pada pasien post operasi. Jenis penelitian ini adalah pra exsperiment one group pretest and posttest without control. Pengambilan sampel mempergunakan teknik convenience sampling dan uji statistik menggunakan uji paired t test. Hasil dari penelitian menunjukkan bahwa rerata skala nyeri sebelum perlakuan adalah 4,95 dan rerata skala nyeri sesudah diberikan terapi dzikir adalah 3,90. Sedangkan nilai signifikansi sebesar 0,000 ($p < 0,05$), sehingga terdapat pengaruh terapi dzikir terhadap skala nyeri pasien post operasi. Perawat diharapkan dapat mengaplikasikan terapi dzikir kepada pasien yang mengalami nyeri sebagai tindakan mandiri perawat dalam pengontrolan nyeri maupun dalam pengurangan nyeri pasien post operasi.*

Kata kunci: *nyeri, terapi dzikir, post operasi*

PENDAHULUAN

Pembedahan atau operasi merupakan tindakan pengobatan dengan cara membuka bagian tubuh yang akan ditangani (Rampengan et al., 2014). Permasalahan pada pasien post operasi adalah rasa nyeri yang dirasakan akibat luka operasi. Setelah efek anestesi hilang maka pasien akan merasakan nyeri pada area yang dilakukan tindakan pembedahan. Hal ini akan mengakibatkan kondisi pasien merasa tidak nyaman, tidak tenang, gelisah dan berbagai gangguan perasaan atau mood lainnya (Budiyanto et al., 2015).

Diperkirakan setidaknya 11% dari beban penyakit di dunia berasal dari penyakit atau keadaan yang sebenarnya bisa ditanggulangi dengan pembedahan. *World Health Organization* (WHO) menyatakan bahwa kasus bedah adalah masalah kesehatan masyarakat. Jumlah pasien dengan tindakan operasi dari data WHO di tahun 2015 bahwa dari tahun ke tahun jumlah pasien operasi mengalami peningkatan. Pada tahun 2015 terdapat 148 juta jiwa pasien di seluruh Rumah Sakit di dunia yang mengalami tindakan operasi, sedangkan di Indonesia sebanyak 1,2 juta jiwa pasien mengalami tindakan operasi dan menempati urutan ke 11 dari 50 pertama penanganan penyakit di Rumah Sakit se Indonesia dengan pasien operasi (Kemenkes, 2018).

Penelitian sebelumnya menunjukkan bahwa 64% pasien mengalami nyeri pada luka post operasi dengan rentang respon 4-6 (nyeri sedang). Setelah dilakukan pemberian relaksasi

terdapat pengaruh yang signifikan antara relaksasi dengan penurunan respon nyeri (Nurhayati, 2015).

Manajemen nyeri atau tindakan untuk mengurangi nyeri pada pasien post operasi ada beberapa cara yaitu dengan cara farmakologi dan non farmakologi. Strategi kompensasi yang dapat dilakukan untuk mengurangi beban dari masalah perasaan dihadapi adalah dengan mendekatkan, memfokuskan konsentrasi guna menenangkan pikiran, melalui ritual keagamaan atau aktivitas religiusitas. Aktifitas religiusitas yang dapat dilakukan adalah dengan mengingat Allah SWT melalui dzikir yang dijadikan sebagai terapi relaksasi bagi pasien (Budiyanto et al., 2015).

Dzikir akan membuat seseorang merasa tenang sehingga kemudian menekan kerja sistem saraf simpatis dan mengaktifkan kerja sistem saraf parasimpatis. Allah berfirman dalam Q.S. Ar-Ra'du ayat 29 yang berbunyi: "Orang-orang yang beriman dan hati mereka menjadi tentram dengan mengingat Allah SWT (dzikrullah). Ingatlah, hanya dengan mengingat Allahlah hati menjadi tentram" (Himawan et al., 2019).

Berdasarkan data dari Subag Medical Record Rumah Sakit Nur Hidayah Kabupaten Bantul, bahwa jumlah pasien yang melakukan tindakan operasi dari tahun ke tahun meningkat, pada tahun 2017 sebanyak 2670 pasien, pada tahun 2018 sebanyak 2693 orang, Sedangkan pada tahun 2019 periode bulan Januari sampai September 2019 sebanyak 1920 pasien yang telah melakukan operasi.

Sedangkan berdasarkan hasil observasi dan wawancara peneliti di ruang perawatan bedah Rumah Sakit Nur Hidayah Bantul, didapatkan informasi bahwa terdapat pasien post operasi pada hari pertama dimana responden mengatakan nyeri setelah operasi yang dirasakan seperti disayat dan termasuk dalam tingkat nyeri sedang, selain itu juga terdapat tiga pasien post operasi hari pertama yang sebagian besar memiliki tingkat nyeri yang bervariasi dari sedang sampai berat. Selain itu berdasarkan hasil studi pendahuluan diketahui bahwa untuk mengatasi nyeri seluruhnya menggunakan terapi analgesik namun perawat belum pernah memberikan terapi - terapi non farmakologi, baik itu nafas dalam maupun dzikir.

Adapun tujuan dari penelitian ini adalah untuk mengetahui pengaruh terapi dzikir terhadap skala nyeri pada pasien post operasi di Rumah Sakit Nur Hidayah Bantul.

METODE PENELITIAN

Penelitian ini adalah pre eksperimental dengan rancangan penelitian *one group pre-post test design without control* (Nursalam, 2017). Kriteria inklusi penelitian ini adalah pasien post operasi yang mengalami nyeri, beragama Islam, berusia 26-45 tahun, dan masih bisa berkomunikasi. Kriteria eksklusi penelitian ini adalah pasien yang mengalami kecemasan post-operasi, tidak sadar, mengalami gangguan fungsi neurologi dan masih dalam pengaruh efek obat anastesi. Populasi dalam penelitian ini adalah

seluruh pasien post operasi di ruang bedah Rumah Sakit Nur Hidayah Bantul. Besar sampel penelitian ini adalah 21 responden. Teknik sampling yang digunakan dalam penelitian ini yaitu *convenience* sampling. Penelitian dilaksanakan pada 15 Juli – 8 Agustus 2020.

Teknik pengumpulan data yang digunakan dalam penelitian ini menggunakan lembar *Numerical Rating Scale* (NRS) untuk menilai skala nyeri sebelum dan sesudah perlakuan terapi dzikir. Terapi ini dilakukan kurang lebih 10 menit yang setelah 2 jam dilakukan terapi dzikir kembali. Bacaan dzikir adalah istighfar 33 kali, tasbih 33 kali, tahmid 33 kali, takbir 33 kali serta tahlil 1 kali.

Analisa univariat dalam penelitian ini adalah untuk mengetahui distribusi frekuensi usia, jenis kelamin, pendidikan, jenis operasi dan skala nyeri sebelum dan sesudah perlakuan. Adapun analisa bivariat dalam penelitian ini menggunakan uji *paired t test*.

HASIL PENELITIAN

Tabel 1. Karakteristik responden berdasarkan pendidikan

No	Pendidikan Responden	Frekuensi	Prosentase
1	SD	5	23,8
2	SMP	7	33,3
3	SMA	6	28,6
4	S1	2	9,5
5	S2	1	4,8
Total		21	100%

Berdasarkan tabel 1 diatas dapat diketahui bahwa sebanyak 5 responden (23.8%) berpendidikan SD, 7 responden (33.3%)

berpendidikan SMP, 6 responden (28.6%) berpendidikan SMA, 2 responden (9.5%) berpendidikan S1, dan 1 responden (4.8%) berpendidikan S2.

Tabel 2. Karakteristik responden berdasarkan jenis operasi

No	Jenis Operasi Responden	Frekuensi	Prosentase
1	Apendectomy	5	23,8
2	Orthopedy	10	47,6
3	Ca Mamae	2	9,5
4	Katarak	2	9,5
5	Laparatomy	2	9,5
Total		21	100%

Berdasarkan tabel 2 diatas dapat diketahui bahwa sebagian besar jenis operasi dari responden penelitian ini adalah orthopedi, yaitu sebanyak 10 responden (47.6%).

Tabel 3. Karakteristik responden berdasarkan usia

No	Usia Responden	Frekuensi	Prosentase
1	26-35 tahun	7	33,3
2	36-45 tahun	14	66,7
Total		21	100%

Berdasarkan tabel 3 diatas dapat diketahui bahwa umur pasien post operasi, rentang usia 26-35 tahun yaitu sebanyak 7 responden (33.3%), rentang umur 36-45 tahun yaitu 14 responden (66.7%).

Tabel 6. Pengaruh terapi dzikir terhadap skala nyeri pasien post operasi

No	Kelompok Eksperimen	Mean	Mean Perubahan	SD	Nilai p
1	Sebelum perlakuan	4,59	1,05	0,590	0,000
2	Sesudah perlakuan	3,90			

Berdasarkan tabel 6 diatas dapat diketahui bahwa nilai mean perubahan sebesar 1.05, nilai standar deviasi sebesar 0,590 dan nilai probabilitas (p)

Tabel 4. Karakteristik responden berdasarkan jenis kelamin

No	Jenis Kelamin Responden	Frekuensi	Prosentase
1	Laki-laki	9	42,9
2	Perempuan	12	57,1
Total		21	100%

Berdasarkan tabel 4 diatas dapat diketahui bahwa sebanyak 9 responden (42.9%) berjenis kelamin laki-laki dan untuk perempuan sebanyak 12 responden (57.1%).

Tabel 5. Skala Nyeri Responden Sebelum dan Sesudah Terapi Dzikir

No	Skala Nyeri	Frekuensi	Mean	SD
1	Sebelum perlakuan	21	4.95	1.203
2	Sesudah perlakuan	21	3.90	0.995

Berdasarkan tabel 5 dapat diketahui bahwa skala nyeri pada pasien post operasi setelah 6 jam-12 jam post operasi di Rumah Sakit Nur Hidayah dengan jumlah 21 responden, rata-rata skala nyeri pasien sebelum diberikan terapi dzikir yaitu 4,95 dan setelah diberikan terapi dzikir rata-rata skala nyeri menjadi 3,90. Untuk standar deviasi sebelum diberikan terapi dzikir 1,203 dan setelah diberikan terapi dzikir yaitu 0,995.

sebesar 0,000 ($p < 0,005$), yang berarti terdapat pengaruh yang signifikan dari terapi dzikir terhadap skala nyeri pasien.

PEMBAHASAN

Berdasarkan tabel 3 diketahui sebagian besar responden berusia 35-45 tahun. Bahwa nyeri pasca operasi lebih dirasakan pada pasien usia dewasa tua dikarenakan kelompok tersebut lebih sensitif dalam merasakan nyeri dan lebih ingin melaporkan nyerinya dibanding dengan usia yang lebih muda (Prabandari et al., 2017).

Selain itu berdasarkan tabel 4 juga diketahui bahwa sebagian besar responden berjenis kelamin perempuan. Secara umum pria dan wanita tidak berbeda secara signifikan dalam berespon terhadap nyeri. Hanya beberapa budaya yang menganggap bahwa seorang anak laki-laki harus lebih berani dan tidak boleh menangis dibandingkan anak perempuan dalam situasi yang sama ketika merasakan nyeri (Prasetyo, 2010).

Permasalahan pada pasien post operasi adalah rasa nyeri yang dirasakan akibat luka operasi. Setelah efek anestesi hilang maka pasien akan merasakan nyeri pada area operasi setelah dilakukan tindakan operasi. Hal ini akan mengakibatkan kondisi pasien merasa tidak nyaman, tidak tenang, gelisah dan berbagai gangguan perasaan atau mood lainnya. Ketika seseorang dihadapkan pada suatu keadaan yang cenderung menimbulkan perasaan tertekan, maka mereka sangat membutuhkan sebuah kompensasi agar perasaan yang dirasakan tersebut bisa diatasi (Budiyanto et al., 2015).

Nyeri merupakan pengalaman yang menyeluruh dirasakan oleh semua manusia dan bersifat subjektif, sehingga nilainya dapat berbeda-beda dari satu orang dengan orang lain

serta bervariasi dirasakan oleh orang dari waktu ke waktu (Potter & Perry, 2010).

Berdasarkan tabel 5 diketahui bahwa rata-rata nyeri setelah dilakukan perlakuan sebesar 3,90. Nyeri yang dialami oleh responden setelah dilakukan perlakuan adalah karena efek dari pemberian terapi. Pemberian terapi dzikir dilakukan 6-12 jam setelah tindakan operasi sebagai pendamping atau kegiatan mandiri perawat, dari observasi respon nyeri klien yang menunjukkan perubahan respon nyeri berupa kenyamanan dan nyeri berkurang.

Penurunan nyeri timbul karena adanya kemampuan sistem saraf untuk mengubah berbagai stimulus mekanik, kimia, termal dan elektrik menjadi potensial aksi yang dijalarkan ke sistem saraf pusat. Stimulus mekanik yaitu pemberian terapi dzikir hal ini dikarenakan ini merupakan suatu bentuk asuhan keperawatan, yang dalam hal ini perawat mengajarkan kepada klien bagaimana cara melakukan teknik terapi dzikir ini dengan baik dan dapat menurunkan intensitas nyeri (Himawan et al., 2019).

Hasil penelitian ini juga sejalan dengan penelitian berikut yang menyatakan bahwa dengan pemberian intervensi terapi dzikir dapat menurunkan intensitas nyeri, dimana hasil yang diperoleh skor rerata nyeri mengalami penurunan, dari nilai rerata 5,90 turun menjadi 4,05. Dzikir dapat dijadikan sebagai terapi nonfarmakologi untuk dikombinasikan dengan terapi farmakologi sehingga skala nyeri seseorang dapat semakin dikendalikan (Kuswandari & Afsah, 2016).

Manajemen nyeri mempunyai beberapa tindakan atau prosedur baik secara farmakologis maupun nonfarmakologis. Prosedur secara farmakologis dilakukan dengan pemberian obat non opioid mencakup asetaminofen dan obat anti inflamatorydrug / NSAID, Opioid : secara tradisional dikenal dengan narkotik dan koanalgesik (adjuvants) atau analgesic yaitu untuk mengurangi atau menghilangkan rasa nyeri. Sedangkan secara non farmakologis dapat dilakukan dengan cara relaksasi, distraksi, stimulasi kuteneus dan herbal. Salah satu jenis relaksai yaitu melakukan meditasi dan dzikir (Yuliatun, 2014).

Saat ini telah dikembangkan terapi non-farmakologi berdasarkan Islam, yaitu dzikir. Dzikir adalah rangkaian kalimat yang diucapkan dalam rangka untuk mengingat Allah, serta usaha untuk selalu menjalankan segala perintah-Nya dan menjauhi segala larangan-Nya (Winarko, 2014). Secara fisiologis, dzikir akan menghasilkan beberapa efek medis dan psikologis yaitu akan membuat seimbang kadar serotonin dan norepineprin di dalam tubuh. Hal tersebut merupakan morfin alami yang bekerja di dalam otak yang dapat membuat hati dan pikiran merasa tenang setelah berdzikir (Hidayat, 2014).

Dzikir yang dilafalkan dengan baik dan benar sesuai dengan aturan ilmu tajwid akan berefek positif terhadap kesehatan tubuh. Dari kajian ilmu tajwid, dimana kalimat Laaha illallah dan astaghfirullah terdapat huruf jahr yang diulang tujuh kali, yaitu huruf lam (ل), dan dalam astaghfirullah terdapat huruf ghayn (غ), ra (ر), dan

dua buah huruf lam (ل), subhanallah (dua huruf jahr), Allahu Akbar (tiga huruf jahr), dan Alhamdulillah (dua huruf jahr). Akibatnya, udara yang keluar dari paru-paru melalui mulut lebih banyak. Dengan demikian, ketika menzikirkan kalimat - kalimat ini akan mengeluarkan karbondioksida lebih banyak saat udara dihembuskan keluar mulut. Efeknya, ketika seseorang melakukan dzikir secara intens dan khusyuk seraya memahami artinya maka pembuluh darah di otak akan membuat aliran CO₂ yang keluar dari pernapasan menjadi lebih banyak. Kadar CO₂ dalam otak pun akan turun secara teratur, tubuh pun akan segera menunjukkan kemampuan refleks rileks dan nyaman (Saleh, 2018).

Sejalan dengan penelitian berikut yang menyebutkan bahwa terdapat pengaruh dzikir terhadap penurunan skala nyeri pada ibu post *sectio cesarea*, karena dzikir akan membuat seseorang merasa tenang sehingga kemudian menekan kerja sistem saraf simpatis dan mengaktifkan kerja sistem saraf parasimpatis yang menimbulkan efek penurunan nyeri (Kuswandari & Afsah, 2016). Meditasi dzikir sebagai bentuk relaksasi untuk menurunkan nyeri pasca operasi juga memberikan dampak terhadap penurunan intensitas nyeri pada pasien pasca operasi fraktur (Nisriati et al., 2016).

PENUTUP

Terapi dzikir memberi pengaruh yang signifikan terhadap skala nyeri pasien post operasi karena ditemukan adanya perbedaan atau selisih

rerata skala nyeri sebelum dan sesudah perlakuan terapi dzikir. Perawat diharapkan dapat mengaplikasikan terapi dzikir kepada pasien yang mengalami nyeri sebagai tindakan mandiri perawat dalam pengontrolan nyeri maupun dalam pengurangan nyeri pasien post operasi.

DAFTAR PUSTAKA

- Budiyanto, T., Marifah, A., & Susanti, I. (2015). Pengaruh Terapi Dzikir Terhadap Intensitas Nyeri Pada Pasien Post Operasi Ca Mammaria Di RSUD Prof Dr Margono Soekarjo Purwokerto. *Jurnal Keperawatan Maternitas*, 3. <https://jurnal.unimus.ac.id/index.php/JKMat/article/view/4032/3750>
- Hidayat, S. (2014). Dzikir Khafi untuk Menurunkan Skala Nyeri Osteoarthritis pada Lansia. *Jurnal Wiraraja*. <https://ejournalwiraraja.com/index.php/JIK/article/view/119/90>
- Himawan, R., Rosiana, A., Yuli, S., & Ariyani, N. (2019). Pengaruh Terapi Dzikir Terhadap Tingkat Nyeri Pada Pasien Post Operasi Benigna Prostat Hyperplasia Di RSUD R.A .Kartini Jepara. *Jurnal Ilmu Keperawatan Dan Kebidanan*, 10. <http://ejr.stikesmuhkudus.ac.id/index.php/jikk/article/view/646>
- Kemenkes. (2018). *WHO : Masalah Kesehatan Masyarakat Indonesia Tahun 2015*. Kementerian Kesehatan Republik Indonesia.
- Kuswandari, R., & Afsah, Y. (2016). *Pengaruh Dzikir Untu Mengurangi Skala Nyeri pada Ibu Post Sectio Caesarea*. [https://repository.ums.ac.id/bitstream/handle/123456789/5841/11.%2520Naskah%0A%2520publikasi-sekarpdf \(%0A](https://repository.ums.ac.id/bitstream/handle/123456789/5841/11.%2520Naskah%0A%2520publikasi-sekarpdf (%0A)
- Nisriati, R., Suryan, L., & Afandi, M. (2016). Kombinasi Edukasi Nyeri dan Meditasi Dzikir Meningkatkan Adaptasi Nyeri Pasien Pasca Operasi Fraktur. *Muhammadiyah Journal of Nursing*. <https://journal.ums.ac.id/index.php/ijnp/article/view/222/2168>
- Nurhayati. (2015). Relaksasi Autogenik terhadap Penurunan Skala Nyeri pada Ibu Post Operasi Saecarea. *Jurnal Skolastik Keperawatan*, 1. <https://www.neliti.com/publications/130503/relaksasi-autogenik-terhadap-penurunan-skala-nyeri-pada-ibu-post-operasi-sectio>
- Nursalam. (2017). *Konsep dan Penerapan Metodologi Penelitian Ilmu Keperawatan*. Salemba Medika.
- Potter, P. A., & Perry, A. G. (2010). *Fundamental Keperawatan*. Salemba Medika.
- Prabandari, D., Indriasari, & Maskoen, T. (2017). *Efektivitas Analgesik 24 Jam Pascaoperasi Elektif di RSUP Dr. Sdikin Bandung tahun 2017*. <http://journal.fk.unpad.ac.id/index.php/jap/article/view/122/pdf>
- Prasetyo. (2010). *Konsep dan Proses Keperawatan Nyeri*. Graha Ilmu.
- Rampengan, S., Roundonuwu, R., & Onibala, F. (2014). Pengaruh Teknik Relaksasi dan Teknik Distraksi terhadap Perubahan Intensitas Nyeri pada Pasien Post Operasi di Ruang Irina A Atas RSUP PROF. R. D. Kandou Manado. *Jurnal Keperawatan*. <https://ejournal.unsrat.ac.id/index.php/jkp/article/view/5172/4688>
- Saleh, A. (2018). *Berdzikir untuk Kesehatan Syaraf (Revisi)*. Hikaru Publishing.
- Winarko, S. (2014). *Dzikir-Dzikir Peredam Stress*. Mutiara Allamah Utama.
- Yuliatun. (2014). *Manajemen Nyeri*. Bhuana Ilmu Populer.