

Penerapan Terapi Dzikir Terhadap Perubahan Skala Nyeri Post Operasi Di Ruang Mawar RSUD dr. Soehadi Prijonegoro Sragen

Liski Andari Noskivianti ¹, Ika Silvitasari ²

^{1,2} Universitas 'Aisyiyah Surakarta

Email : liskiandari5@gmail.com ¹, ikasilvitasari81@gmail.com ²

Waluyo Waluyo

RSUD dr. Soehadi Prijonegoro Sragen

Alamat: Pajang, Kecamatan Laweyan, Kota Surakarta, Jawa Tengah: 57146

Abstract. Background; The problem in postoperative patients is the pain felt due to surgical wounds. This results in patients feeling uncomfortable, uneasy, and various other emotional disturbances. So it is necessary to do dzikir therapy to treat pain. **Purpose;** Describe the effect of dhikr therapy on changes in postoperative pain scale. **Method;** Using a descriptive method in the form of a case study the two respondents focused on the implementation of dzikir therapy to reduce postoperative pain by giving dhikr therapy once for 3 days. **Results;** Dzikir therapy has an effect on changes in the postoperative pain scale so that the acute pain experienced by patients can be reduced. Patient 1 from a pain scale of 6 becomes a pain scale of 3 and Patient 2 from a pain scale of 6 becomes a pain scale of 2. **Conclusion;** Dzikir therapy in postoperative patients with pain can effectively reduce surgical pain and can be developed for further research.

Keywords: Post Operation, Pain, Dzikir Therapy

Abstrak. Latar Belakang; Permasalahan pada pasien post operasi adalah rasa nyeri yang dirasakan akibat luka operasi. Hal ini mengakibatkan pasien merasa tidak nyaman, tidak tenang, dan berbagai gangguan perasaan lainnya. Sehingga dibutuhkan untuk mengatasi nyeri dilakukan terapi dzikir **Tujuan;** Mendeskripsikan pengaruh terapi dzikir terhadap perubahan skala nyeri post operasi **Metode;** Menggunakan metode deskriptif dalam bentuk studi kasus kedua responden dengan memfokuskan implementasi terapi dzikir untuk menurunkan nyeri post operasi dengan pemberian terapi dzikir 1 kali selama 3 hari. **Hasil;** Terapi dzikir berpengaruh terhadap perubahan skala nyeri post operasi sehingga nyeri akut yang dialami pasien dapat berkurang. Pasien 1 dari skala nyeri 6 menjadi skala nyeri 3 dan Pasien 2 dari skala nyeri 6 menjadi skala nyeri 2. **Kesimpulan;** Terapi dzikir pada pasien post operasi dengan nyeri secara efektif mampu mengurangi nyeri operasi dan dapat dikembangkan penelitian selanjutnya.

Kata kunci: Post Operasi, Nyeri, Terapi Dzikir

LATAR BELAKANG

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.*, 2020).

World Health Organization (WHO) menyatakan bahwa kasus bedah adalah masalah kesehatan masyarakat. Jumlah pasien dengan tindakan operasi dari data WHO di tahun 2020 bahwa dari tahun ke tahun jumlah pasien operasi mengalami peningkatan. Pada tahun 2020 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 (World Health Organization,2020).

Berdasarkan data Riskesdas (2022) prevalensi post operasi yaitu Dari data yang diperoleh 34 provinsi di Indonesia, prevalensi post operasi posisi pertama berada pada provinsi Bali yaitu sebanyak 11,0%, posisi kedua yaitu D.I.Yogyakarta sebanyak 10,4% sedangkan Sumatera Barat berada di posisi keempat dengan angka kejadian 9,1% . Berdasarkan data dari Dinas Kesehatan Sragen sejumlah 4.438 pasien post operasi.

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, 2019). Terapi yang digunakan ialah terapi non farmakologi untuk mengurangi nyeri post operasi, apabila dengan terapi non farmakologi tidak teratasi pasien dengan nyeri post operasi diberikan terapi farmakologi seperti analgesik untuk mengurangi rasa nyeri pada pasien post operasi (Budiyanto *et al.*, 2022).

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.*, 2020). Respon nyeri yang terjadi pada setiap pasien post operasi berbeda-beda ada yang dipengaruhi oleh kemampuan individu dalam mengekspresikan dan merespon nyeri yang dirasakan (Himawan *et al.*, 2022). Dampak nyeri pada pasien post op akan meningkat dan mempengaruhi penyembuhan nyeri control nyeri yang penting setelah operasi, nyeri yang dapat dibebaskan mengurangi kecemasan, pernafasan yang lebih mudah dan dalam dan mobilitas dengan cepat (Budiyanto *et al.*, 2020).

Penurunan nyeri timbul karena adanya kemampuan sistem saraf untuk mengubah berbagai stimulus mekanik, kimia, termal dan listrik 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).

Terapi untuk mengatasi nyeri ada 2 diantaranya adalah terapi non farmakologi dan terapi farmakologi. Terapi non farmakologi salah satunya dapat diberikan teknik distraksi, sedangkan terapi farmakologi ialah seperti analgesik untuk meredakan nyeri. Penelitian ini menggunakan terapi non farmakologi dengan pertimbangan bahwa terapi ini dapat dilakukan di rumah secara mandiri dan minim resiko sebagai terapi untuk menurunkan nyeri yang dirasakan. Terapi non farmakologi yang di maksud yaitu teknik distraksi yang berfungsi untuk mengalihkan perhatian terhadap rasa sakit, ketegangan otot, menghilangkan kejenuhan, dan kecemasan. Terapi dzikir adalah pendekatan spiritual yang dapat memberikan rasa nyaman untuk pasiennya dalam meningkatkan kesehatan mental yang ditunjukkan dengan kemampuan pasien dalam mengelola dan terbebas dari berbagai gejala depresi, kecemasan dan stress yang lebih lanjut dapat mengurangi nyeri pada pasien post operasi (Budiyanto *et al.*, 2020).

Hasil dari penelitian Nurul Jannah, (2021) dengan judul pengaruh terapi dzikir terhadap skala nyeri pasien post operasi, 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, 2019). Alasan memilih terapi dzikir karena selain berfungsi sebagai salah satu manajemen nyeri non farmakologi, dzikir juga berfungsi memenuhi kebutuhan pasien selain itu dzikir juga dapat menenangkan diri dan dapat membersihkan dari perilaku dan akhlak buruk.

Studi pendahuluan yang dilakukan oleh peneliti di RSUD dr. Soehadi Prijonegoro Sragen khususnya di ruang Mawar selama bulan maret - juni 2023 tercatat sebanyak 2.675 pasien dengan pasien post operasi dan pada bulan juni 2023 tercatat 544 pasien dengan pasien post operasi.

Berdasarkan hasil wawancara dengan Kepala Ruang di Bangsal Mawar didapatkan hasil bahwa terdapat pasien post operasi pada hari pertama dimana responden mengatakan nyeri setelah operasi yang dirasakan seperti disayat dan termasuk dalam tingkat nyeri sedang. Serta berdasarkan wawancara dengan salah satu pasien post operasi hari pertama yang sebagian besar memiliki tingkat nyeri yang bervariasi dari sedang sampai berat.

Berdasarkan latar belakang diatas peneliti tertarik untuk melakukan penerapan dengan judul “Penerapan Terapi Dzikir terhadap Penurunan Tingkat Skala Nyeri pada Pasien Post Operasi di RSUD dr. Soehadi Prijonegoro Sragen.”.

KAJIAN TEORITIS

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., 2020).

Intensitas nyeri adalah gambaran tentang seberapa parah nyeri dirasakan oleh individu. Pengukuran intensitas nyeri sangat subjektif dan individual dan kemungkinan nyeri dalam intensitas yang sama dirasakan sangat berbeda oleh dua orang yang berbeda. Pengukuran nyeri dengan pendekatan objektif yang paling mungkin adalah menggunakan respon fisiologi tubuh terhadap nyeri itu sendiri. Namun, pengukuran dengan tehnik ini juga tidak dapat memberikan gambaran pasti tentang nyeri itu sendiri. Intensitas nyeri adalah jumlah nyeri yang terasa. Intensitas nyeri dapat diukur dengan menggunakan abdomen dan luka insisi yang sering dialami oleh pasien post operasi (Hidayati dan Wahyudi, 2021).

Terapi Dzikir Terapi adalah upaya pengobatan yang ditunjukkan untuk penyembuhan kondisi psikologis. Terapi juga dapat berarti upaya sistematis dan terencana dalam menanggulangi masalah-masalah yang dihadapi mursyadbih (klien) dengan tujuan mengembalikan, memelihara, menjaga, dan mengembangkan kondisi klien agar akal dan hatinya berada dalam kondisi dan posisi yang proposional (M.Sholihin,2019). Manfaat Terapi

Dzikir menurut Nurhayati, dkk (2019) dalam menurunkan intensitas nyeri terbagi menjadi beberapa hal, diantaranya menurunkan suatu rasa sakit atau nyeri, menurunkan cemas, membantu agar tubuh dan pikiran rileks, mengurangi tekanan darah tinggi dan mengurangi alergi dan gangguan pernafasan. Terapi dzikir menurut Nurul dkk , (2021) dengan membaca dzikir istighfar 33 kali, tasbeih 33 kali, tahmid 33 kali, takbir 33 kali serta tahlil 1 kali selama 15 menit.

METODE PENELITIAN

Rancangan penelitian ini menggunakan studi kasus. Rancangan studi kasus yang digunakan oleh peneliti adalah studi kasus deskriptif yang dapat diartikan sebagai proses pemecahan masalah yang bertujuan untuk melihat hasil penerapan atau fenomena yang terjadi didalam suatu populasi tertentu dengan menjelaskan keadaan subjek dan objek penelitian pada saat sekarang berdasarkan fakta-fakta yang tampak atau bagaimana keadaannya.

HASIL DAN PEMBAHASAN

HASIL

- a. Penurunan skala nyeri pasien pre operasi sebelum dilakukan terapi dzikir

Tabel 1 skala nyeri sebelum terapi dzikir

No	Tanggal	Nama	Skala	Keterangan
1	26 Juni 2023	Ny. J	6	Nyeri Sedang
2	26 Juni 2023	Tn. G	6	Nyeri Sedang

Berdasarkan tabel 1 menunjukkan bahwa sebelum dilakukan intervensi terapi dzikir pada pasien nyeri post operasi pada pasien Ny. J mengalami skala nyeri 6 dan Tn. G mengalami skala nyeri 6 yang berarti nyeri sedang.

- b. Penurunan skala nyeri pasien pre operasi sesudah dilakukan terapi dzikir

Tabel 2 skala nyeri sesudah terapi dzikir

No	Tanggal	Nama	Skala	Keterangan
1	27 Juni 2023	Ny. J	3	Nyeri Ringan
2	27 Juni 2023	Tn. G	2	Nyeri Ringan

Berdasarkan tabel 4.2 menunjukkan bahwa setelah dilakukan intervensi terapi dzikir pada pasien nyeri post operasi pada pasien Ny. J mengalami penurunan skala nyeri menjadi 4 dan Tn. G mengalami penurunan skala nyeri menjadi 3 keduanya dalam skala ringan.

c. Perkembangan skala nyeri sebelum dan sesudah dilakukan terapi dzikir

Tabel 3 perkembangan skala nyeri sebelum dan sesudah dilakukan terapi dzikir

Tanggal	Ny. J			Tn.G		
	Pre	Post	Selisih	Pre	Post	Selisih
27 Juni 2023	6	5	1	6	5	1
28 Juni 2023	5	4	1	5	3	2
29 Juni 2023	4	3	1	3	2	1

Berdasarkan tabel 3 diatas menunjukkan data perkembangan skala nyeri sebelum dan setelah diberikan terapi dzikir pada kedua responden mengalami perbaikan dengan kategori nyeri sedang hingga nyeri ringan. Pada hari ke-1 Ny.J sebelum dilakukan terapi dzikir terdapat skala nyeri 6 (Nyeri sedang) setelah diberikan terapi skala nyeri menjadi 5 (nyeri sedang). Sedangkan pada Tn.G sebelum dilakukan penerapan skala nyeri 6 (nyeri sedang) dan setelah dilakukan penerapan terapi dzikir skala nyeri menjadi 5 (nyeri sedang). Pada hari ke-2 Ny.J sebelum dilakukan terapi dzikir terdapat skala nyeri 5 (Nyeri sedang) setelah diberikan terapi skala nyeri menjadi 4 (nyeri sedang). Sedangkan pada Tn.G sebelum dilakukan penerapan skala nyeri 5 (nyeri sedang) dan setelah dilakukan penerapan terapi dzikir skala nyeri menjadi 3 (nyeri ringan). Pada hari ke-3 Ny.J sebelum dilakukan terapi dzikir terdapat skala nyeri 4 (Nyeri sedang) setelah diberikan terapi skala nyeri mengalami penurunan menjadi 3 (nyeri ringan). Sedangkan pada Tn.G sebelum dilakukan penerapan skala nyeri 3 (nyeri ringan) dan setelah dilakukan penerapan terapi dzikir mengalami penurunan skala nyeri menjadi 2 (nyeri ringan).

d. Perbedaan penurunan skala nyeri pada kedua responden sebelum dan sesudah dilakukan terapi dzikir

Tabel 4 perbedaan penurunan skala nyeri pada kedua responden sebelum dan sesudah dilakukan terapi dzikir

Nama	Perbandingan Hasil		Selisih
	Pretest	Post-test	
Ny. J	6	3	3
Tn. G	6	2	4

Berdasarkan tabel 4 menunjukkan data skala nyeri sebelum diberikan terapi dzikir dan sesudah diberikan terapi imajinasi terbimbing pada kedua responden mengalami penurunan skala nyeri dengan kategori nyeri ringan dengan hasil Ny. J sebelum dilakukan penerapan skala nyeri 6 kategori nyeri sedang, setelah di berikan penerapan skala nyeri menjadi 3 dengan kategori nyeri ringan kedua hasil sebelum dan sesudah memiliki selisih nilai 3. Sedangkan pada responden kedua dengan nama Tn.G sebelum penerapan

didapatkan skala nyeri 6 yaitu skala nyeri sedang, setelah dilakukan penerapan skala nyeri menjadi 2 kategori nyeri ringan, keduanya memiliki selisih nilai 4.

PEMBAHASAN

Berdasarkan hasil penerapan yang telah dilakukan, maka peneliti akan melakukan pembahasan lebih lanjut untuk menginterpretasikan data hasil penerapan yang kemudian dibandingkan dengan konsep dan teori yang terkait.

1. Hasil Skala Nyeri Sebelum Penerapan terapi dzikir Hasil penerapan menunjukkan bahwa sebelum diberikan terapi dzikir antara kedua responden mengalami nyeri dalam skala sedang. Pada tahap pengkajian, didapatkan data Ny.J berusia 62 tahun, tinggal di Sragen, pekerjaan sehari – hari sebagai ibu rumah tangga. Pasien memiliki keluhan yaitu nyeri pada payudara dan gangguan dalam melakukan aktivitas. Pasien mengatakan saat digunakan untuk posisi miring kanan dan kiri masih terasa nyeri. Sedangkan Ny.G berusia 40 tahun, alamat Sragen, beragama islam, dan pekerjaan sehari – hari adalah buruh. Pasien mengatakan nyeri pada perutnya setelah dilakukan tindakan operasi, nyeri terasa hilang timbul dan saat di gunakan untuk pindah posisi, nyeri yang dirasakan seperti sertusuk – tusuk. Kedua responden sama – sama mengeluh nyeri dalam skala 6 yaitu dengan kategori sedang. Menurut Prasetyo, (2019) faktor yang menyebabkan nyeri pada pasien yaitu aktivitas berlebihan yang akan memperberat atau memperparah nyeri, abses luka pada perut yang disebabkan oleh bakteri yang sama dengan luka akibat bakteri lain. Infeksi di lokasi sayatan bedah menyebabkan kemerahan, nyeri tekan, dan pembengkakan di sepanjang tepi sayatan, infeksi jamur juga menjadi salah satu pemicu nyeri di bekas luka operasi terutama disebabkan oleh jamur *Candida*, yang biasanya ada dalam tubuh manusia, dan terakhir infeksi bakteri salah satunya adalah bakteri *Staphylococcus aureus*, bakteri tersebut adalah jenis mikroba yang paling umum menyebabkan infeksi pada bekas operasi . Menurut Budiyanto et., al, (2020) menyatakan bahwa pada post operasi mengalami nyeri akibat dari adanya sayatan pada luka pembedahan. Pasca operasi merupakan fase setelah dilakukannya tindakan pembedahan, dengan membuat luka ataupun robekan yang dioperasi dan diakhiri dengan penjahitan luka yang kemudian dipindahkan ke ruang pemulihan sampai evaluasi selesai. Menurut Potter & Perry, (2019) menyatakan bahwa Nyeri yang dirasakan akibat dari adanya luka sayat pada saat prosedur operasi dan membuat terputusnya jaringan sehingga merangsang keluarnya reseptor nyeri yang

diteruskan ke otak. Nyeri tersebut disebabkan karena adanya luka yang merangsang mediator nyeri yaitu histamin, bradikinin, asetilkolin, dan substansi P mediator tersebut yang meningkatkan kepekaan nyeri. Kondisi nyeri post operasi merupakan kejadian yang normal dan sesuai dengan teori yang apabilanyeri akan dirasakan setelah pasien mulai sadar dan efek dari anestesi itu habis. Efek yang timbul dari nyeri operasi diantaranya adalah sulit tidur, hambatan mobilisasi dan lingkungan yang kurang nyaman.

2. Hasil Skala Nyeri Sesudah Penerapan terapi dzikir

Berdasarkan hasil penerapan menunjukkan bahwa skala nyeri setelah dilakukanya terapi dzikir pada kedua responden menjadi dalam kategori nyeri ringan. Kedua responden melakukan wawancara mengenai perubahan yang pasien rasakan setelah diberikan terapi dzikir . Ny. J mengatakan nyeri yang dirasakan sudah berkurang dan terasa lebih rileks sehingga pasien dapat melakukan mobilisasi secara bertahap. Sedangkan Tn.G mengatakan bahwa nyeri yang dirasakan sudah berkurang, berbeda dengan sebelum diberikan terapi dzikir. Pasien juga mengatakan setelah diberikan terapi pola tidur menjadi lebih baik dan tidak sering terbangun karena nyeri. Menurut Smeltzer & Bare (2020) faktor – faktor yang menyebabkan penurunan skala nyeri pada pasien diantaranya pengalaman sebelumnya terhadap nyeri yang dapat mentoleransi rasa nyeri, jenis kelamin pada laki – laki maupun perempuan tidak ada perbedaan respon nyeri secara signifikan, budaya yang dapat memberikan keyakinan dan nilai – nilai budaya yang dapat mempengaruhi nyeri, dukungan keluarga dan sosial yang baik akan menurunkan kualitas nyeri yang dirasakan. Menurut Rochmawati, (2020) yang menyatakan bahwa Pengaruh membaca dan mendengarkan ayat suci al-quran adalah impuls atau rangsangan suara akan diterima oleh daun telinga pembacanya, kemudian telinga mulai proses mendengarkan. Secara fisiologi mendengarkan adalah proses dimana telinga informasi kesusunan saraf pusat. Seperti bunyi dihasilkan oleh sumber bunyi akan diterima oleh telinga. Getaran tersebut akan diubah menjadi impuls mekanik ditelinga tengah dan diubah menjadi impuls elektrik ditelinga dalam dan diteruskan melalui saraf pendengran menuju ke korteks batang otak. Terapi dzikir adalah jenis terapi dengan ritme yang teratur disertai sikap pasrah kepada objek transendensi yaitu Allah. Frase yang digunakan dapat berupa nama-nama Allah, atau kata yang memiliki makna menenangkan sehingga mampu untuk menurunkan nyeri. Hasil penelitian

Kuswandari & Afsah, (2020) 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.

3. Perkembangan Skala Nyeri Sebelum dan Sesudah Penerapan Terapi Dzikir

Melalui observasi yang peneliti telah lakukan selama penerapan, dikarenakan terapi dzikir adalah teknik yang mempelajari kekuatan pikiran saat sadar maupun tidak sadar untuk menciptakan bayangan atau imajinasi yang menghadirkan kesunyian dan ketenangan. Efek dari terapi dzikir menyebabkan pasien mengalihkan perhatiannya pada rasa sakit ke hal-hal yang membuatnya senang dan bahagia sehingga meluapkan rasa sakit yang dialaminya. Hal inilah yang menyebabkan intensitas nyeri yang dirasakan pasien menjadi menurun setelah dilakukannya terapi dzikir. Skala nyeri pada pasien menurun dibuktikan dengan keluhan nyeri berkurang, ekspresi meringis kesakitan menurun, dan ekspresi menahan nyeri menurun. Pada penerapan ini sebelum dan setelah dilakukan penerapan nyeri selama 3 hari dapat berkurang, pada responden pertama yang awalnya skala nyeri 6 berkurang menjadi skala nyeri 5-3 yang berarti selama 3 hari penerapan pasien mengalami penurunan nyeri. Sedangkan pada responden yang kedua mengalami penurunan dari skala nyeri 6 menjadi skala nyeri 5-2 yang berarti nyeri ringan. Menurut Himawan et al., (2021) Dzikir akan membuat seseorang merasa tenang sehingga kemudian menekan kerja sistem saraf simpatis dan mengaktifkan kerja sistem saraf parasimpatis. Allah berfirman dalam Q.S. ArRa'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". Penelitian ini sejalan dengan penelitian Rochmawati (2020) Pengaruh membaca dan mendengarkan ayat suci al-quran adalah impuls atau rangsangan suara akan diterima oleh daun telinga pembacanya, kemudian telinga mulai proses mendengarkan. Secara fisiologi mendengarkan adalah proses dimana telinga informasi kesusunan saraf pusat. Seperti bunyi dihasilkan oleh sumber bunyi akan diterima oleh telinga. Getaran tersebut akan diubah menjadi impuls mekanik ditelinga tengah dan diubah menjadi impuls elektrik ditelinga dalam dan diteruskan

memalui saraf pendengran menuju ke korteks batang otak Hal ini juga sejalan dengan penelitian sebelumnya yang dilakukan oleh Fadli Syamsudin, (2021) Terapi dzikir berpengaruh secara efektif untuk mengatasi nyeri pada ibu post operasi sehingga nyeri yang dialami pasien berkurang. Pasien 1 dari skala nyeri 8 menjadi 2 dan Pasien 2 dari skala nyeri 7 menjadi 3. Kedua pasien juga dapat melakukan aktivitas secara mandiri serta dapat menambah pengetahuan pasien tentang terapi dzikir untuk mengurangi nyeri post operasi. Perbandingan penelitian ini dengan penelitian yang dilakukan oleh Fadli Syamsudin, (2021) menunjukkan perbedaan selisih antara hasil skala sebelum diberikan perlakuan dan setelah diberikan perlakuan yaitu sebelum dilakukan perlakuan penelitian ini dalam skala 6 (nyeri sedang) sedangkan penelitian yang dilakukan oleh Fadli Syamsudin sebelum perlakuan didapatkan skala 8 (nyeri berat) hasil dari penelitian ini dan penelitian yang dilakukan oleh Herawati didapatkan penelitian ini skala nyeri menjadi 2 (nyeri ringan) sedangkan penelitian yang dilakukan oleh Fadli Syamsudin skala nyeri menjadi 2 (nyeri ringan). Kedua penelitian tersebut dapat ditarik kesimpulan bahwa setiap perlakuan memiliki hasil sebelum dan setelah yang berbeda. Keduanya memiliki selisih hasil yaitu penelitian ini selisih 4 dan penelitian Fadli Syamsudin selisih 6. Hal tersebut dapat disebabkan oleh lamanya terapi dzikir dilakukan, suasana saat melakukan terapi dzikir dan faktor lainnyayang dapat mempengaruhi hasil dari perlakuan terapi dzikir.

4. Perbandingan Hasil Akhir Kedua Responden

Hasil setelah dilakukan terapi dzikir antara kedua responden didapatkan hasil penerapan nyeri dapat berkurang yang awalnya skala nyeri 6 berkurang menjadi skala nyeri 3 untuk responden yang pertama sedangkan pada responden yang kedua didapatkan hasil skala nyeri 2 dari kategori sedang menjadi kategori ringan. Dari penelitian studi kasus yang peneliti lakukan didapatkan hasil bahwa terjadi perubahan yang signifikan terhadap kedua responden setelah melakukan penerapan terapi dzikir yaitu nyeri yang dirasakan berkurang, lebih rileks, dapat melakukan mobilitas, dan tidak terdapat gangguan pola tidur. Kedua responden mengatakan dapat mengontrol nyeri secara mandiri dan minim resiko. Menurut Himawan dkk, (2020) Terapi dzikir adalah jenis terapi ritme yang teratur disertai sikap pasrah pada objek transendensi yaitu Allah. Frase yang digunakan dapat berupa nama-nama Allah, atau kata yang memiliki makna menenangkan sehingga mampu mengurangi rasa nyeri. Menurut Mathroni

(2019) Dzikir merupakan rangkaian kalimat yang diucapkan untuk mengingat Allah, setiap manusia sebagai hamba Allah yang berakal sehat hendaknya selalu mengingat Allah dalam keadaan senang maupun sedih dan sehat maupun sakit. Dzikrullah hendaknya dilakukan dengan hati yang penuh keikhlasan sehingga dapat menunjukkan bahwa dirinya mendapat bimbingan dari Allah SWT. Hal ini juga sejalan dengan penelitian sebelumnya yang dilakukan oleh Nurul Jannah, (2021) dengan judul pengaruh terapi dzikir terhadap skala nyeri pasien post operasi, 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. Penurunan nyeri timbul karena adanya kemampuan system saraf untuk mengubah berbagai stimulus mekanik, kimia, termal dan elektrik menjadi potensial aksi yang dijalarkan ke system 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). Terapi (dzikir) menyebabkan pelepasan endorphen oleh kelenjar pituitari, sehingga akan mengubah keadaan mood atau perasaan. Keadaan psikologis yang tenang akan mempengaruhi sistem limbik dan saraf otonom yang akan menimbulkan rileks, aman, dan menyenangkan sehingga merangsang pelepasan zat kimia yaitu endorphen. Endorphen merupakan analgesia alamiah atau substansi sejenis morfin yang terdapat pada otak. Endorphen merupakan neuro transmitter nyeri atau senyawa kimia yang berfungsi untuk membawa rangsangan antar sel saraf yang dapat menghambat nyeri (Kozier, 2020).

KESIMPULAN DAN SARAN

Kesimpulan dalam penerapan terapi dzikir sebelum dilakukan terapi nyeri post operasi dalam kategori skala nyeri sedang, setelah dilakukan terapi nyeri post operasi dalam kategori skala nyeri ringan. Dalam penerapan yang dilakukan 1 x sehari dengan waktu 15-20 menit selama 3 hari mampu menurunkan nyeri post operasi. Saran penelitian ini diharapkan dapat menambah informasi dan dapat diaplikasikan secara mandiri dan sebagai literatur untuk pengobatan secara non farmakologi.

DAFTAR REFERENSI

- Budiyanto, T., Marifah, A., & Susanti, I. (2020). Pengaruh Terapi Dzikir Terhadap Intensitas Nyeri Pada Pasien Post Operasi Ca Mammae Di RSUD Prof Dr Margono Soekarjo Purwokerto. *Jurnal Keperawatan Maternitas*, 3. <https://jurnal.unimus.ac.id/index.php/JKMat/article/view/4032/3750>
- Departemen Kesehatan Republik Indonesia. (2019). *Riskesdas 2019 dalam Angka*. Kementerian Kesehatan Republik Indonesia: Jakarta.
- Hidayat, S. (2019). 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/ji_kk/article/view/646
- Kemendes. (2020). WHO : Masalah Kesehatan Masyarakat Indonesia Tahun 2020.
- Kementerian Kesehatan Republik Indonesia. 2019. Badan penelitian dan pengembangan Kesehatan Kementrian RI tahun 2018. http://www.depkes.go.id/resource/download/infoterkini/materirakor_kop2018/Hasil%20Riskesdas%202018.pdf- Diakses November 2019.
- Kozier, B. (2019). *Buku ajar fundamental keperawatan: konsep, proses, praktik*, edisi 7, volume 2. (pamilih eko karyani, penerjemah). Jakarta: EGC.
- Kuswandari, R., & Afsah, Y. (2019). Pengaruh Dzikir Untu Mengurangi Skala Nyeri pada Ibu Post Sectio Caesarea. [https://repository.umy.ac.id/bitstream/handle/123456789/5841/11.%2520Naskah%0A%2520publikasi-sekarpdf\(%0A](https://repository.umy.ac.id/bitstream/handle/123456789/5841/11.%2520Naskah%0A%2520publikasi-sekarpdf(%0A)
- Nurhanifah, D., dan Sari, R.T (2022). *Manajemen Nyeri Non Farmakologi*. Urban Green Central Media.
- Potter, P.A. & Perry, AG. (2019). *Fundamental keperawatan*, Edisi 7, Buku 2 Jakarta: EGC.
- Prasetyo, S.N. (2020). *Konsep dan Proses keperawatan nyeri*. Yogyakarta: Graha Ilmu.
- Smeltzer & Bare. (2019). *Keperawatan medical bedah: Buku Ajar*, Edisi 8. Jakarta: Penerbit Buku Kedokteran: EGC
- World Health Organization (WHO). (2015). *World report on ageing and health*. Geneva, Switzerland: WHO Press.