



STIKES BETHESDA YAKKUM YOGYAKARTA

**GAMBARAN TERAPI DISTRAKSI BERDZIKIR TERHADAP PERUBAHAN
SKALA NYERI PASIEN PRE OPERASI HEMOROID DI RSUD
SAPTOSARI GUNUNGKIDUL DAERAH ISTIMEWA
YOGYAKARTA: CASE REPORT**

NASKAH PUBLIKASI

**Diajukan sebagai salah satu syarat untuk memperoleh gelar
Ners**

**WAHYU SANTOSO
2404173**

**PROGRAM STUDI PENDIDIKAN PROFESI NERS
SEKOLAH TINGGI ILMU KESEHATAN BETHESDA YAKKUM YOGYAKARTA
TAHUN 2025**

NASKAH PUBLIKASI

**GAMBARAN TERAPI DISTRAKSI BERDZIKIR TERHADAP PERUBAHAN
SKALA NYERI PASIEN PRE OPERASI HEMOROID DI RSUD**

SAPTOSARI GUNUNGKIDUL DAERAH ISTIMEWA

YOGYAKARTA: CASE REPORT

Disusun oleh:

WAHYU SANTOSO

2404173

Telah melalui tahap ujian Karya Ilmiah Akhir pada tanggal 25 Agustus 2025

Ketua Program Studi Pendidikan Profesi

Ners

Pembimbing Akademik

Mengetahui

Indah Prawesti, S.Kep., Ns., M.Kep

Oktalia Damar Prasetyaningrum, S.Kep.,

Ns., MAN

**DESCRIPTION OF DHIKR DISTRACTION THERAPY ON CHANGES IN PAIN
SCALE OF PREOPERATIVE HEMORRHOID PATIENTS AT SAPTOSARI
REGIONAL GENERAL HOSPITAL, GUNUNGKIDUL, SPECIAL REGION
OF YOGYAKARTA: A CASE REPORT**

Wahyu Santoso¹, Oktalia Damar Prasetyaningrum²

ABSTRACT

Background Hemorrhoids are an inflammation of the rectum or anus that causes pain. Pain leads to discomfort and should be managed immediately. Pain management can be either pharmacological or non-pharmacological. Pharmacological pain therapy may cause side effects when used in the long term. As an alternative, non-pharmacological therapy can be chosen since it does not produce side effects. One type of non-pharmacological therapy is distraction therapy. Distraction therapy is a non-pharmacological intervention that can be carried out by nurses. Dhikr (remembrance of God) is one form of distraction therapy that can help relax patients from pain

Objective: This study aims to describe of dhikr distraction therapy on the pain scale of preoperative hemorrhoid patients at Saptosari Regional General Hospital, Gunungkidul, Special Region of Yogyakarta, in 2025.

Method: The research design employed a case study approach. The evaluation was conducted using the Numeric Rating Scale (NRS), observed after administering dhikr distraction therapy for 10–15 minutes.

Result: The pain scale of preoperative hemorrhoid patients before undergoing dhikr therapy was recorded at scale 6. After the implementation of dhikr therapy on the first day, the pain scale decreased to scale 5, and on the second day of the intervention, it remained at scale 5.

Conclusion: Dhikr distraction therapy can reduce the pain experienced by preoperative hemorrhoid patients.

Suggestion: Future researchers are expected to develop further studies by modifying the number of respondents in order to obtain more varied data results..

Keywords: Hemorrhoids – Pain – Distraction Technique – Dhikr

xii + 108 pages + 6 tables + 2 schemas + 15 appendices

**GAMBARAN TERAPI DISTRAKSI BERDZIKIR TERHADAP PERUBAHAN
SKALA NYERI PASIEN PRE OPERASI HEMOROID DI RSUD
SAPTOSARI GUNUNGKIDUL DAERAH ISTIMEWA
YOGYAKARTA: CASE REPORT**

Wahyu Santoso¹, Oktalia Damar Prasetyaningrum²

ABSTRAK

Latar belakang: Hemorid adalah peradangan pada bagian rectum atau anus pasien yang menimbulkan nyeri. Nyeri menyebabkan ketidaknyaman dan harus segera diatasi. Terapi nyeri dapat berupa farmakologis dan non farmakologis. Terapi farmakologis nyeri dapat memiliki efek samping bagi pengguna jika digunakan dalam jangka Panjang. Terapi nyeri alternatif tanpa efek samping yang bisa dipilih adalah terapi non farmakologis. Salah satu terapi non farmakologis adalah terapi distraksi. Terapi distraksi adalah tindakan non farmakologis yang bisa dilakukan perawat. Berdzikir adalah salah satu terapi distraksi yang dapat dilakukan untuk merelaksasi pasien dari nyeri.

Tujuan: Mengetahui gambaran terapi distraksi berdzikir terhadap skala nyeri pasien pre operasi hemoroid di RSUD saptosari gunungkidul daerah istimewa Yogyakarta tahun 2025.

Metode: Desain penelitian menggunakan studi kasus. Evaluasi yang dilakukan menggunakan lembar *numeri rating scale* dengan diobservasi setelah melakukan terapi distraksi berdzikir selama 10-15 menit.

Hasil: Gambaran skala nyeri pasien pre operasi hemorid sebelum dilakukan tindakan terapi berdzikir adalah skala 6, kemudian setelah dilakukan terapi berdzikir pada hari pertama turun ke skala 5, dan saat tindakan hari ke 2 turun ke skala 5.

Kesimpulan: Terapi distraksi berdzikir dapat mengurangi nyeri yang dirasakan pasien pre operasi hemorid.

Saran: Peneliti selanjutnya diharapkan dapat mengembangkan penelitian lanjutan dengan memodifikasi jumlah responden untuk mendapat hasil data yang lebih bervariasi

Kata kunci : Hemoroid – Nyeri – Teknik Distraksi - Berdzikir

xii + 108 hal + 6 tabel + 2 skema + 15 lampiran

PENDAHULUAN

Hemoroid atau yang lebih dikenal masyarakat sebagaiambeien merupakan kondisi pembesaran pembuluh darah vena di daerah rektum dan anus yang dapat menimbulkan gejala berupa nyeri, perdarahan saat buang air besar, rasa tidak nyaman, dan kadang disertai dengan prolaps. Penyakit ini tergolong umum di populasi dewasa dan memiliki dampak signifikan terhadap kualitas hidup pasien karena keluhan yang ditimbulkan seringkali mengganggu aktivitas sehari-hari. Menurut studi yang dimuat dalam *Jurnal Patologi*¹. Hemoroid menimbulkan gejala diantaranya perdarahan saat BAB dan meunculnya nyeri. Manajemen nyeri hemoroid menjadi tantangan tersendiri dalam praktik keperawatan karena nyeri yang dirasakan seringkali bersifat tajam dan menetap. Berbagai metode manajemen nyeri telah dikembangkan, baik farmakologis maupun nonfarmakologis. Terapi farmakologis dapat memberikan efek yang cepa, namun punya efek samping bagi pasien seperti mual, pusing, nyeri ulu hati dan lain sebagainya².

Terapi nyeri alternatif yang dapat diterapkan dengan minim atau tanpa efek samping adalah terapi non farmakologis. Keunggulan lain dari nonfarmakologis adalah bisa dilakukan mandiri oleh pasien, dan dapat diulang kapanpun saat teras nyeri. Salah satu pendekatan nonfarmakologis yang mulai mendapat perhatian di Indonesia adalah teknik distraksi berdzikir. Metode ini tidak hanya memberikan efek distraksi kognitif terhadap persepsi nyeri, tetapi juga mampu memberikan ketenangan spiritual, yang dalam banyak kasus meningkatkan kenyamanan dan mempercepat pemulihan³.

METODE PENELITIAN

Desain penelitian menggunakan studi kasus. Evaluasi yang dilakukan menggunakan lembar *numeric rating scale* dengan diobservasi setelah melakukan terapi distraksi berdzikir selama 10-15 menit.

HASIL DAN PEMBAHASAN

HASIL

Tabel 1. Lembar Observasi Nyeri
Lembar Observasi Distraksi Berdzikir Terhadap Nyeri Pre Operasi Hemoroid

Waktu	Skala sebelum berdzikir	Skala setelah berdzikir
13/8/25 jam 16.30-16.40	6	5
14/8/25 jam 08.34-08.49	6	4

Pada hasil setelah dilakukan intervensi nyeri berkurang ke skala 5 dihari pertama dan berkurang ke skala 4 di hari kedua

PEMBAHASAN

1. Diskusi Tentang Tindakan Keperawatan Atau Intervensi Yang Dilakukan

Peneliti mengumpulkan data dengan observasi, wawancara, studi dokumentasi dan pengukuran nyeri menggunakan skala *numeric rating scale* dengan hasil skala nyeri 6. Nyeri yang dirasakan pasien penting untuk segera diatasi agar pasien merasa nyaman. Distraksi berdzikir bekerja melalui dua mekanisme utama, yaitu pengalihan perhatian dan penurunan aktivasi sistem saraf simpatis. Saat pasien berdzikir, fokus perhatian dialihkan dari nyeri ke kegiatan spiritual yang repetitif dan menenangkan. Proses ini dapat menutup "gerbang nyeri" dalam sistem saraf sehingga sinyal nyeri tidak sampai ke pusat persepsi di otak (*Gate Control Theory*). Selain itu, berdzikir juga memicu reaksi fisiologis berupa relaksasi otot, penurunan tekanan darah, dan perlambatan denyut jantung, yang semuanya berkontribusi dalam menurunkan sensasi nyeri⁴. Pada penelitian Sari & Indrayani (2021) terapi berdzikir dilakukan dengan membaca istigfar 33x, tahmid 33x, tasbih 33x, takbir 33x dan tahlil 1x diulangi terus menerus selama 10-15 menit dan diulangi 2 kali sehari. Hasil yang didapat skala nyeri pasien turun dari skala 5 ke skala 3. Berbeda dengan intervensi yang dilakukan pada penelitian ini. Intervensi dilakukan selama 2 hari, tiap hari 1 kali dengan membaca istigfar 33x, tahmid 33x, tasbih 33x, takbir 33x dan tahlil 1x diulangi terus menerus selama 10-15 menit, kemudian dievaluasi. Pada hasil setelah dilakukan intervensi nyeri berkurang ke skala 5 dihari pertama dan berkurang ke skala 4 di hari kedua. Meskipun terdapat perbedaan dalam intervensi yang dilakukan, namun terapi dzikir terbukti dapat mengurangi skala nyeri pada pasien. Rencana tindak lanjut pasien diberikan

edukasi untuk dapat melakukan terapi berdzikir secara mandiri saat merasakan nyeri.

2. Diskusi Tentang Teori Keperawatan

Teori keperawatan memberikan dasar konseptual dalam memberikan intervensi keperawatan, termasuk penerapan terapi distraksi berdzikir pada pasien pre operasi hemoroid. Salah satu teori yang relevan adalah teori kenyamanan Kolcaba, yang menekankan bahwa tujuan utama keperawatan adalah memberikan kenyamanan secara fisik, psikospiritual, lingkungan, dan sosial. Pada pasien pre operasi hemoroid, rasa nyeri dan kecemasan merupakan masalah utama yang dapat menurunkan kenyamanan. Penerapan teknik distraksi berdzikir dapat meningkatkan kenyamanan psikospiritual karena dzikir mampu menenangkan pikiran, mengurangi ketegangan emosional, dan membantu pasien merasa lebih dekat dengan Tuhan. Dengan demikian, teori Kolcaba mendukung intervensi ini sebagai upaya meningkatkan kenyamanan secara menyeluruh⁵.

Selain itu, teori *self-care* dari Dorothea Orem juga dapat dijadikan landasan dalam penerapan distraksi berdzikir. Menurut Orem, keperawatan bertujuan membantu pasien dalam memenuhi kebutuhan perawatan diri, terutama saat pasien tidak mampu melakukannya sendiri akibat kondisi sakit atau prosedur medis. Distraksi berdzikir dapat menjadi bentuk dukungan keperawatan yang mendorong pasien menggunakan kemampuan spiritual sebagai strategi koping untuk mengendalikan nyeri dan kecemasan. Hal ini membuat pasien lebih mandiri dalam menghadapi rasa sakit dan lebih siap menjalani prosedur operasi⁶.

Teori keperawatan juga menekankan pada pendekatan holistik. Distraksi berdzikir tidak hanya menurunkan persepsi nyeri, tetapi juga memberikan ketenangan batin yang berpengaruh positif terhadap kondisi fisik. Dengan berkurangnya kecemasan, sistem saraf parasimpatik lebih dominan bekerja sehingga terjadi penurunan tekanan darah, denyut jantung, dan ketegangan otot. Hal ini mendukung kesiapan pasien untuk menjalani operasi hemoroid dengan kondisi psikologis yang lebih stabil⁷.

3. Pembelajaran Utama

Pembelajaran utama pada kasus ini adalah menurunkan nyeri pada pasien pre operasi hemoroid dengan teknik distraksi berdzikir. Teknik distraksi

berdzikir memiliki potensi besar dalam menurunkan skala nyeri pada pasien pre-operasi hemoroid. Dzikir tidak hanya berfungsi sebagai pengalihan perhatian dari rasa nyeri, tetapi juga menghadirkan ketenangan batin yang mampu menekan respon fisiologis tubuh terhadap stres dan nyeri. Berdasarkan bukti ilmiah terbaru, penerapan teknik ini dapat menjadi intervensi keperawatan non-farmakologis yang efektif untuk meningkatkan kenyamanan pasien menjelang operasi hemoroid⁸.

4. Pasien Persepective

Selama proses pemberian intervensi pasien mampu mengikuti dan menerima intervensi yang diberikan, sebelum dilakukan tindakan sudah dijelaskan terlebih dahulu tujuannya dan sudah ada lembar persetujuan atau *informed consent* yang ditandatangani. Intervensi yang sudah dilakukan pada pasien akan dilanjutkan oleh keluarga dan pasien sendiri untuk berlatih menurunkan nyeri dengan pemberian intervensi terapi berdzikir.

KESIMPULAN

Pelaksanaan intervensi dilakukan pada tanggal 13 Agustus 2025 sampai dengan tanggal 14 Agustus 2025 dan disimpulkan terapi distraksi berdzikir dapat menurunkan skala nyeri yang dialami oleh pasien pre operasi hemoroid dengan membuat pasien merasa lebih rileks dan nyaman, serta mengalihkan perhatian pasien dari nyeri yang dirasakan.

SARAN

1. Bagi Pasien

Peneliti menyarankan terapi distraksi berdzikir dapat dilakukan saat di rumah dan saat merasakan nyeri.

2. Bagi Mahasiswa

Diharapkan penelitian ini dapat menjadi sumber informasi dalam pembelajaran pembaruan perkembangan ilmu keperawatan tentang terapi distraksi berdzikir.

3. Bagi Stikes Bethesda Yakkum

Diharapkan dapat menjadi referensi dan masukan dalam pembelajaran pembaruan perkembangan ilmu keperawatan tentang terapi distraksi berdzikir.

4. Peneliti Selanjutnya

Peneliti menyarankan melakukan penelitian dengan menggunakan cara berdoa di berbagai agama lain.

UCAPAN TERIMA KASIH

1. Tuhan Yang Maha Esa yang telah memberikan rahmat-Nya sehingga skripsi ini dapat terselesaikan dengan baik.
2. Keluarga tercinta, orangtua, istri dan anak terkasih yang senantiasa mendukung.
3. Ibu Oktalia Damar Prasetyaningrum S. Kep., Ns., MAN. selaku pembimbing yang telah memberikan motivasi dan masukan yang membangun.
4. Civitas Hospitalia RSUD Saptosari.
5. Dosen-dosen, staf dan semua pihak yang terlibat dan mendukung.

DAFTAR PUSTAKA

1. Khaliza, N. (2021). *Jurnal Patologi: Gambaran Hemoroid pada Pasien Dewasa*. Diakses dari
2. Kumar, P., & Clark M. (2020). *Kumar and Clark's clinical medicine* (10th ed.). Elsevier
3. Handayani, R., & Purwaningsih, D. (2021). "Hubungan Dukungan Keluarga dan Tingkat Kecemasan Terhadap Persepsi Nyeri". *Jurnal Ilmu Keperawatan dan Kebidanan (JIKK)*, 12(2), 130–136.
4. Sari, L. M., & Indrayani, R. (2021). "Pengaruh Teknik Distraksi Spiritual Terhadap Nyeri Post Operasi". *Jurnal Keperawatan Indonesia*, 24(1), 39–47
5. Sitorus, R., & Panjaitan, R. (2022). *Keperawatan Medikal Bedah: Teori dan Praktik*. Jakarta: Penerbit Buku Kedokteran EGC
6. Purwanto, A. (2021). *Buku Ajar Keperawatan Medikal Bedah*. Jakarta: EGC

7. Wijayanti, A. (2023). *Teori dan Praktik Keperawatan Holistik*. Yogyakarta: Pustaka Medika.
8. Kurniawan, D., Lestari, N., & Prasetyo, A. (2024). Pengaruh Terapi Dzikir terhadap Skala Nyeri pada Pasien Post Operasi di RSUD Kanjuruhan. *Jurnal Keperawatan*, 15(1), 33–40

STIKES BETHESDA YAKKUM