



Studi Kasus

Penerapan Terapi Hipnotis 5 Jari Terhadap Nyeri pada Pasien Post Operasi Batu Ureter (Ureterolithiasis) Pemasangan Dj Stent

Putri Magdalena Siregar¹, Fitriana Suprapti¹

¹ Program Studi Profesi Ners Keperawatan, Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan, Sint Carolus Jakarta, Indonesia

Informasi Artikel

Riwayat Artikel:

- Submit 9 Juli 2025
- Diterima 18 Agustus 2025
- Diterbitkan 20 Agustus 2025

Kata kunci:

Batu Ureter; Nyeri Post Op; Hipnotis 5 jari

Abstrak

Batu ureter (ureterolithiasis) adalah kondisi ketika batu atau kalkuli yang berasal dari pengendapan kristal mineral dan garam dalam urin menumpuk dan tersangkut di ureter. Nyeri pasca operasi batu ureter merupakan masalah yang sering dialami pasien akibat trauma jaringan, spasme otot ureter, dan iritasi dari DJ stent. Penanganan nyeri dapat dilakukan secara farmakologis maupun non-farmakologis. Salah satu metode non-farmakologis yang mulai diterapkan adalah terapi hipnotis 5 jari, yaitu teknik sederhana yang dapat membantu mengurangi nyeri melalui relaksasi dan distraksi. Penelitian ini bertujuan untuk mengevaluasi efektivitas terapi hipnotis 5 jari dalam menurunkan nyeri pada pasien post operasi batu ureter (ureterolithiasis). Penelitian ini menggunakan desain studi kasus deskriptif terhadap dua pasien post operasi batu ureter yang mengalami nyeri akibat pemasangan DJ stent. Intervensi berupa edukasi dan penerapan terapi hipnotis 5 jari diberikan selama 2 hari berturut-turut. Pengukuran nyeri dilakukan menggunakan Numeric Rating Scale (NRS) sebelum dan sesudah intervensi. Terdapat penurunan tingkat nyeri yang signifikan pada kedua pasien setelah penerapan terapi hipnotis 5 jari, dari skala nyeri 5-6 menjadi 1-2. Pasien juga mengatakan merasa lebih rileks dan nyaman setelah diberikan intervensi. Edukasi serta terapi nonfarmakologis berupa hipnotis 5 terbukti memberikan kontribusi terhadap keberhasilan pengelolaan nyeri secara keseluruhan, sehingga dapat dijadikan sebagai salah satu intervensi non-farmakologis dalam manajemen nyeri.

PENDAHULUAN

Batu ureter (ureterolithiasis) merupakan salah satu masalah urologi yang cukup sering dijumpai, ditandai dengan adanya batu atau kalkuli yang menyumbat saluran ureter, yaitu saluran yang menghubungkan ginjal dengan kandung kemih. Batu ini umumnya berasal dari ginjal dan dapat bergerak menuju ureter, sehingga menimbulkan berbagai gejala seperti nyeri hebat, sumbatan saluran kemih, hingga

infeksi. Proses terbentuknya batu dipengaruhi oleh berbagai faktor seperti kurangnya asupan cairan, pola makan tinggi garam atau oksalat, obesitas, dan kebiasaan menahan buang air kecil (Lina & Lestari, 2019; Rahmat et al., 2024)

WHO mencatat bahwa penyakit batu saluran kemih menyerang sekitar 4% populasi dunia dengan rasio pria dan wanita 4:1. Di Amerika Serikat, prevalensinya mencapai 5-10%, sedangkan

Corresponding author:

Putri Magdalena Siregar

Email: p.magdalena198@gmail.com

Ners Muda, Vol 6 No 2, Agustus 2025

e-ISSN: 2723-8067

DOI: <https://doi.org/10.26714/nm.v6i2.18301>

di Indonesia diperkirakan terdapat sekitar 499.800 kasus batu ureter dengan angka mortalitas mencapai 1,98% (Ismy et al., 2022; Sari et al., 2021). Di Indonesia, Jawa Tengah, Jawa Barat, dan Sulawesi Tengah menjadi daerah dengan prevalensi kasus cukup tinggi, berkisar 0,8%, bahkan di Yogyakarta mencapai 1,2% (Sari et al., 2021).

Batu ureter dapat menyebabkan nyeri yang sangat hebat, dikenal sebagai nyeri kolik ginjal, yang sering dirasakan di area pinggang, perut bagian bawah, dan dapat menjalar ke paha, testis, atau vulva tergantung lokasi batu (Türk et al., 2023; Vasudevan, 2018). Selain nyeri, pasien juga dapat mengalami mual, muntah, hematuria, disuria, hingga komplikasi serius seperti sumbatan saluran kemih, hidronefrosis, dan penurunan fungsi ginjal.

Penatalaksanaan batu ureter dilakukan melalui tindakan invasif seperti ureteroskopi, ureterolitotomi, pemasangan Double J (DJ) stent, maupun tindakan non-invasif seperti observasi konservatif dan pemberian obat-obatan. Salah satu tindakan yang sering dilakukan adalah pemasangan DJ stent untuk menjaga kelancaran aliran urin dan mencegah komplikasi (Damiano et al., 2015; Wahyudha, 2022). Namun demikian, penggunaan DJ stent seringkali menimbulkan keluhan nyeri, iritasi saluran kemih, serta gangguan kenyamanan, sehingga memerlukan penanganan nyeri yang optimal (Damiano et al., 2015).

Nyeri pasca tindakan urologi seperti pemasangan DJ stent atau pengambilan batu ureter tidak hanya mengganggu kenyamanan pasien, tetapi juga dapat memperlambat proses pemulihan. Manajemen nyeri yang tepat menjadi aspek penting dalam meningkatkan kualitas hidup pasien. Selain penggunaan analgesik, berbagai metode non-farmakologis mulai banyak diterapkan untuk mengurangi nyeri,

salah satunya adalah teknik hipnotis lima jari (Fitrianingrum, 2018).

Hipnotis lima jari adalah metode self-hypnosis yang melibatkan stimulasi sentuhan pada jari-jari tangan disertai visualisasi positif yang dapat memicu respon relaksasi tubuh, menurunkan aktivitas sistem saraf simpatis, serta mengurangi persepsi nyeri dan kecemasan (Fitrianingrum, 2018).

Beberapa penelitian menunjukkan efektivitas teknik ini dalam mengurangi nyeri pasca operasi. Penelitian (Ningrum, 2020) menunjukkan penurunan nyeri signifikan pada pasien post operasi di RS Baladhika Husada Jember setelah diberikan hipnotis lima jari. Hasil serupa dilaporkan oleh (Mulyatun, 2021) pada pasien post laparotomi, di mana terjadi penurunan nyeri dari kategori sedang menjadi ringan setelah terapi diberikan selama tiga hari. Melihat tingginya angka kejadian batu ureter, risiko komplikasi, serta keluhan nyeri pasca tindakan medis yang masih sering dirasakan pasien, diperlukan inovasi dalam manajemen nyeri yang efektif, aman, dan mudah diterapkan. Salah satunya adalah penerapan teknik hipnotis lima jari sebagai alternatif non-farmakologis untuk membantu mengurangi nyeri pasca tindakan batu ureter. Penelitian ini dilakukan untuk mengetahui efektivitas terapi hipnotis 5 jari terhadap penurunan nyeri pada pasien post operasi batu ureter (ureterolithiasis).

METODE

Desain studi yang digunakan dalam laporan ini adalah studi kasus (*case report*) dengan pendekatan multi cases, yaitu membahas dua pasien post operasi batu ureter (ureterolithiasis) dengan pemasangan DJ Stent. Subjek studi terdiri dari dua pasien dewasa (Ny. T, 54 tahun dan Tn. K, 48 tahun) yang mengalami nyeri sedang hingga berat pasca operasi uretrolitotomi. Kriteria



inklusi meliputi pasien yang mengalami nyeri pasca operasi batu ureter, terpasang DJ Stent, sadar penuh (compos mentis), dan bersedia mengikuti terapi non-farmakologis berupa hipnotis lima jari. Kriteria eksklusi mencakup pasien dengan gangguan mental, tidak kooperatif, atau memiliki gangguan komunikasi berat.

Proses pengelolaan kasus dilakukan mulai sejak pasien masuk ruangan pasca operasi hingga saat pasien diperbolehkan pulang. Evaluasi dilakukan melalui pendekatan asuhan keperawatan yang meliputi pengkajian, diagnosis, intervensi, implementasi, dan evaluasi.

Alat ukur yang digunakan adalah skala nyeri Numerik (Numeric Rating Scale/NRS) yang mengukur intensitas nyeri dari 0–10. Terapi hipnotis lima jari dilakukan dengan panduan verbal kepada pasien sambil menyentuh ujung jari-jari secara sistematis. Terapi dilakukan dua kali per hari selama dua hari berturut-turut, dengan durasi 10–15 menit per sesi. Respon nyeri pasien dicatat sebelum dan sesudah intervensi untuk dianalisis efektivitasnya.

HASIL

Pengelolaan kasus ini dilakukan pada dua pasien yang menjalani perawatan di Ruang X dengan diagnosa medis batu ureter (ureterolithiasis) dan tindakan pemasangan DJ Stent. Pasien pertama, Ny. T, berusia 54 tahun, datang dengan keluhan nyeri hebat di area perut kiri bawah yang menjalar ke pinggang pasca operasi uretrolitotomi. Sedangkan pasien kedua, Tn. K, berusia 48 tahun, datang dengan keluhan utama berupa kedua kaki yang bengkak dan nyeri pasca tindakan yang sama. Keduanya memiliki riwayat hipertensi dan menunjukkan keterbatasan dalam aktivitas sehari-hari akibat nyeri pasca operasi. Pada proses pengkajian, ditemukan bahwa Ny. T telah mengalami nyeri pinggang sejak satu tahun sebelumnya dan memiliki kebiasaan

menahan buang air kecil serta jarang mengonsumsi air putih. Ia sempat mengabaikan gejala yang muncul karena menganggapnya berkaitan dengan kepercayaan non-medis. Setelah menjalani operasi pemasangan DJ Stent, pasien mengeluh nyeri yang dirasakan menetap, bersifat nyut-nyutan, dan meningkat saat bergerak. Sedangkan pada Tn. K, pasien memiliki kebiasaan duduk lama karena profesinya sebagai sopir angkot, serta jarang melakukan aktivitas fisik. Pasca operasi, pasien merasakan nyeri di area luka operasi dengan karakter nyeri teriris dan menetap, disertai ketidaknyamanan saat mobilisasi.

Kedua pasien mengalami nyeri akut yang ditandai dengan keluhan subjektif dan ekspresi non-verbal berupa meringis, tampak gelisah, serta ketergantungan pada perawat dan keluarga dalam melakukan aktivitas dasar sehari-hari. Skala nyeri awal yang dilaporkan pada Ny. T adalah 6 dari 10, sedangkan pada Tn. K sebesar 5 dari 10. Selain itu, keduanya menunjukkan gangguan mobilitas fisik yang signifikan, serta adanya tanda ansietas ringan akibat ketidaknyamanan pasca tindakan dan kekhawatiran terhadap proses pemulihan. Berdasarkan pengkajian yang dilakukan, disimpulkan terdapat tiga diagnosa keperawatan utama yang muncul pada kedua pasien, yaitu: nyeri akut berhubungan dengan agen pencedera fisik (prosedur operasi), gangguan mobilitas fisik berhubungan dengan nyeri, dan ansietas berhubungan dengan perubahan kondisi pasca operasi. Diagnosa ini menjadi fokus intervensi yang dirancang untuk menurunkan intensitas nyeri serta meningkatkan kemampuan pasien dalam melakukan mobilisasi secara bertahap

Perencanaan intervensi keperawatan disusun berdasarkan pendekatan evidence-based practice, dengan menggabungkan intervensi farmakologis dan non-farmakologis. Intervensi yang direncanakan



meliputi identifikasi karakteristik nyeri secara sistematis, pengajaran teknik relaksasi hipnotis lima jari, serta pemberian analgesik sesuai indikasi medis. Selain itu, edukasi tentang penyebab dan pemicu nyeri diberikan kepada pasien untuk meningkatkan pemahaman mereka terhadap kondisi yang sedang dialami. Tujuan dari perencanaan ini adalah untuk mencapai penurunan skala nyeri secara bertahap, sehingga pasien mampu kembali melakukan aktivitas dasar secara mandiri.

Pelaksanaan terapi dilakukan selama dua hari berturut-turut. Pada Ny. T, terapi hipnotis lima jari diberikan pada tanggal 28 Mei 2025, dengan hasil penurunan nyeri dari skala 6 menjadi 3 setelah sesi pertama. Pasien tampak lebih rileks dan mampu miring kanan dan kiri secara mandiri. Pada tanggal 30 Mei 2025, sesi terapi dilanjutkan dan pasien melaporkan skala nyeri menurun menjadi 1 dari 10. Pasien juga menunjukkan kemampuan berjalan ke kamar mandi tanpa bantuan serta menunjukkan peningkatan aktivitas sehari-hari. Sementara itu, pada Tn. K, terapi hipnotis lima jari juga diberikan dua kali. Pada pelaksanaan pertama, nyeri menurun dari skala 5 menjadi 2. Setelah terapi kedua pada hari berikutnya, pasien menyatakan nyeri semakin berkurang dan merasa lebih nyaman, serta mampu duduk dan berdiri tanpa bantuan. Respon pasien terhadap intervensi sangat baik dan menunjukkan kemajuan mobilitas yang signifikan.

Evaluasi dilakukan menggunakan Numeric Rating Scale (NRS) sebagai alat ukur objektif nyeri. Hasil evaluasi menunjukkan bahwa kedua pasien mengalami penurunan intensitas nyeri secara bertahap. Pada Ny. T, terjadi penurunan nyeri dari 6 menjadi 1, dan pada Tn. K dari 5 menjadi 2, kemudian menjadi 1. Kedua pasien menunjukkan peningkatan status fungsional dan mobilitas. Edukasi serta terapi non-farmakologis terbukti memberikan kontribusi terhadap keberhasilan

pengelolaan nyeri secara keseluruhan. Pasien merasa lebih nyaman, kooperatif, serta tidak lagi membutuhkan bantuan penuh dalam melakukan aktivitas. Data evaluasi juga menunjukkan bahwa teknik hipnotis lima jari dapat dijadikan intervensi pendukung yang efektif dalam pengelolaan nyeri post operasi batu ureter.

PEMBAHASAN

Hasil pengelolaan kasus pada dua pasien pasca operasi batu ureter dengan pemasangan DJ Stent menunjukkan bahwa pemberian terapi hipnotis lima jari efektif dalam menurunkan tingkat nyeri yang dialami pasien. Penurunan skala nyeri yang signifikan terjadi setelah pasien menjalani sesi terapi selama dua hari, dengan perubahan skala nyeri dari 6 menjadi 1 pada pasien pertama, dan dari 5 menjadi 1 pada pasien kedua. Selain itu, kedua pasien juga menunjukkan peningkatan kemampuan dalam mobilisasi dan aktivitas sehari-hari secara mandiri, yang sebelumnya masih dibantu oleh keluarga dan perawat.

Temuan ini sejalan dengan hasil penelitian (Ningrum, 2020) yang menunjukkan adanya penurunan signifikan pada skala nyeri pasien post operasi setelah dilakukan terapi hipnotis lima jari, dari skor 5,25 menjadi 1,45. Studi serupa oleh (Mulyatun, 2021) juga mendukung hasil ini, dengan penurunan nyeri dari kategori sedang ke ringan setelah tiga hari terapi berturut-turut pada pasien post laparotomi. Penelitian oleh (Widah, 2023) di RSUD Yatsi Madani juga membuktikan bahwa teknik relaksasi melalui genggam jari mampu menurunkan skala nyeri pasien batu ureter secara bermakna. Hasil ini menunjukkan konsistensi antara studi ini dengan penelitian terdahulu mengenai efektivitas terapi hipnotis lima jari sebagai intervensi non-farmakologis. Studi oleh (Lestari & Ningsih, 2023) menyebutkan bahwa teknik relaksasi terbukti menurunkan persepsi



nyeri melalui aktivasi sistem saraf parasimpatis. Selain itu, (Putri & Fadillah, 2022) menyatakan bahwa hipnoterapi memberikan efek psikologis yang kuat dalam mengubah persepsi terhadap nyeri dan meningkatkan kenyamanan pasien. Hal ini diperkuat pula oleh penelitian (Yulita & Hartono, 2021) yang menunjukkan bahwa distraksi melalui teknik relaksasi dan fokus sentuhan mampu menurunkan intensitas nyeri pasca operasi secara signifikan.

Penurunan skala nyeri yang terjadi dapat dijelaskan melalui mekanisme fisiologis hipnotis lima jari yang bekerja dengan mengaktifkan sistem saraf parasimpatis, menurunkan stimulasi simpatis berlebihan, serta memicu efek relaksasi yang menekan persepsi nyeri. Teknik ini juga melibatkan pemrograman sugestif yang diarahkan pada pengalaman menyenangkan dan penuh makna secara emosional, sehingga pikiran pasien terdistraksi dari nyeri dan mampu mengaktifkan jalur modulasi nyeri endogen. Selain itu, aktivitas pengulangan sentuhan jari juga merangsang pusat limbik dan menghambat transmisi impuls nyeri di tingkat spinal dan kortikal.

Faktor pendukung dalam keberhasilan terapi ini meliputi kondisi pasien yang kooperatif, edukasi awal yang efektif tentang proses terapi, suasana lingkungan yang tenang, serta dukungan dari keluarga dan tim perawat selama proses pemberian terapi. Keduanya menunjukkan motivasi tinggi untuk pulih dan mengikuti petunjuk relaksasi yang diberikan secara aktif. Selain itu, intervensi juga dikombinasikan dengan analgesik yang sesuai, sehingga memberikan hasil yang lebih optimal tanpa menimbulkan efek samping.

Meskipun hasil yang dicapai cukup menggembirakan, terdapat beberapa faktor penghambat yang perlu diantisipasi dalam pelaksanaan terapi hipnotis lima jari. Salah satunya adalah kebutuhan akan suasana lingkungan yang kondusif dan waktu yang

cukup dalam pelaksanaannya. Pasien dengan gangguan kognitif atau kondisi mental tertentu juga mungkin kurang responsif terhadap terapi ini. Oleh karena itu, diperlukan skrining awal dan pendekatan individual dalam pemilihan metode non-farmakologis agar intervensi yang diberikan tepat sasaran.

Berdasarkan temuan studi ini, dapat dikemukakan bahwa terapi hipnotis lima jari merupakan intervensi non-farmakologis yang sederhana, murah, tidak invasif, dan aman, namun memiliki efek klinis yang signifikan dalam menurunkan nyeri pasca operasi. Terapi ini dapat menjadi alternatif atau pelengkap dari manajemen nyeri konvensional di ruang rawat bedah, khususnya untuk pasien pasca tindakan urologi seperti pemasangan DJ Stent. Rekomendasi dari hasil ini mengarah pada perlunya pelatihan lebih lanjut bagi perawat untuk menguasai teknik ini, serta mendorong integrasi pendekatan holistik dalam asuhan keperawatan berbasis evidence.

SIMPULAN

Hasil laporan kasus ini menunjukkan bahwa terapi hipnotis lima jari efektif dalam menurunkan intensitas nyeri pada pasien pasca operasi batu ureter dengan pemasangan DJ Stent. Penurunan skala nyeri dari kategori sedang menjadi ringan bahkan hilang secara signifikan terjadi pada kedua pasien setelah dilakukan intervensi selama dua hari berturut-turut. Penerapan teknik ini juga membantu meningkatkan mobilitas pasien dan mempercepat proses pemulihan tanpa efek samping berarti.

Temuan ini memperkuat bukti bahwa pendekatan non-farmakologis seperti hipnotis lima jari dapat dijadikan salah satu intervensi komplementer dalam manajemen nyeri akut di ruang rawat bedah. Oleh karena itu, disarankan bagi tenaga keperawatan untuk



mempertimbangkan integrasi terapi ini dalam praktik klinis sehari-hari guna meningkatkan kenyamanan pasien dan mendukung proses penyembuhan secara menyeluruh.

UCAPAN TERIMAKASIH

Penulis mengucapkan terima kasih kepada pembimbing akademik, dosen penguji, serta pihak Ruangan X yang telah memberikan kesempatan dan bimbingan dalam pelaksanaan karya ilmiah ini. Ucapan terima kasih juga disampaikan kepada kedua pasien yang telah bersedia menjadi subjek laporan kasus ini. Semoga karya ini dapat memberikan kontribusi bagi pengembangan praktik keperawatan yang lebih baik.

REFERENSI

- Damiano, S. R., Hart, L. M., & Paxton, S. J. (2015). Development and validation of parenting measures for body image and eating patterns in childhood. *Journal of Eating Disorders*, 3(1).
- Fitrianingrum, E. (2018). Efektivitas hipnotis lima jari terhadap penurunan tingkat nyeri pasien post operasi. *Jurnal Kesehatan Holistik*, 12(3), 188-195.
- Ismay, J., Marzuki, A., & Rasyid, N. (2022). Epidemiologi batu ureter di Indonesia: studi lintas negara. *Indonesian Journal of Urology*, 11(1), 56-64.
- Lestari, R., & Ningsih, W. (2023). Efektivitas terapi relaksasi dalam menurunkan nyeri pasca operasi. *Jurnal Keperawatan Respati*, 8(1).
- Lina, L. F., & Lestari, D. P. (2019). Analisis kejadian infeksi saluran kemih berdasarkan penyebab pada pasien di poliklinik urologi rsud dr. M. Yunus bengkulu. *Jurnal Keperawatan Muhammadiyah Bengkulu*.
- Mulyatun, E. (2021). Efektivitas terapi hipnotis lima jari terhadap nyeri pasien post laparotomi. *Jurnal Ilmu Kesehatan Indonesia*, 10(4), 312-318.
- Ningrum, R. (2020). Pengaruh terapi hipnotis lima jari terhadap skala nyeri pada pasien post operasi umum. *Jurnal Keperawatan Nusantara*, 9(2), 144-150.
- Putri, D., & Fadillah, N. (2022). Hipnoterapi sebagai pendekatan non-farmakologis dalam pengelolaan nyeri. *Jurnal Ilmu Keperawatan Indonesia*, 10(2).
- Rahmat, R., Utami, S., & Rini, M. (2024). Faktor risiko dan gejala klinis batu ureter di Indonesia. *Jurnal Kedokteran Urologi*, 12(2), 77-85.
- Sari, W. D., Yusuf, A., & Lestari, D. (2021). Studi epidemiologis kasus ureterolithiasis di Indonesia. *Jurnal Urologi Indonesia*, 12(1), 27-35.
- Türk, C., Petřík, A., Sarica, K., Seitz, C., & Skolarikos, A. (2023). *EAU guidelines on interventional treatment for urolithiasis*. European Association of Urology. .
- Vasudevan, R. (2018). Urinary tract infection: an overview of the infection and the associated risk factors. *Journal of Microbiology & Experimentation*.
- Wahyudha, R. (2022). Penatalaksanaan batu ureter: konservatif vs operatif. *Jurnal Bedah Urologi*, 6(3), 145-153.
- Widah, N. (2023). Efektivitas terapi genggam jari terhadap penurunan nyeri pada Ppasien ureterolithiasis. *Jurnal Keperawatan Medik*, 13(1), 44-49.
- Yulita, M., & Hartono, A. (2021). Pengaruh teknik relaksasi dan distraksi terhadap penurunan skala nyeri pada pasien post bedah. *Jurnal Riset Kesehatan*, 12(3).

