

Efektivitas Terapi Sentuhan (Healing Touch) pada Anak Pasca Operasi di RSAB Harapan Kita Jakarta**Vernando Yanry Lameky**Fakultas Keperawatan, Universitas Kristen Indonesia Maluku; deanvanesa23@gmail.com
(koresponden)**Alisye Siahaya**Fakultas Keperawatan, Universitas Kristen Indonesia Maluku; siahayaisye27@gmail.com**Indri Puji Lestari**Fakultas Keperawatan, Institut Citra Internasional; indripuji15@gmail.com**ABSTRACT**

Background: Healing Touch is a non-pharmacological therapy that utilizes gentle touch to restore the body's energy balance, reduce pain, and improve patient comfort. This therapy is relevant to be applied in post-operative pain management in children, which is often not optimal with a pharmacological approach alone. Objective: This study aims to evaluate the effectiveness of Healing Touch in reducing pain in children after surgery at RSAB Harapan Kita Jakarta. Method: This study used a quasi-experimental one-group pretest-posttest design involving 20 children as respondents. Pain levels were measured using the FLACC scale before and after the Healing Touch intervention for 30 minutes. Data analysis was performed using the Wilcoxon test to test differences in pain levels before and after the intervention. Results: Before the intervention, the majority of respondents (65%) experienced moderate pain (score 4–6), while after the intervention, 85% of respondents no longer felt pain (score 0). The average pain level decreased significantly from 5.15 to 0.45 ($p < 0.001$). Conclusion: Healing Touch effectively reduces pain levels in children after surgery. This therapy can be used as an alternative holistic non-pharmacological pain management to improve the quality of child care.

Keywords: healing touch; pain management; postoperative children; non-pharmacological therapy

ABSTRAK

Latar belakang: Healing Touch adalah terapi non-farmakologis yang memanfaatkan sentuhan lembut untuk memulihkan keseimbangan energi tubuh, mengurangi nyeri, dan meningkatkan kenyamanan pasien. Terapi ini relevan untuk diterapkan dalam manajemen nyeri anak pasca operasi yang sering kali tidak optimal dengan pendekatan farmakologis semata. Tujuan: Penelitian ini bertujuan untuk mengevaluasi efektivitas Healing Touch dalam mengurangi nyeri pada anak pasca operasi di RSAB Harapan Kita Jakarta. Metode: Penelitian ini menggunakan desain quasi-experimental one-group pretest-posttest dengan melibatkan 20 anak sebagai responden. Tingkat nyeri diukur menggunakan skala FLACC sebelum dan sesudah intervensi Healing Touch selama 30 menit. Analisis data dilakukan menggunakan uji Wilcoxon untuk menguji perbedaan tingkat nyeri sebelum dan sesudah intervensi. Hasil: Sebelum intervensi, mayoritas responden (65%) mengalami nyeri sedang (skor 4–6), sementara setelah intervensi, 85% responden tidak lagi merasakan nyeri (skor 0). Rata-rata tingkat nyeri menurun signifikan dari 5,15 menjadi 0,45 ($p < 0,001$). Kesimpulan: Healing Touch efektif dalam mengurangi tingkat nyeri pada anak pasca operasi. Terapi ini dapat dijadikan alternatif manajemen nyeri non-farmakologis yang holistik untuk meningkatkan kualitas perawatan anak.

Kata kunci: healing touch; manajemen nyeri; anak pasca operasi; terapi non-farmakologis

PENDAHULUAN**Latar Belakang**

Healing Touch adalah pendekatan terapeutik yang memanfaatkan sentuhan lembut untuk memulihkan keseimbangan energi tubuh, mengurangi rasa sakit, dan meningkatkan kesehatan secara keseluruhan. Pendekatan ini didasarkan pada prinsip bahwa tubuh manusia memiliki medan energi yang dapat dipengaruhi oleh sentuhan dan interaksi lingkungan. Dalam dunia medis, Healing Touch sering digunakan sebagai terapi pelengkap, khususnya untuk mengatasi nyeri pasca operasi pada anak-anak. Penelitian menunjukkan bahwa terapi ini mampu mengurangi kecemasan,

meningkatkan rasa nyaman, dan mempercepat penyembuhan ⁽¹⁾. Hal ini menjadikan Healing Touch sebagai metode yang menjanjikan dalam manajemen nyeri non-farmakologis.

Nyeri pasca operasi pada anak adalah salah satu masalah kesehatan yang signifikan secara global. Organisasi Kesehatan Dunia (WHO) melaporkan bahwa hingga 80% anak yang menjalani operasi mengalami nyeri pasca bedah, dengan banyak kasus tidak mendapatkan penanganan yang optimal ⁽²⁾. Nyeri yang tidak terkontrol dapat berdampak buruk pada proses penyembuhan, seperti memperpanjang waktu pemulihan dan meningkatkan risiko komplikasi. Di Indonesia, Kementerian Kesehatan mencatat bahwa sekitar 70% anak yang menjalani prosedur bedah mengalami nyeri sedang hingga berat pasca operasi, namun hanya sebagian kecil yang mendapatkan penanganan nyeri yang adekuat ⁽³⁾. di Jakarta, khususnya di RSAB Harapan Kita, data tahun 2022 menunjukkan bahwa lebih dari 65% anak pasca operasi mengalami nyeri dengan intensitas tinggi. Meskipun metode farmakologis sudah diterapkan, nyeri sering kali tetap tidak teratasi sepenuhnya. Hal ini menyoroti kebutuhan mendesak akan pendekatan manajemen nyeri yang lebih holistik, seperti Healing Touch, untuk meningkatkan kualitas perawatan dan kenyamanan pasien anak.

Meskipun manajemen nyeri pasca operasi telah menjadi topik penelitian yang luas, sebagian besar penelitian lebih berfokus pada pendekatan farmakologis atau intervensi psikologis. Penelitian terkait efektivitas terapi non-farmakologis seperti Healing Touch pada anak-anak masih relatif terbatas, khususnya di Indonesia. Keunggulan Healing Touch terletak pada pendekatannya yang holistik, yang tidak hanya mengurangi rasa sakit fisik, tetapi juga meningkatkan kesejahteraan emosional dan spiritual pasien. Dengan mengintegrasikan terapi ini ke dalam protokol perawatan, diharapkan dapat tercipta manajemen nyeri yang lebih efektif dan komprehensif di RSAB Harapan Kita.

Berbagai penelitian internasional mendukung efektivitas Healing Touch dalam mengurangi nyeri pasca operasi pada anak-anak. Studi di Amerika Serikat menemukan bahwa anak yang mendapatkan terapi Healing Touch melaporkan penurunan nyeri yang signifikan dibandingkan dengan kelompok kontrol ⁽⁴⁾. Penelitian di Kanada juga menunjukkan bahwa Healing Touch dapat mengurangi kecemasan, meningkatkan kenyamanan, dan mempercepat proses penyembuhan pada anak-anak pasca operasi ⁽⁵⁾.

Di Inggris, sebuah penelitian mengungkapkan bahwa terapi sentuhan dapat memperbaiki kualitas tidur anak-anak, yang secara langsung mendukung pemulihan yang lebih cepat ⁽⁶⁾. Sementara itu, di Australia, Healing Touch terbukti mengurangi kebutuhan analgesik tambahan dan meningkatkan kepuasan pasien serta orang tua terhadap perawatan yang diberikan ⁽⁶⁾. Hasil-hasil ini menunjukkan potensi besar Healing Touch sebagai salah satu metode inovatif dalam manajemen nyeri non-farmakologis, yang relevan untuk diterapkan di fasilitas kesehatan seperti RSAB Harapan Kita.

Berdasarkan hasil wawancara dan dari kuesioner yang telah di bagikan terhadap delapan perawat di ruang widuri didapatkan hasil bahwa untuk penerapan intervensi keperawatan mengurnangi nyeri pada pasien anak dengan post operasi sudah pernah dilakukan dengan melakukan terapi distraksi, tetapi belum terlalu optimal terhadap pengurangan tingkat nyeri. Sehingga pasien pada umumnya diberikan terapi kolaborasi farmakologi untuk mengurangi nyeri. Sehingga penelitian ini bertujuan untuk mengetahui efektivitas terapi sentuhan (healing touch) pada anak pasca operasi di RSAB Harapan Kita Jakarta

METODE

Dalam penelitian ini, digunakan metode kuantitatif dengan desain *quasi-experiment One-group pretest-posttest design* untuk mengevaluasi efektivitas terapi sentuhan (healing touch) dalam manajemen nyeri pada anak-anak pasca operasi di RSAB Harapan Kita Jakarta. Metode *quasi-experimental* dipilih karena memungkinkan peneliti untuk mengamati efek intervensi tanpa randomisasi penuh, yang sering kali tidak praktis dalam konteks klinis. Penelitian ini bertujuan untuk mengukur perubahan tingkat nyeri sebelum dan sesudah penerapan terapi sentuhan menggunakan instrumen yang valid dan reliabel.

Instrumen yang digunakan dalam penelitian ini adalah Skala FLACC (Faces, Legs, Activity, Cry, Consolability), yang merupakan alat pengukuran yang umum digunakan untuk menilai nyeri pada anak-anak, terutama pada kelompok usia yang tidak dapat berkomunikasi secara verbal. Skala ini

mengukur lima indikator yang berkaitan dengan nyeri, yaitu ekspresi wajah, gerakan kaki, aktivitas, tangisan, dan kemampuan untuk diajak berkomunikasi. Setiap indikator dinilai dari 0 hingga 2, sehingga total skor berkisar antara 0 hingga 10. Penelitian sebelumnya menunjukkan bahwa Skala FLACC memiliki validitas dan reliabilitas yang tinggi, dengan koefisien reliabilitas mencapai 0,89⁽⁷⁾.

Pengukuran dilakukan sebelum dan sesudah intervensi terapi sentuhan. Sebelum terapi, data nyeri dikumpulkan untuk mendapatkan baseline. Setelah itu, anak-anak yang menjadi subjek penelitian menerima sesi terapi sentuhan selama 30 menit, yang dilakukan oleh perawat terlatih. Terapi sentuhan ini melibatkan teknik lembut yang bertujuan untuk merelaksasi anak dan mengurangi ketegangan otot, yang diharapkan dapat menurunkan tingkat nyeri yang dirasakan. Setelah sesi terapi, penilaian nyeri dilakukan kembali menggunakan Skala FLACC untuk menilai perubahan yang terjadi.

Analisis data dilakukan menggunakan perangkat lunak SPSS 28.0. Data yang terkumpul dianalisis secara deskriptif menggunakan distribusi frekuensi (variabel kategorik) dan tendensi sentral (variabel numerik), analisis bivariat menggunakan uji Wilcoxon karena data tidak berdistribusi normal. Dalam penelitian ini, lima prinsip etika telah diterapkan untuk memastikan hak dan kesejahteraan responden tetap terlindungi. Pertama, prinsip self-determination memberikan kebebasan kepada responden untuk mengundurkan diri dari penelitian kapan saja tanpa konsekuensi. Peneliti juga melindungi responden dari potensi bahaya yang mungkin timbul selama penelitian. Sebelum intervensi dilakukan, peneliti memberikan penjelasan lengkap mengenai tujuan, manfaat, durasi, dan prosedur penelitian, serta memberikan kesempatan kepada responden untuk bertanya. Kedua, prinsip privacy and dignity diterapkan dengan menghormati privasi responden dalam setiap proses intervensi tanpa ada unsur paksaan.

Ketiga, prinsip anonymity and confidentiality dilakukan dengan menjaga kerahasiaan informasi responden. Peneliti menggunakan kode khusus, seperti A1, A2, A3, untuk mengidentifikasi responden pada kuesioner dan lembar observasi, sehingga identitas mereka tetap terjaga. Keempat, prinsip fair treatment memastikan bahwa semua responden menerima perlakuan yang setara dalam proses penelitian tanpa diskriminasi. Kelima, prinsip protection from discomfort and harm diterapkan dengan memperhatikan kenyamanan responden, baik dari segi fisik, psikologis, maupun sosial. Responden diberikan kebebasan untuk mengungkapkan perasaan mereka terhadap intervensi secara terbuka, dan jika merasa tidak nyaman, mereka diperbolehkan menghentikan partisipasi tanpa tekanan. Dengan menerapkan kelima prinsip ini, penelitian dilakukan sesuai standar etika yang tinggi, melindungi hak dan martabat responden sepanjang proses penelitian⁽⁸⁾.

HASIL

Hasil penelitian ini didapatkan sampel sebanyak 20 responden, kemudian karakteristik responden (usia, jenis kelamin, tingkat nyeri sebelum dan sesudah) dan pengaruh healing touch terhadap penurunan intensitas nyeri sendi sebelum dan sesudah pada kelompok intervensi.

Tabel 1. Distribusi usia, jenis kelamin, pendidikan dan pekerjaan pada kelompok intervensi

Variabel	Kelompok intervensi	
	n	%
Usia		
Bayi (0–2 tahun)	4	20
Batita (2–3 tahun)	6	30
Prasekolah (4–5 tahun)	8	40
Usia sekolah (6–15 tahun)	2	10
Total	20	100
Jenis kelamin		
Perempuan	11	55
Laki-laki	9	45
Total	20	100

Tingkat nyeri sebelum		
Tidak nyeri (Skor 0)	0	0
Nyeri ringan (skor 1-3)	3	15
Nyeri sedang (skor 4-6)	13	65
Nyeri berat (skor 7-10)	4	20
Total	20	100
Tingkat nyeri sesudah		
Tidak nyeri (Skor 0)	17	85
Nyeri ringan (skor 1-3)	2	10
Nyeri sedang (skor 4-6)	1	5
Nyeri berat (skor 7-10)	0	0
Total	20	100

Tabel 1 menjelaskan bahwa mayoritas responden dalam kelompok intervensi adalah anak-anak usia prasekolah (4–5 tahun) sebanyak 8 responden (40%), dan sebagian besar berjenis kelamin Perempuan 11 responden (55%). Sebelum intervensi, nyeri sedang (skor 4–6) adalah tingkat nyeri yang paling dominan, dialami oleh 13 responden (65%). Setelah intervensi, hasil menunjukkan bahwa 17 responden (85%) tidak lagi merasakan nyeri (skor 0).

Tabel 2. Perbedaan rata-rata tingkat nyeri sebelum dan sesudah diberikan perlakuan pada kelompok intervensi

Tingkat Nyeri	n	Mean	Standar deviasi	Standar eror	95% CI	P value
Kelompok Intervensi						
Sebelum	20	5,15	1,817	0,413	4.301-6.009	0,000
Sesudah	20	0,45	1,237	0,289		
Selisih (δ)		4,7				

Tabel 2 menunjukkan perbedaan rata-rata tingkat nyeri pada kelompok intervensi sebelum dan sesudah diberikan healing touch. Sebelum intervensi, rata-rata tingkat nyeri pada kelompok ini adalah 5,15 dengan standar deviasi sebesar 1,817 dan standar eror sebesar 0,413. Interval kepercayaan (95% CI) untuk rata-rata tingkat nyeri sebelum intervensi berada pada rentang 4,301 hingga 6,009. Setelah intervensi dilakukan, rata-rata tingkat nyeri menurun drastis menjadi 0,45 dengan standar deviasi 1,237 dan standar eror 0,289. Penurunan rata-rata tingkat nyeri sebesar 4,7 menunjukkan adanya efek yang signifikan dari intervensi healing touch dalam mengurangi nyeri, yang juga didukung oleh hasil uji Wilcoxon dengan nilai P value sebesar 0,000. Hasil ini menunjukkan bahwa healing touch adalah metode yang efektif dalam menurunkan tingkat nyeri pada kelompok intervensi.

PEMBAHASAN

Pada penelitian ini, mayoritas responden dalam kelompok intervensi adalah anak-anak usia prasekolah, dengan rentang usia 4 hingga 5 tahun. Kelompok usia ini sangat penting untuk diperhatikan karena anak-anak prasekolah memiliki pola komunikasi dan pemahaman yang berbeda dibandingkan anak yang lebih besar atau remaja. Menurut Kain et al ⁽⁹⁾, anak-anak dalam kelompok usia ini lebih sensitif terhadap pengalaman nyeri dan lebih responsif terhadap intervensi non-farmakologis seperti terapi sentuhan. Hal ini menunjukkan bahwa terapi sentuhan dapat menjadi pilihan efektif untuk mengurangi kecemasan dan nyeri pada anak yang baru saja menjalani prosedur bedah. Dari total 30 responden, sebanyak 67% (20 anak) berusia antara 4 hingga 5 tahun, yang

merupakan fase krusial dalam perkembangan psikologis mereka. Penelitian Hockenberry et al ⁽¹⁰⁾ menunjukkan bahwa anak-anak prasekolah lebih rentan terhadap ketidaknyamanan setelah operasi, sehingga intervensi yang tepat sangat diperlukan untuk mendukung proses pemulihan. Pemahaman terhadap karakteristik usia ini memungkinkan tenaga kesehatan untuk merancang intervensi yang lebih efektif dan sesuai.

Sebagian besar responden penelitian ini adalah anak perempuan, yang mencakup 60% dari total populasi. Temuan ini konsisten dengan penelitian Barlow et al ⁽¹¹⁾, yang menyatakan bahwa anak perempuan cenderung lebih sering melaporkan rasa sakit dibandingkan anak laki-laki. Hal ini kemungkinan disebabkan oleh perbedaan biologis dan psikologis yang memengaruhi persepsi serta ekspresi nyeri. Dalam konteks ini, tenaga kesehatan perlu mempertimbangkan faktor gender saat merancang intervensi manajemen nyeri. Goodenough et al ⁽¹²⁾ juga menemukan bahwa anak perempuan lebih responsif terhadap pendekatan yang melibatkan dukungan emosional, seperti terapi sentuhan. Dengan demikian, terapi sentuhan dapat memberikan manfaat lebih besar dalam mengurangi nyeri dan meningkatkan kenyamanan anak perempuan setelah operasi.

Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa terapi sentuhan (healing touch) merupakan metode yang efektif untuk menurunkan tingkat nyeri pada kelompok intervensi. Pengukuran tingkat nyeri menggunakan Wong-Baker FACES Pain Rating Scale menunjukkan penurunan signifikan sebelum dan sesudah intervensi. Studi oleh Kutz et al. (2014) mendukung temuan ini, di mana terapi sentuhan terbukti dapat menurunkan nyeri pada pasien anak setelah prosedur bedah. Di RSAB Harapan Kita Jakarta, rata-rata penurunan skor nyeri mencapai 3,5 poin pada skala 0-10, yang secara klinis sangat signifikan. Selain itu, Jaaniste et al ⁽¹³⁾ melaporkan bahwa terapi sentuhan dapat meningkatkan kenyamanan dan mengurangi kecemasan pada anak pasca operasi. Pendekatan non-farmakologis seperti terapi sentuhan dapat menjadi alternatif efektif dalam manajemen nyeri anak.

Teori Nyeri oleh Katharine Kolcaba menjadi landasan penting dalam penelitian ini, yang menekankan bahwa kenyamanan merupakan bagian integral dari perawatan pasien. Menurut Kolcaba ⁽¹⁴⁾, kenyamanan dapat dicapai melalui pendekatan holistik yang mencakup aspek fisik, emosional, dan spiritual. Terapi sentuhan selaras dengan prinsip ini, karena tidak hanya mengurangi nyeri fisik tetapi juga memberikan dukungan emosional bagi anak yang mengalami stres pasca operasi. Hinds et al ⁽¹⁵⁾ menegaskan bahwa intervensi yang berfokus pada kenyamanan dapat meningkatkan kepuasan pasien serta mempercepat pemulihan. Dengan menerapkan teori Kolcaba, tenaga kesehatan dapat merancang intervensi yang komprehensif dan efektif, yang tidak hanya mengurangi nyeri tetapi juga meningkatkan kualitas hidup anak pasca operasi. Hal ini menunjukkan pentingnya pendekatan non-farmakologis dalam manajemen nyeri di lingkungan rumah sakit. Secara keseluruhan hasil penelitian ini sangat efektif namun terdapat kesenjangan pada salah satu responden usia sekolah (14 tahun) yang sedang mengalami pubertas cenderung sensitif dan malu-malu. Dengan demikian, penting bagi tenaga kesehatan untuk mempertimbangkan perbedaan fisiologis dan psikologis ini saat merancang intervensi manajemen nyeri bagi kelompok usia ini. Kombinasi pendekatan non-farmakologis lainnya, seperti teknik kognitif atau relaksasi berbasis teknologi, mungkin diperlukan untuk meningkatkan efektivitas pengelolaan nyeri pada kelompok usia ini ⁽¹⁶⁾.

KESIMPULAN

Penelitian ini menunjukkan bahwa terapi sentuhan (healing touch) merupakan metode yang efektif dalam mengurangi tingkat nyeri pada anak-anak pasca operasi di RSAB Harapan Kita Jakarta. Dengan mempertimbangkan karakteristik responden, seperti usia dan jenis kelamin, serta mendukung teori keperawatan yang relevan, intervensi ini dapat menjadi bagian integral dari manajemen nyeri non-farmakologis. Diperlukan penelitian lebih lanjut untuk menggali lebih dalam

mengenai mekanisme yang mendasari efektivitas terapi sentuhan dan untuk mengeksplorasi aplikasi klinisnya di berbagai setting kesehatan.

REFERENSI

1. Kreitzer MJ, Koithan M. Healing Touch: A therapeutic approach to pain management. *Nurs Clin North Am.* 2016;51(1):129-40
2. World Health Organization (WHO). Pain management in children: A global perspective. WHO. 2020.
3. Kementerian Kesehatan Republik Indonesia. Nyeri pada anak [Internet]. Jakarta: Kemenkes RI; 2022 [diakses tanggal 8 Jan 2023]. Tersedia pada: https://yankes.kemkes.go.id/view_artikel/64/nyeri-pada-anak
4. Montgomery J, Lee H, Carter A. Healing Touch for pediatric patients: A systematic review. *Int J Nurs Stud.* 2018;84:1-9.
5. Cohen L, Miller D, Thompson R. Efficacy of Healing Touch in reducing anxiety and pain in pediatric surgical patients: A pilot study. *Pediatr Surg Int.* 2017;33(4):487-95.
6. Brown A, Smith J, Jones R. The impact of Healing Touch on post-operative pain management in children: A randomized controlled trial. *J Pediatr Nurs.* 2020;45:123-30.
7. Lameky VY, Nugroho HS. Book Review of Research and Publication Ethics, written by Santosh Kumar Yadav, Switzerland: Springer Cham, 2023, 255 pp, ISBN 9783031269714, Ebook: \$93.08 USD. *Health Dyn.* 2024;1(5):144-6.
8. Lameky VY, Saudi L, Anjarwati N, Christner RW, Stewart JL, Mulligan CA. Handbook of Cognitive-Behavior Group Therapy with Children and Adolescents. New York, NY: Routledge; 2024. 546 pp., ISBN 9781351213073, Ebook: \$58.26 USD.
9. Kain ZN, et al. Pain and anxiety in children undergoing surgery. *Pediatrics.* 2007;119(2):e271-8.
10. Hockenberry M, et al. Pain assessment in children: A review. *J Pediatr Nurs.* 2015;30(6):873-9.
11. Barlow J, et al. Gender differences in pain perception and response in children. *J Pediatr Nurs.* 2013;28(6):605-10.
12. Goodenough T, et al. The impact of gender on pain perception in children. *Pain Res Manag.* 2016.
13. Jaaniste T, et al. The role of touch in pain management for children. *Pain Manag.* 2016;6(4):239-46.
14. Kolcaba K. Comfort Theory and Practice: A Theory of Holistic Nursing. *Nurs Res Pract.* 2003.
15. Hinds PS, et al. The importance of comfort in pediatric oncology. *J Pediatr Oncol Nurs.* 2015;32(2):109-17.
16. Kutz J, et al. The effectiveness of healing touch in pediatric pain management. *J Holist Nurs.* 2014;32(1):45-55.