

# Modul Pemanfaatan Content VR Berbasis Teori Comfort Kolcaba untuk Menurunkan Nyeri

Pengguna



**Penulis:  
Arief Wahyudi Jadmiko**

**Kontributor:  
Prof. Dr. dr. Tri Nur kristina, DMM., M.Kes  
Dr. Untung Sujianto, SKp., M.Kes  
Dr. dr. Yan Wisnu Prajoko, Sp.B (K) Onk., M.Kes**

**Program Studi Doktor Ilmu Kedokteran & Kesehatan  
Fakultas Kedokteran  
Universitas Diponegoro  
2021**

## **Kata Pengantar**

**Nyeri merupakan keluhan yang paling sering dikeluhkan pasien kanker selama menjalani perawatannya. Kondisi ini harus diberikan tindakan yang sesuai dan menarik perhatian dari penderita. Nyeri dipengaruhi oleh berbagai faktor yang unik dan kompleks, sehingga dalam penatalaksanaannya membutuhkan pendekatan yang bersifat humanis dan komprehensif.**

**Media ini merupakan pengalih perhatian disaat anda sedang merasakan nyeri. Media ini sangat memungkinkan untuk memodifikasi beberapa hal yang sebelumnya tidak mungkin untuk dilakukan, seperti menampilkan lingkungan pemandangan alam, mendengarkan radio, melihat televisi dan melakukan olahraga memanah dalam waktu yang bersamaan. Selain itu anda juga bisa melatih kemampuan anda dalam menurunkan nyeri yang anda rasakan dengan melakukan tehnik relaksasi nafas dalam yang ada dalam content ini. Content dalam media ini terbukti aman dan efektif sebagai media untuk menurunkan nyeri dan kecemasan pada pasien kanker.**

**Content dalam media ini disusun berdasarkan teori kenyamanan dari pakar keperawatan bernama Kolcaba. Content ini hadir untuk menambah pilihan dan memberikan jawaban dari pertanyaan-pertanyaan sebelumnya yaitu tentang bagaimana memodifikasi beberapa aspek dalam tindakan nyeri tanpa harus meminum obat di Rumah Sakit. Semoga modul ini dapat dijadikan sebagai pedoman bagi pengguna saat ingin menggunakan media ini untuk menurunkan nyeri dan cemas yang dirasakan. Aamiin**



## Uraian Singkat

**Content VR ini adalah suatu muatan yang bertujuan untuk mengalihkan perhatian anda dari ketidaknyamanan yaitu nyeri dan cemas. Dasar penyusunan content ini adalah teori keperawatan yang berfokus pada optimalisasi kenyamanan pada individu yang dipopulerkan oleh Katharine Kolcaba. Mengalihkan perhatian dari rasa nyeri dan cemas yang dirasakan individu merupakan upaya yang membutuhkan dukungan banyak faktor, diantaranya faktor fisik, emosional, mental dan lingkungan. Keberhasilan dalam melakukan pengalihan perhatian secara menyeluruh dari faktor tersebut dipercaya mampu menurunkan intensitas nyeri dan cemas yang dirasakan.**

**Dalam prosesnya, penyusunan content dimulai dari mencari pandangan dan pengalaman pasien kanker saat melakukan upaya untuk menurunkan nyeri secara mandiri dan itu terbukti berhasil dalam menurunkan intensitas skala nyerinya. Pada tahap ini penulis melibatkan banyak pihak terkait yaitu pasien dengan diagnosa kanker, pakar dibidang keperawatan, pakar dibidang informasi dan teknologi serta pakar psikologi. Content VR ini terdiri dari aspek fisik, psikospiritual, sosiokultural dan lingkungan yang mendukung individu dalam melakukan manajemen nyeri secara mandiri.**





## Isi Content

**Kecanggihannya dalam menghadirkan kondisi nyata dan kebebasan dalam memanfaatkan fitur content yang ada merupakan kelebihan dari teknologi VR dibandingkan dengan media yang lain. Pengguna akan diberikan kesempatan dalam memilih fitur-fitur apa yang ingin dimanfaatkan sesuai dengan karakteristik masing-masing pengguna. Selain itu, Content VR dengan berbagai fitur yang telah disusun bisa dinikmati secara berulang sehingga hal ini memberikan kesempatan kepada pengguna untuk melakukan latihan dan menikmati hal-hal yang disukai sampai pengguna merasa cukup untuk menikmatinya. Adapun beberapa fitur content yang ada diantaranya adalah:**

### **1. Tampilan Nuansa Pemandangan Pedesaan**

**Pemandangan ini merupakan fitur yang paling dominan dalam content ini, bagaimana bisa menghadirkan kondisi dan nuansa pemandangan pedesaan dan tepi pantai dengan kemiripan seperti kondisi nyata disetiap pernak-pernik yang ada bisa dinikmati oleh pengguna.**





## 2. Televisi

**Media televisi ini bisa dimanfaatkan oleh pengguna disaat merasa bosan, membutuhkan hiburan, ingin mendapatkan dukungan sosial dari sesama penderita kanker (survivor cancer) dan pengguna yang ingin melakukan latihan nafas dalam. Beberapa pilihan acara TV tersebut dikemas sedemikian rupa sehingga menyerupai TV yang sesungguhnya. Pengguna bisa memilih acara TV yang ingin dilihat dengan memilih tombol-tombol yang ada di TV tersebut dengan menggunakan stick yang ada. Adapun keterangan masing-masing tombol diantaranya sebagai berikut:**



**On/ Off**

**Latihan  
Nafas Dalam**

**Pilihan Chanel :  
Survivor Cancer**

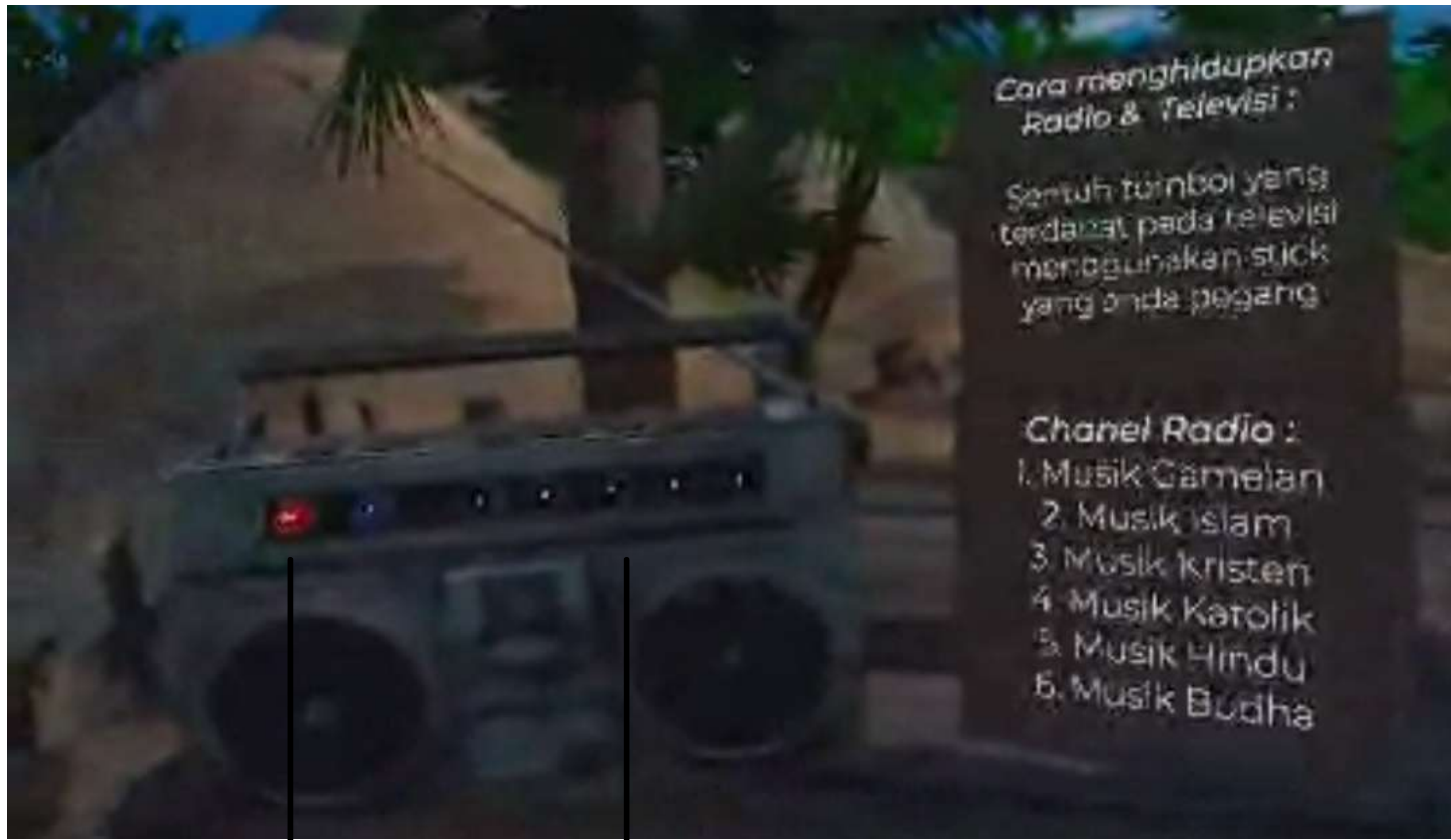
**Pengguna bisa mengoperasikan fitur televisi seperti halnya televisi didunia nyata, menghidupkan TV dengan menekan tombol "on" dan mematikan dengan menekan tombol "off". Pengguna juga bisa melakukan latihan nafas dalam dengan menekan tombol biru yang bertuliskan "latihan nafas dalam". Untuk mendapatkan motivasi terkait pengalaman dari penderita kanker, pengguna bisa memilih 5 chanel yang berisi tentang content survivor cancer.**



### 3. Radio

Media ini bisa dimanfaatkan oleh pengguna disaat ingin mendengarkan lagu-lagu keagamaan sesuai dengan agama masing-masing pengguna.

Untuk memudahkan pengguna, pengembang juga menyediakan keterangan list kriteria lagu, sehingga pengguna tinggal menekan tombol yang diinginkan dengan menggunakan stick yang ada. Untuk mengoptimalkan fitur ini, pengguna tidak hanya mendengarkan lagu yang dipilih, namun juga terintegrasi dengan nuansa pemandangan pedesaan yang jauh dari hiruk pikuk keramaian.



On/ Off

Pilihan Chanel :  
Lagu religi sesuai  
agama yang diyakini



## 4.Olahraga Memanah

**Pengguna bisa melakukan aktifitas fisik dengan melakukan kegiatan memanah seperti halnya memanah didunia nyata, fitur memanah dilengkapi dengan busur, anak panah dan target yang bisa digunakan untuk memfokuskan konsentrasinya pada obyek target yang telah disediakan. Untuk memudahkan pengguna dalam menggunakan fitur ini, pengembang melengkapi dengan petunjuk yang ringkas dan jelas didalam content.**



**Anak panah**

**Keterangan  
penggunaan fitur**

**Busur**



## 5.Meja Makan

**Kelebihan dari fungsi VR adalah kemampuannya dalam mengambil dan memindahkan obyek diatas meja yang ada didalam content yang seakan nyata. Content dilengkapi dengan adanya beberapa jenis makanan dan minuman yang bisa diambil dan dipindahkan oleh pengguna, hal ini bertujuan untuk memberikan aktifitas fisik ringan untuk pengguna saat menikmati content.**







**Content VR ini bisa digunakan oleh pengguna yang sedang nyeri dan cemas dengan aman dan menyenangkan**



**Namun, perlu pertimbangan khusus bagi pasien-pasien dengan kondisi sebagai berikut:**

- **Pasien dengan adanya luka dibagian wajah**
- **Pasien yang sensitive terhadap kilatan cahaya**
- **Pasien yang sedang hamil atau rentan terhadap mual dan pusing**
- **Pasien yang mempunyai riwayat mabuk perjalanan**
- **Pasien dengan gangguan pendengaran dan penglihatan**





## **Cara Penggunaan model content VR:**

### **1. Pastikan kondisi aman**

**Pastikan area yang akan anda gunakan bebas dari benda apapun (jika posisi berdiri), pasang pengaman tempat tidur (jika posisi duduk/ tiduran di tempat tidur)**

### **2. Posisi saat menggunakan**

**Anda bisa memilih posisi saat menggunakan VR sesuai dengan keinginan (rebahan, duduk atau berdiri)**

### **3. Pakai Kacamata VR (HMD)**

**Menghidupkan kacamata VR (HMD) dengan menekan tombol "on", membuat batas daerah yang bisa dijangkau pengguna saat menggunakan VR**

### **4. Pilih content yang akan dilihat**

**Pilih content "AW Comfort Therapy/ My Comfortable Environment)**

### **5. Menikmati isi content**

**Selamat menikmati isi content dengan berbagai fitur yang telah disiapkan meliputi menikmati pemandangan pedesaan dan tepian pantai sambil mendengarkan lagu, menonton tv (latihan nafas dalam, mendengarkan motivasi dan pengalaman dari penderita kanker lain, dan menonton hiburan lainnya, memindahkan barang-barang diatas meja dan melakukan olahraga memanah**

### **6. Selesai**

**Jika anda sudah selesai menikmati content VR, anda bisa keluar dengan menekan tombol keluar dan mematikan VR dengan menekan tombol "off"**



Thank  
you!

Jika masih ada kesulitan dalam penggunaan  
content VR bisa menghubungi : Arief (085647213628)