

**Penerapan Terapi *Guided Imagery* Untuk Mengurangi Tingkat Kecemasan  
Pasien Post Operatif Fraktur Di *Recovery Room*  
RSUD Kartini Karanganyar**

Herlinda Nur Febriyanti<sup>1)</sup>, Titis Sensussiana<sup>2)</sup>

**ABSTRAK**

**Latar Belakang :** Fraktur merupakan keadaan ketika tulang mengalami retak, patah atau pecah yang menyebabkan tulang mengalami perubahan bentuk sehingga tulang menjadi kehilangan fungsinya. Penatalaksanaan fraktur salah satunya dengan tindakan pembedahan yang mengakibatkan pasien takut sehingga timbul kecemasan. Terapi *Guided imagery* yang menitikberatkan pada proses berpikir, termasuk visualisasi dan sugesti secara langsung *Guided imagery* menciptakan perasaan nyaman, relaksasi, meningkatkan endorphin sehingga dapat mengurangi kecemasan.

**Skenario Kasus :** Didapatkan subjek bernama Tn. S berusia 69 tahun, pasien post ORIF Calcaneus dengan keluhan takut dan cemas serta khawatir dengan kondisi yang sedang dihadapi. Pasien tampak tegang dan gelisah. Hasil pemeriksaan sebelum intervensi tekanan darah : 156/98 mmHg, RR : 22x/menit, Nadi : 112x/menit, SpO<sub>2</sub> : 98%, S : 36,0°C aldrete skor 7. Skor HARS yaitu 23 dalam kondisi cemas sedang.

**Strategi Pengumpulan Bukti :** Penelusuran karya ilmiah akhir ners dilakukan dengan menelusuri bukti berupa jurnal *Evidence Based Practice* dalam PubMed dan *Google Scholar* didapatkan 4 jurnal pendukung. Penulisan menggunakan teknik pencarian PICO, dengan menggunakan kata kunci dan telah ditemukan beberapa hasil jurnal penelitian, kemudian dilakukan pemilihan sesuai dengan kriteria yang dibutuhkan.

**Pembahasan :** Pemberian Terapi *Guided Imagery* pada pasien post operatif fraktur, didapatkan hasil bahwa terdapat penurunan tingkat kecemasan sebelum dan sesudah diberikan Terapi *Guided Imagery*.

**Kesimpulan :** Terdapat pengaruh Terapi *Guided Imagery* untuk mengurangi tingkat kecemasan pada pasien post operatif fraktur.

**Kata Kunci :** Terapi *Guided Imagery*, Kecemasan, Post Operatif Fraktur

**Daftar Pustaka :** 27 (2016-2024)

**Application of Guided Imagery Therapy to Reduce the Anxiety Level  
of Post-Operative Fracture Patients in the Recovery Room  
Kartini Karanganyar Regional Hospital**

Herlinda Nur Febriyanti<sup>1)</sup>, Titis Sensussiana<sup>2)</sup>

**ABSTRACT**

**Background** : A fracture is a condition when a bone cracks, breaks or breaks which causes the bone to change shape so that the bone loses its function. One way to treat fractures is surgery, which causes the patient to be afraid, resulting in anxiety. Guided imagery therapy which focuses on the thought process, including visualization and direct suggestions. Guided imagery creates feelings of comfort, relaxation, increases endorphins so it can reduce anxiety.

**Case Scenario** : Found a subject named Mr. S is 69 years old, a post ORIF Calcaneus patient with complaints of fear and anxiety and is worried about the condition he is facing. The patient appears tense and restless. Examination results before intervention blood pressure: 156/98 mmHg, RR: 22x/minute, pulse: 112x/minute, Spo2: 98%, S: 36.0°C aldrete score 7. HARS score is 23 in moderate anxiety condition.

**Evidence Collection Strategy** : Searching for nurses' final scientific work was carried out by searching for evidence in the form of Evidence Based Practice journals in PubMed and Google Scholar and found 4 supporting journals. Writing uses the PICO search technique, using keywords and several research journal results have been found, then selection is carried out according to the required criteria.

**Discussion** : Giving Guided Imagery Therapy to post-operative fracture patients, the results showed that there was a decrease in anxiety levels before and after being given Guided Imagery Therapy.

**Conclusion** : There is an effect of Guided Imagery Therapy to reduce the level of anxiety in post-operative fracture patients.

**Keywords** : Guided Imagery Therapy, Anxiety, Post Operative Fracture

**Bibliography** : 27 (2016-2024)

## PENDAHULUAN

Fraktur merupakan keadaan ketika tulang mengalami retak, patah atau pecah yang menyebabkan tulang mengalami perubahan bentuk sehingga tulang menjadi kehilangan fungsinya (Khasanah & Syahruramdhani, 2023). Penatalaksanaan fraktur dapat dilakukan dengan tindakan pembedahan ortopedi untuk mengembalikan patah tulang ke bentuk semula. Prosedur pembedahan adalah suatu hal yang ditakutkan bagi kebanyakan orang sehingga menimbulkan kecemasan atau ansietas (Lakuy & Azali, 2023).

Berdasarkan data yang diperoleh dari Badan Kesehatan Dunia atau disebut dengan World Health of Organization (WHO) pada tahun 2020, menyatakan bahwa angka kejadian fraktur meningkat dengan angka prevalensi 2,7% atau sekiranya terdapat 13 juta orang. Berdasarkan data oleh Riskesdas pada tahun 2018, angka kejadian fraktur di Indonesia adalah 5,5% dari 92.976 kasus cedera di Indonesia (Kemenkes, 2018).

Kecemasan merupakan suatu respon alamiah seseorang yang muncul akibat dari kondisi psikis misalnya khawatir berlebihan akan suatu hal yang dianggap mengancam hidupnya. Ada 3 (tiga) tahapan dalam proses pembedahan/operasi yaitu pre-operasi, intra operasi dan post-operasi (Poli & Wetik, 2020). Dalam penelitian (Sari *et al.*, 2023) mengungkapkan bahwa kecemasan adalah masalah utama dan paling sering dialami oleh pasien. Kecemasan perlu mendapat perhatian dan intervensi keperawatan karena keadaan emosional pasien yang akan

berpengaruh kepada fungsi tubuh. Kecemasan yang tinggi dapat memberikan efek dalam mempengaruhi fungsi fisiologis tubuh yang ditandai dengan adanya peningkatan tekanan darah, peningkatan frekuensi nadi, peningkatan frekuensi napas (Lakuy & Azali, 2023).

Teknik Relaksasi adalah metode yang dilakukan untuk mengatasi kecemasan. Hal ini terjadi karena pada saat tubuh dan pikiran menjadi rileks maka secara otomatis ketegangan otot yang dirasakan akan berkurang dan berdampak positif bagi fisiologis tubuh. Salah satu teknik relaksasi yaitu Terapi *Guided Imagery* (Yulianti & Asrum, 2024).

Imajinasi terbimbing (*guided imagery*) adalah teknik relaksasi yang mengkhususkan dan membimbing imajinasi seseorang (Yeci, 2020). Relaksasi melalui imajinasi terbimbing dapat menghasilkan penurunan tekanan darah, denyut nadi, dan frekuensi pernapasan, sambil meningkatkan suhu tubuh (Lutfiani & Mariyati, 2023). *Guided imagery* menciptakan perasaan nyaman, relaksasi, meningkatkan endorphen sehingga dapat mengurangi kecemasan. Terapi ini merupakan contoh dari beragam teknik yang menitikberatkan pada proses berpikir, termasuk visualisasi dan sugesti secara langsung (Khasanah & Syahruramdhani, 2023). Metode ini dilakukan dengan membayangkan suatu keadaan atau rangkaian pengalaman yang menyenangkan secara terbimbing dan melibatkan panca indra (Yulianti & Asrum, 2024).

Hasil penelitian (Khasanah & Syahruramdhani, 2023) menunjukkan

setelah dilakukan intervensi guided imagery selama 3 hari terdapat penurunan Numeric Pain Scale dari 7 (nyeri sedang) menjadi 3 (nyeri ringan) dan penurunan skor Beck Anxiety Inventory dari 11 (gangguan kecemasan ringan) menjadi 5 (gangguan kecemasan minimal). Guided imagery efektif mengurangi nyeri serta ansietas pada pasien post operasi fraktur collum humerus.

Hal ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan (Gunes et al., 2023) Setelah penerapan citra terbimbing, ditentukan bahwa kecemasan kelompok eksperimen menurun secara signifikan secara statistik, dan kenyamanan mereka meningkat ( $P < 0,05$ ). Pasien dalam kelompok eksperimen mengalami penurunan tingkat kecemasan dan peningkatan kenyamanan. Karena metode ini berbiaya rendah dan mudah diakses, disarankan untuk menerapkan pencitraan pada periode pra operasi.

Berdasarkan uraian di atas peneliti tertarik untuk melakukan penelitian dengan judul “Penerapan Terapi *Guided Imagery* Untuk Menurunkan Tingkat Kecemasan Pada Pasien Post Operatif Fraktur Di *recovery room* RSUD Kartini Karanganyar”.

## **METODE STUDI KASUS**

Dalam Karya Ilmiah Akhir ini menggunakan desain studi kasus dengan jenis deskriptif yang merupakan merupakan studi kasus yang bertujuan untuk mendeskripsikan atau memaparkan peristiwa-peristiwa penting yang terjadi pada masa kini. Deskripsi peristiwa dilakukan secara sistematis dan lebih menekankan pada data

faktual daripada penyimpulan (Nursalam 2016).

Studi kasus ini, menggunakan jenis studi kasus deskriptif, yaitu untuk menggambarkan studi kasus tentang asuhan keperawatan pada pasien post operatif fraktur di *recovery room* RSUD Karanganyar dengan penerapan terapi Guided Imagery. Teknik penerapan terapi Guided Imagery ini dilakukan selama 1 hari dengan frekuensi 1 kali terapi Guided Imagery di *recovery room* RSUD Karanganyar.

## **HASIL DAN PEMBAHASAN**

### **1. Gambaran Studi Kasus**

Subjek yang digunakan dalam studi kasus ini adalah satu orang pasien yang sesuai dengan kriteria yang ditentukan yaitu pasien dewasa post operatif fraktur dengan *regional anesthesia*. Pasien bernama Tn. S umur 69 tahun, status menikah, agama islam, tanggal masuk RS 4 Juni 2024, tanggal pengkajian 5 Juni 2024. Hasil pengkajian didapatkan pasien datang ke RSUD pada tanggal 4 Juni 2024 dengan keluhan nyeri pada tungkai kaki kiri. Keluarga pasien mengatakan pasien sudah 1 minggu yang lalu nyeri pada tungkai kaki kiri jika berjalan lemas dan dari poli RSUD Karanganyar. Kemudian akan dilakukan tindakan pembedahan pada tanggal 5 Juni 2024 di ruang IBS RSUD Karanganyar regional anesthesi. Setelah operasi selesai pasien di bawa ke *recovery room*.

### **2. Pemaparan Fokus Studi Kasus**

#### **a. Pengkajian**

Pengkajian dilakukan di ruang *recovery room* pada

tanggal 5 Juni 2024 pukul 10 : 20 WIB dengan metode auto anamnesa dan allo anamnesa. Pasien bernama Tn. S 69 tahun, status menikah, agama islam tinggal di daerah Karanganyar menurut dari pemeriksaan dokter B di diagnosa Post ORIF Calcaneus. Setelah operasi selesai pasien di bawa ke recovery room pasien mengatakan takut dan cemas apakah operasinya berjalan dengan lancar. Pasien mengatakan khawatir dengan akibat dari kondisi yang dihadapi. Pasien juga mengatakan apakah proses penyembuhannya lama. Pasien mengatakan bagaimana dengan tungkai kakinya. Hasil pemeriksaan sebelum intervensi Tekanan Darah : 156/98 mmHg, RR : 22x/menit, Nadi : 112x/menit, Spo2 : 98%, S : 36,0°C aldrete skor 7. Skor HARS yaitu 23 dalam kondisi cemas sedang. Pasien mengatakan tidak memiliki riwayat penyakit sebelumnya.

**b. Diagnosa**

Setelah dilakukan pengkajian didapatkan diagnosa keperawatan yang muncul pada Tn. S yaitu Ansietas (D.0080) berhubungan dengan krisis situasional dibuktikan dengan Pasien mengatakan takut dan cemas apakah operasinya berjalan dengan lancar. Pasien mengatakan

khawatir dengan akibat dari kondisi yang dihadapi. Pasien juga mengatakan apakah proses penyembuhannya lama. Pasien mengatakan bagaimana dengan tungkai kakinya di kemudian hari. Pasien tampak gelisah dan tegang. Pasien tampak takikardi N : 110x/menit. Pasien tampak takipnea : 22x/menit. Tekanan Darah : 156/98 mmHg. Spo2 : 98%, S : 36,0°C. Skor HARS : 23 dan Aldrete skor 7.

**c. Intervensi**

Masalah keperawatan dengan diagnosa Ansietas (D.0080) berhubungan dengan krisis situasional, penulis memiliki tujuan setelah dilakukan tindakan asuhan keperawatan selama 1 x 30 menit maka diharapkan tingkat ansietas (L.09093) menurun dengan kriteria hasil : Perilaku gelisah menurun dengan skala 5, Perilaku tegang menurun dengan skala 5, Frekuensi pernapasan menurun membaik dengan skala 5, Frekuensi nadi menurun dengan skala 5, Konsentrasi membaik dengan skala 5.

Intervensi yang akan dilakukan penulis, Reduksi Ansietas (I.09314) Observasi : Identifikasi saat tingkat ansietas berubah (mis. kondisi, waktu, stressor), Monitor tanda-tanda ansietas (verbal dan non verbal). Terapeutik :

Ciptakan suasana terapeutik untuk menumbuhkan kepercayaan, Pahami situasi yang membuat ansietas, Dengarkan dengan penuh perhatian, Gunakan pendekatan yang tenang dan meyakinkan. Edukasi : Jelaskan prosedur, termasuk sensasi yang mungkin dialami, Informasikan secara faktual mengenai diagnosis, pengobatan, dan prognosis, Latih teknik relaksasi (Terapi Guided Imagery)

**d. Implementasi**

Implementasi dilakukan pada Selasa, 5 Juni 2024 pukul 10.30 WIB yaitu setelah pasien keluar dari kamar operasi memonitor suhu tubuh pasien, dengan data subjektif : pasien mengatakan takut dan cemas apakah operasinya berjalan dengan lancar. Pasien mengatakan khawatir dengan akibat dari kondisi yang dihadapi. Pasien juga mengatakan apakah proses penyembuhannya lama. Pasien mengatakan bagaimana dengan tungkai kakinya. Data objektif pasien tampak tegang dan gelisah, hasil pemeriksaan sebelum diberikan tindakan Tekanan Darah : 156/98 mmHg, RR : 22x/menit, Nadi : 112x/menit, Spo2 : 98%, S : 36,0°C aldrete skor 7.

Tindakan kedua mengukur tingkat kecemasan sebelum dilakukan terapi Guided

Imagery pada pasien yaitu memiliki skor 23 dengan kategori cemas sedang pukul 10.35 WIB.

Tindakan ketiga memonitor melakukan Guided Imagery pada pasien pada pukul 10.35 sampai 10.45 WIB dengan data subjektif pasien mengatakan sudah merasa lebih lega dan rileks, data objektif : Tekanan Darah : 150/90, RR : 22x/menit, Nadi : 100x/menit, Spo2 : 98%, S : 36,0°C.

Tindakan keempat mengukur tingkat kecemasan pasien setelah dilakukan terapi Guided Imagery pada pasien memiliki skor 14 dengan kriteria cemas ringan pukul 10.50 WIB dengan data subjektif pasien mengatakan sudah merasa lebih lega.

**e. Evaluasi**

Didapatkan hasil evaluasi pada Selasa, 5 Juni 2024 pukul 10.50 WIB dengan data Subjektif : pasien mengatakan sudah merasa lebih lega dan rileks. Data Objektif : pasien tampak sadar, pasien tampak tenang, pasien tampak gelisah berkurang. Tekanan Darah : 145/80, RR : 20x/menit, Nadi : 97x/menit, Spo2 : 99%, S : 36,5°C Assesment : Masalah keperawatan : Ansietas belum teratasi, Planning : Intervensi dilanjutkan di bangsal.

Berdasarkan hasil studi kasus, sebelum dan sesudah dilakukan pemberian terapi Guided Imagery selama 10-15 menit pertama setelah keluar dari kamar operasi menunjukkan bahwa adanya penurunan tingkat kecemasan, pasien menjadi lebih tenang, lega dan rileks. Akral tubuh menjadi hangat, badan sudah mulai kembali normal tidak pucat sebelum dan sesudah. Jadi dapat disimpulkan bahwa terapi Guided Imagery dapat menurunkan tingkat kecemasan pada pasien post operatif fraktur di ruang recovery room dengan regional anestesi.

Berdasarkan hasil studi kasus dan implementasi yang sudah dilakukan pada Tn. S yaitu penerapan terapi Guided Imagery untuk menurunkan tingkat kecemasan pasien post operatif fraktur di recovery room menunjukkan bahwa terdapat penurunan kecemasan setelah dilakukan terapi Guided Imagery. Hal ini dibuktikan dengan alat ukur HARS sebelum dilakukan terapi Guided Imagery skor HARS yaitu 23 dalam kondisi cemas sedang dan setelah dilakukan terapi Guided Imagery skor HARS 14 termasuk dalam kategori ringan.

Berdasarkan hasil studi kasus dan implementasi yang sudah dilakukan pada Ny. S yaitu

penerapan terapi Guided Imagery untuk menurunkan tingkat kecemasan pasien post operatif fraktur di recovery room menunjukkan bahwa terdapat penurunan kecemasan setelah dilakukan terapi Guided Imagery. Hal ini dibuktikan dengan alat ukur HARS sebelum dilakukan terapi Guided Imagery skor HARS yaitu 21 dalam kondisi cemas sedang dan setelah dilakukan terapi Guided Imagery skor HARS 14 termasuk dalam kategori ringan.

Hasil penelitian ini sejalan dengan penelitian (Lakuy & Azali, 2023) didapatkan skala sebelum tindakan yaitu 16 dimana pasien tersebut mengalami kecemasan sedang. Setelah dilakukan tindakan keperawatan memberikan terapi non farmakologi untuk mengurangi kecemasan (misalnya terapi imajinasi terbimbing) skala adalah 8 menunjukkan bawah kecemasan/ansietas berkurang.

Menurut (Khasanah & Syahruramdhani, 2023) berdasarkan literature review beberapa jurnal, dengan hasil terapi Guided Imagery ini membantu mengalihkan perhatian dari ketidaknyamanan fisik dan psikologis dengan tetap berkonsentrasi pada citra yang menyenangkan, yang dapat mengurangi kecemasan dan rasa sakit,

mengurangi asupan analgesik, dan menurunkan ketegangan, kesedihan, ketakutan, frekuensi jantung, dan tekanan darah, selain meningkatkan psikologis. kesejahteraan, energi, dan tidur. Relaksasi melalui imajinasi terbimbing dapat menghasilkan penurunan tekanan darah, denyut nadi, dan frekuensi pernapasan, sambil meningkatkan suhu tubuh (Lutfiani & Mariyati, 2023). Terapi ini merupakan contoh dari beragam teknik yang menitikberatkan pada proses berpikir, termasuk visualisasi dan sugesti secara langsung Guided imagery menciptakan perasaan nyaman, relaksasi, meningkatkan endorphen sehingga dapat mengurangi kecemasan (Khasanah & Syahruramdhani, 2023).

### **KESIMPULAN**

Berdasarkan diagnosa keperawatan yang diangkat pada Tn. S setelah dilakukan tindakan asuhan keperawatan selama 1 x 30 menit yaitu pada tanggal 5 Juni 2024 diagnosa Ansietas (D.0080) berhubungan dengan krisis situasional belum teratasi. Hasil pre test dan post test kuesioner HARS mengalami penurunan. Sebelum dilakukan tindakan *Guided Imagery* skor HARS 23 (cemas sedang) dan setelah dilakukan *Guided Imagery* skor HARS menjadi 14 (cemas ringan), sehingga dapat disimpulkan bahwa terdapat pengaruh terapi *Guided Imagery* untuk mengurangi

tingkat kecemasan pasien post operatif fraktur.

### **SARAN**

1. Bagi rumah sakit  
Diharapkan rumah sakit khususnya memberikan pelayanan kesehatan dan mempertahankan hubungan kerja yang baik antara tim kesehatan, klien, dan keluarga sehingga meningkatkan mutu pelayanan asuhan keperawatan yang optimal bagi kesembuhan klien.
2. Bagi perawat  
Diharapkan perawat selalu berkoordinasi dengan tim kesehatan lainnya dalam memberikan tindakan keperawatan nonfarmakologis Terapi Guided Imagery bisa diaplikasikan sebagai tindakan alternatif untuk mengurangi tingkat kecemasan khususnya pada pasien post operasi.
3. Bagi institusi pendidikan  
Diharapkan dapat menjadi bahan perpustakaan dan sebagai sumber informasi dalam penelitian selanjutnya pada pemberian asuhan keperawatan pada pasien post operasi.
4. Bagi pasien atau keluarga  
Dapat membantu mengurangi tingkat kecemasan pada pasien post operasi dengan *regional anesthesi*.

### **DAFTAR PUSTAKA**

Gunes, H. Saritas, S. Osdemir, A & Bulbul, A, S. (2023). The Effect Of Guided Imagery Applied On Geriatric Orthopaedic Patients On Preoperative Anxiety And Comfort. ANZ Journal of Surgery/Volume 93 Issue

- 12/p.2964-2968.  
<https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/38093462/>.
- Kemendes RI. (2018). *Infodatin Cedera*. Jakarta : Kementerian Kesehatan RI. Available at : <https://www.kemkes.go.id>. Diakses Pada Tanggal 23 Mei 2024.
- Khasanah, A. N., & Syahruramdhani. (2023). Pemberian Terapi Guided Imagery terhadap Pasien dengan Nyeri dan Ansietas Post Operasi Fraktur Collum Humerus. *Jurnal Medika Nusantara*, 1(2), 123–137. <https://jurnal.stikeskesdam4dip.ac.id/index.php/Medika/article/view/289>
- Lakuy, M. S., & Azali, L. M. P. (2023). *Therapeutic Effect Of Guided Imagination Relaxation Techniques In Pre Op Orif Femoral Fracture Patients To Decrease Anxiety In The Central Surgical Installation (Ibs) Room Rsud Dr. Gondo Suwarno Ungaran*. 25.
- Lutfiani, R., & Mariyati. (2023). Penerapan relaksasi guided imagery untuk menurunkan kecemasan pada pasien kanker serviks. *Prosiding Seminar Nasional Hasil-Hasil Penelitian Dan Pengabdian Masyarakat*, 5(1), 46–55. <http://prosiding.d3per.uwhs.ac.id/index.php/eproc/article/view/55>
- Nursalam. (2016). *Metodologi Penelitian Ilmu Keperawatan Pendekatan Praktis* (4th ed.). Salemba Medika.
- Poli, G. B., & Wetik, S. V. (2020). Pengaruh Guided Imagery Terhadap Tingkat Kecemasan Pasien Pre-Operasi. *Jurnal Kesehatan*, 9(2), 130–136. <http://jurnal.libakperngestiwalu.yo.ac.id/ojs/index.php/jkanwvol82019/article/view/106/109>
- Sari, N. L. O., Yudono, D. T., & Novitasari, D. (2023). Pengaruh Pemberian Terapi Guided Imagery terhadap Kecemasan pada Pasien Pre Operasi Sectio Caesarea. *Jurnal Penelitian Perawat Profesional*, 6(2), 675–682. <https://doi.org/10.37287/jppp.v6i2.2255>
- Yeci, Y. (2020). Pengaruh Terapi Guided Imagery Terhadap Respon Fisiologis Dan Kualitas Tidur Pasien Chf Di Pjt Rsup Dr Wahidin Sudirohusodo Makassar. <http://repository.unhas.ac.id>.
- Yulianti, S., & Asrum, M. (2024). Implementasi Teknik Distraksi Guided Imagery Terhadap Tingkat Ansietas pada Pasien Pre Operasi Apendisitis di Rumah Sakit Umum Daerah Undata Sulawesi Tengah Implementation of Guided Imagery Distraction Techniques on the Level of Anxiety In Pre-Patients Appendicitis Operation in A General Hospital Undata Region , Central Sulawesi. 7(3),

1292–1303.  
<https://doi.org/10.56338/jks.v7i3.4358>