

**EFEKTIVITAS PEMBERIAN TERAPI *GUIDE*
IMAGERY TERHADAP KECEMASAN PASIEN PRE
OPERASI
*LITERATUR REVIEW***

NASKAH PUBLIKASI



Disusun Oleh :
AZZMI NURMUSTOFA
1811604120

**PROGRAM STUDI KEPERAWATAN ANESTESOLOGI
PROGRAM SARJANA TERAPAN
FAKULTAS ILMU KESEHATAN
UNIVERSITAS 'AISYIYAH
YOGYAKARTA
2022**

**EFEKTIVITAS PEMBERIAN TERAPI *GUIDE*
IMAGERY TERHADAP KECEMASAN PASIEN PRE
OPERASI
*LITERATUR REVIEW***

NASKAH PUBLIKASI

Diajukan Guna Melengkapi Sebagian Syarat Untuk
Mendapatkan Gelar Sarjana Terapan Kesehatan
Program Studi Keperawatan Anestesiologi
Fakultas Ilmu Kesehatan
Universitas „Aisyiyah
Yogyakarta



Disusun Oleh :
AZZMI NURMUSTOFA
1811604120

**PROGRAM STUDI KEPERAWATAN ANESTESOLOGI
PROGRAM SARJANA TERAPAN
FAKULTAS ILMU KESEHATAN
UNIVERSITAS 'AISYIYAH
YOGYAKARTA
2022**

**EFEKTIVITAS PEMBERIAN TERAPI *GUIDE*
IMAGERY TERHADAP KECEMASAN PASIEN PRE
OPERASI
*LITERATUR REVIEW***

NASKAH PUBLIKASI

**Disusun oleh:
AZZMI NURMUSTOFA
1811604120**

Telah Disetujui Oleh Pembimbing
Pada Tanggal:
08 September 2022

Pembimbing



(Fayakun Nur Rohmah, S.ST., MPH)



EFEKTIVITAS PEMBERIAN TERAPI *GUIDE IMAGERY* TERHADAP KECEMASAN PASIEN PRE OPERASI *LITERATURE REVIEW*¹

Azzmi Nurmustofa² Fayakun Nur Rohmah³

ABSTRAK

Latar Belakang: Kecemasan merupakan suatu respon alamiah pasien yang muncul akibat dari kondisi psikis misalnya khawatir berlebihan akan suatu hal yang dianggap mengancam hidupnya. Kecemasan pre operasi disebabkan oleh berbagai faktor, salah satunya adalah pengetahuan dan sikap perawat dalam mengaplikasikan pencegahan ansietas pada pasien pre operasi. Salah satu cara untuk mengurangi kecemasan pada pasien pre operasi dapat dilakukan dengan terapi *guide imagery* adalah upaya untuk menciptakan kesan dalam pikiran pasien, kemudian berkonsentrasi pada kesan yang menyenangkan sehingga secara bertahap dapat menurunkan tingkat kecemasan.

Tujuan: Mengetahui efektivitas pemberian terapi *guide imagery* terhadap kecemasan pasien pre operasi.

Metode Penelitian: Jenis penelitian ini adalah *literatur review* tentang efektivitas pemberian terapi *guide imagery* terhadap tingkat kecemasan pasien pre operasi. Penelusuran *literature* dilakukan melalui *pubMed*, *ebSCO host*, dan *neliti*. *Keyword* yang digunakan dalam bahasa Inggris adalah *pre operative*, *guide imagery*, *anxiety reduction*. Dalam bahasa Indonesia adalah pasien pre operasi, *guide imagery*, penurunan kecemasan. Penelusuran dilakukan dari tahun 2017 Sampai 2021. Hasil penelusuran dari *pubMed*, *ebSCO host*, dan *neliti* didapatkan 6 jurnal yang telah diskrining sesuai dengan kriteria inklusi yang diterima dan dianalisis.

Hasil: Penelitian ini menunjukkan bahwa berdasarkan hasil analisis tersebut dapat disimpulkan bahwa efektif pemberian terapi *guide imagery* terhadap tingkat kecemasan pasien dengan metode intervensi secara langsung membingbing pasien sesuai prosedur.

Saran: Diharapkan bagi pelayanan kesehatan untuk meningkatkan interaksi yang baik dengan pasien. Untuk peneliti selanjutnya dapat melanjutkan penelitian terkait efektivitas pemberian terapi *guide imagery* terhadap tingkat kecemasan pasien pre operasi.

Kata Kunci : *Pre Operative*, *Guide imagery*, *Anxiety Reduction*.

Daftar Pustaka : 17 buah (tahun 2017-2021)

¹ Judul skripsi

² Mahasiswa DIV Keperawatan Anestesiologi Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas „Aisyiyah Yogyakarta

³ Dosen DIV Keperawatan Anestesiologi Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas „Aisyiyah Yogyakarta

THE EFFECTIVENESS OF GIVING GUIDE IMAGERY THERAPY ON ANXIETY OF PRE OPERASIONAL PATIENS: A LITERATURE REVIEW¹

Azzmi Nurmustofa², Fayakun Nur Rohmah³

ABSTRACT

Background: Anxiety is a patient's natural response that arises as a result of psychological conditions such as excessive worrying about something that is considered life-threatening. Preoperative anxiety is caused by various factors, one of which is the knowledge and attitude of nurses in applying anxiety prevention in preoperative patients. One way to reduce anxiety in preoperative patients can be done with guided imagery therapy as an effort to create an impression in the patient's mind, then concentrate on a pleasant impression so that it can gradually reduce anxiety levels.

Objective: The study aimed to determine the effectiveness of guide imagery therapy on preoperative patient anxiety.

Research Methods: This type of research employed a literature review on the effectiveness of providing guided imagery therapy on the anxiety level of preoperative patients. The literature search was carried out through PubMed, Ebsco host, and ResearchGate. The keywords used in English were pre operative, guide imagery, anxiety reduction. In Indonesian they were *pasièn pre operasi*, guide imagery, *penurunan kecemasan*. The search was carried out from 2017 to 2021. The search results from PubMed, Ebsco host, and ResearchGate found 6 journals that had been screened according to the inclusion criteria received and analyzed.

Results: This study shows that based on the results of the analysis, it can be concluded that it is effective to provide guided imagery therapy to the patient's anxiety level by direct intervention method guiding the patient according to the procedure.

Suggestion: It is expected that health services will improve good interactions with patients. For further researchers, they can continue research related to the effectiveness of providing guide imagery therapy to the anxiety level of preoperative patients.

Keywords : Pre Operative, Guide Imagery, Anxiety Reduction. References
References : 17 Sources (2017-2021)

¹Title

²Student of Diploma IV Anesthesiology Nursing Program, Faculty of Health Sciences, Universitas „Aisyiyah Yogyakarta

³Lecturer of Faculty of Health Sciences, Universitas „Aisyiyah Yogyakarta

PENDAHULUAN

Seiring perkembangan ilmu pengetahuan dan teknologi banyak cara pengobatan yang dapat dilakukan, salah satunya yaitu dengan teknik pembedahan atau operasi. Teknik ini merupakan suatu tindakan pengobatan yang menggunakan prosedur invasif dengan tahapan membuka atau menampilkan bagian tubuh yang akan ditangani. Pembukaan bagian tubuh pada umumnya dilakukan dengan membuka sayatan, setelah bagian yang akan ditangani tampak, dilakukan tindakan perbaikan yang diakhiri dengan penutupan dan penjahitan luka (Pratama & Ayu, 2020).

Pemerintah telah membuat Pedoman Penyelenggaraan Pelayanan anestesiologi dan terapi intensif di rumah sakit dalam peraturan menteri kesehatan republik Indonesia nomor 519/MENKES/PER/III/2011 yaitu memberikan pelayanan anestesi, analgesia dan sedasi yang aman, efektif, berprikemanusiaan dan memuaskan bagi pasien yang menjalani pembedahan, prosedur medis atau trauma yang menyebabkan rasa nyeri, kecemasan dan stres psikis lain.

Menghadapi pembedahan, pasien akan mengalami berbagai stressor, hal tersebut karena sebagian besar pasien menganggap bahwa operasi merupakan hal menakutkan, maka dari itu muncul berbagai kecemasan yang di alami pasien (Pratama & Ayu, 2020).

Kecemasan merupakan suatu respon alamiah pasien yang muncul akibat dari kondisi psikis misalnya khawatir berlebihan akan suatu hal

yang dianggap mengancam hidupnya. Kecemasan adalah masalah utama dan paling sering dialami oleh pasien. Hal ini terjadi karena pasien mengalami ketakutan akan proses operasi. Hal ini kemudian akan mengakibatkan ketidakseimbangan secara fisik dan menimbulkan berbagai respon negatif dalam tubuh misalnya ketegangan pada otot, tekanan darah meningkat, mempengaruhi sistem pernafasan, meningkatkan denyut jantung dan menurunkan fungsi digestif/ saluran pencernaan (Adhil et al., 2020).

Pre operasi merupakan pengalaman baru bagi pasien yang akan menjalani operasi. Kecemasan pasien pre operasi disebabkan oleh berbagai faktor, salah satunya adalah faktor pengetahuan dan sikap perawat dalam mengaplikasikan pencegahan ansietas pada pasien pre operasi di ruang rawat inap. Kecemasan pasien pre operasi dipengaruhi oleh beberapa faktor yaitu usia, pengalaman pasien menjalani operasi, konsep diri dan peran, tingkat pendidikan, tingkat sosial ekonomi, kondisi medis, akses informasi, proses adaptasi, jenis tindakan medis dan komunikasi terapeutik (Pratama & Ayu, 2020).

Sabrina & Nasution dalam Benedikta, di dalam penelitiannya Vagnoli et al., (2019) menunjukkan prevalensi kecemasan pada pasien pre operasi di Rumah Sakit Haji Medan yaitu cemas berat (12,5%), cemas sedang (18,8%) dan cemas ringan (43,7%). Menurut Wicaksono (2015) dalam penelitiannya di Rumah Sakit Umum Bantul Yogyakarta menunjukkan bahwa dari 47 pasien mengalami kecemasan pre operasi

dengan kategori cemas berat sebanyak 4 pasien, cemas sedang sebanyak 13 pasien dan cemas ringan sebanyak 30 pasien. RSUP Prof. Dr. R.D Kandou Manado menunjukkan bahwa kecemasan yang dirasakan oleh pasien tahap pre operasi berada pada kategori cemas sedang. Dalam ilmu keperawatan terdapat sebuah teknik atau pendekatan untuk menurunkan kecemasan pada pasien, salah satunya yaitu *guide imagery* yang merupakan suatu teknik dengan menganjurkan pasien untuk mengalihkan pikirannya terhadap sesuatu yang indah sesuai dengan instruksi dari perawat sehingga nyeri yang dialami oleh pasien akan hilang atau berkurang dan juga bisa digunakan dalam penanganan nyeri, menurunkan tekanan darah, menurunkan kadar kolesterol, glukosa dan meningkatkan aktivitas sel (Sumariadi *et al.*, 2021; (Salsa Rahmawati & Herlin Fitriani Kurniawati, n.d.).

Pada pasien pre operasi yang belum diberikan teknik relaksasi *guide imagery* mayoritas mengalami cemas berat sebesar 39,5%) dan yang sudah diberikan mayoritas cemas ringan sebesar 41,2%. Pasien pre operasi yang mengalami kecemasan setelah diberikan teknik relaksasi *guide imagery* mengalami penurunan tingkat kecemasan (Pratama & Ayu, 2020).

Berdasarkan latar belakang tersebut, peneliti tertarik untuk melakukan penelitian dengan Judul “Efektivitas Pemberian Terapi *Guide imagery* Terhadap Kecemasan Pasien pre operasi”

RUMUSAN MASALAH

Berdasarkan latar belakang di atas dapat disimpulkan rumusan masalah

sebagai berikut “Bagaimana Efektivitas Pemberian Terapi *Guide imagery* Terhadap Kecemasan Pasien Pre operasi?”

TUJUAN PENELITIAN

Tujuan umum adalah untuk mengetahui “Efektivitas Pemberian Terapi *Guide imagery* Terhadap Kecemasan Pasien Pre operasi”.

METODE PENELITIAN

A. Strategi pencarian *literature*

1. Analisis Masalah

Penelitian ini dilakukan dengan membuat analisis dari beberapa jurnal yang sesuai prosedur pencarian jurnal menurut kriteria prosedur PICOST (*Population, Intervention, Comparison, Outcome, Study, Time*).

<i>Population</i>	Pasien Pre Operasi
<i>Intervention</i>	<i>Guide imagery</i>
<i>Comparison</i>	–
<i>Outcomes</i>	Penurunan Kecemasan
<i>Study</i>	RCT, Quasi eksperimen
<i>Time</i>	1 Januari 2017 – 31 Desember 2021

2. Kata Kunci Dan Database

Pencarian jurnal di *database* menggunakan *keywords OR* dan *AND* yang digunakan untuk menspesifikkan pencarian, sehingga mempermudah dalam pemilihan jurnal yang akan digunakan.

P	I	C	O
---	---	---	---

Preoperative Pre operation Pre surgery	Guide imager y	-	Anxiety reduction Discomfort preoperative
AND	AND	-	OR
Pasien pre operasi	Guide image ry	-	Penurunan kecemasan

B. Kriteria Literature

1. Kriteria Inklusi

- a. Database diakses melalui Pubmed, *Ebsco Host*, dan Neliti.
- b. Artikel dengan study RCT, *Quasi-experiment*
- c. Artikel atau jurnal yang diterbitkan 5 tahun terakhir dari 2017-2021.
- d. Artikel atau jurnal berupa *free full text*/teks lengkap gratis.
- e. Artikel atau jurnal berbahasa Indonesia atau Inggris.
- f. Artikel atau jurnal berhubungan dengan efektivitas pemberian terapi *Guide imagery* terhadap kecemasan pasien pre operasi

2. Kriteria Eksklusi

- a. Artikel dengan study *literature review*

3. Penilaian Kualitas/Kelayakan

Penilaian kualitas dan kelayakan artikel atau jurnal yang akan digunakan dalam penelitian ini menggunakan *instrument Joanna Briggs Institute (JBI) Critical Appraisal*.

1. Hasil Pencarian (ditulis dalam bentuk diagram)

Pemilihan dan seleksi artikel yang sesuai dengan kriteria inklusi yang didapatkan penulis dengan *keywords* dari dua *database* yaitu Pubmed, *Ebsco Host*, dan Neliti kemudian dilakukan seleksi untuk mendapatkan artikel yang akan digunakan ke dalam *review*. Terdapat 4 tahapan seleksi yaitu identifikasi, skrining, kelayakan dan diterima pada tahap akhir peneliti mendapatkan 6 jurnal.

2. Proses Pengumpulan Data Literature review

- a. Penyusunan *literature review* sesuai topik yaitu “efektivitas pemberian terapi *Guide imagery* terhadap kecemasan pasien pre operasi”.
- b. Pencarian jurnal yang sesuai dengan kata kunci dalam Bahasa Indonesia dan Bahasa Inggris yaitu *Preoperative/preoperasi, Guide imagery/imajinasi terbimbing, Anxiety reduction/penurunan kecemasan*.
- c. Penelitian ini menggunakan data base *PubMed, Ebsco Host*, dan Neliti.
- d. Penentuan jurnal sesuai dengan kriteria inklusi sesuai dengan kata kunci yang telah ditentukan.
- e. Setelah jurnal didapatkan kemudian dilakukan skrining dan dinilai kelayakan jurnal yang didapat menggunakan *JBI critical appraisal*.

SELEKSI LITERATURE

HASIL PENELITIAN

Setelah dilakukan pengumpulan jurnal dengan menggunakan data base dari *pubmed* dan neliti didapatkan 6 jurnal yang telah memenuhi kriteria inklusi dan dapat diterima setelah diuji kelayakan menggunakan JBI kemudian dilanjutkan untuk dianalisis.

PEMBAHASAN

Penelurusan artikel yang dilakukan oleh peneliti dalam rentang waktu tahun 2017 sampai 2021 mendapatkan 6 artikel yang telah diuji kelayakannya untuk digunakan sebagai *literatur review*. Tujuan umum pada *literatur review* ini adalah untuk mengetahui efektifitas pemberian terapi *guide imagery* terhadap tingkat kecemasan pasien preoperasi Tujuan khusus pada *literature review* ini untuk menganalisis sebelum dilakukan pemberian terapi terhadap tingkat kecemasan pasien dan menganalisis sesudah dilakukan pemberian edukasi preoperasi terhadap tingkat kecemasan pasien. Berdasarkan hasil keseluruhan artikel penelitian yang telah direview, didapatkan penjelasan sebagai berikut:

1. Usia

Pengaruh usia terhadap jalannya terapi *guide imagery* terhadap penurunan tingkat kecemasan preoperasi di 6 jurnal ini tidak ada batasan, bahwa terbukti jika terapi *guide imagery* ini mudah di mengerti dan dilakukan untuk berbagai kalangan.

2. Jenis Operasi

Pengaruh jenis operasi

terhadap jalanya terapi *guide imagery* terhadap penurunan tingkat kecemasan preoperasi di 5 menyebutkan bahwa terbukti efektif terhadap penurunan kecemasan pasien preoperasi dan 1 jurnal yaitu (Felix *et al.*, 2018) menunjukkan bahwa jenis operasi tidak efektif karna keparahan penyakit berpengaruh terhadap keberhasilan *guide imagery*.

3. Tingkat Kecemasan

Pengaruh tingkat kecemasan terhadap jalanya operasi di 6 jurnal menyebutkan bahwa salah satu indikator penting terhadap lancarnya jalan operasi yaitu kecemasan berat, ringan, dan sedang itu harus di atasi, tapi tidak ada pengaruh terkait jalanya terapi *guide imagery* dan di 6 jurnal menyebutkan bahwa terbukti efektif terapi *guide imagery* tingkat penurunan kecemasan.

4. Metode Terapi *Guide imagery*

Berdasarkan 6 jurnal ada beberapa cara untuk metode terapi *guide imagery* bisa dengan intervensi secara lansung, menggunakan video berupa CD, dan berupa audio suara. Semua terbukti efektif untuk menurunkan tingkat kecemasan dan mudah dilakukan.

Berdasarkan hasil penelitian yang telah dilakukan oleh (Vagnoli *et al.*, 2019) Menghilangkan kecemasan pra operasi dan nyeri pasca operasi pada anak-anak sangat diperlukan karna untuk mengurangi tanggapan negatif terhadap perawatan medis, serta perilaku pascaoperasi yang maladaptif dan jangka panjang efek dari anak-anak tersebut. Relaksasi *Guide imagery* adalah teknik yang tidak memerlukan bahan tambahan apa pun, tetapi membutuhkan

pelatihan khusus, pengaturan yang memadai, dan waktu yang cukup untuk menjadi efektif.

Terapi *Guide Imagry* sendiri telah menunjukkan kemanjuran intervensi psikologis dalam mengurangi kecemasan pra operasi pada anak-anak yang menjalani operasi. Penelitian ini bertujuan untuk menyelidiki efektivitas teknik non-farmakologis spesifik, gambaran yang dipandu relaksasi *Guide imagery*, dalam mengurangi kecemasan pra operasi pada sampel 60 anak (6-12 tahun) yang menjalani operasi kecil yang secara acak ditugaskan untuk kelompok eksperimen (N = 30) atau kelompok kontrol (N = 30). Anak-anak yang terdaftar secara acak ditugaskan oleh penelitian psikolog, mengikuti prosedur pengacakan sederhana menggunakan generator nomor acak terkomputerisasi ke salah satu dari dua kelompok pengobatan:

- a. Kelompok eksperimen (n = 30): semua pasien menerima teknik relaksasi *Guide imagery* yang dipandu dan disertai dengan ruang operasi oleh orang tua, sebagai perawatan rutin, yang tinggal dengan mereka selama proses anestesi-induksi
- b. Kelompok kontrol (n = 30) anak-anak didampingi ke ruang operasi oleh orang tua, sebagai perawatan rutin, yang tinggal bersama mereka selama proses anestesi-induksi. Mereka tidak menerima teknik imajinasi yang dipandu relaksasi *Guide imagery*.

Anak-anak di kedua kelompok dapat memilih pendamping orangtua, untuk tinggal bersamanya di bangsal operasi dan di ruang tunggu

kamar dan minta dia dekat selama seluruh induksi proses dengan skala cemas berat. Skala Kecemasan Praoperasi yang dimodifikasi dan Skala Wajah, Kaki, Aktivitas, Menangis, dan Penghiburan dengan. Hasil penelitian menunjukkan perbedaan yang signifikan secara statistik antara kelompok dengan kecemasan yang lebih sedikit dan rasa sakit yang lebih sedikit untuk anak-anak yang termasuk dalam kelompok eksperimen ($p < .001$; $p < .001$).

Hasil penelitian menunjukkan bahwa relaksasi *Guide imagery* dapat mengurangi kecemasan pra operasi dan nyeri pasca operasi pada anak-anak dengan skala cemas ringan. Studi masa depan harus fokus pada pengembangan protokol dan mempelajari pengurangan obat yang diberikan untuk anestesi dan nyeri.

Penelitian selanjutnya yang dilakukan (Felix *et al.*, 2018) Temuan dari penelitian ini menunjukkan bahwa teknik relaksasi terapi *Guide imagery* terbukti mengurangi tingkat kecemasan dan kortisol dalam periode pra operasi langsung, menguatkan bukti yang tersedia dalam literatur bahwa beberapa non pendekatan farmakologis tersedia untuk mengurangi gejala kecemasan ini. Kecemasan sebelum operasi dikaitkan dengan masalah seperti akses vena yang sulit, permintaan dosis yang lebih tinggi dari agen anestesi dan analgesik, dan berkontribusi pada komplikasi pasca operasi. Tingkat kecemasan yang tinggi secara negatif mempengaruhi parameter fisiologis dan mengganggu periode pasca operasi,

yang dapat menyebabkan untuk meningkatkan waktu rawat inap. Populasi yang memenuhi syarat adalah 53 peserta, dan 24 menyimpulkan penelitian, dengan kehilangan 29 (54,72%) pasien. Setelah pengacakan, delapan peserta dalam kelompok eksperimen tidak menerima intervensi empatmenyerah operasi karena mereka telah kehilangan berat badan dengan diet dan latihan yang diusulkan oleh tim bariatric satu menyerah karena dia hamil dua belum diserahkan untuk operasi sampai akhir periode pengumpulan data dan seseorang dicegah menjalani operasi karena masalah psikologis yang parah. Pada kelompok kontrol, delapan peserta tidak menerima intervensi: empat berhenti menjalani operasi karena mereka telah kehilangan berat badan dengan diet dan latihan yang diusulkan oleh tim bariatric satu menyerah karena dia pindah ke negara bagian lain dan tiga menjalani operasi laparotomi karena perlengketan dari operasi sebelumnya yang tidak memungkinkan pencapaian operasi bariatric dengan video laparoskopi.

Dilakukan uji klinis acak, triple-blind di rumah sakit pendidikan besar di interior Minas Gerais. 24 pasien yang akan menjalani bariatric video-laparoskopi operasi secara acak dialokasikan dalam dua kelompok, yaitu 12 di kelompok kontrol dan 12 di kelompok eksperimen. Deskriptif analisis digunakan untuk variabel kuantitatif dan uji-t Student untuk sampel independen, dalam analisis perbedaan antara skor kecemasan pasien dan tingkat kortisol. kelompok eksperimen menyajikan pengurangan

skor kecemasan pasien yang signifikan secara statistik ($p = 0,005$) serta kadar kortisol ($p < 0,001$) setelah intervensi. Dalam menyelidiki kemanjuran citra terpandu terapi relaksasi pada rata-rata perbedaan (pengurangan) antara skor kecemasan negara dan kortisol tingkat (analisis antarkelompok) sebelum dan sesudah intervensi, hasilnya menunjukkan bahwa pengurangan tingkat kecemasan dalam eksperimen kelompok, dengan perbedaan yang signifikan secara statistik $p = 0,005$ (Felix *et al.*, 2018).

Penelitian ini menunjukkan bahwa intervensi mengurangi tingkat kecemasan dalam periode pra operasi langsung, menguatkan bukti yang tersedia dalam literatur bahwa beberapa non-pendekatan farmakologis tersedia untuk mengurangi gejala kecemasan ini.

Penelitian selanjutnya yang dilakukan (Pratama & Ayu, 2020) Sampel diambil dengan menggunakan rumus Slovin dengan jumlah sampel sebanyak 114 responden. Karakteristik Pasien Pre Operasi Distribusi Frekuensi Karakteristik Pasien Pre Operasi (Umur, Pendidikan) di RSUD Pesanggrahan Jakarta Selatan Tahun 2020. diketahui bahwa dari 114 pasien pre operasi di RSUD Pesanggrahan Jakarta Selatan tahun 2020, diketahui mayoritas dengan umur 20-35 tahun yaitu sebanyak 87 orang (76,3%), berdasarkan pendidikan mayoritas pendidikan SMA sebanyak 70 orang (61,4%).

Penelitian ini diketahui Hasil penelitian menunjukkan bahwa pada pasien pre operasi yang belum

diberikan teknik relaksasi *guide imagery* mayoritas mengalami cemas berat sebanyak 45 orang (39,5%), dan yang minoritas pada cemas ringan sebanyak 12 orang (10,5%). Penelitian ini banyaknya pasien pre operasi yang mengalami kecemasan hal ini dikarenakan pada pasien pre operasi kecemasan merupakan kekhawatiran yang dirasakan, kekhawatiran ini timbul karena pasien tidak mengetahui tentang konsekuensi proses operasi, dan apa saja yang akan terjadi saat operasi juga pasca operasi.

Hasil *review* menunjukkan bahwa pada pasien pre operasi yang sudah diberikan teknik relaksasi *guide imagery* mayoritas mengalami cemas ringan sebanyak 47 orang (41,2%), dan yang minoritas pada cemas sedang sebanyak 30 orang (26,3%). Pengambilan sampel menggunakan tehnik Purposive sampling. Penelitian ini menggunakan analisis univariat dan bivariat dengan uji Wilcoxon. Hasil: berdasarkan analisis univariat dari 114 orang, pada pasien pre operasi yang belum diberikan teknik relaksasi *guide imagery* mayoritas mengalami cemas berat sebesar 39,5%) dan yang sudah diberikan mayoritas cemas ringan sebesar 41,2%. Berdasarkan hasil uji Wilcoxon diketahui bahwa p value 0,000 yang berarti terdapat perbedaan bermakna antar kelompok pre test dan post test. pasien pre operasi yang mengalami kecemasan setelah diberikan teknik relaksasi *guide imagery* mengalami penurunan tingkat kecemasan.

Hasil penelitian ini juga sesuai dengan teori Smeltzer & Bare (2013) dalam jurnal Pratama & Ayu (2020)

bahwa kecemasan (Ansietas) merupakan reaksi emosional terhadap penilaian individu yang subyektif, yang dipengaruhi oleh alam bawah sadar dan tidak diketahui secara khusus penyebabnya.

Menurut peneliti banyaknya pasien pre operasi yang mengalami kecemasan hal ini dikarenakan pada pasien pre operasi kecemasan merupakan kekhawatiran yang dirasakan, kekhawatiran ini timbul karena pasien tidak mengetahui tentang konsekuensi proses operasi, dan apa saja yang akan terjadi saat operasi juga pasca operasi. Namun, salah satu cara untuk mengatasi kecemasan (Ansietas) yang paling efektif menurut peneliti adalah dengan *guide imagery* karena hal ini dibuktikan dari 114 responden yang mengalami kecemasan (Ansietas) pada penelitian (Pratama & Ayu, 2020) setelah diberikan terapi *guide imagery* seluruh responden mengalami penurunan kecemasan (Ansietas).

Penelitian selanjutnya yang dilakukan (Mardiani & Hermawan, 2019) Populasi dalam penelitian ini adalah pasien pra bedah di RSUD Linggajati Kuningan. Teknik pengambilan sampel yang digunakan adalah purposive sampling, sehingga sampel penelitian ini adalah 34 pasien pra bedah di RSUD Linggajati Kuningan. Alat analisis yang digunakan dengan paired sample t test. Hasil penelitian diketahui bahwa: 1) Tingkat kecemasan pasien sebelum dilakukan teknik distraksi *guide imagery* di RSUD Linggajati Kuningan termasuk dalam kategori sedang; 2) Tingkat kecemasan pasien sesudah dilakukan teknik distraksi

guide imagery di RSUD Linggajati Kuningan termasuk dalam kategori ringan mengalami peningkatan; 3) Ada pengaruh pemberian teknik distraksi *guide imagery* terhadap tingkat kecemasan pada pasien pra bedah di RSUD Linggajati Kuningan. tingkat kecemasan pasien sebelum dilakukan teknik distraksi *guide imagery* di RSUD Linggajati Kuningan diketahui bahwa 73,3% atau 22 responden termasuk dalam kategori tingkat kecemasan sedang dan 6,7% atau 8 responden mempunyai tingkat kecemasan yang termasuk dalam kategori ringan, sehingga dapat diketahui bahwa mayoritas responden sebelum dilakukan teknik distraksi *guide imagery* mempunyai tingkat kecemasan yang termasuk dalam kategori sedang. Tingkat Kecemasan Pasien Sesudah Dilakukan Teknik Distraksi *Guide imagery* Tingkat kecemasan responden sesudah dilakukan teknik *guide imagery* di diketahui bahwa 60% atau 18 responden mempunyai tingkat kecemasan yang termasuk dalam kategori ringan dan 33,3% atau 10 responden termasuk dalam kategori tidak mengalami kecemasan, dan 6,7% atau 2 responden mempunyai tingkat kecemasan sedang, mayoritas pasien sesudah dilakukan teknik *guide imagery* di RSUD Linggajati Kabupaten Kuningan mempunyai tingkat kecemasan yang termasuk dalam kategori ringan.

Pengaruh teknik distraksi *guide imagery* terhadap penurunan tingkat kecemasan pada pasien pre operasi diketahui bahwa sebelum dilakukan teknik terapi *guide imagery* diperoleh nilai rata-rata tingkat kecemasan sebesar 17,88,

sedangkan sesudah menjalani teknik terapi *guide imagery* diperoleh nilai rata-rata tingkat kecemasan sebesar 15,74 menunjukkan adanya kecenderungan terjadinya penurunan tingkat kecemasan sesudah dilakukan teknik terapi *guide imagery*. Berdasarkan hasil uji Paired Sample t test diperoleh nilai t hitung = 10,573 dengan $p = 0,001$. Oleh karena hasil perhitungan menunjukkan bahwa $p < 0,05$ maka H_0 ditolak, Hasil dari penelitian ini dapat disimpulkan artinya ada pengaruh pemberian teknik distraksi *guide imagery* terhadap tingkat kecemasan pada pasien pra bedah di RSUD Linggajati Kuningan.

Hasil penelitian ini didukung dengan teori oleh stres Patricia dalam Mardiani & Hermawan, (2019). *Guide imagery* merupakan suatu teknik yang menggunakan imajinasi individu dengan imajinasi terarah untuk mengurangi stres. Penelitian Kalsum, *et al.*, (2012) menunjukkan bahwa teknik *guide imagery* dapat menurunkan tingkat kecemasan pada klien dengan insomnia usia 20-25. Setelah dilakukan teknik *guide imagery* diperoleh 81% subjek penelitian mengalami mengalami penurunan tingkat kecemasan dan 19% subjek penelitian tingkat keemasannya tetap. Berdasarkan hasil uji statistik maka teknik *guide imagery* dapat digunakan sebagai salah satu metode alternatif untuk menurunkan tingkat kecemasan (Mardiani & Hermawan, 2019).

Penelitian selanjutnya yang dilakukan Adhil *et al.*, (2020) Tingkat kecemasan sebelum diberikan relaksasi *guide imagery* Hasil menunjukkan bahwa sebagian

besar responden sebelum diberikan relaksasi *guide imagery* memiliki kecemasan ringan yaitu 18 responden (58,1%). Hasil yang diperoleh dari kuesioner, skor tertinggi yaitu 49 pada item pertanyaan nomor 3 “Saya mengalami gemetar (contoh: di tangan)”. Hasil dengan skor terendah yaitu 35 terdapat pada item nomor 2 “Saya mengalami kesulitan bernafas (contoh: bernafas cepat dan berat, sulit bernafas saat tidak ada aktivitas fisik)”. Tingkat kecemasan sesudah diberikan relaksasi *guide imagery* Hasil tabel 3 menunjukkan bahwa sebagian besar responden sesudah diberikan relaksasi *guide imagery* memiliki tingkat kecemasan normal yaitu 29 responden (93,5%). Hasil yang diperoleh dari kuesioner, skor tertinggi yaitu 36 pada item pertanyaan nomor 1 “Saya menyadari mulut saya kering”.

Hasil dengan skor terendah yaitu 10 terdapat pada item nomor 2 “Saya mengalami kesulitan bernafas (contoh: bernafas cepat dan berat, sulit bernafas saat tidak ada aktivitas fisik)”. Hasil dalam penelitian ini menunjukkan rata-rata skor pada masing-masing item mengalami penurunan. Item nomor 3 dengan skor 49 pada saat pre test setelah diberikan perlakuan *guide imagery* menurun menjadi 11. Hasil terendah pada saat pre test terdapat pada item nomor 2 dengan skor 35 setelah diberikan perlakuan *guide imagery* menurun menjadi 10. Hasil uji *Wilcoxon signed ranks test* dengan spss versi 25 diperoleh n atau umlah data penelitian sebanyak 31 responden dan nilai p value = 0,000. Maka p Value < α (0,000 < 0,05), artinya H_0 diterima maka dapat disimpulkan bahwa ada pengaruh

pemberian teknik relaksasi *guide imagery* terhadap tingkat kecemasan pada pasien pre operasi *sectio caesarea*.

Hasil penelitian ini sejalan dengan teori yang dikemukakan oleh Guyton dan Hall (2008) pada jurnal (Adhi1 *et al.*, 2020), bahwa *guide imagery* merupakan suatu teknik yang menuntut seseorang untuk membentuk sebuah bayangan/imajinasi tentang hal-hal yang disukai. Hal-hal yang disukai dianggap sebagai sinyal penting oleh hipokampus sehingga diproses menjadi memori, dengan membayangkan hal-hal yang disukai maka hormon „kebahagiaan“ (beta endorfin) akan berproduksi. Beta-endorfin kemudian akan berperan dalam menghambat ACTH (*Adrenocorticotropic Hormone*) yang diproduksi oleh hipofisis dan akan menghambat diproduksinya kortison dan berbagai hormone stress lainnya sehingga akan mengurangi stress atau kecemasan. Membayangkan waktu dan tempat favorit dalam semua keindahan sensori pemandangan, suara, bau, perasaan dapat menghasilkan respon emosional yang positif sebagai distraksi yang menyenangkan untuk mengalihkan perhatian dari suatu ketidaknyamanan ataupun rasa sakit.

Hasil penelitian ini dengan memberikan jeda atau mengalihkan pikiran individu yang merasakan ketidaknyamanan berupa pikiran-pikiran negatif (kecemasan) saat kehamilan dan berfokus pada hal-hal yang menyenangkan, maka kecemasan tersebut akan berangsur-angsur menurun hingga kecemasan menghilang

Penelitian selanjutnya yang dilakukan (Billquist *et al.*, 2018) Semua wanita yang dijadwalkan untuk operasi dasar panggul vagina atau perut dengan rencana menginap semalam di Universitas Loyola Pusat Medis Pengobatan dan Rekonstruksi Panggul Wanita Pembedahan dari Juli 2014 hingga Oktober 2015 diundang untuk berpartisipasi dalam penelitian yang disetujui IRB ini (Loyola University). Kriteria inklusi meliputi: operasi vagina atau laparaskopi rutin yang direncanakan 1 minggu sejak pendaftaran, rencana rawat inap semalam di rumah sakit, komitmen untuk mendengarkan *compact disc* (CD) audio 15 menit setiap hari, dan kemahiran dalam bahasa Inggris. Sebelum pendaftaran, semua pasien menerima informasi persetujuan bedah standar tentang risiko, manfaat, dan alternatif untuk operasi yang direncanakan, selain informasi dasar mengenai ke mana mereka akan pergi pada hari operasi mereka selama evaluasi pra-operasi. Pasien yang terdaftar kemudian menyetujui penelitian dan diacak untuk melakukan terapi *Guide imagery* atau kelompok studi perawatan standar (kontrol) dengan pengacakan terbatas kelompok paralel dengan penyembunyian alokasi. Selain pendidikan standar dan informasi persetujuan, kelompok *Guide imagery* juga menerima *compact disc* (CD) khusus institusi yang dikembangkan oleh ahli perilaku terlatih yang merinci hari kejadian operasi dan harapan menggunakan teknik relaksasi *Guide imagery*. Sebanyak 44 pesertadengan usia rata-rata 60,9 (kisaran = 36-83) tahun terdaftar dari klinik uroginekologi Loyola dan diacak ke

dalam kelompok studi *Guide imagery* dan kontrol. Sebagian besar peserta (38 dari 44 [86%]) menyelesaikan studi (*Guide imagery*:18, kontrol: 20), Tingkat kepatuhan yang dilaporkan *Guide imagery* adalah 72%, dengan penggunaan rata-rata 4,8 kali (kisaran = 3-8 kali) sebelum hari operasi.

Guide imagery adalah metode yang diterima dengan baik dan dibuktikan untuk meningkatkan hasil dan mengurangi kecemasan dalam pengaturan klinis. Mengingat bahwa semakin banyak wanita akan menjalani operasi dasar panggul, tujuan kami adalah untuk menilai apakah metode ini dapat ditransfer ke populasi klinis yang relevan yang dijadwalkan untuk operasi. Hasil Sebanyak 38 dari 44 (86%) peserta yang terdaftar menyelesaikan studi (*Guide imagery*: 18, kontrol: 20). Tingkat kepatuhan yang dilaporkan sendiri oleh *Guide imagery* adalah 72%, dengan rata-rata penggunaan 4,8 kali (kisaran = 3–8 kali). Wanita dalam kelompok *Guide imagery* melaporkan peningkatan yang signifikan dari awal dalam kesiapan untuk operasi dan 6 minggu pasca operasi ($7,32 \pm 1,81$ vs $9,11 \pm 1,13$, $p = 0,001$) dan ($7,32 \pm 1,81$ vs $9,22 \pm 0,81$, $p = 0,001$ masing-masing; perubahan yang tidak terlihat pada control kelompok. Kepuasan tinggi pada *Guide imagery* dan kelompok kontrol ($9,55 \pm 0,85$ dan $9,05 \pm 1,70$, $p = 0,263$).

Pada semua pasien, kecemasan meningkat dari awal dan turun pada 6 minggu pasca operasi, dan tidak berbeda secara signifikan pada keduanya. Jadi hasil *Guide imagery* meningkatkan kesiapan

pasien untuk operasi dasar panggul dengan menginap semalam dan 6 minggu pasca operasi.

Teori di atas diperkuat dengan teori lain yang dikemukakan oleh (Martin, 2012) bahwa *Guide imagery* merupakan metode menuju rileks dengan fokus pemikiran pada imajinasi positif yang bertujuan untuk mengurangi sakit, stres, dan lain sebagainya. Dimana dalam melakukan teknik tersebut menghasilkan keadaan tenang, fokus, kesiapan energi untuk mengurangi ketidaknyamanan yang menawarkan dukungan emosional dan rasapercaya diri dalam tubuh. *Guide imagery* mengombinasikan implikasi verbal, teknik pernapasan, dan visualisasi untuk masuk ke alam bawah sadar. *Guide imagery* dapat dilakukan oleh siapa saja, karena pada dasarnya membayangkan merupakan suatu keterampilan yang dapat dilatih.

SIMPULAN DAN SARAN

A. Simpulan

Berdasarkan review yang dilakukan pada 6 jurnal, dengan metode terapi *guide imagery* terdapat penurunan kecemasan signifikan dan di 6 jurnal diatas juga ada 2 media yang dapat dipilih untuk melakukan terapi *guide imagery* yaitu di antaranya ada yang menggunakan CD dengan video berdurasi 15 menit dan intervensi terbukti lebih efektif dari pada hanya pemberian edukasi biasa.

Tingkat kecemasan pada pasien yang akan menjalani operasi harus segera ditangani, karena dapat mempengaruhi bahkan menunda

jalanya operasi. Sehingga tingkat kecemasan juga merupakan hal utama yang harus diatasi ketika pasien akan menjalani operasi. Berdasarkan hasil analisis tersebut dapat disimpulkan bahwa efektif pemberian terapi *guide imagery* terhadap tingkat kecemasan pasien dengan metode intervensi secara langsung membingbing pasien sesuai prosedur.

B. Saran

1. Bagi Universitas „Aisyiyah Yogyakarta

Berdasarkan hasil penelurusan literature review ini peneliti menyarankan kepada institusi untuk menjadikan hasil penelitian ini sebagai referensi guna mengembangkan penelitian terkait faktor lain yang dapat berhubungan dengan terapi *guide imagery* terhadap tingkat kecemasan pasien.

2. Bagi penata anestesi

Diharapkan penata anestesi dapat lebih meningkatkan pelayanan dan perhatian terhadap tingkat kecemasan pasien serta edukasi pembedahan.

3. Bagi penelitian selanjutnya

Diharapkan kepada peneliti selanjutnya dapat meneliti pengaruh lain seperti faktor lingkungan dan faktor individu yang lain yaitu jenis operasi.

DAFTAR PUSTAKA

Adhi1, I. G. A. M., Zarkasyi2, T. G., Alwan, W., & Santosa4, I. M. E. (2020). *PENGARUH PEMBERIAN TEKNIK RELAKSASI GUIDED*

- IMAGERY TERHADAP TINGKAT KECEMASAN PADA PASIEN PRE OPERASI SECTIO CAESAREA DI RSUD Dr. R. SOEDJONO SELONG.* 6(2), 53–60. <http://id.stikes-mataram.ac.id/e-journal/index.php/JPRI/article/view/182>
- Billquist, E. J., Michelfelder, A., Brincat, C., Brubaker, L., Fitzgerald, C. M., & Mueller, E. R. (2018). Pre-operative guided imagery in female pelvic medicine and reconstructive surgery: a randomized trial. *International Urogynecology Journal*, 29(8), 1117–1122. <https://doi.org/10.1007/s00192-017-3443-z>
- Felix, M. M. dos S., Ferreira, M. B. G., de Oliveira, L. F., Barichello, E., Pires, P. da S., & Barbosa, M. H. (2018). Guided imagery relaxation therapy on preoperative anxiety: A randomized clinical trial. *Revista Latino-Americana de Enfermagem*, 26. <https://doi.org/10.1590/1518-8345.2850.3101>
- Mardiani, N., & Hermawan, B. (2019). Pengaruh Teknik Distraksi Guidance Imagery Terhadap Tingkatan Ansietas Pada Pasien Pra Bedah Di Rsud Linggajati Kabupaten Kuningan. *Jurnal Soshum Insentif*, 136–144. <https://doi.org/10.36787/jsi.v2i1.117>
- Pratama, I., & Ayu, P. (2020). *Pengaruh Efektivitas Tehnik Relaksasi Guidet Imagery Terhadap Tingkat Kecemasan Pasien Pre Operasi Di Rsud Pesanggrahan Jakarta Selatan Tahun 2020.* 202–205. <https://jurnal.healthsains.co.id/index.php/jhs/article/view/41>
- Salsa Rahmawati, & Herlin Fitriani Kurniawati. (n.d.). *PENGARUH PEMBERIAN TERAPI AUDIO TERHADAP PENURUNAN SKALA NYERI PASIEN POST OPERASI: LITERATURE REVIEW PENGARUH PEMBERIAN TERAPI GUIDED IMAGERY TERHADAP PENURUNAN SKALA NYERI POST OPERASI: LITERATURE REVIEW NASKAH PUBLIKASI.*
- Vagnoli, L., Bettini, A., Amore, E., De Masi, S., & Messeri, A. (2019). Relaxation-guided imagery reduces perioperative anxiety and pain in children: a randomized study. *European Journal of Pediatrics*. <https://doi.org/10.1007/s00431-019-03376-x>