

# Pengaruh Relaksasi Guided Imagery Terhadap Penurunan Cemas Pada Pre Operatif Pasien Fraktur

<sup>1</sup>*Sulasri*

<sup>2</sup>*Samsir*

<sup>3</sup>*Alamsyah*

*<sup>1,2,3</sup>Prodi DIII Keperawatan, Institut Ilmu Kesehatan Pelamonia Kesdam XIV/Hasanuddin,  
Indonesia*

## Alamat Korespondensi:

Sulasri  
Keperawatan Medikal Bedah  
Institut Ilmu Kesehatan Pelamonia Kesdam XIV/Hasanuddin  
081355055823  
Email: [lastry.sweet84@gmail.com](mailto:lastry.sweet84@gmail.com)

## ABSTRAK

Fraktur merupakan kontinuitas tulang dan struktur tulang menjadi terputus yang menyebabkan retak, remah dan bagian korteks menjadi pecah, yang disebabkan oleh peristiwa trauma. Tindakan operasi atau pembedahan merupakan pengalaman yang bisa menimbulkan kecemasan, oleh karena itu berbagai kemungkinan buruk bisa terjadi yang akan membahayakan pasien sehingga perlu teknik untuk mengurangi kecemasan. Penelitian ini bertujuan untuk melihat pengaruh relaksasi guided imagery terhadap penurunan cemas pre operatif pasien fraktur. Metode penelitian ini menggunakan *quasi eksperiment* dengan pendekatan *pretest-posttest* design. Kelompok intervensi berjumlah 10 orang dan kelompok control sebanyak 10 orang. Hasil penelitian dengan menggunakan uji *Mann Withney* didapatkan hasil  $p = 0,00 < p=0,05$ . Kesimpulan relaksasi guided imagery efektif dalam menurunkan cemas pada pre operatif pasien fraktur di RS. TK II Pelamonia.

## ABSTRACT

*Fracture is the continuity of the bone and the bone structure is broken causing cracks, crumbs and parts of the cortex to break, which is caused by a traumatic event. Surgery or surgery is an experience that can cause anxiety, therefore various bad possibilities can occur that will endanger the patient so that techniques are needed to reduce anxiety. This study aims to examine the effect of guided imagery relaxation on reducing preoperative anxiety in fracture patients. This research method uses a quasi-experimental approach with a pretest-posttest design approach. The intervention group was 10 people and the control group was 10 people. The results of the study using the Mann Withney test showed  $p = 0.00 < p = 0.05$ . Conclusion Guided imagery relaxation is effective in reducing anxiety in preoperative fracture patients at the hospital. Kindergarten II Pelamonia.*

## PENDAHULUAN

Fraktur merupakan kontinuitas tulang dan struktur tulang menjadi terputus yang menyebabkan retak, remah dan bagian korteks menjadi pecah, yang disebabkan oleh peristiwa trauma seperti kecelakaan lalu lintas maupun non lalu lintas (Apley, Solomon, Warwick, & Nayagam, 2010). Penanganan terhadap fraktur dapat dengan pembedahan atau dengan pembidaian yang tepat, sehingga tidak terjadi komplikasi lebih lanjut seperti infeksi, kerusakan saraf dan pembuluh darah, hingga kerusakan jaringan lunak yang lebih lanjut (Lukman & Ningsih, 2013).

Insiden fraktur secara global dilaporkan sebesar 30,7 per 100.000 orang per tahun dengan bentuk cedera yang umumnya terjadi adalah cedera dengan energi tinggi seperti *crush injury* (39,5%) dan diikuti oleh kecelakaan lalu lintas (34,1%). Insiden terjadinya fraktur terbuka dilaporkan tertinggi pada laki-laki antara usia 15-19 tahun yaitu sebesar 54,5 per 100.000 orang/tahun. Sedangkan pada perempuan dilaporkan tertinggi antara usia 80-89 tahun, yaitu sebesar 53 per 100.000 orang/pertahun. Fraktur terbuka yang sering terjadi adalah fraktur falang, serta tulang panjang tibia dan fibula (Jessica and Aron, 2020).

Kasus fraktur di Indonesia, fraktur ekstremitas bawah akibat kecelakaan memiliki prevalensi yang paling tinggi di antara fraktur lainnya yaitu sekitar 46,2%. Dari 45.987 orang dengan kasus fraktur ekstremitas bawah akibat kecelakaan, 19.629 orang mengalami fraktur femur, 14.027 orang mengalami fraktur cruris, 3.775 orang mengalami fraktur tibia, 970 orang mengalami fraktur pada tulang-tulang kecil di kaki dan 336 orang mengalami fraktur fibula. (RISKESDAS, 2013). Walaupun peran fibula dalam pergerakan ekstremitas bawah sangat sedikit tetapi terjadinya fraktur fibula tetap saja dapat menimbulkan adanya gangguan aktifitas fungsional tungkai dan kaki.

Terjadinya fraktur tersebut termasuk didalamnya insiden kecelakaan, cedera olahraga, bencana kebakaran, bencana alam dan lain sebagainya. Menurut Haswita & Sulistyowati, (2016) orang yang menderita fraktur femur akan mengalami keterbatasan pergerakan dalam ekstremitas bagian bawah, proses penyakit ini dapat mempengaruhi kemampuan mobilitas karena dapat mempengaruhi sistem tubuh.

Fraktur merupakan ancaman potensial atau aktual pada integritas seseorang dimana akan mengalami gangguan fisiologis maupun psikologis, yang mempengaruhi kemampuan mobilitas

seseorang. Perubahan status kesehatan ini dapat menimbulkan Kecemasan atau ansietas yang merupakan salah satu dari gangguan psikologis. Perubahan status kesehatan pasien menjadi salah satu penyebab atau etiologi masalah keperawatan ansietas (Heather, 2015).

Tindakan operasi atau pembedahan merupakan pengalaman yang bisa menimbulkan kecemasan, oleh karena itu berbagai kemungkinan buruk bisa terjadi yang akan membahayakan pasien. Kecemasan berhubungan dengan segala macam prosedur asing yang harus dijalani pasien dan juga ancaman terhadap keselamatan jiwa akibat prosedur pembedahan dan tindakan pembiusan (PPNI, 2016). 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 (Kaplan dan Sudock, 2014).

Perawat mempunyai peranan yang sangat penting dalam setiap tindakan untuk membantu pasien mencapai taraf kesehatan seoptimal mungkin. Salah satu tindakan pilihan intervensi perawat dalam mengatasi kecemasan pasien adalah

dengan *guided imagery* atau teknik bimbingan imajinasi (PPNI, 2018).

Berdasarkan uraian di atas penulis tertarik untuk melakukan penelitian dengan judul efektivitas *guided imagery* terhadap tingkat kecemasan pasien perioperatif fraktur.

## **METODE PENELITIAN**

Penelitian ini merupakan eksperimental dengan desain penelitian yaitu *quasi eksperimental* design untuk mengetahui efektivitas *guided imagery* terhadap tingkat kecemasan pasien perioperative fraktur. Model pada penelitian ini adalah dua kelompok *pretest-posttest* design yaitu kelompok dengan penerapan tindakan *guided imagery* (intervensi) dan satu kelompok tanpa kelompok tanpa penerapan pembandingan (kontrol). Model ini menggunakan observasi pertama (*pretest*) menggunakan instrumen APAIS sehingga memungkinkan adanya perubahan yang terjadi setelah dilakukan eksperimen

## **HASIL PENELITIAN**

Dari data pada tabel 1 menunjukkan bahwa pada kelompok intervensi terjadi penurunan tingkat kecemasan pasien perioperatif fraktur yaitu dengan melihat nilai rata-rata pre sebesar 26,30 dan post sebesar 12,60. Sedangkan pada kelompok kontrol juga mengalami penurunan pada tingkat kecemasan pasien perioperatif

fraktur dengan nilai rata-rata pre sebesar 25,80 dan post sebesar 21,80.

Dari data tersebut menunjukkan perbedaan yang cukup besar antara kelompok intervensi dengan kelompok kontrol. Pada Pengukuran tingkat kecemasan kedua/post, kelompok intervensi menunjukkan penurunan tingkat kecemasan yang cukup besar yaitu rata-rata 12,60 sedangkan pada kelompok kontrol rata-rata 21,80. Hal ini dapat disimpulkan bahwa pemberian intervensi *guided imagery* dapat menurunkan kecemasan pada pasien perioperative fraktur.

Hasil uji statistic dengan menggunakan Uji *Mann Withney* didapatkan hasil  $p = 0,000 < p = 0,005$  yang menunjukkan bahwa hipotesis diterima yaitu ada pengaruh pemberian terapi *guided imagery* terhadap penurunan tingkat kecemasan pasien perioperative fraktur di RS.TK II Pelamonia.

## **PEMBAHASAN**

Dari hasil penelitian diatas didapatkan data bahwa rata-rata tingkat kecemasan pada pre test pasien perioperative fraktur yaitu 26,30 kelompok intervensi dan 25,80 pada kelompok kontrol. Setelah dilakukan Pemberian terapi *Guided Imagery* pada pasien Intervensi didapatkan penurunan tingkat kecemasan dari 26,30 menjadi 12,60

sedangkan pada kelompok Kontrol juga terjadi penurunan tongkat kecemasan yaitu dari 25,80 menjadi 21,80. Hasil analisis menunjukkan ada perubahan yang sangat signifikan antara tingkat kecemasan pre test dengan tingkat kecemasan post test pemberian terapi *Guided Imagery* pada pasien fraktur dengan nilai  $p=0,000$ .

Hasil tersebut sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Mardiani & Hermawan (2019), tentang Pengaruh Teknik Distraksi *Guidance Imagery* Terhadap Tingkatan Ansietas Pada Pasien Pra Bedah Di Rsud Linggajati Kabupaten Kuningan dengan hasil *guidance imagery* dapat menurunkan tingkat kecemasan pada pasien pra bedah (nilai  $p=0,001$ ). Penelitian yang telah dilakukan oleh Pratama & Pratiwi, (2020) yang menunjukkan bahwa pemberian terapi nonfarmakologi *Guided Imagery* dapat menurunkan tingkat kecemasan pada pasien pre operasi. Hasil tersebut dapat dilihat dari hasil uji Wilcoxon dengan nilai  $p= 0.00$ .

Teknik relaksasi adalah cara yang baik untuk mengurangi kecemasan pada pasien pre operasi. Beberapa jenis relaksasi di antaranya adalah relaksasi imajinasi terbimbing dan relaksasi nafas dalam. Relaksasi pernafasan adalah relaksasi dengan menggunakan nafas yang pelan, sadar dan dalam. Relaksasi *Guided*

*imagery* adalah salah satu teknik distraksi yang dapat digunakan untuk mengurangi stres dan meningkatkan perasaan tenang dan damai serta merupakan obat penenang untuk situasi yang sulit dalam kehidupan (Smeltzer & Bare, 2006). Relaksasi meditasi (*attention-focussing exercises*) yaitu teknik relaksasi untuk menjernihkan pikiran dan hanyut dalam moment yang sedang berlangsung dan relaksasi perilaku merupakan psikoterapi yang didasarkan pada pengamatan, asumsi, kepercayaan dan perilaku yang mempengaruhi emosi (Smeltzer & Bare, 2013).

Penelitian yang dilakukan oleh (Aprianto et al., 2013) yang membandingkan antara efektifitas terapi Guided Imagery dengan relaksasi nafas dalam pada pasien preoperasi. Hasil penelitian menunjukkan bahwa relaksasi imajinasi terbimbing/*guided imagery* lebih efektif karena pada terapi imajinasi terbimbing diperoleh selisih sebelum dan sesudah sebesar 9,07, sedangkan pada teknik nafas dalam terdapat selisih sebelum dan sesudah sebesar 8,3.

Pemberian terapi *Guided Imagery* bermanfaat bagi semua umur bukan hanya pada orang dewasa saja. Hal tersebut telah dibuktikan dari penelitian yang telah dilakukan oleh (Vagnoli et al., (2019), menunjukkan hasil relaksasi *guided imagery* dapat menurunkan kecemasan

sebelum operasi dan dapat menurunkan nyeri setelah operasi pada pasien anak dengan nilai  $p=0,001$ .

## KESIMPULAN DAN SARAN

Terdapat pengaruh pemberian terapi relaksasi *guided imagery* terhadap penurunan tingkat kecemasan pada pasien perioperative di RS TK.II Pelamonia. Kedepan, sebaiknya terapi ini harus terus dikembangkan dengan memodifikasi instrument musiknya serta membiasakan terapi ini saat menyusun intervensi dan implementasi pada pasien untuk mengurangi kecemasan perioperative.

## DAFTAR PUSTAKA

- Aprianto, D., Kristiyawati, S. P., & Purnomo, E. C. (2013). Efektifitas Tehnik Relaksasi Imajinasi Terbimbing dan Nafas dalam terhadap Penurunan Kecemasan pada Pasien Pre Operasi. *STIKES Telogorejo*, 2, 24–26.
- Heather, H. T. (2015). *NANDA International Inc. Diagnosis Keperawatan : Defenisi & Klasifikasi 2015-2017* (Edisi 10). EGC.
- Kaplan, H.I & Sudock, B.J. (2011). *Synopsis of Psychiatry*. New York: Williams and Wilkins
- Lukman, & Ningsih, N. (2013). *Asuhan Keperawatan pada Klien dengan Gangguan Sistem Muskuloskeletal*. Jakarta: Salemba Medika.
- 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>

Naser, A., Martin, B., Jessica, B., Ignacio, C., David, E., Ann, G. S., ... & Natalia, L. (2020). Maize Genomes to Fields (G2F): 2014–2017 field seasons: genotype, phenotype, climatic, soil and inbred ear image datasets.

PPNI. (2016). *Standar Diagnosis Keperawatan Indonesia: Defenisi dan Indikator Diagnostik* (Edisi 1).

Pratama, I., & Pratiwi, A. (2020). Pengaruh Efektivitas Teknik Relaksasi Guidet Imagery Terhadap Tingkat Kecemasan Pasien Pre Operasi Di RSUD Pesanggrahan Jakarta Selatan Tahun 2020. *Jurnal Health Sains*, 1(4), 195–207.  
<https://doi.org/10.46799/jhs.v1i4.41>

Smeltzer, B., & Bare, B. G. (2006). *Medical Surgical Nursing*. Brunner and Suddarth Vol: 2. *EGC. Jakarta*.

Solomon, L., Warwick, D., Nayagam, S., & Mankin, H. J. (2010). Injuries of knee and leg. *Apley's System of Orthopaedics and Fractures*, 897-904.

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>

**Tabel 1. Tingkat Kecemasan Pasien Perioperatif Pasien Fraktur *Pre Post Test* Pada Kelompok Intervensi dan Kelompok Kontrol di RS TK II Pelamonia.**

Variable	Intervensi	Kontrol	Uji Mann Withney
	Mean	Mean	
Pre	26,30	25,80	$p = 0,000$
Post	12,60	21,80	