

Pemberian Terapi *Guided Imagery* terhadap Pasien dengan Nyeri dan Ansietas Post Operasi Fraktur *Collum Humerus*

Azizah Nur Khasanah

Program Studi Pendidikan Profesi Ners, Fakultas Kedokteran dan Ilmu Kesehatan,
Universitas Muhammadiyah Yogyakarta

Syahruramdhani Syahruramdhani

Program Studi Pendidikan Profesi Ners, Fakultas Kedokteran dan Ilmu Kesehatan,
Universitas Muhammadiyah Yogyakarta

Jl. Brawijaya, Geblagan, Tamantirto, Kasihan, Bantul, Yogyakarta, Indonesia, 55183

Korespondensi penulis : khasanahazizahnur139@gmail.com

Abstract

Background: After the fracture surgery procedure, the patient who initially received anesthesia and a few hours later disappeared, usually the patient will feel pain, apart from pain, anxiety will arise related to changes in daily activity, where these two things are interconnected. An increased response to pain is often caused by a feeling of anxiety or vice versa the response to pain can cause anxiety. Nonpharmacological therapy that can be done by nurses to reduce pain as well as postoperative anxiety is guided imagery therapy. **Purpose:** This case study aims to determine the effectiveness of guided imagery therapy for pain and anxiety in patients with postoperative humeral collum fractures. **Methods:** The method used in writing is a case report with guided imagery therapy intervention carried out for 3 days. **Results:** The results of this case study show that after guided imagery intervention for 3 days there was a decrease in the Numeric Pain Scale from 7 (moderate pain) to 3 (mild pain) and a decrease in the Beck Anxiety Inventory score from 11 (mild anxiety disorder) to 5 (minimal anxiety disorder). **Conclusion:** Guided imagery is effective in reducing pain and anxiety in postoperative humeral collum fracture patients.

Keywords: Guided Imagery, Pain, Anxiety, Post Operation

Abstrak

Latar Belakang: Setelah prosedur operasi fraktur pasien yang mulanya mendapatkan anestesi dan beberapa jam kemudian hilang maka biasanya pasien akan merasakan nyeri, selain nyeri akan timbul kecemasan terkait perubahan *daily activity* yang mana kedua hal tersebut saling berhubungan. Peningkatan respon terhadap nyeri sering disebabkan oleh rasa ansietas atau sebaliknya respon nyeri dapat menimbulkan ansietas. Terapi non farmakologis yang dapat dilakukan perawat untuk mengurangi nyeri sekaligus ansietas post operasi yaitu dengan terapi *guided imagery*. **Tujuan:** Studi kasus ini bertujuan untuk

Received Maret 12, 2023; Revised April 25, 2023; Accepted Mei 22, 2023

* Azizah Nur Khasanah, khasanahazizahnur139@gmail.com

mengetahui efektivitas pemberian terapi *guided imagery* terhadap nyeri dan ansietas pada pasien dengan post operasi fraktur *collum humerus*. **Metode:** Metode yang digunakan dalam penulisan adalah *case report* dengan intervensi terapi *guided imagery* yang dilakukan selama 3 hari. **Hasil:** Hasil studi kasus ini 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). **Kesimpulan:** *Guided imagery* efektif mengurangi nyeri serta ansietas pada pasien post operasi fraktur *collum humerus*.

Kata Kunci: Guided Imagery, Nyeri, Ansietas, Post Operasi

LATAR BELAKANG

Fraktur merupakan keadaan ketika tulang mengalami retak, patah atau pecah yang menyebabkan tulang mengalami perubahan bentuk sehingga tulang menjadi kehilangan fungsinya (Kavak Akelma et al., 2020). 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). Fraktur *collum humerus* adalah hilangnya kontinuitas tulang humerus pada bagian *collum anatomicum* atau *collum chirurgicum*. Tindakan medis yang sering diberikan pada fraktur *collum humerus* adalah tindakan operasi dengan pemasangan *plate and screw*, karena selain dapat dilakukan mobilisasi pada sendi bahu, juga dapat mencapai stabilitas yang memadai (Wange & Arniyanti, 2021).

Problematika fisioterapi yang timbul dari pasca operasi yaitu gangguan berupa *impairment*, *functional limitation* dan *2 participation restriction*. *Impairment* misalnya oedema, nyeri, spasme, keterbatasan lingkup gerak sendi bahu, serta penurunan kekuatan otot penggerak sendi bahu. *Functional limitation* berupa gangguan aktifitas sehari-hari seperti mandi, makan, berpakaian. *Participation restriction* berupa ketidakmampuan pasien untuk beraktifitas sesuai dengan usia dan peranannya, sehingga pasien tidak mampu bersosial secara optimal. Dari berbagai problematika tersebut dapat menimbulkan perasaan

cemas atau ansietas yang dirasakan oleh pasien (Adiputra & Ika Rahman, 2018) dan (Melyana et al., 2021).

Menurut Potter dan Perry (2006) dalam Nora (2018) mengatakan bahwa hubungan nyeri terhadap ansietas bersifat kompleks. Ansietas merupakan respon psikologis yang timbul disebabkan oleh stres dan mengandung komponen fisiologis maupun psikologis. Peningkatan respon terhadap nyeri sering disebabkan oleh rasa ansietas atau sebaliknya respon nyeri dapat menimbulkan ansietas. Diberbagai *review*, banyak penelitian yang membahas praktik medis dalam menurunkan nyeri akut dengan meminimalkan penggunaan terapi farmakologis salah satunya opioid yang mana hal tersebut untuk mempromosikan strategi manajemen terapi non farmakologis (Thomas & Sethares, 2019). Terapi non farmakologis atau juga disebut dengan *complementary therapy* pada intervensi keperawatan yaitu biofeedback, hipnosis, fasilitasi meditasi, terapi musik, terapi relaksasi, sentuhan terapeutik, dan *guided imagery* (Álvarez-García & Yaban, 2020).

Guided imagery merupakan salah satu *complementary therapy* dengan metode yang sederhana, terapi ini dapat diterapkan secara mandiri tanpa adanya komplikasi jika dibandingkan dengan terapi pengobatan farmakologis, terapi ini lebih menyenangkan, menenangkan dan tentunya aman sehingga menciptakan pemikiran positif. Terapi ini dapat dipadukan bersama suara musik dengan latar yang lembut untuk membantu pasien menyingkirkan pikiran negatif sehingga rileks. Terapi *guided imagery* digunakan untuk mengobati nyeri pasca operasi dan kecemasan terkait operasi, dan untuk meningkatkan kepuasan pasien dan kualitas tidur terkait operasi (Acar & Aygin, 2019).

Penelitian membuktikan bahwa intervensi terapi *guided imagery* memiliki efek menguntungkan pada manajemen nyeri pasca operasi, selain menemukan efek pada faktor psikologis. Terapi relaksasi ini telah terbukti memberikan pereda nyeri dengan mengurangi kecemasan, menurunkan ketegangan otot dan mengalihkan perhatian (Tapar et al., 2022). Tujuan dari penelitian ini adalah untuk mengetahui efektivitas *guided imagery* pada nyeri dan ansietas pada pasien post operasi fraktur *collum humerus*.

KAJIAN TEORITIS

1. NYERI POST OPERASI FRAKTUR

Nyeri merupakan pengalaman pribadi, subjektif, berbeda antara satu orang dengan orang lain dan juga dapat berbeda pada orang yang sama pada waktu yang berbeda (Indriani et al., 2021). Dan berpengaruh negatif terhadap kualitas hidup, banyak pasien yang menjalani operasi merasakan sakit pasca operasi, yang menyiksa dan membuat frustrasi, tetapi juga dapat menyebabkan komplikasi dan masa pemulihan yang lebih lama. Nyeri hebat biasanya terjadi pada pengalaman pasca operasi awal yang sering dikombinasikan dengan ansietas tentang efektivitas operasi (Hidayat et al., 2022).

Kondisi untuk merasa nyaman, terhindar dari ancaman psikologis, bebas dari rasa sakit salah satunya nyeri merupakan suatu kebutuhan akan rasa aman dan nyaman. Nyeri salah satu gejala yang timbul, merupakan pengalaman sensoris dan emosional yang tidak menyenangkan yang berhubungan dengan kerusakan jaringan baik yang aktual maupun potensial atau mendadak atau lambat atau dilukiskan dengan istilah kerusakan dan berintensitas ringan hingga berat yang berlangsung kurang dari 3 bulan (Darmadi F, 2020).

Pasien akan merasakan nyeri yang sangat hebat dalam rata-rata dua jam pertama setelah operasi karena pengaruh obat anastesi yang sudah mulai hilang. Nyeri yang di rasakan post operasi bisa di rasakan lebih hebat meskipun tersedia obat-obatan analgesik yang efektif. Klien yang merasakan nyeri kurang mampu dalam melakukan aktivitas sehari-hari. Apabila nyeri tidak segera di atasi maka nyeri tersebut menyebabkan ketidaknyamanan, ketidakmampuan, keterbatasan gerak, dan imobilisasi hingga menyebabkan rasa cemas yang berlebih untuk kesembuhan serta aktivitas yang akan dilakukan mendatang (Nora, 2018).

2. ANSIETAS POST OPERASI FRAKTUR

Menurut Potter dan Perry (2006) dalam Nora (2018) mengatakan bahwa hubungan nyeri terhadap ansietas bersifat kompleks. Ansietas merupakan respon psikologis yang timbul disebabkan oleh stres dan mengandung komponen fisiologis maupun psikologis. Peningkatan respon terhadap nyeri sering disebabkan oleh rasa ansietas atau sebaliknya respon nyeri dapat menimbulkan ansietas. Rangsangan nyeri yang mengaktifkan sistem limbik yang dianggap mengendalikan emosional terutama ansietas. Sistem limbik memproses respon emosional terhadap nyeri, baik meningkatkan atau menurunkan rasa nyeri. Perasaan emosional seseorang dapat dipengaruhi oleh nyeri yang dirasakan yang mana seringkali disertai ansietas. Seseorang yang merasakan nyeri dengan intensitas sedang sampai kuat disertai oleh rasa ansietas memiliki keinginan kuat untuk menghilangkan perasaan itu.

Pasien mungkin cemas tentang mobilitas dan fungsi fisik. Ansietas tentang ekspektasi proses rehabilitatif dapat mempengaruhi kemampuan pasien untuk mencapai hasil fungsional yang optimal dan telah dikaitkan dengan rasa sakit kronis pada orang tua. Nyeri bersifat multidimensi, tidak hanya terdiri dari rangsangan fisik tetapi juga interpretasi psikologis rasa sakit. Proses internal, seperti peningkatan ansietas, dapat memengaruhi cara seseorang mengalami rasa sakit (Thomas & Sethares, 2019).

3. TERAPI *GUIDED IMAGERY*

Definisi umum *Guided Imagery* untuk penyembuhan dapat berupa: aktivitas internal apa pun yang mengandung pemikiran (menggunakan "pikiran") dan memiliki efek positif pada kesehatan. Terapi *guided imagery* telah terbukti meredakan nyeri dengan mengurangi kecemasan, menurunkan ketegangan otot, dan mengalihkan perhatian (Hidayat et al., 2022). *Guided imagery* dapat bersifat reseptif, ketika individu mempersepsikan pesan yang dikeluarkan oleh tubuh, atau aktif, ketika individu membangkitkan pemikiran atau gagasan. Itu bisa dilakukan melalui rekaman audio, video, atau terapis itu sendiri. Biasanya sesi dimulai dengan

latihan relaksasi, seperti pernapasan diafragma atau relaksasi otot progresif, untuk membantu peserta fokus. Setelah peserta rileks, terapis menyarankan gambaran tempat yang santai, tenang, atau nyaman.

Terapis juga dapat memandu imajinasi, menggunakan sugesti positif untuk meredakan gejala kondisi tertentu, seperti nyeri. Terapi 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. (Felix et al., 2019).

METODE PENELITIAN

Kasus case report dilakukan setelah pasien dan keluarga menyetujui dilakukan terapi *guided imagery*. Peneliti melaksanakan asuhan keperawatan dengan penerapan terapi *guided imagery* untuk menurunkan nyeri dan ansietas pada Ny. M pasien post operasi fraktur *collum humerus dextra* dengan melakukan assessment /pengkajian, menganalisa data, menyusun intervensi, implementasi dan evaluasi. Pengkajian dilakukan tanggal 02 Januari 2023 pada pasien bernama Ny. M dengan usia yang berusia 50 th beralamat di Serangan di ruangan Marwah Rumah Sakit PKU Muhammadiyah Yogyakarta. Pengkajian dilakukan setelah menjalani operasi fraktur *collum humerus dextra*. Pasien mengeluh badan terasa lemah dan nyeri pada luka bekas operasi yang amat sangat di rasakan saat tangan sebelah kanan digerakan dan berkurang saat beristirahat. Pasien mengatakan nyeri terasa seperti tusuk tusuk dan dirasakan terus menerus dengan skala 7. Nampak luka bekas operasi yang diperban pada bahu kanan pasien.

Pasien merasa cemas dan khawatir jika akan mengalami kecacatan hingga tidak dapat beraktifitas normal. Pasien nampak meringis dan gelisah. Pengukuran tanda vital pasien menunjukkan tekanan darah 120/90 mmHg, suhu 36,5 celcius (lokasi pengukuran: aksila), nadi 80x/menit (lokasi penghitungan: radialis), respirasi 20x/menit.

Pasien mengatakan awal kejadian terjadinya fraktur yaitu saat membersihkan pasien kamar mandi lalu terpelset / terjatuh dan beberapa saat kemudian pasien merasakan nyeri pada pundak sebelah kanan hingga membuat tangan sebelah kanan sulit untuk di gerakan dan kemudian dirujuk keluarga untuk di bawah kerumah sakit dan kemudian dilakukanya tindakan operasi. Pasien mengatakan tidak ada anggota keluarga yang pernah menjalani operasi dan tidak ada penyakit genetik.

Pengaplikasian terapi *guided imagery* peneliti lakukan pada tanggal 2 sampai 4 januari 2023, dan dilakukan selama 2 kali pertemuan dalam sehari yaitu pada pagi dan sore hari dengan waktu 30 menit untuk masing-masing pertemuannya di Rumah Sakit PKU Muhammadiyah Yogyakarta. Pengidentifikasian keluhan nyeri dan ansietas dilakukan 2 kali, dimulai sebelum dan sesudah dilakukan terapi *guided imagery*. Instrumen yang peneliti gunakan untuk menggambarkan adanya gangguan aman nyaman yaitu nyeri dan ansietas pada pasien post operasi dilakukan dengan menggunakan pengukuran yang digunakan untuk mengevaluasi besarnya perubahan sebelum dan sesudah penggunaan *guided imagery* termasuk skor yang dilaporkan sendiri sesuai pengkajian nyeri dengan *Numeric Pain Scale* (NPS) dan pengkajian kecemasan dengan kuesioner *Beck Anxiety Inventory* (BAI).

Pengaplikasian terapi *guided imagery*, peneliti melakukan selama 3 pertemuan. Pertemuan pertama, peneliti melakukan pendekatan kepada pasien dengan menjelaskan tujuan terapi dan meminta persetujuan atau informed consent. Kemudian dilanjutkan dengan pengkajian terhadap keluhan nyeri dengan *Numeric Pain Scale* (NPS) dan kuesioner ansietas *Beck Anxiety Inventory* (BAI) kemudian melakukan intervensi terapi *guided imagery* pada pasien.

HASIL

A. Implementasi Intervensi Terapi *Guided Imagery*

Sebelum dilakukan intervensi keperawatan peneliti dengan melakukan assessment/pengkajian, menganalisa data, menyusun intervensi sehingga peneliti melaksanakan asuhan keperawatan Ny. M diberikan intervensi terkait manajemen nyeri

dan ansietas dengan menggunakan terapi *guided imagery* dikarenakan Ny. M mengalami nyeri dan ansietas post operasi fraktur *collum humerus dextra*. Pasien mengeluh badan terasa lemah dan nyeri pada luka bekas operasi yang amat sangat dirasakan saat tangan sebelah kanan digerakan dan berkurang saat beristirahat. Pasien mengatakan nyeri terasa seperti tusuk tusuk dan dirasakan terus menerus dengan skala 7 untuk data *Numeric Pain Scale* yang berarti nyeri sedang. Nampak luka bekas operasi yang diperban pada bahu kanan pasien.

Pasien merasa cemas dan khawatir jika akan mengalami kecacatan hingga tidak dapat beraktifitas normal didukung dengan total nilai 11 pada kuesioner *Beck Anxiety Inventory* yang berarti gangguan kecemasan ringan. Data pengkajian spiritual pasien, bahwa pasien meyakini akan penyakit atau masalah kesehatan dianggap sebagai cobaan dan ujian bagi manusia. Walaupun dalam keadaan cemas, pasien menyerahkan kesembuhan sepenuhnya kepada Allah SWT. Hal ini juga berkaitan dengan Firman Allah SWT dalam Q.S al-Baqarah/2 ayat 153 yaitu: “*Wahai orang-orang yang beriman, mintalah pertolongan (kepada Allah SWT) dengan sabar dan shalat, sesungguhnya Allah beserta orang-orang yang sabar*”

Peneliti dalam proses intervensi dan pelaksanaan implementasi dalam penanganan / manajemen nyeri pada pasien akan memberikan terapi *guided imagery*. Peneliti menjelaskan bahwa terapi *guided imagery* adalah teknik relaksasi dengan memberikan sugesti secara terbimbing. Terapi *guided imagery* yang dilakukan peneliti dengan menggunakan media youtube kemudian diputarkan melalui handphone pasien, kemudian pasien menutup mata, mendengarkan perintah dari video terapi yang diputarkan yang dilakukan selama 3 kali pertemuan dalam 1 hari dilakukan 2 kali pada pagi dan sore. Setelah selesai melakukan terapi tersebut, peneliti kembali melakukan pengkajian nyeri menggunakan *Numeric Pain Scale* (NPS) dan ansietas menggunakan kuesioner *Beck Anxiety Inventory* pada klien untuk membandingkan perubahan keluhan sejak sebelum dilakukan dan setelah dilakukan terapi tersebut.

B. Hasil Evaluasi Intervensi Terapi *Guided Imagery*

Setelah dilakukan implementasi keperawatan terhadap pasien dengan penatalaksanaan non farmakologi yaitu terapi *guided imagery* sebanyak 2 kali dalam sehari selama 3 hari ditemukan perbedaan hasil observasi antara sebelum pemberian terapi *guided imagery* dan setelah pemberian terapi. Secara umum sebelum mendapatkan terapi *guided imagery*, Ny. M mengeluh badan terasa lemah dan nyeri pada luka bekas operasi yang amat sangat di rasakan saat tangan sebelah kanan digerakan dan berkurang saat beristirahat dengan sifat nyeri tertusuk tusuk, NPS 7 atau nyeri sedang dan tampak meringis. Pasien juga merasa cemas dan khawatir jika akan mengalami kecacatan hingga tidak dapat beraktifitas normal dengan skor BAI 11 atau yang bermakna gangguan kecemasan ringan. Pasien nampak meringis dan gelisah.

Berbeda dengan setelah mendapatkan terapi *guided imagery* yang menunjukkan kualitas kesehatan pasien yang mulai membaik yang ditandai dengan Ny. M mengatakan keadaanya cukup baik, nyeri berkurang, NPS 3 atau nyeri ringan, tanda-tanda vital pasien menunjukkan tekanan 110/80 mmHg, suhu 36,5 celcius (lokasi pengukuran : aksila), nadi 80x/menit (lokasi penghitungan: radialis) , respirasi 20x/menit, pasien mengatakan mampu mengenali kecemasan yang dirasakan, pasien mengatakan sudah bisa mengatasi cemas, keluarga mengatakan sudah bisa merawat pasien, pasien tampak lebih tenang, pasien tampak lebih rileks dengan skor BAI 5 yang bermakna gangguan kecemasan minimal.

Evaluasi hari pertama tanggal 2 januari 2023 sebelum dilakukan dan diajarkan terapi *guided imagery* ditemukan hasil Ny. M mengeluh badan terasa lemah dan nyeri pada luka bekas operasi, Ny. M mengatakan nyeri amat sangat di rasakan saat tangan sebelah kanan digerakan dan berkurang saat beristirahat, nyeri terasa seperti tertusuk tusuk dan dirasakan terus menerus dengan NPS 7 atau nyeri sedang, tanda-tanda vital pasien menunjukkan tekanan 120/90 mmHg, suhu 36,5 celcius (lokasi pengukuran: aksila), nadi 80x/menit (lokasi penghitungan: radialis), respirasi 20x/menit, nampak meringis, nampak gelisah, pasien merasa cemas dan khawatir jika akan mengalami

kecacatan hingga tidak dapat beraktifitas normal, keadaan umum lemah dengan skor BAI 11 atau gangguan kecemasan ringan.

Setelah diberikan *guided imagery* didapatkan data keluhan yaitu Ny. M masih mengeluh badan terasa lemah dan nyeri pada luka bekas operasi, nyeri masih mengganggu dan dirasakan terus menerus, dan skala nyeri turun menjadi NPS 6 nyeri sedang, tanda-tanda vital pasien menunjukkan tekanan 110/90 mmHg, suhu 36,5 celcius (lokasi pengukuran: aksila), nadi 80x/menit (lokasi penghitungan: radialis), respirasi 20x/menit, pasien masih merasa khawatir dan mencemaskan keadaannya, pasien nampak gelisah dan skor BAI 10 atau gangguan kecemasan ringan.

Evaluasi hari kedua tanggal 3 Januari 2023 setelah mendapatkan terapi *guide emagery* yaitu Ny. M mengatakan masih lemah, Ny. M mengatakan nyeri sudah mulai berkurang dan tidak terasa berat seperti sebelumnya, penurunan nyeri dengan NPS 5 nyeri sedang, tanda-tanda vital pasien menunjukkan tekanan 110/80 mmHg, suhu 36,5 celcius (lokasi pengukuran: aksila), nadi 80x/menit (lokasi penghitungan: radialis), respirasi 20x/menit, pasien masih merasa khawatir dengan keadaannya dan menyerahkan kesembuhannya kepada Allah SWT didukung dengan skor BAI 8 yang bermakna gangguan kecemasan ringan.

Evaluasi hari ketiga tanggal 04 Januari 2023 setelah mendapatkan terapi *guide emagery* yaitu Ny. M mengatakan keadaannya cukup baik, nyeri berkurang, penurunan skala nyeri menjadi NPS 3 atau nyeri ringan, tanda-tanda vital pasien menunjukkan tekanan 110/80 mmHg, suhu 36,5 celcius (lokasi pengukuran: aksila), nadi 80x/menit (lokasi penghitungan: Radialis), respirasi 20x/menit, pasien mengatakan mampu mengenali ansietas yang dirasakan, pasien mengatakan sudah bisa mengatasi cemas, keluarga mengatakan sudah bisa merawat pasien, pasien tampak lebih tenang, pasien tampak lebih rileks dan skor BAI 5 yang bermakna gangguan kecemasan minimal.

PEMBAHASAN

A. Hasil Implementasi

Peneliti dalam pengkajian terhadap Ny. M pasien post operasi fraktur *collum humerus dextra* dengan melakukan tanggal 02 Januari 2023 di ruangan Marwah Rumah Sakit PKU Muhammadiyah Yogyakarta mendapatkan data pasien mengeluh nyeri pada bekas operasi, nyeri dirasakan tusuk menerus dengan sifat tertusuk-tusuk, NPS 7, keluhan ini disertai dengan rasa cemas dan kegelisahan karena pasien yang merasa cemas dan khawatir jika akan mengalami kecacatan hingga tidak dapat beraktifitas normal dengan skor BAI 11. Pengukuran tanda-tanda vital juga dilakukan dengan hasil menunjukkan tekanan darah 120/90 mmHg, suhu 36,5 celcius (lokasi pengukuran: aksila), nadi 80x/menit (lokasi penghitungan: radialis), respirasi 20x/menit. Menurut (Haryono, 2019) pasien pasca operasi atau bedah akan mengalami nyeri akut dan kecemasan sebagai dampak dari perubahan dan proses perawatan yang dijalani.

Data yang ditemukan di atas sejalan dengan Penelitian Girsang (2019) yang menyimpulkan bahwa rasa nyeri yang dialami pada pasien pasca bedah bersifat subyektif, yang artinya tidak ada dua orang yang mengalami rasa nyeri dengan cara, respon, dan perasaan yang sama sebagaimana dampak nyeri terhadap psikologis pasien yaitu berupa kecemasan. Penatalaksanaan terapi *guided imagery* terhadap pasien dilakukan selama 3 hari dengan 3 kali pertemuan. Pada hari pertama saat dilakukan tindakan terapi *guided imagery* menunjukkan hasil dengan belum adanya perubahan signifikan. Baik sebelum maupun sesudah dilakukan tindakan terapi *guided imagery*. Akan tetapi nyeri pasien berkurang 1 poin dari sebelumnya 7 menjadi 6.

Berbeda dengan pelaksanaan intervensi pada hari kedua hingga ketiga, keluhan pasien berangsur angsur berkurang khususnya pada hari ketiga didapatkan hasil Ny. M mengatakan keadaanya cukup baik, nyeri berkurang, NPS 3 atau nyeri ringan, tanda-tanda vital pasien menunjukkan tekanan 110/80 mmHg, suhu 36,5 celcius (lokasi pengukuran: aksila), nadi 80x/menit (lokasi penghitungan: radialis), respirasi 20x/menit, pasien mengatakan mampu mengenali ansietas yang dirasakan, pasien mengatakan sudah bisa mengatasi cemas, keluarga mengatakan sudah bisa merawat pasien, pasien

tampak lebih tenang, pasien tampak lebih rileks didukung skor BAI yang perlahan berkurang yang pada awal intervensi dengan skor 11 dan setelah intervensi hari kedua menurun menjadi 8 dan hari terakhir total skor 5 dengan makna gangguan kecemasan minimal. Smeltzer & Bare dalam Ayubbana (2022) mengemukakan bahwa Terapi *guided imagery* memiliki manfaat sebagai intervensi perilaku untuk mengatasi kecemasan, stres, dan nyeri.

Sejalan dengan penelitian Darmadi et al., (2020) dengan hasil Terapi *guided imagery* atau imajinasi terbimbing juga dapat memberi kepuasan, kenyamanan, dan menurunkan kecemasan dan nyeri pada pasien post operasi. Terapi *guided imagery* sebagai penatalaksanaan non farmakologi dapat menurunkan nyeri post operasi. Terapi ini tidak menimbulkan efek samping, tidak memerlukan biaya, dan merupakan kegiatan noninvasive yang mendukung model keperawatan holistik.

B. Implikasi

Subyek studi kasus pada penelitian ini adalah Ny. M yang mengalami fraktur /patah tulang diman awal yaitu saat membersihkan pasien kamar mandi lalu terpelset / terjatuh dan beberapa saat kemudian pasien merasakan nyeri pada pundak sebelah kanan hingga membuat tangan sebelah kanan sulit untuk di gerakan dan kemudian dirujuk keluarga untuk di bawah kerumah sakit dan kemudian dilakukanya tindakan operasi.

Pelaksanaan asuhan keperawatan yang dilakukan pada Ny. M yang dilakukan berfokus pada keluhan nyeri dan kecemasan yang dialami. Sehingga terapi *guided imagery* efektif untuk membantu mengurangi kecemasan serta dapat diterapkan oleh pasien secara mandiri atau dengan bantuan keluarga jika merasakan tanda dan gejala seperti yang disebutkan. Terapi *guided imagery* adalah suatu teknik yang menggunakan imajinasi individu dengan imajinasi terarah untuk mengurangi stres dan memiliki manfaat sebagai intervensi perilaku untuk mengatasi kecemasan, stres, dan nyeri.

KESIMPULAN

Hasil implementasi evidence-based nursing yang telah diberikan intervensi terapi *guided imagery* untuk mengurangi rasa nyeri dan ansietas pada pasien selama 3 hari menunjukkan bahwa Numeric Pain Scale pasien turun dari 7 menjadi 3 yang berarti dari nyeri sedang menjadi nyeri ringan dan untuk skor Beck Anxiety Inventory turun dari 11 menjadi 5 yang berarti dari kecemasan ringan menjadi kecemasan minimal. Hal penting yang perlu diingat adalah bahwa kondisi pasien perlu dipantau sebelum dan sesudah melakukan terapi *guided imagery*. Perubahan skala nyeri dan skor ansietas juga bukan hanya dari dampak terapi *guided imagery* tetapi juga dari terapi farmakologis atau pengobatan yang sudah diberikan

SARAN

1. Pasien dan Keluarga

Bagi pasien terapi *guided imagery* bagi pasien dapat nyeri dan kecemasan pasca operasi fraktur. Dalam hal ini, keluarga dapat menjadi caregiver bagi pasien yang bisa memberikan perawatan dan pengobatan secara mandiri dengan cara memberikan dukungan kepada pasien untuk segera sembuh

2. Perawat

Bagi perawat dapat memberikan perawatan secara profesional berdasarkan evidence-based nursing sedangkan terapi *guided imagery* dapat diterapkan untuk mengurangi nyeri serta ansietas pada pasien. Perawat juga dapat memberikan pendampingan ataupun kombinasi terapi komplementer untuk inovasi pengobatan non farmakologi dibidang keperawatan

3. Peneliti

Bagi peneliti selanjutnya, penelitian ini dapat dijadikan sebagai acuan dan pengetahuan untuk terapi *guided imagery* sebagai terapi non farmakologi yang bermanfaat untuk mengurangi rasa nyeri ataupun ansietas pasca operasi fraktur

DAFTAR REFERENSI

- Acar, K., & Aygin, D. (2019). Efficacy of Guided Imagery for Postoperative Symptoms, Sleep Quality, Anxiety, and Satisfaction Regarding Nursing Care: A Randomized Controlled Study. *Journal of Perianesthesia Nursing*, 34(6), 1241–1249. <https://doi.org/10.1016/j.jopan.2019.05.006>
- Álvarez-García, C., & Yaban, Z. Ş. (2020). The effects of preoperative guided imagery interventions on preoperative anxiety and postoperative pain: A meta-analysis. *Complementary Therapies in Clinical Practice*, 38(December 2019). <https://doi.org/10.1016/j.ctcp.2019.101077>
- Ayubbana. (2022). Pengaruh Terapi Guided Imagery Dan Iringan Musik Terhadap Penurunan Nyeri Pada Pasien Dengan Post Apendiktomi Hari I Di Ruang Cempaka Rsud Sunan Kalijaga Demak. *Jurnal Profesi Keperawatan (JPK)* <http://jurnal.akperkridahusada.ac.id/index.php/jpk/article/view/37>
- Dany Dwi Adiputra, Ika Rahman, P. P. G. (2018). Penatalaksanaan Fisioterapi Pada Kasus De Quervain Syndrome Dextra Dengan Modalitas Ultrasound Dan Hold Relax Di Rsau Salamun Kota Bandung. 4(2).
- Darmadi F. (2020). Efektivitas Imajinasi Terbimbing (Guided Imagery) Terhadap Penurunan Nyeri Pasien Post Orif. UIN Alauddin Makassar. <https://journal.uin-alauddin.ac.id/index.php/asjn/article/view/166>
- Darmadi, M. N. F., Hafid, A., Patima, & Risnah. (2020). Efektivitas Imajinasi Terbimbing (Guided Imagery) Terhadap Penurunan Nyeri Pasien Post Operasi : a Literatur Review. *Alauddin Scientific Journal of Nursing*, 1(1), 42–54.
- Felix, M. M. dos S., Ferreira, M. B. G., da Cruz, L. F., & Barbosa, M. H. (2019). Relaxation Therapy with Guided Imagery for Postoperative Pain Management: An Integrative Review. *Pain Management Nursing*, 20(1), 3–9. <https://doi.org/10.1016/j.pmn.2017.10.014>
- Girsang S. (2019) Nyeri Akut Pada Ny. G Dengan Post Op Fraktur Tibia Fibula Di Ruang Bedah Rumah Sakit Bhayangkara Anton Soedjarwo. Program Studi Ners Sekolah Tinggi Ilmu Keperawatan Muhammadiyah Pontianak Tahun 2022
- Haryono. (2019) Pengaruh Relaksasi Autogenik Terhadap Perubahan Tingkat Nyeri Pada Pasien Post Operasi Fraktur Di Rsud Dr Sayidiman Magetan. *Angewandte Chemie International Edition*
- Hidayat, N., Kurniawan, R., Diaz Lutfi Sandi, Y., Andarini, E., Anisa Firdaus, F., Ariyanto, H., Nantia Khaerunnisa, R., & Setiawan, H. (2022). Combination of Music and Guided Imagery on Relaxation Therapy to Relief Pain Scale of Post-Operative Patients. *Jurnal Keperawatan Komprehensif (Comprehensive Nursing Journal)*, 8(2). <https://doi.org/10.33755/jkk.v8i2.360>

- Indriani, S., Darma, I. Y., Ifayanti, T., & Restipa, L. (2021). The relationship of the application of guided imagery therapy techniques towards pain intensity of maternal post caesarian section operation in postnatal care at the maternity hospital in the city of Padang. *International Journal Of Community Medicine And Public Health*, 8(12), 5736. <https://doi.org/10.18203/2394-6040.ijcmph20214560>
- Kavak Akelma, F., Altinsoy, S., Arslan, M. T., & Ergil, J. (2020). Effect of favorite music on postoperative anxiety and pain. *Anaesthetist*, 69(3), 198–204. <https://doi.org/10.1007/s00101-020-00731-8>
- Melyana, B., Purnawati, S., Lesmana, S. I., Mahadewa, T. G. B., Muliarta, I. M., & Griadhi, I. P. A. (2021). Terapi Latihan Fungsional Di Air Meningkatkan Kekuatan Kontraksi Isometrik Otot Paha Pasien Post Rekonstruksi Cedera Anterior Ligamentum Cruciatum Phase 2 Di Rspad Gatot Soebroto Jakarta. *Sport and Fitness Journal*, 9(1), 55. <https://doi.org/10.24843/spj.2021.v09.i01.p08>
- Nora, R. (2018). Hubungan Tingkat Nyeri Dengan Tingkat Kecemasan Pada Pasien Post Op Sectio Caesarea di Ruang Kebidanan Rumah Sakit Bhayangkara Padang Tahun 2017. *Menara Ilmu*, XII(9), 123–132. <https://jurnal.umsb.ac.id/index.php/menarailmu/article/view/964>
- Tapar, H., Özsoy, Z., Balta, M. G., Daşiran, F., Tapar, G. G., & Karaman, T. (2022). Associations between postoperative analgesic consumption and distress tolerance, anxiety, depression, and pain catastrophizing: a prospective observational study. *Brazilian Journal of Anesthesiology (English Edition)*, 72(5), 567–573. <https://doi.org/10.1016/j.bjane.2021.07.007>
- Thomas, K. M., & Sethares, K. A. (2019). Is guided imagery effective in reducing pain and anxiety in the postoperative total joint arthroplasty patient? *Orthopaedic Nursing*, 29(6), 393–399. <https://doi.org/10.1097/NOR.0b013e3181f837f0>
- Wange, A. R., & Arniyanti, A. (2021). Efektivitas Terapi Bermain Fidget Spinner terhadap Nyeri Pasca Operasi Fraktur pada Anak. *Jurnal Akademika Baiturrahim Jambi*, 10(1), 156. <https://doi.org/10.36565/jab.v10i1.294>