

## **PENURUNAN KECEMASAN PADA PASIEN PRE OPERASI SETELAH PELAKSANAAN RELAKSASI IMAJINASI TERBIMBING DI RSUD KARAWANG**

**Dina Hartini<sup>1)</sup>, Yuli Herlina<sup>1)</sup>, Ila Ayu Nurmala<sup>1)</sup>**

<sup>1)</sup>Program Studi D III Keperawatan, Akademi Keperawatan RS Efarina Purwakarta, Purwakarta, Jawa Barat, Indonesia

Corresponding author : Dina Hartini  
E-mail : dina.akpersefarina@gmail.com

**Diterima 24 Agustus 2023, Direvisi 23 September 2023, Disetujui 23 September 2023**

### **ABSTRAK**

Operasi/prosedur pembedahan akan memberikan suatu reaksi emosional bagi pasien. Kecemasan dapat menimbulkan adanya perubahan secara fisik maupun psikologis. Kondisi ini memerlukan suatu upaya dalam menurunkan kecemasan yaitu salah satunya teknik relaksasi imajinasi terbimbing, tindakan ini bertujuan untuk meningkatkan kendali dan rasa percaya diri serta mengurangi stres dan kecemasan yang dirasakan. Untuk mengetahui pengaruh teknik relaksasi imajinasi terbimbing terhadap kecemasan pada pasien pre operasi di RSUD Karawang. Penelitian ini menggunakan desain penelitian pra eksperimental dengan bentuk rancangan one group pra-post test design dengan jumlah sampel sebanyak 20 sampel dengan teknik purposive sampling. Dianalisa dengan menggunakan Uji Wilcoxon dengan tingkat signifikansi p value <  $\alpha$  (5%). Hasil penelitian menunjukkan sebelum dilakukan teknik relaksasi imajinasi terbimbing sebagian besar responden berada pada kategori cemas sedang (66,67%) dan setelah dilakukan teknik relaksasi imajinasi terbimbing sebagian besar responden berada pada kategori cemas ringan (66,67%). Ada pengaruh teknik relaksasi imajinasi terbimbing terhadap kecemasan pada pasien pre operasi di RSUD Karawang Tahun 2022.

**Kata Kunci:** pre operasi; kecemasan; teknik relaksasi imajinasi terbimbing

### **ABSTRACT**

Surgery / surgical procedure will provide an emotional reaction for the patient. Anxiety can lead to physical and psychological changes. This condition requires an effort in reducing anxiety that is one technique of guided imagination relaxation, this action aims to improve control and confidence and reduce stress and anxiety felt. To know the effect of guided imagination relaxation techniques on anxiety in preoperative patients at RSUD Karawang. This research used pre experimental research design with one group pre-post test design with a total sample of 20 samples with purposive sampling technique. Analyzed by using Wilcoxon Test with significance level p value <  $\alpha$  (5%). The results showed pre operation before guided imagery relaxation techniques majority of respondents are in the category of moderate anxiety (66.67%) and after the guided imagery relaxation techniques majority of respondents are in the category of mild anxiety (66.67%). There is influence of guided imagination relaxation technique to anxiety in patient pre operation in RSUD Karawang Tahun 2022.

**Keywords:** presurgery; anxiety; guided imitation technique relaxation

### **PENDAHULUAN**

Pembedahan atau operasi adalah semua tindakan pengobatan yang menggunakan cara invasif dengan 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 (Warnis Wijayanti, 2018).

Operasi memiliki tiga tahapan yaitu pre operasi, intra operasi dan post operasi. Pre operasi merupakan tahapan awal dari keperawatan perioperatif. Saat menghadapi pembedahan, klien akan mengalami berbagai stressor. Pembedahan yang ditunggu pelaksanaannya akan menyebabkan rasa takut dan kecemasan pada klien yang menghubungkan pembedahan dengan rasa nyeri, kemungkinan cacat, menjadi bergantung pada orang lain dan mungkin kematian. Ketakutan

dan kecemasan yang mungkin dialami pasien dapat dilihat dari tanda dan gejala seperti: meningkatnya frekuensi jantung, gerakan-gerakan tangan yang tidak terkontrol, telapak tangan yang lembab, gelisah, menanyakan pertanyaan yang sama berulang kali, susah tidur, sering berkemih (Carpenito., 2019).

Pembedahan atau operasi adalah semua tindak pengobatan dengan menggunakan prosedur invasif, dengan tahapan membuka atau menampilkan bagian tubuh yang ditangani. Pembukaan bagian tubuh yang dilakukan tindakan pembedahan pada umumnya dilakukan dengan membuat sayatan, setelah yang ditangani tampak, maka akan dilakukan perbaikan dengan penutupan serta penjahitan luka (Sjamsuhidajat R, De Jong W, 2017). Operasi atau pembedahan terdiri dari tiga fase: pre operatif, intraoperatif, dan pasca operatif (Rahmayati, E., Silaban, R. N., & Fatonah, 2018). Fase preoperatif adalah fase yang diawali dengan pembuatan keputusan untuk melakukan pembedahan dan diakhiri pada saat klien dipindahkan ke meja operasi (Rahmayati, E., Silaban, R. N., & Fatonah, 2018).

Berdasarkan data yang diperoleh dari World Health Organization (WHO) dalam (Wahyuningsih, W., & Agustin, 2020) jumlah pasien dengan tindakan operasi mencapai angka peningkatan yang sangat signifikan dari tahun ke tahun. Tercatat ditahun 2011 terdapat 140 juta di seluruh rumah sakit di dunia, sedangkan pada tahun 2012 mencapai 1,2 juta jiwa, WHO dalam (Wahyuningsih, W., & Agustin, 2020). Berdasarkan data yang diperoleh di Rumah Sakit Umum Patuh Patut Patju Gerung yang melakukan operasi pada tahun 2015 terdapat 3078 orang, pada tahun 2016 sebesar 3138 orang dan terhitung dari bulan Januari sampai dengan Oktober 2017 terdapat 2876 orang. Dari data yang didapatkan di rumah sakit umum Karawang. Pasien yang mengalami operasi/ prosedur pembedahan mengalami peningkatan dari tahun 2015 ke 2016. Operasi/prosedur pembedahan akan memberikan suatu reaksi emosional bagi pasien. Apakah reaksi tersebut jelas atau tersembunyi, normal atau abnormal.

Kecemasan pada pasien pre operasi dapat dicegah dengan menggunakan terapi farmakologi maupun non-farmakologi. Salah satu terapi non-farmakologi yang biasa dilakukan adalah teknik relaksasi (Setiawan, H., Ediati, A., & Winarni, 2017). Teknik relaksasi dilakukan untuk mengurangi

kecemasan bahkan dapat mengurangi nyeri. Teknik relaksasi membuat tubuh dan pikiran menjadi rileks dan ketegangan otot yang dirasakan akan berkurang hingga berdampak positif bagi fisiologis tubuh pasien pre operasi (Firmansyah, A., Setiawan, H., & Ariyanto, 2021). Jenis teknik relaksasi yang telah dibuktikan efektif untuk mengurangi kecemasan yang sudah dibuktikan melalui berbagai penelitian adalah guided imagery (imajinasi terbimbing) (Polii, G. B., Wetik, S. V., Guided, P., Terhadap, I., & Kecemasan, 2020).

Imajinasi terbimbing adalah teknik relaksasi dengan menggunakan imajinasi seseorang dengan suatu cara yang dirancang secara khusus untuk mencapai efek tertentu. Pada teknik ini menstimulasi otak melalui imajinasi dapat menimbulkan pengaruh langsung pada sistem syaraf, endokrin, neuromodulator, endorfin dengan cara mampu menurunkan frekuensi heart rate sehingga cardiac output akan sesuai dengan normal ritme (Aswad, 2019). Namun demikian, perlu kajian komprehensif tentang dampak atau pengaruh terapi imajinasi terbimbing terhadap tingkat kecemasan pada pasien pre-operasi yang disarikan dari berbagai penelitian yang sudah ada, sehingga dapat diaplikasikan dalam proses asuhan keperawatan (Evidence Based Research).

Kecemasan dapat menimbulkan adanya perubahan secara fisik maupun psikologis yang akhirnya akan mengaktifkan saraf otonom simpatis sehingga meningkatkan denyut jantung, peningkatan tekanan darah, peningkatan frekuensi napas dan secara umum mengurangi tingkat energi pada pasien dan akhirnya dapat merugikan pasien itu sendiri karena akan berdampak pelaksanaan operasi. Terganggunya fungsi tubuh tentunya berpengaruh terhadap masalah psikologis pasien salah satu masalah yang muncul yaitu cemas.

## **METODE**

### **Judul Dan Tema Kegiatan**

- a. Judul : Penurunan kecemasan pada pasien pre operasi setelah pelaksanaan relaksasi imajinasi terbimbing di RSUD Karawang
- b. Tema Kegiatan : Relaksasi Imajinasi Terbimbing di RSUD Karawang

### **Tempat Dan Waktu Kegiatan PKM**

- a. Tempat : pengabdian kepada masyarakat ini dilakukan melalui offline

- b. Waktu : pengabdian kepada masyarakat ini dilakukan dari mulai bulan maret sampai dengan bulan Mei 2023

### Peserta Pengabdian Kepada Masyarakat

Peserta kegiatan pengabdian kepada masyarakat adalah Pasien yang di rawat di RSUD karawang dengan Jumlah 20 Orang.

### Deskripsi Kegiatan

Kegiatan pengabdian kepada masyarakat dilakukan di RSUD Karawang dengan jumlah peserta 20 orang pelatihan dilakukan dengan dilakukan sosialisasi yang telah dibuat oleh tim pengabdian kepada masyarakat, Sebelum dilakukan pelatihan, peserta diberikan soal pre

test sebanyak 10 pertanyaan dengan menggunakan *Google Form* dan di pandu oleh 2 mahasiswa dan perawat yang ada di ruangan , setelah itu diberikan sosialisasi selama 4 hari. Setelah diberikan sosialisasi peserta dilakukan post test dengan menggunakan *Google Form*. Hasil Pre dan Post test di lakukan rekapitulasi oleh tim pengabdian kepada masyarakat dan di umumkan ke Peserta , terdapat tiga kategori yaitu kategori nilai terbaik pretest terbaik, kategori nilai post test terbaik, dan kategori terbaik/teraktif. nilai post test terbaik, kategori

### Jadwal Pengabdian Kepada Masyarakat

Adapun jadwal kegiatan dapat dilihat pada Tabel 1.

**Tabel 1.** Jadwal Pengabdian Kepada Masyarakat

No	Nama Kegiatan	Bulan												
		1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	
<b>1. Persiapan</b>														
	Pertemuan : Kepala ruangan dan perawat di ruangan					X								
	Persiapan Bahan : Pembuatan Link Zoom, Soal Pre dan Post test, Link Absen, Materi, group WA pengabdian kepada masyarakat (Ketua, Anggota dan peserta)						X							
	Perizinan dan penyesuaian jadwal							X						
<b>2. Pelaksanaan</b>														
	Kegiatan pengabdian kepada Masyarakat					X								
	Pengolahan data					X								
	Penyusunan draf laporan					X	X							
<b>3. Penulisan Laporan</b>														
	Laporan akhir						X							
	Penyusunan Artikel						X							
	Pengiriman Laporan						X							
	Publikasi						X							

### HASIL DAN PEMBAHASAN

#### Hasil

Hasil Kegiatan pengabdian kepada masyarakat tentang upaya peningkatan Penurunan kecemasan pada pasien pre operasi setelah pelaksanaan relaksasi imajinasi terbimbing di rsud karawang. Rincian kegiatan dapat diperlihatkan dalam Tabel 2 dibawah ini

**Tabel 2.** Rincian Kegiatan Pengabdian kepada masyarakat

Pertemuan ke	Kegiatan
1	- Pre Tes - Ceramah dan Diskusi tentang upaya peningkatan penurunan kecemasan

2	- Ceramah dan Diskusi relaksasi imajinasi terbimbing di RSUD Karawang
4	- Post test - Pembagian Hadian

Untuk dapat memahami tentang bagaimana upaya peningkatan Penurunan kecemasan pada pasien pre operasi setelah pelaksanaan relaksasi imajinasi terbimbing di rsud karawang. dalam hal ini bertindak sebagai peserta pengabdian masyarakat. Pada kegiatan ini ada 3 Orang yang bertugas dalam kegiatan ini yang terdiri dari : Ns Dina Hartini, M.Kep selaku pemberi materi, Ns. Yumi Dian dan Ila ayu sebagai instruktur dan pembimbing dalam kegiatan diskusi.

Kegiatan ceramah dan diskusi berjalan lancar dengan suasana kondusif. Pasien-pasien dengan aktifnya berdiskusi di setiap kegiatan pemberian materi. Sebelum diberikan materi, peserta diberikan soal pre test dengan jumlah 10 soal dan dilanjutkan dengan wawancara yang dilakukan terhadap pasien-pasien yang di rawat di ruangan RSUD Karawang secara umum

mengidentifikasi bahwa pengetahuan awal mengenai penurunan kecemasan pada pasien pre operasi setelah pelaksanaan relaksasi imajinasi terbimbing di RSUD Karawang. Ada beberapa orang pasien yang menganggap bahwa jika seseorang ingin melakukan operasi tingkat kecemasan seseorang tersebut meningkat.

**Tabel 2.** Hasil Pre test dan Post Test Peningkatan Pengetahuan Latihan Batuk Efektif

No	Nama pasien	Asal ruangan	Nilai Pre tes	Nilai Post tes
1	Avita Khoirunisa	Ruang Rawat Inap Karawang	9	10
2	Bunga Lestari	Ruang Rawat Inap Karawang	5	7
3	Desi Rahmawati	Ruang Rawat Inap Karawang	7	8
4	Dea Anandya	Ruang Rawat Inap Karawang	4	5
5	Dhenatya Alifah Syofyan	Ruang Rawat Inap Karawang	8	10
6	Destrian Fajrin Ramadi	Ruang Rawat Inap Karawang	7	9
7	Elma Endang Tirtiana	Ruang Rawat Inap Karawang	5	7
8	Faricia Tri Nhatania	Ruang Rawat Inap Karawang	7	10
9	Friska	Ruang Rawat Inap Karawang	7	9
10	Intan Fandini	Ruang Rawat Inap Karawang	5	7
11	Indriarti Wahyuni	Ruang Rawat Inap Karawang	3	7
12	Kholifatul Aulia	Ruang Rawat Inap Karawang	8	10
13	Latifah Ainun Azhari	Ruang Rawat Inap Karawang	7	8
14	Mukhtarotul Najiha	Ruang Rawat Inap Karawang	9	10
15	Marlina dewi	Ruang Rawat Inap Karawang	6	8
16	Nurvi Dela Puspita	Ruang Rawat Inap Karawang	5	7
17	Nur Annisa Dwi Septiani	Ruang Rawat Inap Karawang	8	10
18	Regina	Ruang Rawat Inap Karawang	8	10
19	Saripah Nur Padilah	Ruang Rawat Inap Karawang	5	7
20	Silvia Juliantari	Ruang Rawat Inap Karawang	8	9

Capaian yang dihasilkan yaitu :

- Dari 20 Peserta hasil Pre tes rata-rata 6,8
- Setelah diberikan pelatihan terjadi peningkatan pengetahuan pasien-pasien yang di rawat di ruang paru RSUD Karawang dari hasil post tes menjadi 8,5
- Pasien-pasien meningkat pengetahuannya setelah dilakukan sosialisasi dengan cara ceramah dan diskusi

### Pembahasan

Berdasarkan hasil pelaksanaan pengabdian masyarakat yang dilaksanakan dengan offline/tatap muka yang dilakukan pada pasien-pasien yang di rawat di ruang rawat inap RSUD Karawang dengan jumlah peserta 20 orang, sebelum dilakukan pelatihan, peserta diberikan pre tes dengan jumlah soal 10. Dari 20 peserta yang mengikuti pre tes mendapatkan nilai rata-rata 6,8, hal ini membuktikan bahwa tingkat pengetahuan pasien-pasien masih cukup

nilai rata-rata yang didapat baru 68%, setelah diberikan pelatihan selama 4 hari, pasien-pasien yang di rawat di ruang rawat inap. diberikan Post tes, soal yang diberikan sama dengan soal pre tes sebanyak 10 soal, hasil yang didapat nilai rata-rata setelah diberikan pelatihan sebesar 8,5, hal ini menunjukkan adanya peningkatan pengetahuan pada Pasien-pasien sebesar 20%. Hasil yang didapat sangat signifikan terjadi. peningkatan pengetahuan pada pasien-pasien Pelatihan yang diberikan dengan cara ceramah dan diskusi.

### SIMPULAN DAN SARAN

#### Simpulan

Beberapa hal yang dapat disimpulkan dari hasil pengabdian kepada masyarakat, sebagai berikut : 1). Pemahaman Pasien-pasien Rawat Inap RSUD Karawang dapat meningkat melalui sosialisasi Penurunan kecemasan pada pasien pre operasi di RSUD Karawang; 2). Pemahaman Pasien-pasien Rawat Inap RSUD Karawang dapat meningkat melalui pemberian

pengetahuan tentang pelaksanaan relaksasi imajinasi terbimbing di RSUD Karawang.

Terbimbing Di Rsud Patut Patuh Patju Gerung. *Nursing Arts*, 12(2), 36–43. <https://doi.org/10.36741/jna.v12i2.79>

### Saran

Hal yang dapat disarankan dari hasil kegiatan ini sebagai berikut : 1). Pemberian pengetahuan tentang Penurunan kecemasan pada pasien pre operasi di RSUD Karawang; 2). Perlu diadakannya sosialisasi tentang pelaksanaan relaksasi imajinasi terbimbing di RSUD Karawang

### DAFTAR RUJUKAN

- Aswad, Y. (2019). *Effect of Considered Imagination on Blood Pressure Hypertension Patients at Wirda Ilomata retirement home*. 1(1), 7–12.
- Carpenito. (2019). *Buku Saku Diagnosa Keperawatan. Alih Bahasa Asih Yasmis ; Editor Bahasa Indonesia, Monika Ester Edisi 10*. ECG.
- Firmansyah, A., Setiawan, H., & Ariyanto, H. (2021). Studi Kasus Implementasi Evidence-Based Nursing: Water Tepid Sponge Bath Untuk Menurunkan Demam Pasien Tifoid. *Jurnal Kesehatan, Kebidanan Dan Keperawatan*, 14(02), 174–181.
- Polii, G. B., Wetik, S. V., Guided, P., Terhadap, I., & Kecemasan, T. (2020). 130 Grace Benedikta Polii, Syenshie Virgini Wetik Pengaruh Guided Imagery Terhadap Tingkat Kecemasan Pasien Pre-Operasi. *Akultas Keperawatan, Universitas Katolik De La Salle Manado*, 9(2), 130–136.
- Rahmayati, E., Silaban, R. N., & Fatonah, S. (2018). Pengaruh Dukungan Spritual terhadap Tingkat Kecemasan pada Pasien Pre-Operasi. *Jurnal Kesehatan*, 9(1), 138. <https://doi.org/10.26630/jk.v9i1.778>
- Setiawan, H., Ediati, A., & Winarni, T. I. (2017). Genetic Counseling to Reduce the Level of Depression in Parents of Children with Thalassemia Major. *2nd International Conference on Sport Science, Health and Physiscal Education, Icssshpe*, 102–106.
- Sjamsuhidajat R, De Jong W, E. (2017). *Buku Ajar Ilmu Bedah Sjamsuhidajat-De Jong. Sistem Organ dan Tindak Bedahnya (1). 4th ed*. Penerbit Buku Kedokteran EGC.
- Wahyuningsih, W., & Agustin, W. R. (2020). Terapi Guide Imagery Terhadap Penurunan Kecemasan Pasien Preoperasi Sectio Caesarea. *Jurnal Keperawatan 'Aisyiyah*, 7(1), 31–37.
- Warnis Wijayanti, G. S. P. (2018). Penurunan Kecemasan Pada Pasien Pre Operasi Setelah Pelaksanaan Relaksasi Imajinasi