

PENGARUH TEKNIK RELAKSASI *GUIDED IMAGERY* TERHADAP TINGKAT KECEMASAN PASIEN PRE OPERASI LAPARATOMI DI MURNI TEGUH MEMORIAL HOSPITAL

Wina Elpiyanti¹, Lenny Lusya Simatupang^{1,*}

¹Program Studi Ilmu Keperawatan, Universitas Murni Teguh

*Koresponding: lennylusya30@gmail.com

Abstract

Surgery is a potential or actual threat to a person's integrity which can result in physiological and psychological stress reactions. Anxiety in preoperative laparotomy patients is characterized by increased breathing frequency, heart rate, blood pressure, and generally reducing the client's energy level, which can be detrimental to the individual. The purpose of this study is to determine the effect of guided imagination relaxation techniques on preoperative anxiety levels of laparotomy patients. This research used a quasi-experiment using a one group pretest and posttest design. The total population was 31 people and total sampling technique. The data used are primary data and secondary data. The analysis was performed univariate and bivariate using paired sample t-test with a confidence level of 95% ($p = 0.05$). The results of the research obtained were that there was an effect of guided imagery relaxation techniques on reducing anxiety in pre-operative laparotomy patients at the Murni Teguh Memorial Hospital.

Keywords: Guided Imagery Relaxation, Anxiety, Preoperative Laparotomy

Abstrak

Tindakan pembedahan merupakan ancaman potensial maupun actual pada integritas seseorang yang dapat mengakibatkan reaksi stres fisiologis maupun psikologis. Kecemasan pada pasien preoperasi laparotomi ditandai dengan meningkatnya frekuensi nafas, detak jantung, tekanan darah, dan secara umum mengurangi tingkat energi pada klien, sehingga dapat merugikan individu. Tujuan penelitian ini adalah untuk mengetahui pengaruh teknik relaksasi *guided imagery* terhadap tingkat kecemasan pasien pre operasi laparotomi. Penelitian ini menggunakan kuasi eksperimen menggunakan desain *one group pretest and posttest design*. Jumlah populasi sebanyak 31 orang dan teknik *total sampling*. Data yang digunakan data primer dan data sekunder. Analisis dilakukan secara univariat dan bivariat menggunakan uji dua sampel berpasangan (*paired sample t-test*) dengan tingkat kepercayaan 95% ($p = 0,05$). Hasil penelitian yang di dapatkan yaitu ada pengaruh teknik relaksasi guided imagery untuk menurunkan kecemasan pasien pre operasi laparotomi di Murni Teguh Memorial Hospital.

Kata Kunci: Relaksasi *Guided Imagery*, Kecemasan, Preoperasi Laparotomi

PENDAHULUAN

Tindakan pembedahan merupakan ancaman potensial maupun aktual pada integritas seseorang yang dapat mengakibatkan reaksi stres fisiologis maupun psikologis (Rhondianto, 2018). *World Health Organization* (WHO) bahwa prevalensi kecemasan pasien preoperasi di berbagai belahan negara di dunia seperti yang dilaporkan dalam beberapa penelitian yang dikutip WHO berkisar antara 60-80% pada populasi barat tetapi beberapa peneliti menunjukkan kisaran yang lebih luas, yaitu antara 11-80%. Hal tersebut menunjukkan bahwa kecemasan masih sering terjadi pada pasien preoperasi (Bedaso & Ayalew, 2019). Prevalensi kecemasan di Indonesia pada tahun 2018 menunjukkan bahwa 6% atau sekitar 14 juta penduduk di Indonesia mengalami gangguan emosional yang ditunjukkan dengan gejala kecemasan dan depresi (Kemenkes RI, 2018).

Laparotomi yaitu insisi pembedahan melalui pinggang, tetapi tidak selalu tepat dan lebih umum dilakukan di bagian perut mana saja. Prosedur pembedahan mayor laporan dengan melakukan penyayatan lapisan-lapisan dinding abdomen untuk mendapatkan bagian organ abdomen yang mengalami masalah (hemoragi, perforasi, kanker, dan obstruksi). Rasa cemas menjadi perasaan takut yang tidak menyenangkan dan tidak dapat dibenarkan yang sering disertai dengan gejala fisiologis, yang dirasakan oleh pasien preoperatif (Tambunan & Tambunan, 2023; Sidauruk & Tambunan, 2023). Kecemasan pada pasien preoperasi laparatomi ditandai dengan meningkatnya frekuensi nafas, detak jantung, tekanan darah, dan secara umum mengurangi tingkat energi pada klien, sehingga dapat merugikan individu itu sendiri.

Penurunan kecemasan dapat dilakukan dengan cara farmakologi dan non

farmakologi, salah satu teknik non farmakologi yaitu dengan teknik relaksasi. Teknik relaksasi merupakan upaya untuk meningkatkan kendali dan percaya diri serta mengurangi stress yang dirasakan, Menurut Stuart dan Sundeen (2017) Kecemasan juga dapat diturunkan dengan cara relaksasi, meditasi, relaksasi imajinasi dan visualisasi serta relaksasi progresif. Salah satu teknik relaksasi yang dapat digunakan adalah teknik relaksasi *guided imagery* (Isaacs, 2014). *Guided imagery* merupakan metode relaksasi untuk membayangkan suatu tempat dan kejadian berhubungan dengan rasa relaksasi yang bisa membuat seseorang merasa bahagia. Khayalan tersebut memungkinkan klien dapat memasuki keadaan atau pengalaman dari rasa relaksasi (Kaplan & Sadlock, 2017).

METODE PENELITIAN

Jenis penelitian yang digunakan dalam penelitian ini adalah penelitian kuasi eksperimen. Rancangan atau desain penelitian yang digunakan dalam penelitian ini yaitu *one group pretest and posttest design* yaitu rancangan yang meliputi hanya satu kelompok yang diberikan pra dan pascauji (Notoatmodjo, 2015; Simanullang & Tambunan, 2023). Sampel penelitian ini diambil keseluruhan populasi yaitu sebanyak 31 orang (*total sampling*). Instrumen penelitian ini menggunakan kuesioner pre tes dan post test. Metode penelitian yang digunakan dalam penelitian ini adalah penelitian kuantitatif.

HASIL PENELITIAN

Tabel. 1 Karakteristik Responden Pre-Op Laparatomi

| Karakteristik | Frekuensi (f) | Presentase (%) |
|---------------|------------------|-------------------|
| Umur: | | |
| <41 tahun | 14 | 45,2 |
| ≥41 tahun | 17 | 54,8 |

| Jenis Kelamin: | | |
|-----------------------|-----------|------------|
| Laki-laki | 16 | 51,6 |
| Perempuan | 15 | 48,4 |
| Pendidikan: | | |
| SD dan SMP | 0 | 0,0 |
| SMA | 18 | 58,1 |
| Tinggi (D3/S1) | 13 | 41,9 |
| Pekerjaan: | | |
| Bekerja | 11 | 35,5 |
| Tidak bekerja | 20 | 64,5 |
| Total | 31 | 100 |

Berdasarkan tabel 1 menunjukkan bahwa sebagian besar responden berumur ≥ 41 tahun sebanyak 17 orang (54,8%), sebagian kecil responden berumur < 41 tahun sebanyak 14 orang (45,2%). Berdasarkan jenis kelamin menunjukkan bahwa sebagian besar responden berjenis kelamin laki-laki sebanyak 16 orang (51,6%), sebagian kecil responden berjenis kelamin perempuan sebanyak 15 orang (48,4%). Berdasarkan pendidikan, (SMA) sebanyak 18 orang (58,1%), (D3/S1) sebanyak 13 orang (41,9%), responden tidak bekerja sebanyak 20 orang (64,5%), sebagian kecil responden bekerja sebanyak 11 orang (35,5%).

Tabel 2. Tingkat Kecemasan Pasien Preoperasi Laparatomi Sebelum diberikan Teknik Relaksasi Guided Imagery (Pretest)

| Tingkat Kecemasan | Frekuensi (f) | Persentase (%) |
|-------------------|---------------|----------------|
| Ringan | 1 | 3,2 |
| Sedang | 12 | 38,7 |
| Berat | 18 | 58,1 |
| Total | 31 | 100 |

Berdasarkan tabel 2 diatas menunjukkan bahwa sebelum diberi teknik relaksasi *guided imagery* sebagian besar responden merasakan cemas berat sebanyak 18 orang (58,1%), sebagian kecil

responden merasakan cemas ringan sebanyak 1 orang (3,2%).

Tabel 3. Tingkat Kecemasan Pasien Preoperasi Laparatomi Setelah diberikan Teknik Relaksasi Guided Imagery (Posttest)

| Tingkat Kecemasan | Frekuensi (f) | Persentase (%) |
|-------------------|---------------|----------------|
| Ringan | 23 | 74,2 |
| Sedang | 8 | 25,8 |
| Berat | 0 | 0,0 |
| Total | 31 | 100 |

Berdasarkan tabel 3 diatas menunjukkan bahwa setelah diberi teknik relaksasi *guided imagery* sebagian besar responden merasakan cemas ringan sebanyak 23 orang (74,2%), sebagian kecil responden merasakan cemas sedang sebanyak 8 orang (25,8%).

Table 4. Hasil Uji Normalitas Data Skor Kecemasan Pasien Preoperasi Laparatomi Sebelum dan Setelah Diberikan Teknik Relaksasi Guided Imagery

| | | |
|------------------------|-------|-------|
| Kolmogorov-Smirnov Z | 0,744 | 0,989 |
| Asymp. Sig. (2-tailed) | 0,638 | 0,282 |

a. Test distribution is Normal.

b. Calculated from data.

Berdasarkan tabel 4 diatas, hasil uji normalitas menggunakan uji Kolmogorov-Smirnov menunjukkan bahwa tingkat kecemasan pasien preoperasi laparatomi *pretest* dan *posttest* dengan nilai $p > 0,05$ yaitu pada tingkat kecemasan (*pretest*) sebesar 0,638 dan pada tingkat kecemasan (*posttest*) sebesar 0,282, sehingga dinyatakan data penelitian berdistribusi normal

Table 5. Hasil Uji Paired Sample T Test (Uji T Sampel Berpasangan) Perbedaan Kecemasan Pasien Preoperasi Laparatomi Sebelum dan Setelah diberi Teknik Relaksasi Guided Imagery

| Pengukuran | Min | Max | Standar Deviasi | p-value | Nilai t-hitung | Nilai t-tabel |
|------------|-----|-----|-----------------|---------|----------------|---------------|
| Pretest | 20 | 40 | 5,409 | 0,000 | 11,998 | 2,042 |
| Posttest | 14 | 27 | 2,791 | | | |

Berdasarkan tabel 5 menunjukkan hasil statistic menunjukkan bahwa terdapat perbedaan kecemasan pasien preoperasi laparatomi sebelum dan setelah diberi perlakuan teknik relaksasi *guided imagery* di Murni Teguh Memorial Hospital atau dapat dinyatakan bahwa teknik relaksasi *guided imagery* efektif untuk menurunkan kecemasan pasien preoperasi laparatomi, dengan nilai p-value = 0,000 < 0,05 dan nilai t = 11,998 > t-tabel (2,042) pada df = 30.

PEMBAHASAN

Berdasarkan hasil penelitian kecemasan pasien preoperasi laparatomi sebelum diberi perlakuan teknik relaksasi *guided imagery* (*pretest*) di Murni Teguh Memorial Hospital menunjukkan bahwa sebagian besar responden merasa cemas berat (58,1%), sedang (38,7%) dan responden yang merasa cemas ringan (3,2%). Hasil penelitian ini sejalan dengan hasil penelitian yang dilakukan Daryanti (2016) di ruang bedah RSUD Karanganyar yang mendapatkan hasil bahwa sebelum dilakukan terapi *guide imagery* tingkat kecemasan pasien pre operasi dalam kategori berat. Penelitian Adhi (2020) di RSUD dr. R. Soedjono Selong mendapatkan hasil bahwa sebelum diberikan perlakuan kecemasan pasien dalam kategori berat. Penelitian Aprianto (2013) di RSUD RA Kartini Jepara mendapatkan hasil bahwa sebelum

dilakukan teknik relaksasi imajinasi terbimbing kecemasan pasien pre operasi dalam kategori berat. Selanjutnya, hasil penelitian Bahsoan (2018) di RSUD Prof. Dr. Hi. Aloe Saboe Kota Gorontalo sekitar 1,2 juta jiwa atau berkisar 80% yang mengalami kecemasan berat sebelum menjalankan operasi, dan biasanya tingkat kecemasan yang dirasakan berdasarkan jenis operasi yang dilakukan.

Menurut asumsi peneliti, dari hasil penelitian ini terlihat bahwa kecemasan pasien preoperasi laparatomi sebelum diberi perlakuan teknik relaksasi *guided imagery* dalam kategori cemas berat. Kecemasan pada pasien preoperasi merupakan hal yang umum dialami oleh sebagian besar pasien. Kecemasan berat yang dirasakan oleh pasien pre operasi laparatomi tersebut disebabkan oleh karena ketakutan terhadap alat-alat bedah yang akan digunakan, takut operasi laparatomi yang akan dijalani tidak berhasil, takut akan efek samping dari operasi laparatomi seperti lamanya kesembuhan bekas luka operasi, biaya operasi, dan lain-lain.

Berdasarkan hasil penelitian kecemasan pasien preoperasi laparatomi setelah diberi perlakuan teknik relaksasi *guided imagery* (*posttest*) di Murni Teguh Memorial Hospital menunjukkan bahwa sebagian besar responden merasa cemas ringan sebanyak 23 orang (74,2%), sebagian kecil responden merasa cemas sedang sebanyak 8 orang (25,8%). Menurut asumsi peneliti, efek dari pemberian terapi teknik relaksasi *guided imagery* pada pasien preoperasi laparatomi di Murni Teguh Memorial Hospital mampu menurunkan tingkat kecemasan yang dirasakan oleh pasien. Terapi ini sangat baik diberikan dan dilakukan pada pasien yang memiliki rasa cemas sebelum operasi. Pemberian terapi teknik relaksasi *guided imagery* 1 atau 2 jam sebelum dilakukan

operasi laparatomi akan membuat pasien merasa nyaman dan lebih siap untuk menjalani operasi laparatomi sehingga diharapkan dapat meminimalkan risiko selama dan sesudah operasi laparatomi.

Rasa cemas menjadi perasaan takut yang tidak menyenangkan dan tidak dapat dibenarkan yang sering disertai dengan gejala fisiologis, yang dirasakan oleh pasien pre operatif (Marbun & Tambunan, 2023). Dilihat dari skor rata-rata kecemasan pasien pretest dan posttest juga mengalami penurunan. Pada pengukuran awal (pretest) nilai rata-rata kecemasan pasien yaitu 29,55 dan pada pengukuran akhir (posttest) nilai rata-rata menjadi 19,55. Ini membuktikan bahwa terjadi penurunan kecemasan yang dirasakan pasien sebelum dan setelah dilakukan teknik relaksasi *guided imagery* pada pasien preoperasi laparatomi di Murni Teguh Memorial Hospital. Hasil ini mengindikasikan bahwa teknik relaksasi *guided imagery* ini dapat diaplikasikan pada semua pasien yang merasa cemas yang akan menjalani operasi di Rumah Sakit Murni Teguh Medan sehingga diharapkan semua pasien akan merasa lebih tenang dan nyaman pada saat dilakukan operasi.

KESIMPULAN

Kesimpulan hasil penelitian ini adalah:

1. Kecemasan pasien preoperasi laparatomi sebelum diberi perlakuan teknik relaksasi *guided imagery* (pretest) di Murni Teguh Memorial Hospital dalam kategori berat (58,1%).
2. Kecemasan pasien preoperasi laparatomi setelah diberi perlakuan teknik relaksasi *guided imagery* (posttest) di Murni Teguh Memorial Hospital dalam kategori ringan (74,2%).
3. Teknik relaksasi *guided imagery* berpengaruh terhadap kecemasan pasien preoperasi laparatomi di Murni Teguh Memorial Hospital atau terjadi

penurunan tingkat kecemasan pasien preoperasi laparatomi dengan membandingkan skor kecemasan sebelum dan setelah diberi perlakuan teknik relaksasi *guided imagery* (pretest-posttest), Diperoleh nilai p-value = 0,000 < 0,05 dan nilai t-hitung = 11,998 > t-tabel (2,042).

SARAN

Disarankan kepada peneliti selanjutnya diharapkan sebagai referensi dan bahan perbandingan untuk peneliti selanjutnya yang meneliti tentang kecemasan pasien pre operasi laparatomi dengan menggunakan teknik relaksasi yang dapat menurunkan tingkat kecemasan pasien.

REFERENSI

- Adhi, I. G. A. M. (2020). Pengaruh Pemberian Teknik Relaksasi Guided Imagery Terhadap Tingkat Kecemasan Pada Pasien Pre Operasi Sectio Caesarea Di RSUD dr. R. Soedjono Selong. *PRIMA. Jurnal Ilmiah Ilmu Keperawatan*, 6(2), 1–10.\
- Bahsoan, H. (2018). *Hubungan Mekanisme Koping Dengan Kecemasan Pada Pasien Pre Operasi Di Ruang Perawatan Bedah RSUD Prof. Dr. Hi. Aloe Saboe Kota Gorontalo*.
- Bedaso, A., & Ayalew, M. (2019). Preoperative anxiety among adult patients undergoing elective surgery: A prospective survey at a general hospital in Ethiopia. *Patient Safety in Surgery*. <https://doi.org/10.1186/s13037-019-0198-0>
- Isaacs, A. (2014). *Keperawatan Kesehatan Jiwa Psikiatri* (Cetakan 3). Jakarta: Penerbit Buku Kedokteran EGC.
- Kaplan, & Sadlock. (2017). *Buku Ajar Psikiatri Klinis* (Edisi Ke 2). Jakarta.

- Kemenkes RI. (2018). *Riset Kesehatan Dasar Tahun 2018*. Jakarta: Kementerian Kesehatan Republik Indonesia.
- Marbun, N., & Tambunan, D. M. (2023). Faktor-Faktor Yang Berhubungan Dengan Kecemasan Pada Pasien Yang Akan Menjalani Tindakan Kateterisasi Jantung/Angiografi Di Ruang Rawatan GB 3 Rumah Sakit Murni Teguh Medan. *Indonesian Trust Nursing Journal*, 1(1), 43-53.
- Notoatmodjo, S. (2015). *Metodologi Penelitian Kesehatan* (Cetakan 2). Jakarta: Rineka Cipta.
- Rhondianto. (2018). *Keperawatan Perioperatif* (Cetakan 2). Jakarta: Bina Nusa.
- Sidauruk, F., & Tambunan, D. M. (2023). Hubungan Tingkat Pengetahuan Pasien Dengan Post PCI (Percutaneous Coronary Intervention) Terhadap Tingkat Kecemasan Di ICU/CVCU Murni Teguh Memorial Hospital. *Indonesian Trust Nursing Journal*, 1(2), 85-91.
- Simanullang, R. H., & Tambunan, D. M. (2023). *Pengantar Metodologi Penelitian*. Deepublish
- Stuart, G. W., & Sundeen, S. J. (2017). *Buku Saku Keperawatan Jiwa*. Jakarta: EGC.
- Tambunan, D. M., & Marbun, N. (2023). Patients who will have an angiography or cateterization procedure: Anxiety factors. *Science Midwifery*, 11(2), 301-308.