

Penerapan Terapi *Guide imagery* Untuk Menurunkan Tingkat Kecemasan Pada Pasien Pre Operasi Di Rumah Sakit Roemani Muhammadiyah Semarang

Dwi Puji Astuti¹, Wahyuningsih Ns., M.Kep²

¹Mahasiswa Prodi Pendidikan Profesi Ners Program Profesi
Universitas Widya Husada Semarang

²Dosen Prodi Pendidikan Profesi Ners Program Profesi
Universitas Widya Husada Semarang

Email: Dwispuji404@Gmail.Com

ABSTRAK

Latar belakang : Kecemasan merupakan respon umum yang dialami pasien menjelang tindakan operasi. Tingkat kecemasan yang tinggi dapat berdampak negatif terhadap kondisi fisiologis dan psikologis pasien, seperti peningkatan tekanan darah dan denyut jantung, serta menurunnya efektivitas anestesi. Salah satu metode non-farmakologis yang dapat digunakan untuk mengurangi kecemasan adalah teknik *guide imagery*, metode relaksasi dengan membayangkan suasana yang menyenangkan sehingga menciptakan kondisi rileks dan nyaman.

Tujuan: studi ini bertujuan untuk menerapkan teknik *guide imagery* guna menurunkan kecemasan pada pasien pre operasi di rs roemani Muhammadiyah semarang

Metode: studi kasus menggunakan desain pre-eksperimental *one group pretest-posttest* dengan empat responden yang dipilih berdasarkan kriteria inklusi. Pengukuran tingkat kecemasan dilakukan menggunakan kuesioner APAIS sebelum dan sesudah intervensi.

Hasil : menunjukkan adanya penurunan tingkat kecemasan pada semua responden setelah diberikan terapi *guide imagery*. Sebelum intervensi, satu responden mengalami kecemasan berat dan tiga lainnya mengalami kecemasan sedang. Setelah intervensi, tiga responden mengalami kecemasan ringan dan satu responden mengalami kecemasan sedang. Hasil ini menunjukkan bahwa teknik *guide imagery* efektif dalam menurunkan tingkat kecemasan pasien pre operasi.

Kesimpulan: Terapi ini dapat menjadi intervensi tambahan yang aman, murah, dan mudah diterapkan oleh perawat sebagai bagian dari upaya perawatan holistik.

Kata kunci : *guide imagery*, kecemasan, pre operasi

Implementation of *Guided Imagery* Therapy to Reduce Anxiety Levels in Preoperative Patients at Roemani Muhammadiyah Hospital, Semarang

Dwi Puji Astuti¹, Wahyuningsih Ns., M.Kep²

¹Students of Nursing Professional Education Study Program Prefession Program Widya Husada University Semarang

²Lecturer of Nursing Professional Education Study Program Professional Program Widya Husada University Semarang

Email: Dwispuji404@Gmail.Com

ABSTRACT

Background: Anxiety is a common response experienced by patients before surgery. High levels of anxiety can negatively impact the patient's physiological and psychological state, such as increasing blood pressure and heart rate, and decreasing the effectiveness of anesthesia. One non-pharmacological method that can be used to reduce anxiety is *guided imagery*, a relaxation technique that involves imagining pleasant situations to create a relaxed and comfortable environment.

Objective: This study aims to apply *guided imagery* therapy to reduce anxiety in pre-operative patients at Roemani Muhammadiyah Hospital, Semarang.

Method: This case study used a pre-experimental one-group pretest-posttest design with four respondents selected based on inclusion criteria. Anxiety levels were measured using the APAIS questionnaire before and after the intervention.

Results: showed a decrease in anxiety levels in all respondents after being given *guided imagery* therapy. Before the intervention, one respondent experienced severe anxiety and three others experienced moderate anxiety. After the intervention, three respondents experienced mild anxiety and one respondent experienced moderate anxiety. These results indicate that *guided imagery* techniques are effective in reducing preoperative anxiety levels in patients.

Conclusion: This therapy can be a safe, inexpensive, and easily implemented additional intervention by nurses as part of holistic care efforts.

Keywords: anxiety, *guided imagery*, preoperative