



**STIKES BETHESDA YAKKUM YOGYAKARTA**

**CASE REPORT: EFEKTIFITAS RELAKSASI *GUIDED IMAGERY*  
TERHADAP PENURUNAN TINGKAT ANSietas PADA PASIEN PRE  
SINEKTOMI DAN TURBINEKTOMI DI INSTALASI BEDAH SENTRAL**

**(IBS) RUMAH SAKIT BETHESDA**

**YOGYAKARTA**

**TAHUN 2025**

**SEVERUS JANSEL TUWONAUNG**

**23040124**

**PROGRAM STUDI PENDIDIKAN PROFESI NERS**

**SEKOLAH TINGGI ILMU KESEHATAN**

**BETHESDA YAKKUM**

**YOGYAKARTA**

**2025**

NASKAH PUBLIKASI

CASE REPORT: EFEKTIFITAS RELAKSASI *GUIDED IMAGERY*  
TERHADAP PENURUNAN TINGKAT ANSIETAS PADA PASIEN PRE  
SINEKTOMI DAN TURBINEKTOMI DI INSTALASI BEDAH SENTRAL  
(IBS) RUMAH SAKIT BETHESDA

YOGYAKARTA

TAHUN 2025

Disusun oleh:

SEVERUS JANSEL TUWONAUNG

23040124

Telah melakukan Sidang KIA pada: 25 April 2025

Mengetahui,

Ketua Pendidikan Profesi Ners

Pembimbing Akademik



Indah Prawesti, S.Kep., Ns., M.Kep

NIK 110070

Dwi Nugroho Heri Saputro, S.Kep., Ns.,

M.Kep.Sp.Kep.MB., Ph.D., NS

NIK 990032

## ABSTRAK

***Case report: Efektifitas Relaksasi Guided Imagery Terhadap Penurunan Tingkat Ansietas Pada Pasien Pre Sinektomi Dan Turbinektomi Di Instalasi Bedah Sentral (IBS) Rumah Sakit Bethesda Yogyakarta Tahun 2025***

**<sup>1</sup>Severus Jansel Tuwonaung; <sup>2</sup>Dwi Nugroho Heri Saputro**

STIKES Bethesda Yakkum Yogyakarta

[yanselfoxtowonaung@gmail.com](mailto:yanselfoxtowonaung@gmail.com)

[heri@stikesbethesda.ac.id](mailto:heri@stikesbethesda.ac.id)

**Severus Jansel Tuwonaung:** “Efektifitas Relaksasi *Guided Imagery* terhadap Penurunan Tingkat Ansietas pada Pasien Pre Operasi Sinektomi dan Turbinektomi di Instalasi Bedah Sentral (IBS) Rumah Sakit Bethesda Yogyakarta Tahun 2025: *Case Report*.”

**Latar Belakang:** Rinosinusitis didefinisikan sebagai peradangan yang terjadi pada hidung dan paranasal yang ditandai dengan adanya dua atau lebih gejala. . Pada masa pra operasi dapat menjadi pemicu stres sehingga menimbulkan respons kecemasan yang terlalu aktif dan memengaruhi proses penyembuhan. Salah satu pilihan intervensi bagi perawat untuk mengatasi kecemasan adalah *guided imagery*.

**Gejala dan intervensi:** Pasien dengan operasi sinektomi dan turbinektomi memiliki keluhan kecemasan ringan dan belum tahu cara mengurangi cemas sehingga dilakukan intervensi teknik relaksasi Relaksasi *Guided Imagery* untuk menurunkan cemas.

**Kesimpulan:** Kecemasan berbeda dengan rasa takut, yang merupakan respon dari suatu ancaman yang asalnya diketahui, eksternal, jelas, atau bukan bersifat konflik. Intervensi relaksasi *guided imagery* yang dilakukan menunjukkan adanya penurunan kecemasan melalui kuisioner *STAI-S*, sehingga dapat disimpulkan bahwa terdapat pengaruh teknik relaksasi genggam jari untuk menurunkan kecemasan pada pasien pre operasi *sinektomi dan turbiketomi* di ruang Instalasi Bedah Sentral RS Bethesda Yogyakarta tahun 2025.

**Kata kunci:** Teknik relaksasi *guided imagery*, kecemasan, *sinektomi dan turbinektomi*

**Kepustakaan:** 16, 2018-2023

<sup>1</sup> Mahasiswa Sarjana Keperawatan, STIKES Bethesda Yakkum Yogyakarta

<sup>2</sup> Dosen Prodi Sarjana Keperawatan, STIKES Bethesda Yakkum Yogyakarta

## **ABSTRACT**

***Case report: Autogenic Relaxation Therapy on Preoperative Anxiety Levels with Breast Cancer in the Central Surgical Installation Room Bethesda Hospital Yogyakarta 2025***

**<sup>1</sup>Severus Jansel Tuwonaung; <sup>2</sup>Dwi Nugroho Heri Saputro**

STIKES Bethesda Yakkum Yogyakarta

[yanselfoxtowonaung@gmail.com](mailto:yanselfoxtowonaung@gmail.com)

[heri@stikesbethesda.ac.id](mailto:heri@stikesbethesda.ac.id)

**SEVERUS JANSEL TUWONAUNG.** “Effectiveness of Guided Imagery Relaxation on Reducing Anxiety Levels in Preoperative Sinectomy and Turbinectomy Patients at the Central Surgical Installation (ICS) of Bethesda Hospital Yogyakarta in 2025: Case Report.”

**Background:** Rhinosinusitis is defined as inflammation that occurs in the nose and paranasal marked by the presence of two or more symptoms. In the preoperative period, it can be a stress trigger, causing an overactive anxiety response and affecting the healing process. One of the intervention options for nurses to overcome anxiety is guided imagery.

**Symptoms and Interventions:** Patients with sinectomy and turbinectomy operations have mild anxiety complaints and do not know how to reduce anxiety, so a relaxation technique intervention, Guided Imagery Relaxation, is carried out to reduce anxiety.

**Conclusion:** Anxiety is different from fear, which is a response to a threat that is known, external, clear, or non-conflicting in origin. The guided imagery relaxation intervention that was carried out showed a decrease in anxiety through the STAI-S questionnaire, so it can be concluded that there is an effect of finger-holding relaxation techniques to reduce anxiety in pre-operative sinectomy and turbiketomy patients in the Central Surgical Installation Room of Bethesda Hospital Yogyakarta in 2025.

**Keywords:** Guided imagery relaxation techniques, anxiety, synectomy and turbinectomy

**Literature:** 20, 2018-2023

<sup>1</sup> Student of Bachelor of Nursing, Bethesda Institute for Health Science

<sup>2</sup> Lecture of Nursing Program, Bethesda Institute for Health Science

## PENDAHULUAN

Rinosinusitis didefinisikan sebagai peradangan yang ditandai dengan dua atau lebih gejala pada hidung dan paranasal. Salah satu gejalanya harus berupa hidung tersumbat atau hidung berair, bersama dengan gejala lain seperti nyeri tekan pada wajah, gangguan penciuman, tanda-tanda dalam pemeriksaan endoskopi seperti polip dan atau sekret mukopurulen dan atau udem mukosa hidung, atau mungkin ada gambar perubahan *Computed Tomography (CT)* pada sinus dan atau Kompleks Osteomeatal (KOM) yang terjadi kurang dari dua belas minggu<sup>1</sup> Data dari Kementerian Kesehatan Indonesia tahun 2013 digunakan. Divisi Rinologi Departemen THT RSCM mencatat 435 pasien dengan masalah THT dari Januari hingga Agustus 2016. 69% dari pasien tersebut menderita sinusitis. 30% membutuhkan bedah sinus endoskopi fungsional (BSEF). Rinosinusitis didefinisikan sebagai peradangan yang ditandai dengan dua atau lebih gejala pada hidung dan paranasal<sup>2</sup> Peningkatan tekanan darah dan detak jantung adalah tanda reaksi fisiologis dan psikologis yang disebabkan oleh kecemasan terhadap prosedur pembedahan dan anestesi. Pasien harus mempersiapkan diri mereka terlebih dahulu untuk operasi<sup>3</sup> Faktor-faktor yang dapat menyebabkan kecemasan termasuk pengetahuan yang kurang selama prosedur, ekspektasi yang tidak pasti tentang hasil prosedur, konsekuensi pasca operasi seperti risiko prosedur yang pernah dibaca atau didengar pasien, dan ketakutan yang terkait dengan nyeri, perubahan citra tubuh, dan prosedur diagnostik.<sup>4</sup>

## METODE PENELITIAN

Desain penelitian ini adalah deskriptif dengan pendekatan studi kasus dengan intervensi selama 1 hari dilakukan selama 5 menit. Penelitian ini dilakukan pada 11 April 2025 di IBS RS Bethesda Yogyakarta. Partisipan dalam *case report* ini sejumlah 1 (satu) orang pasien pre operasi Sinektomi dan Turbinektomi RS Bethesda Yogyakarta. Alat ukur yang digunakan yaitu menggunakan *STAI-S (State trait anxiety inventory Situasional)*.

## HASIL DAN PEMBAHASAN

### HASIL

Penulis melakukan melakukan pengkajian secara observasi dan juga wawancara pada pasien, didapatkan hasil pengkajian pasien keadaan umum sakit sedang, kesadaran *compos mentis*, GCS: 15 E:4 V:5 M:6. Pasien terpasang *IV cath* pada tangan kiri *connect to* IVFD RL 500 cc dengan 20 tpm. Pasien mengatakan merasa cemas karena takut akan di operasi walaupun pasien sudah ke 3x dilakukan operasi, pasien terlihat tegang dan sedikit gelisah, pucat, frekuensi napas meningkat, frekuensi nadi meningkat, mengalami diaforesis, palpitasi, tremor dan suara bergetar<sup>5</sup>. Mengenai tanda dan gejala kecemasan Dimana pasien kecemasan akan memberikan tanda dan gejala meliputi adanya perubahan fisiologis seperti berkeringat, gemetar, nyeri abdomen, detak jantung meningkat, sesak nafas dan perubahan perilaku seperti bicara cepat, gelisah, reaksi terkejut. Intervensi yang diberikan kepada pasien adalah terapi Guided imagery dengan tujuan untuk merileksasikan pikiran dan tubuh serta mengurangi perasaan tegang dan cemas. Terapi diberikan pada pasien pre-operasi kepada pasien selama 5-10 menit, pasien bersedia untuk melakukan terapi yang diberikan dan mengikuti setiap Langkah terapi *guided imagery*, pada saat diberikan terapi pasien menutup mata, meletakkan kedua tangan disebelah badan dan diberikan instruksi untuk pasien membayangkan hal-hal yang membuat pasien menjadi senang, dan meminta pasien untuk lebih membayangkan yang lebih dalam sesuatu yang membuat pasien relaks dan, kemudian dilakukan penilaian terhadap rasa kecemasan pasien dengan STAI (*State trait anxiety inventory*) dengan hasil sebelum dilakukan intervensi pasien mendapatkan skor 33 dengan kriteria cemas ringan dan setelah diberikan intervensi selama 5-10 menit kecemasan pasien menurun dengan skor 22 dengan kategori tidak cemas.

**Tabel 1**

implementasi pre dan post tindakan Relaksasi *Guided Imagery* untuk menurunkan tingkat ansietas pada pasien pre operatif dengan menggunakan penilaian STAI-S dengan penjabaran sebagai berikut

Intervensi Relaksasi	SKOR STAI-S	Interpretasi
<i>Guided Imagery</i>		
08.00WIB	33	Kecemasan ringan
Pre Intervensi		
08.05 WIB	22	Tidak ada kecemasan
Post Intervensi		

## PEMBAHASAN

Pada pembedahan turbinektomi yang biasanya dilakukan melalui lubang hidung di kedua sisi hidung. Prosedur ini biasanya dilakukan di ruang operasi dengan anestesi umum (*general anesthesia*). *General anesthesia* merupakan tindakan menghilangkan rasa sakit secara sentral disertai hilangnya kesadaran (*reversible*). Komponen anestesi yang ideal adalah trias anestesi yang terdiri dari hipnotik, analgesia, dan relaksasi otot<sup>6</sup> Hasil *case study* pada pasien yang telah melakukan tindakan operasi sinektomi dan turbektomi dengan melakukan pengkajian secara observasi kepada pasien. Didapatkan hasil pengkajian pasien keadaan umum sakit sedang, kesadaran *compos mentis*, GCS: 15 E:4 V:5 M:6. Pasien terpasang *IV cath* pada tangan kiri *connect to* IVFD RL 500cc dengan 20tpm. Kecemasan pada pasien pra-operasi dapat mengakibatkan operasi dibatalkan atau ditunda, selain itu kecemasan dapat menyebabkan seseorang mengalami kekhawatiran, ketakutan, kurang nyaman, gelisah, kurang fokus dan

meningkatkan tekanan darah pasien dan apabila tekanan darah pasien naik namun tetap dilakukan operasi dapat mengganggu efek dari obat anastesi yang diberikan dan dapat menyebabkan pasien terbangun kembali ditengah-tengah operasi.<sup>7</sup>

Dilakukan penilaian terhadap tingkat kecemasan pada pasien pre operatif dengan menggunakan *State Trait Anxiety Inventory* dan didapatkan nilai pre tindakan *guided imagery* yaitu dengan skor 33 dengan interpretasi cemas ringan kemudian nilai post tindakan *guided imagery* yaitu dengan skor 22 dengan interpretasi tidak cemas. Hasil dari intervensi yang telah dilakukan kepada pasien dengan tindakan relaksasi *guided imagery* terjadi penurunan skor tingkat kecemasan pada pasien pre operatif dengan melakukan tindakan relaksasi *guided imagery*<sup>8</sup>

## **KESIMPULAN DAN SARAN**

### **KESIMPULAN**

Implementasi yang dilakukan bertujuan untuk mengetahui efektifitas relaksasi *guided imagery* terhadap penurunan tingkat ansietas pada pasien pre operasi *sinektomi dan turbinektomi* di Instalasi Bedah Sentral (IBS) Rumah Sakit Bethesda Yogyakarta memiliki pengaruh dalam menurunkan tingkat kecemasan pada pasien pre operasi Sinektomi dan turbinektomi di Instalasi Bedah Sentral Rumah Sakit Bethesda Yogyakarta.

### **SARAN**

#### **1. Bagi Peneliti**

Karya ilmiah dapat dijadikan sebagai acuan untuk menambah pengetahuan tentang efektifitas relaksasi *guided imagery* terhadap tingkat ansietas pada pasien pre operasi *sinektomi dan turbinektomi* di ruang IBS.

#### **2. Bagi Perawat Ruang IBS RS Bethesda Yogyakarta**

Perawat ruang IBS diharapkan dapat memperhatikan tindakan non-farmakologis dengan relaksasi *guided imagery* dan faktor-faktor yang mempengaruhi terhadap tingkat ansietas pada pasien pre operasi. Penting bagi perawat untuk menerapkan



teknik relaksasi guided imagery pada pasien yang akan menjalani tindakan operasi atau pembedahan.

3. Bagi RS Bethesda Yogyakarta

Rumah sakit sebagai pelayanan kesehatan dapat mensosialisasikan kepada tenaga kesehatan diruangan diharapkan melalui karya ilmiah akhir ini dapat memberikan referensi tambahan dalam memperbarui ilmu mengenai tindakan efektifitas relaksasi autogenic terhadap tingkat ansietas pada pasien pre operasi exsisi mammae assesoria di ruang IBS berdasarkan penilaian STAI S.

4. Bagi STIKES Bethesda Yakkum Yogyakarta

Karya ilmiah ini diharapkan dapat menambah dan memperkaya literatur di bidang pendidikan.

5. Bagi Bagi Peneliti Selanjutnya

Karya ilmiah ini diharapkan dapat menjadi referensi untuk penelitian selanjutnya terkait efektifitas relaksasi Autogenik terhadap tingkat ansietas pada pasien pre operasi di ruang IBS.

### UCAPAN DAN TERIMKASIH

Pada kesempatan ini secara khusus, perkenankan peneliti menyampaikan penghargaan dan rasa terima kasih kepada.

1. RS Bethesda Yogyakarta yang telah memberikan kesempatan bagi peneliti untuk melakukan penelitian penerapan intervensi terapi Guide imagery untuk menurunkan Tingkat kecemasan pada pasien dengan Sinektomi dan turbinektomi.
2. STIKES Bethesda Yakkum Yogyakarta yang telah memberikan fasilitas dan izin bagi peneliti untuk melaksanakan proses penelitian.
3. Pembimbing akademik dan klinik yang telah memberikan kritik dan saran yang membangun bagi peneliti.
4. Sdr. M yang telah bersedia menjadi pasien kelolaan untuk dilakukan intervensi terapi Relaksasi *Autogenic* dan keluarga yang telah memberikan izin.
5. Seluruh pihak yang terlibat dan membantu dalam proses penelitian.

## DAFTAR PUSTAKA

- [1] Fokkens, W. J. et al. (2020) EPOS 2020, "Official Journal of the European and International Rhinologic Societies and of the Confederation of European ORLHNS, Suppl 29, hal. 1–464.
- [2] Nurmalasari, Y., & Nuryanti, D. (2017). Faktor-Faktor Prognostik Kesembuhan Pengobatan Medikamentosa Rinosinusitis Kronis Di Poli THT RSUD A. Dadi Tjokrodipo Bandar Lampung Tahun 2017. *Jurnal Ilmu Kedokteran dan Kesehatan*, 4(3). 8
- [3] Adhi, I. . G. A. M., Zarkasyi, T. G. & Wijaya, A. Pengaruh Pemberian Teknik Relaksasi Guided Imagery terhadap Tingkat Kecemasan pada Pasien Pre Operasi Sectio Caesarea di Rsud Dr. R. Soedjono Selong. *J. Prima* 6, 53– 60 (2020)
- [4] Adhi, I. . G. A. M., Zarkasyi, T. G. & Wijaya, A. Pengaruh Pemberian Teknik Relaksasi Guided Imagery terhadap Tingkat Kecemasan pada Pasien Pre Operasi Sectio Caesarea di Rsud Dr. R. Soedjono Selong. *J. Prima* 6, 53– 60 (2020)
- [5] SDKI. (2017). Standar Diagnosis Keperawatan Indonesia.
- [6] Amirah, Fachrurrazi. 2024. General Anestesi dengan ETT pada Tindakan Turbinektomi Pasien Konka Hipertrofi. *Jurnal Kedokteran Universitas Malikussaleh Aceh Utara: Aceh*
- [7] Sadhat, P. (2025). Hubungan Dukungan Keluarga Dengan Tingkat Kecemasan Pada Pasien Pre Operasi Bedah Mayor Di Unit Ok Rsu Bhakti Asih Tahun 2024. *Jurnal Kesehatan STIKes IMC Bintaro*, 8(1), 22-33.
- [8] Pratama, I., & Pratiwi, A. (2020). Pengaruh Efektivitas Tehnik Relaksasi Guidet Imagery Terhadap Tingkat Kecemasan Pasien Pre Operasi Di RSUD Pesanggrahan Jakarta Selatan Tahun 2020. *Jurnal Health Sains*, 1(4), 195-207..