



Edukasi Dan Implementasi Relaksasi Guided Imagery Untuk Mengurangi Nyeri Pada Pasien Dewasa Post Operasi

Viola Santesa¹, Septian Mixrova Sebayang¹, Arlyana Hikmanti²

¹Program Studi Keperawatan Anestesiologi, Universitas Harapan Bangsa, Indonesia

²Program Studi Kebidanan, Fakultas Kesehatan, Universitas Harapan Bangsa, Indonesia

Correspondence author: Viola Santesa

Email: violasantesa751@gmail.com

Address: Jl. Raden Patah No. 100, Ledug, Kecamatan Kembaran, Kabupaten Banyumas, Jawa Tengah. Telepon: 0281-6843493

DOI: <https://doi.org/10.56359/kolaborasi.v6i3.887>



This work is licensed under a [Creative Commons Attribution 4.0 International License](https://creativecommons.org/licenses/by/4.0/).

Abstract

Introduction: Postoperative pain is a common complication experienced by patients and is generally managed using pharmacological analgesics, which may cause side effects. Therefore, nonpharmacological approaches such as guided imagery are needed as complementary interventions in pain management.

Objective: The purpose of this service was to increase knowledge and reduce pain levels among adult postoperative patients through education and implementation of guided imagery at RSUD dr. R. Goeteng Taroenadibrata Purbalingga.

Method: This public service was conducted with 30 adult postoperative patients experiencing mild to moderate pain. The activity included health education using leaflets and the implementation of guided imagery through a 15-minute audio recording. Knowledge levels were assessed using pre-test and post-test questionnaires, whereas pain intensity was measured with the Numeric Rating Scale (NRS).

Result: The study showed that patient knowledge increased, with the proportion in the poor category declining from 93.3% and the majority reaching the good category (83.3%). Pain intensity also decreased from moderate pain (70%) to mild pain (76.7%) post-intervention.

Conclusion: Guided imagery education and implementation were effective in improving patient knowledge and reducing postoperative pain, supporting its potential use as a nonpharmacological intervention in hospital-based pain management services.

Keywords: health education, guided Imagery Relaxation, postoperative pain

Latar Belakang

World Health Organization (WHO) melaporkan jumlah pasien yang menjalani tindakan operasi di seluruh dunia terus meningkat dan mencapai ratusan juta kasus setiap tahunnya (Savfaringga, 2020). Data Kementerian Kesehatan RI menunjukkan bahwa pembedahan berada pada peringkat ke-11 dari 50 jenis pengobatan di Indonesia. Pola penyakit di Indonesia didominasi oleh operasi besar sebesar 32%, penyakit jiwa 25,1%, dan kecemasan 7% (Rahmawati, 2022).

Pembedahan adalah prosedur medis yang melibatkan sayatan pada jaringan sebagai upaya untuk mendiagnosis serta mengobati berbagai kondisi kesehatan (Tiyonggo *et al.*, 2024). Pasien selanjutnya memasuki fase post operasi, yaitu periode pemulihan sejak dipindahkan ke ruang pemulihan hingga evaluasi lanjutan dilakukan kesehatan (Utami & Khoiriyah, 2020). Nyeri luka operasi merupakan komplikasi paling sering terjadi pada fase pasca operasi, terutama setelah efek anestesi menghilang (Rahmawati, 2022). Sebanyak 50% pasien pasca operasi elektif mengalami nyeri yang dapat berdampak pada risiko nyeri kronis dan kepuasan pelayanan kesehatan (Lubis & Sitepu, 2021).

Nyeri pasca operasi yang sulit ditoleransi sering meningkatkan kebutuhan penggunaan analgetik, meskipun penggunaan berulang dapat menimbulkan efek samping dan meningkatkan beban biaya pasien. Oleh karena itu, manajemen nyeri dilakukan melalui gabungan intervensi farmakologis dan nonfarmakologis untuk mendapatkan hasil yang lebih optimal (Eliagita *et al.*, 2022). Salah satu pendekatan nonfarmakologis yang dapat digunakan adalah relaksasi *guided imagery*, yaitu terapi komplementer sederhana yang memanfaatkan imajinasi menyenangkan untuk menghasilkan relaksasi otot dan menurunkan nyeri (Tiyonggo *et al.*, 2024).

Relaksasi *guided imagery* terbukti efektif menurunkan nyeri dan kecemasan serta meningkatkan kepuasan dan kualitas tidur pasien pasca operasi. Efektivitas tersebut menunjukkan bahwa stimulasi mental positif melalui *guided imagery* memiliki dampak terapeutik yang signifikan dalam proses pemulihan (Topan *et al.*, 2024). Agar teknik ini dapat diterapkan secara optimal, diperlukan edukasi kesehatan untuk meningkatkan pemahaman dan penerimaan pasien terhadap intervensi (Rahmawati *et al.*, 2024). Pelaksanaan *guided imagery* umumnya dilakukan dengan mengarahkan imajinasi pasien pada sasaran tertentu melalui panduan audio (Topan *et al.*, 2024).

Berdasarkan hasil pra survei di RSUD dr. R. Goeteng Taroenadibrata Purbalingga pada Mei 2025, jumlah pasien dewasa pasca operasi mencapai 427 pasien per bulan, dengan 9 dari 10 pasien mengalami nyeri sebagai komplikasi pasca operasi. Di rumah sakit tersebut, pengelolaan nyeri masih terbatas pada relaksasi napas dalam, sementara *guided imagery* belum diterapkan sebagai terapi nonfarmakologis alternatif. Oleh karena itu, diperlukan solusi berupa edukasi dan penerapan terapi nonfarmakologis *guided imagery* untuk membantu pasien mengelola nyeri secara mandiri dan menurunkan nyeri pasca operasi.

Tingginya angka kejadian nyeri pasca operasi di fasilitas pelayanan kesehatan tersebut menunjukkan adanya kebutuhan untuk meningkatkan variasi intervensi nonfarmakologis yang tersedia. Penerapan *guided imagery* sebagai bagian dari standar perawatan pasca operasi berpotensi menjadi inovasi sederhana namun berdampak signifikan. Dengan dukungan tenaga kesehatan yang terlatih serta penyediaan media audio yang mudah diakses, intervensi ini dapat diintegrasikan ke dalam rutinitas perawatan tanpa menambah beban kerja secara berlebihan.

Edukasi yang diberikan secara sistematis juga dapat meningkatkan kepercayaan diri pasien dalam mengelola nyeri, sehingga tercipta pengalaman perawatan yang lebih positif, efektif, dan berorientasi pada kebutuhan pasien.

Tujuan

Program ini bertujuan untuk menambah wawasan pasien dewasa pascaoperasi sekaligus membantu menurunkan skala nyeri melalui edukasi dan penerapan teknik *guided imagery* di RSUD dr. R. Goeteng Taroenadibrata Purbalingga.

Metode

Kegiatan ini merupakan program Pengabdian kepada Masyarakat berupa edukasi dan implementasi teknik relaksasi *guided imagery* untuk menurunkan intensitas nyeri pada pasien dewasa post operasi. Kegiatan dilaksanakan pada bulan Oktober 2025 di RSUD dr. R. Goeteng Taroenadibrata Purbalingga, tepatnya di ruang Rawat Inap Edelweis, Dahlia, dan Bougenvile. Pelaksanaan kegiatan dilakukan atas dasar izin resmi dari institusi pendidikan Universitas Harapan Bangsa dengan No. B.LPPM-UHB/946/092025 serta rekomendasi dari pihak rumah sakit nomor: 071/258/2025.

Peserta berjumlah 30 pasien dewasa post operasi yang dipilih melalui proses skrining. Kriteria partisipan meliputi pasien yang mengalami nyeri ringan hingga sedang setelah 5 jam pasca operasi, bersedia mengikuti kegiatan dengan menandatangani informed consent, serta dalam kondisi kooperatif selama perawatan di ruang rawat inap. Instrumen yang digunakan meliputi *Numeric Rating Scale* (NRS) untuk mengukur intensitas nyeri sebelum dan sesudah intervensi, kuesioner *pre-test* dan *post-test* untuk menilai tingkat pengetahuan pasien mengenai *guided imagery*, serta leaflet sebagai media edukasi. Implementasi *guided imagery* dilakukan menggunakan audio record yang didengarkan pasien melalui headphone selama kurang lebih 15 menit.

Tahapan kegiatan meliputi pemberian penjelasan tujuan kegiatan, pengisian data karakteristik pasien, pengukuran nyeri awal (*pre-test* NRS), pengukuran pengetahuan awal, pemberian edukasi singkat menggunakan leaflet, pelaksanaan *guided imagery*, kemudian dilakukan pengukuran nyeri ulang (*post-test* NRS) dan pengukuran pengetahuan akhir. Evaluasi kegiatan dilakukan dengan membandingkan hasil tingkat pengetahuan pasien sebelum dan sesudah edukasi serta perubahan skala nyeri sebelum dan sesudah implementasi *guided imagery*. Data hasil kegiatan disajikan dalam bentuk tabel distribusi frekuensi dan persentase untuk menggambarkan peningkatan pengetahuan serta penurunan intensitas nyeri pasien setelah intervensi.

Hasil

Tabel 1. Gambaran karakteristik peserta berdasarkan usia, jenis kelamin, jenis operasi (n=30)

Karakteristik	f	%
Usia		
20-30 tahun	13	43,3
31-40 tahun	6	20
41-50 tahun	6	20
51-59 tahun	5	16,7
Jenis Kelamin		
Laki-laki	11	36,7
Perempuan	19	63,3
Jenis Operasi		
SC	9	30
URS	5	16,7
Hemoroid	4	13,3
Debridement	4	13,3
Kuretase	4	13,3
Hernioraphy	4	13,3
Total	30	100

Hasil karakteristik peserta memperlihatkan mayoritas berusia 20–30 tahun sebesar 13 orang (43,3%). Diikuti jenis kelamin, mayoritas peserta adalah laki-laki sebesar 11 orang (36,7%). Operasi yang paling sering dijalani adalah *sectio caesarea* (SC) sebanyak 9 pasien (30%).

Tabel 2. Tingkat pengetahuan peserta sebelum dan setelah diberikan edukasi

Tingkat pengetahuan	Pre test		Post test	
	f	%	f	%
Kurang (<56%)	28	93,3	0	0,0
Cukup (56-75%)	2	6,7	5	16,7
Baik (76-100%)	0	0,0	25	83,3

Data diatas menunjukkan bahwa sebelum diberikan edukasi, peserta memiliki tingkat pengetahuan kurang sebanyak 28 orang (93,3%). Setelah edukasi diberikan, peserta mengalami peningkatan pengetahuan sebanyak 25 orang (83,3%) pada kategori baik.

Tabel 3. Penurunan skala nyeri peserta sebelum dan setelah dilakukan implementasi

Skala nyeri	Pre test		Post test	
	f	%	f	%
Tidak Nyeri (0)	0	0,0	6	20,0
Nyeri Ringan (1-3)	9	30,0	23	76,7
Nyeri Sedang (4-6)	21	70,0	1	3,3

Tabel berikut menunjukkan bahwa pada tahap pre-implementasi relaksasi *guided imagery*, mayoritas peserta PkM pasien dewasa post operasi berada pada kategori nyeri sedang dengan skala nyeri 4–6 sebanyak 21 orang (70%). Setelah intervensi dilakukan, mayoritas peserta mengalami penurunan intensitas nyeri dan berada pada tingkat nyeri ringan (skala 1–3) sebanyak 23 orang (76,7%).

Diskusi

Tabel 1 menunjukkan mayoritas peserta PkM berada di usia 20–30 tahun sebanyak 13 orang (43,3%), diikuti kelompok usia 31–40 tahun dan 41–50 tahun masing-masing sebanyak 6 orang (20%), serta usia 51–59 tahun sebanyak 5 orang (16,7%). Didukung oleh penelitian yang berjudul “Implementasi *Guided Imagery* untuk Mengurangi Nyeri pada Pasien Post Spinal Anestesi” yang melaporkan mayoritas responden berusia 20–30 tahun sebanyak 21 pasien (Saputra *et al.*, 2024). Hal ini mengatakan bahwa tindakan pembedahan lebih banyak dialami oleh kelompok dewasa muda. Dominannya usia 20–30 tahun berkaitan dengan fase usia produktif yang ditandai oleh aktivitas fisik tinggi serta kondisi biologis yang relatif optimal, sehingga lebih berisiko mengalami gangguan kesehatan yang memerlukan intervensi pembedahan, termasuk tindakan *sectio caesarea* pada perempuan usia reproduktif (Putra, 2020). Namun demikian, temuan ini sedikit berbeda dengan penelitian Setyaningsih *et al.*, (2024) melaporkan bahwa mayoritas responden termasuk dalam rentang usia 42–53 tahun yaitu 8 orang (66,7%). Perbedaan karakteristik usia tersebut dipengaruhi oleh variasi jenis penyakit, populasi, dan konteks pelayanan kesehatan yang diteliti. Jumlah peserta pada kelompok usia 51–59 tahun lebih rendah karena meningkatnya risiko komplikasi anestesi serta keterbatasan fisiologis, sehingga tindakan pembedahan pada kelompok usia ini cenderung dilakukan secara lebih selektif (Djafar *et al.*, 2024).

Tabel 1 didapatkan jenis kelamin peserta yaitu perempuan sebanyak 19 orang (63,3%), sedangkan peserta laki-laki sebanyak 11 orang (36,7%). Dominannya peserta perempuan berkaitan dengan jenis tindakan pembedahan yang dilakukan seperti *sectio caesarea* dan kuretase yang secara spesifik dilakukan pada pasien perempuan. Selain itu, perbedaan fisiologis dan hormonal turut memengaruhi persepsi nyeri. Efek pronosiseptif estrogen dan peran progesteron dalam ambang nyeri menyebabkan perempuan melaporkan intensitas nyeri lebih tinggi daripada laki-laki (Hidayanti *et al.*, 2022). Penelitian Ede *et al.*, (2024) melaporkan mayoritas pasien perempuan sebanyak 15 peserta (78,9%) pada penerapan *guided imagery* pasca apendektomi. Namun demikian, hasil berbeda dilaporkan oleh Fauzi *et al.*, (2024) pada pasien post operasi fraktur yang didominasi oleh laki-laki sebesar 21 peserta (55,3%) menunjukkan bahwa distribusi jenis kelamin sangat dipengaruhi oleh karakteristik kasus dan jenis pembedahan. Meskipun jenis kelamin tidak secara langsung menentukan tingkat nyeri, faktor ini tetap berperan dalam persepsi dan ekspresi nyeri yang dirasakan pasien (Hidayanti *et al.*, 2022).

Pada tabel 1 juga tindakan pembedahan yang paling banyak dialami peserta PkM adalah *sectio caesarea* sebanyak 9 orang (30%), diikuti *ureteroskopi* (URS) sebanyak 5 orang (16,7%).

Sementara itu, operasi hemoroid, debridement, kuretase, dan hernioraphy masing-masing dijalani oleh 4 peserta (13,3%). Dominannya tindakan *sectio caesarea* menunjukkan bahwa kasus obstetri masih menjadi salah satu penyebab utama tindakan pembedahan. Didukung data dari RISKESDAS (2021) melaporkan bahwa peningkatan angka *sectio caesarea* di Indonesia akibat berbagai indikasi medis, seperti gawat janin, preeklamsia, dan riwayat operasi sebelumnya. Temuan ini juga konsisten dengan karakteristik usia peserta yang mayoritas berada pada usia produktif (Risksedas, 2021). Selain itu, tindakan URS dan hemoroidektomi termasuk prosedur bedah yang umum dilakukan pada populasi dewasa. URS dilakukan pada pasien dengan batu saluran kemih, sedangkan hemoroidektomi bertujuan untuk mengangkat jaringan hemoroid yang mengalami pelebaran pembuluh darah di kanalis analis (Musyaffa *et al.*, 2024). Jenis tindakan pembedahan memiliki keterkaitan dengan tingkat nyeri pasca operasi, karena perbedaan luas dan kedalaman trauma jaringan yang terjadi selama pembedahan. Didukung oleh penelitian Hidayatulloh *et al.*, (2020) mengatakan pengalaman nyeri pasca operasi bervariasi sesuai dengan jenis tindakan bedah yang dijalani pasien.

Tabel 2 menunjukkan bahwa sebelum edukasi *guided imagery* diberikan, mayoritas peserta berada pada kategori pengetahuan kurang yaitu 28 orang (93,3%), sementara 2 orang (6,7%) termasuk kategori cukup. Hal ini menunjukkan bahwa mayoritas peserta belum memahami konsep dasar *guided imagery*. Rendahnya tingkat pengetahuan tersebut diduga dipengaruhi oleh minimnya paparan informasi terkait terapi nonfarmakologis serta penggunaan istilah medis dalam instrumen penilaian yang relatif sulit dipahami oleh peserta. Dua peserta yang berada pada kategori cukup sebelum edukasi memiliki kemampuan penalaran yang lebih baik dan mampu mengaitkan pertanyaan dengan pengalaman pribadi, meskipun pemahaman mengenai *guided imagery* belum menyeluruh. Teori Fatonah & Bakri, (2023) menyatakan bahwa pengalaman individu dapat mempercepat pemahaman informasi kesehatan. Pemberian edukasi menghasilkan peningkatan pengetahuan yang ditunjukkan oleh 25 peserta (83,3%) dalam kategori baik dan 5 peserta (16,7%) dalam kategori cukup. Dengan demikian, edukasi yang dilakukan terbukti efektif. Keberhasilan tersebut didukung oleh penyampaian materi yang sistematis, penggunaan media *leaflet* yang sederhana dan menarik, serta adanya praktik langsung yang membantu peserta memahami materi secara teoritis dan aplikatif. Hal ini sesuai dengan Nurlaelasari *et al.* (2023) bahwa penggunaan media edukasi yang sesuai berperan dalam meningkatkan pemahaman informasi kesehatan. Secara keseluruhan, peningkatan pengetahuan menunjukkan dampak positif edukasi kesehatan dalam membangun pemahaman yang tepat mengenai pentingnya penerapan relaksasi *guided imagery* (Rahmawati *et al.*, 2024).

Pada kegiatan Pengabdian kepada Masyarakat ini, edukasi teknik relaksasi *guided imagery* diberikan menggunakan media *leaflet* karena mudah dipahami oleh peserta. *Leaflet* disusun dengan bahasa sederhana dan dilengkapi gambar sehingga efektif sebagai sumber informasi bagi masyarakat awam (Nurlaelasari *et al.*, 2023). Setelah edukasi, masih terdapat 5 peserta pada kategori pengetahuan cukup, meskipun sebelumnya berada pada kategori kurang. Hal ini menunjukkan adanya perbedaan kemampuan individu dalam menerima dan memahami informasi. Penelitian Fatonah & Bakri, (2023) mengatakan bahwa tingkat pengetahuan dipengaruhi oleh faktor pendidikan, pengalaman, ketersediaan informasi, dan lingkungan belajar,

523 | Edukasi Kesehatan Berbasis Pengalaman Skrining dalam meningkatkan kesadaran lansia terhadap penyakit tidak menular

sehingga sebagian peserta memerlukan waktu lebih lama untuk memahami *guided imagery* secara optimal.

Tabel 3 menggambarkan bahwa sebelum penerapan teknik *guided imagery*, sebagian besar peserta mengalami nyeri sedang dengan skala 4–6 sebanyak 21 orang (70%), sementara 9 orang (30%) berada pada kategori nyeri ringan dengan skala 1–3. Tidak terdapat peserta dengan nyeri berat karena pasien telah mendapatkan terapi farmakologis sebagai penatalaksanaan awal nyeri pasca operasi di ruang pemulihan. Namun demikian, analgesik hanya menekan transmisi impuls nyeri, sementara proses inflamasi dan pelepasan mediator kimia pada area luka masih berlangsung. Selain itu, faktor psikologis seperti kecemasan turut memengaruhi persepsi nyeri, sehingga pasien tetap merasakan ketidaknyamanan meskipun intensitas nyeri berada pada kategori sedang atau ringan (Ariawan, 2021).

Hasil setelah relaksasi *guided imagery* menunjukkan adanya penurunan intensitas nyeri berada pada kategori nyeri ringan sebanyak 23 orang (76,7%), 6 orang (20%) tidak mengalami nyeri, dan 1 orang (3,3%) kategori nyeri sedang. *Guided imagery* efektif mengurangi nyeri melalui distraksi perhatian, relaksasi otot, serta pelepasan endorfin sebagai analgesik alami, sehingga persepsi nyeri dapat berkurang meskipun proses penyembuhan luka masih berlangsung (Ariawan, 2021). Pada peserta berjumlah 23 yang berada pada kategori nyeri ringan setelah implementasi relaksasi *guided imagery*, menunjukkan penurunan intensitas nyeri meskipun belum sepenuhnya hilang karena proses penyembuhan luka operasi masih berlangsung. Kondisi ini dipengaruhi oleh jenis pembedahan, di mana sebagian besar peserta menjalani tindakan dengan tingkat invasivitas tinggi, seperti *sectio caesarea*, *hemoroidektomi*, dan *hernioraphy*, yang melibatkan area jaringan luas sehingga menimbulkan stimulasi saraf nyeri lebih besar. Sebaliknya, enam peserta yang berada pada kategori tidak nyeri umumnya menjalani operasi dengan tingkat invasivitas lebih rendah, seperti kuretase, debridement, dan URS, sehingga kerusakan jaringan minimal dan efek *guided imagery* dapat bekerja lebih optimal dalam menekan persepsi nyeri. Meskipun demikian, masih terdapat satu peserta pasca hemoroidektomi yang berada pada kategori nyeri sedang setelah intervensi, namun mengalami penurunan skala nyeri dari 6 menjadi 4 yang menunjukkan adanya perbaikan kondisi. Jenis operasi hemoroidektomi melibatkan area yang sensitif dan kaya reseptor nyeri, sehingga proses pemulihan cenderung berlangsung lebih lama dibandingkan tindakan pembedahan lainnya (Mussyaffa *et al.*, 2024). Selain jenis pembedahan, faktor psikologis seperti kecemasan, tingkat fokus dan pemahaman saat melakukan *guided imagery*, pengalaman nyeri sebelumnya, serta lingkungan terapi turut memengaruhi persepsi nyeri pasien (Khasanah, 2023). Penelitian Fauzi *et al.*, (2024) menyatakan bahwa *guided imagery* terbukti dapat mengurangi nyeri. Secara keseluruhan, relaksasi *guided imagery* terbukti efektif menurunkan tingkat nyeri pada pasien dewasa setelah operasi pada berbagai prosedur pembedahan.

Data menunjukkan bahwa sebelum implementasi *guided imagery*, peserta didominasi oleh nyeri sedang sebesar 21 orang (70%) dan nyeri ringan sebesar 9 orang (30%). Setelah intervensi, sebagian besar peserta mengalami nyeri ringan sebesar 23 orang (76,7%), 6 orang (20%) tidak mengalami nyeri, dan hanya 1 orang (3,3%) kategori nyeri sedang. Hasil ini menegaskan bahwa relaksasi *guided imagery* efektif mengurangi nyeri pada pasien post operasi

(Saputra *et al.*, 2024). Tingkat nyeri pasca operasi berkaitan erat dengan jenis tindakan pembedahan yang dialami pasien. Pengalaman nyeri pasca operasi dapat bervariasi sesuai dengan tingkat invasivitas dan luas area jaringan yang terlibat dalam tindakan bedah (Hidayatulloh *et al.*, 2020). Oleh karena itu, penatalaksanaan nyeri perlu dilakukan secara komprehensif melalui pendekatan farmakologis dan nonfarmakologis. Terapi farmakologis efektif dalam meredakan nyeri, namun hasil yang lebih optimal dapat dicapai apabila dikombinasikan dengan terapi nonfarmakologis sebagai upaya mandiri pasien dalam mengendalikan nyeri (Eliagita *et al.*, 2022).

Pada kegiatan Pengabdian kepada Masyarakat ini, *guided imagery* diterapkan sebagai salah satu terapi nonfarmakologis untuk membantu menurunkan intensitas nyeri. Hal ini didukung penelitian Fauzi *et al.*, (2024) melaporkan bahwa pemberian *guided imagery* pada pasien pasca operasi fraktur dapat menurunkan intensitas nyeri dari tingkat sedang ke ringan. Temuan serupa juga dilaporkan oleh Savfaringga, (2020) bahwa penerapan *guided imagery* efektif menurunkan intensitas nyeri pada semua responden. Perbedaan persepsi nyeri antarindividu menunjukkan bahwa nyeri bersifat subjektif, sehingga respons terhadap intervensi dapat bervariasi pada setiap pasien pasca operasi.

Kesimpulan

Kegiatan Pengabdian kepada Masyarakat berupa edukasi dan implementasi relaksasi *guided imagery* pada pasien dewasa post operasi di RSUD dr. R. Goeteng Taroenadibrata Purbalingga menunjukkan hasil yang positif. Edukasi melalui *leaflet* efektif meningkatkan tingkat pengetahuan peserta dari kategori rendah menjadi baik. Implementasi *guided imagery* menunjukkan efektivitas dalam mengurangi nyeri dari kategori sedang menjadi ringan sampai tidak nyeri. Teknik ini mudah diterapkan sebagai intervensi nonfarmakologis yang mendukung kenyamanan pasien dan peningkatan pelayanan rumah sakit.

Daftar Pustaka

1. Ariawan, I. G. G. (2021). Gambaran penanganan nyeri post operasi pada pasien sectio caesarea di ruang IBS RSUD Klungkung. *Pharmacognosy Magazine*, 75(17). <https://repository.itekes-bali.ac.id/medias/journal/17D10017> | Gede Gita Ariawan.pdf
2. Djafar, F., Indonesia, U., & Chandra, S. (2024). Model prediksi mortalitas pembedahan pasien usia lanjut yang menjalani pembedahan elektif di Rumah Sakit Cipto Mangunkusumo. *Jurnal Penyakit Dalam Indonesia*, 11(1). <https://doi.org/10.7454/jpdi.v11i2.1567>
3. Ede, A. R. La, Ida, I., Sanjaya, W., & Wahyudin, D. (2024). Pengaruh teknik relaksasi *guided imagery* terhadap penurunan skala nyeri pada pasien post operasi apendektomi. *Journal of Nursing Practice and Education*, 5(1), 34–40. <https://doi.org/10.34305/inpe.v5i1.1350>
4. Eliagita, C., Oktarina, M., Absari, N., & Firgiwati, B. (2022). Pengaruh *guided imagery* terhadap perubahan intensitas nyeri pada ibu post sectio caesarea di ruang kebidanan RSUD Rupit Kabupaten Musi Rawas Utara. *Jurnal Kesehatan Masyarakat*, 6(3), 1654–1661.
5. Fatonah, S., & Bakri, S. R. (2023). Hubungan tingkat pengetahuan dengan penerapan perawat tentang manajemen nyeri nonfarmakologi pada pasien post operasi. *Jurnal Ilmu Kesehatan*

- Indonesia (JIKSI), 1(1), 1–7. <https://share.google/fiPKwVPKtIOI1yGud>
6. Fauzi, R., Sukmaningtyas, W., & Utami, T. (2024). Pengaruh *guided imagery* terhadap skala nyeri pada pasien post operasi fraktur di RSUD Ajibarang. *Malahayati Nursing Journal*, 2, 306–312. <https://doi.org/10.33024/mnj.v7i7.20747>
 7. Hidayati, H. B., Amelia, E. G. F., Turchan, A., Rehatta, N. M., Atika, & Hamdan, M. (2022). Pengaruh usia dan jenis kelamin pada skala nyeri pasien trigeminal neuralgia. *Aksona*, 1(2), 53–56. <https://doi.org/10.20473/aksona.v1i2.149>
 8. Hidayatulloh, A. I., Limbong, E. O., Ibrahim, K., & Nandang. (2020). Pengalaman dan manajemen nyeri pasien pasca operasi di Ruang Kemuning V RSUD Dr. Hasan Sadikin Bandung. *Jurnal Ilmu Keperawatan dan Kebidanan*, 11(2), 187. <https://doi.org/10.26751/jikk.v11i2.795>
 9. Khasanah, A. N. (2023). Pemberian terapi *guided imagery* terhadap pasien dengan nyeri dan ansietas post operasi fraktur collum humerus. *Jurnal Medika Nusantara*, 1(2), 123–137. <https://jurnal.stikeskesdam4dip.ac.id/index.php/Medika/article/view/289>
 10. Lubis, K. A., & Sitepu, J. F. (2021). Angka kejadian nyeri pasca operasi kebidanan di Rumah Sakit Umum Delima Medan Sumatera Utara tahun 2020. *Jurnal Kedokteran Ibnu Nafis*, 10(2), 110–115. <https://doi.org/10.30743/jkin.v10i2.181>
 11. Musyaffa, A., Iasa, A. A., Sumarni, T., & Program, A. R. (2024). Pemberian kompres dingin terhadap penurunan nyeri pada pasien post hemoroidektomi. *Jurnal Penelitian Perawat Profesional*, 6(6), 2345–2348. <http://jurnal.globalhealthsciencegroup.com/index.php/JPPP>
 12. Nurlaelasari, D., Herawati, I., & Ermanto, B. (2023). Perbedaan efektivitas edukasi media *leaflet* dan *audiovisual* terhadap pengetahuan perawatan luka operasi pada ibu nifas post *sectio caesarea*. *Jurnal Ilmiah Keperawatan (Scientific Journal of Nursing)*, 9(3), 62–73. <https://doi.org/10.33023/jikep.v9i3.1591>
 13. Putra, A. (2020). Gambaran tingkat nyeri pada pasien post operasi *sectio caesarea* dengan spinal anestesi. *Institusi Teknologi dan Kesehatan Bali*, 1–40. https://repository.itekes-bali.ac.id/medias/journal/17D10059_Anry_Dwi_Atma_Putra_B.pdf
 14. Rahmawati, S. (2022). Pengaruh pemberian terapi *guided imagery audio* terhadap penurunan skala nyeri pasien post operasi: *Literatur review*. <https://digilib.unisayogya.ac.id/6722/>
 15. Rahmawati, S. E., Rahayu, T. D., Permatasari, Z. D. A., Sari, I. M., & Lestari, W. (2024). Edukasi perawat kepada pasien dan keluarga dalam pencegahan infeksi pada pasien post operasi di RSUD Dr. Soehadi Prijonegoro. *Jurnal Pelaksanaan Pengabdian Bergerak Bersama Masyarakat*, 2, 147–154. <https://journal.arikesi.or.id/index.php/Natural>
 16. Riskesdas. (2021). Determinan kejadian persalinan *sectio caesarea* (SC). *Seminar Nasional Hasil Riset dan Pengabdian*, 2513–2522. <https://snhrp.unipasby.ac.id/prosiding/index.php/snhrp/article/view/833/765/>
 17. Saputra, D., Novitasari, D., & Setyawati, M. B. (2024). Implementasi *guided imagery* untuk mengurangi nyeri pasien post spinal anestesi. *Jurnal Peduli Masyarakat*, 6, 571–580. <https://jurnal.globalhealthsciencegroup.com/index.php/JPM/article/view/2494>
 18. Savfaringga, Y. (2020). Pengaruh teknik relaksasi *guided imagery* terhadap penurunan nyeri pada pasien post operasi di ruang Asparaga RSUD dr. Haryoto Lumajang. 21(1), 1–9. <https://www.golder.com/insights/block-caving-a-viable-alternative/>

19. Setyaningsih, D. H., Subekti, R. T., & Budianto, A. (2024). Pengaruh terapi teknik *imagery* untuk meredakan nyeri pada pasien kanker payudara di RSUD Dr. H. Abdul Moeloek Provinsi Lampung. *Jurnal Penelitian dan Pengkajian Ilmiah*, 1(11), 827–834.
20. Tiyonggo, A., HS, S. A. S., & Inayati, A. (2024). Penerapan *guided imagery* terhadap skala nyeri pada pasien post op fraktur di ruang bedah RSUD Jend. Ahmad Yani Metro. *Jurnal Cendikia Muda*, 4(1), 29–35.
<https://jurnal.akperdharmawacana.ac.id/index.php/JWC/article/view/560/365>
21. Topan, H., Günday, E. A., Sürme, Y., Ceyhan, Ö., Şimşek, N., & Küçük, A. (2024). *Guided imagery* effects on pain, anxiety, and sleep for lumbar discectomy patients. *Journal of Perianesthesia Nursing*, 40(1), 56–61. <https://doi.org/10.1016/j.jopan.2024.03.004>
22. Utami, R. N., & Khoiriyah, K. (2020). Penurunan skala nyeri akut post laparatomi menggunakan aromaterapi lemon. *Ners Muda*, 1(1), 23.
<https://doi.org/10.26714/nm.v1i1.5489>