

**KARYA ILMIAH AKHIR NERS**

**PENGARUH RELAKSASI NAPAS DALAM DAN GUIDED IMAGERY**  
**UNTUK MENURUNKAN NYERI PADA PASIEN KOLIK ABDOMEN**  
**DI RUANGAN IGD RSUD NYI AGENG SERANG**

**Karya Ilmiah Akhir Ners**

**Diajukan Sebagai Salah Satu Syarat Memperoleh Gelar Ners**



**Disusun Oleh :**  
**Fulana Nur Annisa**  
**PN 23 10 13**

**PROGRAM STUDI PENDIDIKAN PROFESI NERS**  
**STIKES WIRA HUSADA YOGYAKARTA**  
**TAHUN 2024**



**KARYA ILMIAH AKHIR NERS**  
**PENGARUH RELAKSASI NAPAS DALAM DAN GUIDED IMAGERY**  
**UNTUK MENURUNKAN NYERI PADA PASIEN KOLIK ABDOMEN**  
**DI RUANGAN IGD RSUD NYI AGENG SERANG**

Disusun Oleh :

Fulana Nur Annisa, S.Kep

PN 23 10 13

Telah Diperiksa Dan Disetujui Untuk Dipresentasikan

Hari, Tanggal : .....

**Dewan Penguji**

Patia Asda, S.Kep., Ns., MPH

Pembimbing I

  
.....

Fransiska Tatto Dua Lembang, S.Kep., Ns., M.Kes

Pembimbing II

  
.....

Rahman Maulana Ibrahim, A.Md. Kep

  
Rahman Maulana Ibrahim, A.Md. Kep  
SIP : 503 / 4510 / 1 / 2022  
.....

Mengetahui :

**Ketua Prodi Pendidikan Profesi Ners**

Yuli Ernawati, S. Kep., Ns.



## KATA PENGANTAR

Puji dan syukur penulis panjatkan kehadiran Tuhan Yang Maha Esa, karena atas berkat dan rahmat-Nya penulis dapat menyelesaikan Karya Ilmiah Akhir Ners dengan judul Pemberian “Pengaruh Relaksasi Napas Dalam Dan Guided Imagery Untuk Menurunkan Nyeri Pada Pasien Kolik Abdomen Di Ruang IGD RSUD Nyi Ageng Serang” Karya Ilmiah Akhir ini sebagai salah satu persyaratan untuk mendapat gelar Ners di Program Studi Pendidikan Profesi Ners STIKES Wira Husada Yogyakarta. Penulis menyadari bahwa penyusunan Karya Ilmiah Akhir ini tidak lepas dari bantuan dan dukungan berbagai pihak, dengan segala kerendahan hati penulis ingin menyampaikan ucapan terimakasih kepada :

1. Dr. Dra. Ning Rintiswati, M.Kes., selaku Ketua Stikes Wira Husada Yogyakarta yang memberikan izin Penyusunan Karya Ilmiah Akhir Ners
2. Yuli Ernawati S.Kep., Ns., M.Kep., selaku Ketua Program Studi Ilmu Keperawatan dan Ners yang telah memberikan izin Penyusunan Karya Ilmiah Akhir Ners.
3. Patria Asda, S.Kep., Ns., MPH selaku dewan penguji yang telah memberikan arahan yang sangat penting untuk Karya Ilmiah Akhir Ners
4. Fransiska Tatto Dua Lembang, S.Kep., Ns., M.Kes selaku pembimbing utama yang memberikan bimbingan, dukungan dan pengarahan kepada penulis selama Penyusunan Karya Ilmiah Akhir Ners.
5. Rahman Maulana Ibrahim, A.Md.Kep selaku pembimbing klinik yang memberikan bimbingan, dukungan dan pengarahan kepada penulis selama Penyusunan Karya Ilmiah Akhir Ners

Peneliti menyadari proposal ini masih jauh dari kata sempurna, oleh karena itu peneliti mengharapkan kritik dan saran yang membangun untuk kesempurnaan proposal ini. Semoga penelitian ini bermanfaat bagi pembaca.

Yogyakarta, 2024

Penulis

Fulana Nur Annisa

# **PENGARUH RELAKSASI NAPAS DALAM DAN GUIDED IMAGERY UNTUK MENURUNKAN NYERI PADA PASIEN KOLIK ABDOMEN DI RUANGAN IGD RSUD NYI AGENG SERANG**

Fulana Nur Annisa<sup>1</sup>, Fransiska Tatto Dua Lembang<sup>2</sup>,  
Rahman Maulana Ibrahim<sup>3</sup>

## **INTISARI**

**Latar Belakang :** Kolik abdomen adalah suatu penyakit dimana munculnya rasa nyeri yang bersifat hilang timbul yang berasal dari organ yang terdapat di rongga abdomen. Rasa sakit ataupun nyeri menimbulkan rasa ketidaknyamanan yang bisa mengganggu kondisi fisik, psikis dan aktivitas sehari-hari. Penanganan nyeri menggunakan terapi non farmakologi salah satunya adalah dengan relaksasi napas dalam dan guided imagery.

**Tujuan penelitian :** untuk mengetahui pengaruh pemberian terapi relaksasi napas dalam dan guided imagery terhadap nyeri pada pasien kolik abdomen di IGD RSUD Nyi Ageng Serang

**Metode penelitian :** Metode ini menggunakan metode deskriptif studi kasus dengan menerapkan intervensi relaksasi napas dalam dan guided imagery pada pasien nyeri kolik abdomen. Sampel yang digunakan dalam laporan kasus ini berjumlah 2 responden. Penelitian ini dilakukan di Ruang IGD RSUD Nyi Ageng Serang

**Hasil :** Hasil dari penerapan pada kasus ini menunjukkan ada penurunan skala nyeri dari skala nyeri sedang (4-6) menjadi skala nyeri ringan (1-3) setelah diberikan relaksasi napas dalam dan guided imagery.

**Kesimpulan :** Penerapan relaksasi napas dalam dan guided imagery efektif dalam menurunkan nyeri pada pasien kolik abdomen.

**Kata kunci :** *Relaksasi napas dalam, Guided Imagery, Nyeri, Kolik Abdomen*

---

<sup>1</sup> Mahasiswa Pendidikan Profesi Ners STIKES Wira Husada Yogyakarta

<sup>2</sup> Dosen STIKES Wira Husada Yogyakarta

<sup>3</sup> Perawat Instalasi Gawat Darurat RSUD Nyi Ageng Serang

# THE EFFECT OF DEEP BREATH RELAXATION AND GUIDED IMAGERY TO REDUCE PAIN IN PATIENTS WITH ABDOMINAL COLIC IN THE IGD ROOM OF RSUD NYI AGENG SERANG

Fulana Nur Annisa<sup>1</sup>, Fransiska Tatto Dua Lembang<sup>2</sup>,  
Rahman Maulana Ibrahim<sup>3</sup>

## ABSTRACT

**Background:** Abdominal colic is a disease in which the appearance of pain that is lost and arises from the organs contained in the abdominal cavity. Pain or pain causes discomfort that can interfere with physical, psychological conditions and daily activities. Pain management using non-pharmacological therapy, one of which is deep breath relaxation and guided imagery.

**Purpose of the study:** to determine the effect of deep breath relaxation therapy and guided imagery on pain in patients with abdominal colic in the emergency room of Nyi Ageng Serang Hospital.

**Method :** This method uses a descriptive case study method by applying deep breath relaxation interventions and guided imagery in abdominal colic pain patients. The sample used in this case report totalled 2 respondents. This research was conducted in the emergency room of Nyi Ageng Serang Hospital.

**Results:** The results of the application in this case showed a decrease in the pain scale from a moderate pain scale (4-7) to a mild pain scale (1-3) after being given deep breath relaxation and guided imagery.

**Conclusion:** The application of deep breath relaxation and guided imagery is effective in reducing pain in patients with abdominal colic.

**Keywords:** *Deep breath relaxation, Guided Imagery, Pain, Abdominal Colic.*

---

<sup>1</sup>*Students of the Nursing Professional Education Study Program Wira Husada Health College Yogyakarta*

<sup>2</sup>*Lecturers at Wira Husada Health College Yogyakarta*

<sup>3</sup>*Emergency room nurse of Nyi Ageng Serang Hospital*

## DAFTAR ISI

|                                  |             |
|----------------------------------|-------------|
| <b>HALAMAN PENGESAHAN .....</b>  | <b>ii</b>   |
| <b>KATA PENGANTAR .....</b>      | <b>iii</b>  |
| <b>INTISARI .....</b>            | <b>iv</b>   |
| <b>DAFTAR ISI .....</b>          | <b>v</b>    |
| <b>DAFTAR TABEL .....</b>        | <b>vi</b>   |
| <b>DAFTAR GAMBAR.....</b>        | <b>vii</b>  |
| <b>DAFTAR LAMPIRAN .....</b>     | <b>viii</b> |
| A. Pendahuluan .....             | 1           |
| B. Rumusan Masalah .....         | 5           |
| C. Tujuan .....                  | 5           |
| D. Metode Penelitian .....       | 6           |
| E. Kerangka Konsep.....          | 9           |
| F. Alur Penelitian .....         | 11          |
| G. Deskripsi Laporan Kasus ..... | 12          |
| H. Pembahasan.....               | 18          |
| I. Kelemahan .....               | 20          |
| J. Penutup .....                 | 20          |
| <b>DAFTAR PUSTAKA .....</b>      | <b>22</b>   |
| <b>LAMPIRAN.....</b>             | <b>24</b>   |

## **DAFTAR TABEL**

|                                                      |    |
|------------------------------------------------------|----|
| Tabel 1.1. Skor Skala Nyeri Sebelum Intervensi ..... | 17 |
| Tabel 1.2. Skor Skala Nyeri Setelah Intervensi ..... | 17 |
| Tabel 1.3. Analisis Skor Skala Nyeri .....           | 17 |

## **DAFTAR GAMBAR**

|                                 |    |
|---------------------------------|----|
| Gambar 1. Kerangka Konsep ..... | 9  |
| Gambar 2. Alur Penelitian.....  | 10 |

## DAFTAR LAMPIRAN

|                                                     |    |
|-----------------------------------------------------|----|
| Lampiran 1. Pengantar Penelitian .....              | 25 |
| Lampiran 2. Surat Pernyataan Menjadi Responden..... | 28 |
| Lampiran 3. Persetujuan Menjadi Responden .....     | 29 |
| Lampiran 4. Lembar Observasi.....                   | 29 |
| Lampiran 5. SOP Relaksasi Nafas Dalam.....          | 31 |
| Lampiran 6. SOP Teknik <i>Guided Imagery</i> .....  | 34 |

# **PENGARUH RELAKSASI NAPAS DALAM DAN GUIDED IMAGERY UNTUK MENURUNKAN NYERI PADA PASIEN KOLIK ABDOMEN DI RUANGAN IGD RSUD NYI AGENG SERANG**

## **A. PENDAHULUAN**

Kolik abdomen adalah suatu keadaan yang ditandai dengan nyeri perut yang bersifat hilang timbul, yang diakibatkan oleh kontraksi atau spasme otot pada organ-organ di dalam rongga perut (Siallagan, 2019). Kolik abdomen ditandai dengan kram atau nyeri kolik di area perut yang disebabkan oleh kontraksi otot, obstruksi, perut kembung, atau peradangan pada organ perut seperti usus, ginjal, kantong empedu, saluran kemih dan rektum. Kolik abdomen adalah nyeri viseralis yang diakibatkan karena spasme otot polos pada organ berongga biasanya disebabkan oleh hambatan dalam jalur, seperti peningkatan tekanan di intralumen, obstruksi usus, atau adanya batu di ureter. (Mala et al., 2017).

Menurut WHO 2021, Amerika Serikat memiliki kasus kolik abdomen terbanyak dengan sekitar 20 juta orang dewasa di seluruh dunia. Di Eropa, prevalensinya mencapai 5.15%, sementara di Asia, angka ini bervariasi antara 3.2% (Jepang) hingga 10.7% (China). Di Indonesia, prevalensi kondisi ini tergolong tinggi, yakni sekitar 40,85% atau setara dengan 800.000 orang.

Gejala kolik abdomen adalah sensasi sakit di perut dengan mual muntah yang kadang muncul dan kadang tidak, berasal dari organ dalam perut. Nyeri adalah sensasi yang menyebabkan individu merasakan ketidaknyamanan baik dari segi sensorik maupun emosional, yang bisa disebabkan oleh kerusakan jaringan atau tidak (Dova Maryana, 2021). Nyeri adalah sensasi yang menyebabkan individu merasakan ketidaknyamanan sensasi sensorik atau emosional yang berhubungan dengan kerusakan jaringan baik secara fisik maupun fungsional, dapat muncul secara tiba-tiba atau secara bertahap dan intensitasnya bervariasi dari ringan hingga berat.

Kolik abdomen merupakan penyakit yang membutuhkan penanganan segera karena pasien dengan kolik abdomen dapat menurunkan kualitas hidup pasien akibat rasa tidak nyaman yang berkepanjangan. Manajemen nyeri yang melibatkan perawatan diri, seperti mengidentifikasi nyeri, menerapkan teknik relaksasi, dan pemberian analgetik merupakan intervensi keperawatan yang efektif untuk mengatasi masalah ini (Irdayani, 2022). Penatalaksanaan nyeri kolik abdomen dapat dilakukan melalui dua pendekatan, yaitu farmakologis dan non-farmakologis. Salah satu metode non-farmakologis untuk mengurangi rasa nyeri adalah dengan melakukan relaksasi napas dalam dan guided imagery.

Teknik relaksasi pernapasan dalam bertujuan untuk mengatasi dan mengurangi kecemasan, meredakan nyeri, serta menurunkan ketegangan otot yang berkaitan dengan kondisi fisiologis tubuh (Kozier, 2010). Penggunaan teknik relaksasi napas dapat mengurangi tingkat nyeri dengan mengalihkan perhatian pada penanganan teknik tersebut sehingga pasokan oksigen ke jaringan meningkat dan otak menjadi lebih rileks. Otak yang dalam keadaan rileks akan merangsang produksi hormon endorfin untuk menghalangi sinyal rasa sakit ke otak, sehingga mengurangi intensitas nyeri yang dirasakan oleh individu (Widiatie, 2015) (Oliver, 2019). Relaksasi napas dalam merupakan teknik keperawatan yang mengajarkan pasien untuk melakukan pernapasan yang dalam dan lambat. Caranya adalah dengan menarik napas dalam, menahan sejenak, lalu menghembuskan perlahan sambil melemaskan seluruh tubuh. Teknik ini bertujuan untuk mengurangi ketegangan dan meningkatkan relaksasi (Aziz & Musrifatul, 2016).

Pada penelitian yang dilakukan oleh Maryana & Afni (2021) dalam penelitian mereka mengenai perawatan pasien dengan nyeri abdomen akibat kolik menunjukkan bahwa penerapan relaksasi autogenik selama 20 menit dapat menurunkan tingkat nyeri pasien kolik abdomen dari skala 5 menjadi skala 4 setelah menerapkan teknik pernapasan dalam. Hasil penelitian oleh Rica Arieb dan Rosidah (2020) mengenai pengaruh teknik relaksasi

pernapasan dalam terhadap pengurangan nyeri haid pada remaja putri di wilayah kerja UPTD Puskesmas Panglayungan Kota Tasikmalaya menunjukkan bahwa sebelum menggunakan teknik tersebut, mayoritas remaja putri mengalami nyeri haid sedang. Namun, setelah mendapatkan intervensi teknik relaksasi pernapasan, sebagian besar remaja putri mengalami penurunan nyeri menjadi tingkat ringan, yaitu 13 orang (65%). Hal ini menunjukkan bahwa teknik relaksasi pernapasan dapat berpengaruh positif terhadap nyeri haid pada remaja putri di UPTD Puskesmas Panglayungan Kota Tasikmalaya.

Selain dengan mengajarkan relaksasi napas dalam, terapi non farmakologis lainnya yang bisa digunakan untuk mengatasi nyeri adalah guided imagery. Guided Imagery merupakan teknik yang menggunakan imajinasi individu secara terarah dengan membangun citra positif dalam keadaan santai dan mata tertutup sehingga individu akan lebih mampu menilai situasi yang dihadapinya dengan lebih obyektif (Sumariadi, dkk., 2021). Teknik ini dilakukan dengan cara mendorong inividu untuk mengalihkan pikirannya pada sesuatu yang indah sesuai petunjuk dari perawat. Imajinasi ini akan membentuk suatu bayangan yang akan diterima sebagai rangsangan oleh berbagai indra kemudian ketegangan otot dan ketidaknyamanan akan dilepas sehingga tubuh menjadi lebih rileks dan nyaman. (Shaddri, dkk., 2018).

Penelitian ini sejalan dengan studi yang dilakukan oleh Imelda dkk. (2022) mengenai Guided Imagery Pain Assessment, Stimulation and Healing Application (PASHA), yang menunjukkan efektivitas penggunaan aplikasi tersebut dalam mengurangi nyeri menstruasi secara signifikan, dengan nilai  $p$  0.0001 yang lebih kecil dari 0.005. Rata-rata skala nyeri awalnya adalah 5.67, yang menurun menjadi 3.42. Selain itu, penelitian oleh Dewi Nurhanifah dkk. (2018) tentang pengaruh Guided Imagery terhadap penurunan nyeri pada klien gastritis di Puskesmas Banjarmasin menemukan bahwa 9 responden mengalami nyeri ringan (60,0%), 6 responden mengalami nyeri sedang (40,0%), dan setelah intervensi Guided Imagery,

10 responden tidak merasakan nyeri (66,7%) serta 5 responden mengalami nyeri ringan (33,3%). Ini menunjukkan bahwa Guided Imagery memiliki dampak positif dalam mengurangi rasa sakit pada klien gastritis. Selain itu, penelitian Sefti S.J. (2017) membuktikan bahwa penerapan teknik relaksasi pernapasan dalam dan Guided Imagery secara signifikan menurunkan intensitas nyeri pada pasien setelah operasi caesar di RSUD GMIM Pancaran Kasih Manado.

Hasil data pasien yang terdiagnosa kolik abdomen di Instalasi Gawat Darurat RSUD Nyi Ageng Serang dalam 3 bulan terakhir ini mengalami kenaikan per 2 bulan terakhir yaitu pada bulan Mei terdapat 30 pasien, bulan Juni 27 pasien dan bulan Juli 31 pasien. Dari hasil observasi selama 1 bulan terakhir pada bulan Juli 2024 di IGD RSUD Nyi Ageng Serang, ditemukan 31 pasien yang mengeluh sakit perut dengan berbagai penyebab yang berbeda-beda mulai dari ileus obstruktif, konstipasi, ISK, dyspepsia dan gastritis semua pasien mengeluh sakit perut yang disertai ekspresi wajah yang menandakan nyeri, takikardia, hipertensi, agitasi, peningkatan tonus otot, dan insomnia. Tindakan non farmakologi penerapan tarik napas dalam sudah dilakukan di IGD namun belum pernah dikombinasikan dengan guided imagery sehingga penulis merasa perlu melakukan analisis asuhan keperawatan nyeri akut pada klien dengan kolik abdomen dengan tindakan relaksasi napas dalam dan kombinasi guided imagery di IGD RSUD Nyi Ageng Serang.

Pasien kolik abdomen membutuhkan relaksasi napas dalam dan guided imagery untuk mengurangi nyeri yang dialaminya. Teknik relaksasi napas dalam dan guided imagery yang dilakukan tidak menimbulkan efek samping. Ditinjau dari fenomena yang sudah dijelaskan sebelumnya, penulis merasa tertarik untuk menulis judul Karya Ilmiah mengenai “Pengaruh Relaksasi Nafas Dalam Dan Guided Imagery Untuk Menurunkan Nyeri Pada Pasien Kolik Abdomen Di Ruang IGD RSUD Nyi Ageng Serang”.

## **B. RUMUSAN MASALAH**

Berdasarkan permasalahan yang ada, penelitian ini bertujuan untuk mengetahui apakah teknik relaksasi napas dalam dan guided imagery dapat mengurangi nyeri pada pasien yang mengalami kolik abdomen di IGD RSUD Nyi Ageng Serang.?

## **C. TUJUAN**

### **1. Tujuan umum**

Untuk mengetahui Pengaruh Pemberian Terapi Relaksasi Napas Dalam Dan Guided Imagery Terhadap Nyeri Pada Pasien Kolik Abdomen di IGD RSUD Nyi Ageng Serang?

### **2. Tujuan khusus**

- a) Mengkaji Nyeri pada pasien dengan kolik abdomen
- b) Untuk menurunkan nyeri pada pasien kolik abdomen

## **D. METODE**

### **1. Jenis Laporan**

Metode penelitian yang digunakan adalah studi kasus deskriptif dengan mengadopsi proses keperawatan. Studi kasus ini penulis melihat bagaimana relaksasi napas dalam dan guided imagery memberikan pengaruh terhadap intensitas nyeri pada pasien kolik abdomen. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui pengaruh pemberian terapi relaksasi napas dalam dan guided imagery terhadap nyeri pada pasien kolik abdomen di IGD RSUD Nyi Ageng Serang.

### **2. Waktu dan lokasi penelitian**

- a. Waktu penelitian ini dilakukan pada tanggal 17 Agustus – 24 Agustus 2024.
- b. Lokasi penelitian di ruang IGD RSUD Nyi Ageng Serang

### **3. Jumlah sampel**

Teknik pengambilan sampel dalam penelitian ini adalah accidental sampling. Sampel penelitian terdiri dari 2 orang responden yang secara

kebetulan memenuhi kriteria inklusi dan eksklusi penelitian, yaitu pasien dengan keluhan nyeri kolik abdomen.

4. Kriteria sampel

a. Kriteria inklusi

- 1) pasien yang mengalami nyeri pada abdomen,
- 2) pasien kooperatif,
- 3) pasien yang mengalami nyeri ringan (skala 1-3) dan nyeri sedang (skala 4-6),
- 4) usia produktif 15- 64 tahun
- 5) bersedia menjadi responden

b. Kriteria eksklusi

- 1) pasien yang mengalami nyeri berat (skala 7-9) dan nyeri tidak terkontrol (skala 10),
- 2) pasien mengalami penurunan kesadaran
- 3) usia anak-anak,
- 4) pasien tidak kooperatif,
- 5) menolak menjadi responden.

5. Instrumen penelitian

- a. Numeric Rating Scale (NRS) untuk mengukur intensitas nyeri. NRS ditandai dengan garis angka 0 sampai 10 dengan interval yang dimana 0 tidak nyeri, 1 – 3 nyeri ringan, 4 – 6 nyeri sedang, dan 7-9 nyeri berat dan skala 10 dikatakan sebagai nyeri sangat berat.
- b. Format resume keperawatan
- c. Lembar persetujuan menjadi responden.

6. Variabel penelitian

- a. Variabel bebas dalam penelitian ini adalah pemberian intervensi relaksasi napas dalam dan guided imagery.
- b. Variabel terikat dalam penelitian ini adalah menurunkan nyeri pada pasien dengan kolik abdomen

7. Etika Penelitian

- a. *Confidentialitynya* (Kerahasiaan)

Dalam penerapan kasus ini langsung dilakukan dengan pasien, maka dari itu masalah etik dalam penelitian ini perlu atau harus diperhatikan dengan baik pada *Confidentialitynya* (kerahasiaan), yang dimana data-data yang diperoleh dari pasien langsung maupun melalui rekam medis pasien tidak digunakan untuk kepentingan umum tetapi hanya digunakan untuk tugas akhir ners (Nursalam, 2020).

b. *Informed consent* (Lembar Persetujuan Tindakan)

Calon Responden diberikan penjelasan tentang maksud penelitian, prosedur penelitian, keuntungan yang dapat diperoleh, serta diberi kebebasan untuk menentukan apakah akan menjadi responden dalam studi ini atau tidak. Jika calon responden menyetujui, mereka diminta untuk menandatangani informed consent sebagai bukti kesepakatan antara peneliti dan responden. Jika tidak mau menjadi responden, peneliti tidak akan memaksa calon responden untuk ikut dalam penelitian.

c. *Anonimity* (Tanpa Nama)

Peneliti menjamin kerahasiaan subjek penelitian dengan menggunakan kode tanpa menyebutkan nama responden (Hidayat, 2007 dalam Mukaromah, 2017). Dalam studi ini, identitas responden ditunjukkan dengan responden menuliskan inisial namanya pada setiap data yang diperoleh.

8. Tujuan dan prosedur

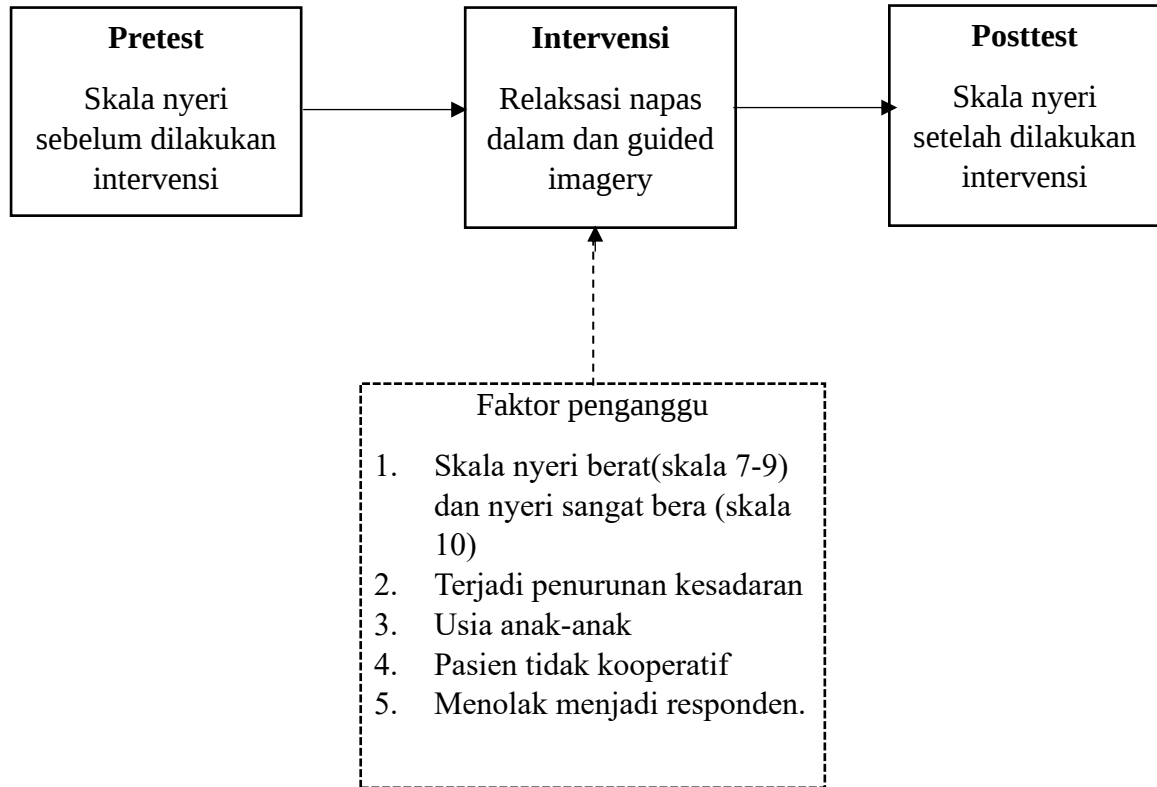
- a. Tujuan penelitian ini adalah untuk menganalisis pengaruh pemberian terapi relaksasi napas dalam dan guided imagery terhadap intensitas nyeri pada pasien kolik abdomen di IGD RSUD Nyi Ageng Serang
- b. Prosedur yang dilakukan dalam studi kasus ini, yaitu :
  - 1) Saat pasien datang peneliti menentukan responden berdasarkan kriteria inklusi dan eksklusi dengan melakukan pengkajian yaitu wawancara menanyakan keluhan yang

dirasakan, mengobservasi nyeri secara komprehensif, pemeriksaan fisik dengan mengukur tanda vital.

- 2) Lalu peneliti menjelaskan maksud dan tujuan kepada responden
- 3) Responden pada penelitian ini diberikan Informed Consent sebagai bentuk persetujuan dilakukannya relaksasi nafas dalam dan guided imagery dan sebagai sampel
- 4) Selanjutnya responden diberikan kuesioner nyeri terlebih dahulu sebelum dilakukan perlakuan oleh peneliti untuk mengetahui skala nyeri dengan NRS
- 5) Setelah itu responden diberikan relaksasi napas dalam selama 5 menit dengan 5 siklus dan istirahat selama 3 detik, dilanjut pemberian guided imagery dengan menggunakan imajinasi individu secara terarah sesuai arahan peneliti selama 10 menit dalam keadaan rileks dan mata tertutup.
- 6) Kemudian responden diminta kembali mengisi kuesioner nyeri post perlakuan untuk mengetahui skala nyeri dengan NRS.

Observasi pre dan post intervensi dilakukan untuk membandingkan data sebelum dan sesudah dilakukan tindakan untuk mengetahui gambaran intensitas nyeri apakah efektif tindakan yang sudah dilakukan. Kemudian data hasil disajikan dengan menggunakan tabel.

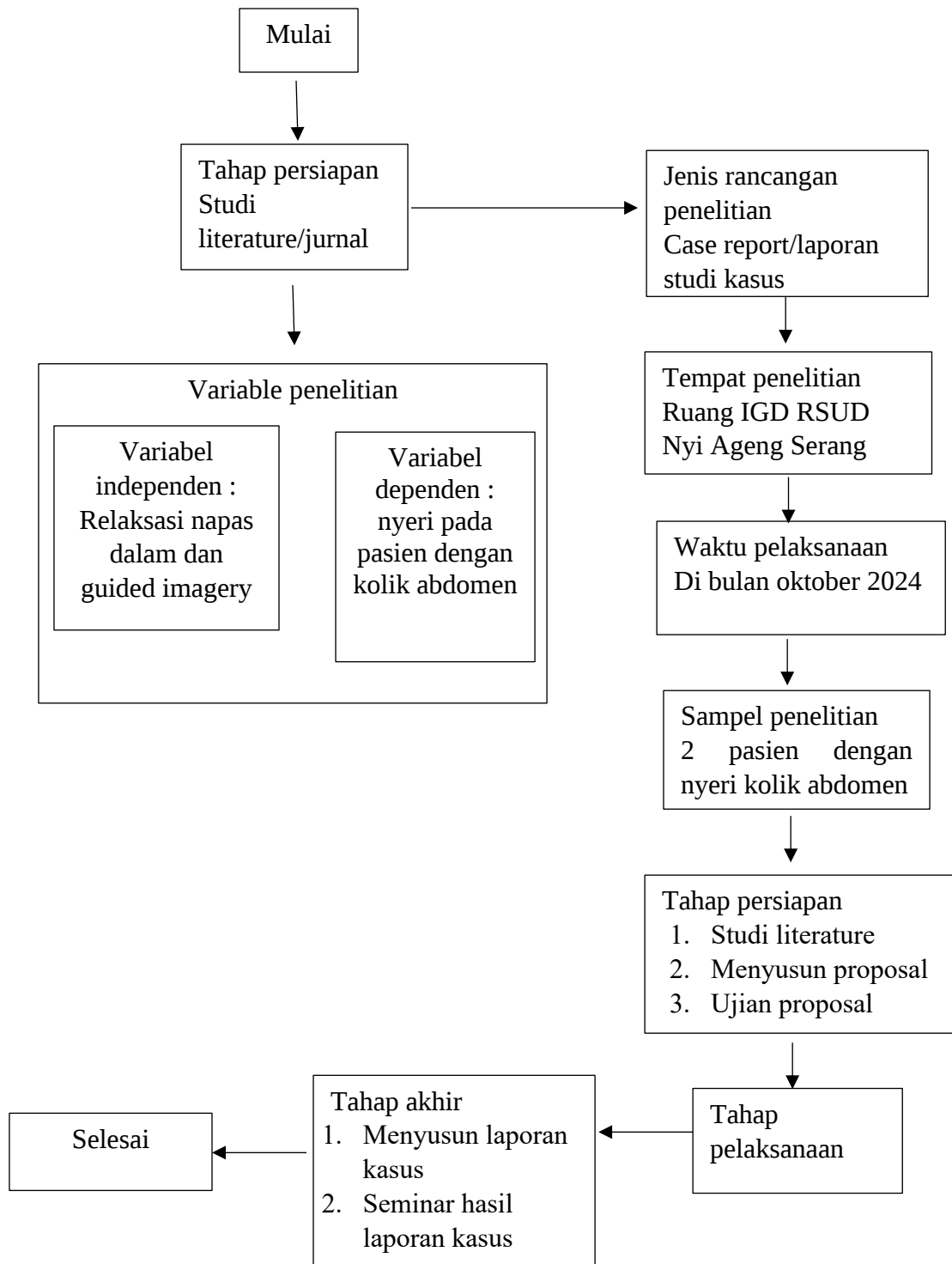
### E. KERANGKA KONSEP



Ket : \_\_\_\_\_ : Diteliti

..... : Tidak Diteliti

## F. ALUR PENELITIAN



## G. DESKRIPSI LAPORAN KASUS

Laporan ini akan membahas hasil penelitian tentang pengaruh teknik relaksasi napas dalam dan guided imagery untuk mengurangi nyeri pada pasien sakit perut di IGD Rumah Sakit Nyi Ageng Serang. Penelitian ini dilakukan pada tanggal 17-24 Agustus 2024 terhadap 2 orang pasien yang diberikan teknik relaksasi selama 15 menit sebelum diberi obat.

### 1. Deskripsi kasus

#### a. Pasien 1

##### 1) Identitas Pasien

|                    |                                       |
|--------------------|---------------------------------------|
| Nama               | : Responden 1                         |
| Umur               | : 76 tahun                            |
| Alamat             | : Nanggulan, Kulon Progo              |
| Jenis Kelamin      | : Laki laki                           |
| Agama              | : Islam                               |
| Suku               | : Jawa                                |
| No. RM             | : 082xxx                              |
| Sumber informasi   | : Pasien dan rekam medis              |
| Tanggal Pengkajian | : 31 Agustus 2024                     |
| Diagnosa Medis     | : other and unspecified kolik abdomen |

##### 2) Riwayat Kesehatan

###### a) Riwayat kesehatan sekarang

Pasien mengeluhkan nyeri perut bagian bawah sejak hari jumat, keluhan disertai dengan mual, muntah (-), BAB lembek namun jarang, BAK seperti anyang-anyangan. Nyeri seperti tertusuk-tusuk, nyeri dirasa hilang timbul dengan skala nyeri 4, makan berkurang dan minum masih baik, Pasien tampak meringis menahan nyeri, pasien tampak lemas, CRT < 2 detik, kesadaran compos mentis (GCS) E4M5V6, TD : 142/90 mmHg, Nadi : 93 x/menit, RR : 21 x/menit, Suhu : 36,8<sup>0</sup>C, SpO2 : 97 %.

###### b) Riwayat penyakit dahulu

Pasien menyatakan bahwa tidak pernah memiliki riwayat penyakit sebelumnya.

c) Riwayat penyakit keluarga

Pasien menyatakan bahwa tidak memiliki riwayat penyakit keluarga.

3) Pemeriksaan Fisik

a) Kepala

Bentuk kepala normal, tidak ada kelainan, rambut hitam bersih, dan tidak terdapat nyeri tekan

b) Mata

Kedua mata simetris, tidak ikterik, pupil berfungsi dengan baik, dan penglihatan jelas.

c) Telinga

Bentuk telinga simetris, tidak ada perdarahan, lubang telinga tampak bersih, dan fungsi pendengaran masih baik

d) Hidung

Bentuk hidung simetris, tidak ada perdarahan pada lubang hidung, lubang hidung bersih, dan fungsi penciuman masih baik

e) Mulut

Mulut tampak dan gigi tampak bersih, mukosa bibir kering, tidak ada pembengkakan gusi, tidak ada sariawan

f) Dada

Inspeksi : simetris, tidak ada jejas

Auskultasi: bunyi reguler

Perkusi: ketukan sonor

Palpasi: tidak ada nyeri tekan

g) Perut

Inspeksi : perut kembung (-), tidak ada jejas

Auskultasi: bising usus 12 x/menit

Perkusi: timpani supel

Palpasi: terdapat nyeri tekan pada perut bagian bawah

h) Genital

BAB jarang 3 hari sekali, warna kecoklatan dengan konsistensi lembek, BAK anyang-anyangan, warna kekuningan 3-4 x/hari, tidak ada keluhan gatal

i) Ekstremitas

Tidak ada lesi, edema (-), akral hangat, CRT < 2 detik, ROM aktif, kekuatan otot 5/5

4) Hasil Lab

| Pemeriksaan | Hasil | N. Rujukan |
|-------------|-------|------------|
| Hematokrit  | 39.1  | 40 – 52    |
| Lekosit     | 12.89 | 4.0 – 11.0 |
| Neutrofil % | 79.3  | 50 – 70    |
| Limfosit %  | 14.0  | 25 -40     |
| Neutrofil # | 10.21 | 2 - 7      |

5) Terapi

- Inj Ketorolac 30 mg IV jam 13.55
- Inj Ranitidin 50 mg IV jam 13.55

b. Pasien 2

1) Identitas Pasien

Nama : Responden 2  
Umur : 47 tahun  
Alamat : Sentolo  
Jenis Kelamin : Perempuan  
Agama : Islam  
Suku : Jawa  
No. RM : 023xxx  
Sumber informasi : Pasien dan rekam medis  
Tanggal Pengkajian : 24 Agustus 2024  
Diagnosa Medis : Dyspepsia

2) Riwayat Kesehatan

d) Riwayat kesehatan sekarang

Pasien mengeluhkan nyeri perut bagian atas, mual, muntah sebanyak 3x hari ini, Nyeri perut seperti tertusuk-tusuk, nyeri dirasa hilang timbul dengan skala nyeri 5, pasien merasa demam, makan minum menurun, BAB dan BAK normal.

Pasien tampak meringis menahan nyeri, pasien tampak pucat dan lemas, mukosa bibir kering, CRT < 2 detik, kesadaran compos mentis (GCS) E4M5V6, TD : 155/103 mmHg, Nadi : 90 x/menit, RR : 20 x/menit, Suhu : 36,7°C, SpO2 : 96 %.

e) Riwayat penyakit dahulu

Pasien menyatakan bahwa tidak pernah memiliki riwayat penyakit sebelumnya.

f) Riwayat penyakit keluarga

Pasien menyatakan bahwa tidak memiliki riwayat penyakit keluarga.

3) Pemeriksaan Fisik

a) Kepala

Bentuk kepala normal, tidak ada kelainan, rambut hitam bersih, dan tidak terdapat nyeri tekan

b) Mata

Kedua mata simetris, tidak ikterik, pupil berfungsi dengan baik, dan penglihatan jelas.

c) Telinga

Bentuk telinga simetris, tidak ada perdarahan, lubang telinga tampak bersih, dan fungsi pendengaran masih baik

d) Hidung

Bentuk hidung simetris, tidak ada perdarahan pada lubang hidung, lubang hidung bersih, dan fungsi penciuman masih baik

e) Mulut

Mulut tampak dan gigi tampak bersih, bibir tampak pucat dan mukosa bibir kering, tidak ada pembengkakan gusi, tidak ada sariawan

f) Dada

Inspeksi : simetris, tidak jejas

Auskultasi: bunyi reguler

Perkusi: ketukan sonor

Palpasi: tidak ada nyeri tekan

g) Perut

Inspeksi : perut kembung (-), tidak ada jejas

Auskultasi: bising usus 9x/menit

Perkusi: timpani supel

Palpasi: terdapat nyeri tekan pada perut bagian atas

h) Genital

Terakhir BAB kemarin, warna kecoklatan dengan konsistensi lembek, BAK normal 2-3 x/hari, warna jernih, tidak ada keluhan gatal

i) Ekstremitas

Tidak ada lesi, edema (-), akral hangat, CRT < 2 detik, ROM aktif, kekuatan otot 5/5

4) Terapi

- Inj Metamizole 1 gr IV jam 18.10
- Inj Ranitidin 50 mg IV jam 18.10
- Inj Ondanscentron 4 mg IV jam 18.10

3. Rencana Keperawatan

Laporan ini akan membahas tentang masalah utama yaitu nyeri kolik abdomen. Nyeri adalah suatu pengalaman sensori dan emosional yang tidak menyenangkan dan bersifat subjektif. Pada pasien kolik abdomen peneliti memberikan terapi relaksasi napas dalam dan guided imagery. Caranya, pasien dibeikan relaksasi napas dalam selama 5 menit lalu diberikan imajinasi individu secara terarah selama 10 menit.

4. Hasil Implementasi

Tabel 1.1

Skor skala nyeri sebelum dilakukan pemberian relaksasi napas dalam dan guided imagery

| No | Pasien      | Skor Skala Nyeri | Interpretasi |
|----|-------------|------------------|--------------|
| 1. | Responden 1 | 4                | Nyeri Sedang |
| 2. | Responden 2 | 5                | Nyeri Sedang |

Berdasarkan tabel diatas menunjukkan skor skala nyeri pada pasien sebelum dilakukan intervensi dimana responden 1 menunjukkan skala nyeri 4 (nyeri sedang), sedangkan responden 2 menunjukkan skala nyeri 5 (nyeri sedang).

Tabel 1.2

Skor skala nyeri setelah dilakukan pemberian relaksasi napas dalam dan guided imagery

| No | Pasien      | Skor Skala Nyeri | Interpretasi |
|----|-------------|------------------|--------------|
| 1. | Responden 1 | 3                | Nyeri Ringan |
| 2. | Responden 2 | 3                | Nyeri Ringan |

Berdasarkan tabel diatas menunjukan skor skala nyeri pada pasien setelah dilakukan intervensi dimana responden 1 menunjukkan skala nyeri 3 (nyeri ringan), sedangkan responden 2 menunjukkan skala nyeri 3 (nyeri ringan).

Tabel 1.3

Analisis skor skala nyeri pemberian relaksasi napas dalam dan guided imagery pada pasien nyeri kolik abdomen

| Pasien      | Sebelum intervensi | Setelah intervensi | Angka penurunan |
|-------------|--------------------|--------------------|-----------------|
| Responden 1 | 4                  | 3                  | 1               |
| Responden 2 | 5                  | 3                  | 2               |

Berdasarkan tabel diatas menunjukkan angka skala nyeri pada responden 1 mengalami 1 angka penurunan dari tingkat sedang (skala 4) menjadi ringan (skala 3). Pasien kedua juga

mengalami 2 angka penurunan nyeri dari tingkat sedang (skala 5) menjadi ringan (skala 3)."

#### 5. Hasil Aktual

Berdasarkan hasil implementasi dari laporan kasus didapatkan ada penurunan skala nyeri sebelum dilakukan tindakan intervensi relaksasi napas dalam dan guided imagery dan setelah dilakukan tindakan intervensi relaksasi napas dalam dan guided imagery.

### H. PEMBAHASAN

#### 1. Nyeri sebelum diberikan intervensi relaksasi napas dalam dan guided imagery

Dari hasil penelitian sebelum dilakukan pemberian relaksasi napas dalam dan guided imagery didapatkan data skala nyeri responden. Hasil penelitian menunjukkan bahwa responden 1 mendapatkan skor skala nyeri 4 (nyeri sedang), dan responden 2 mendapatkan skor skala nyeri 5 (nyeri sedang). Berdasarkan hasil pengkajian dimana responden 1 mengeluhkan nyeri perut bawah, nyeri seperti tertusuk-tusuk, nyeri dirasa hilang timbul, TD : 142/90 mmHg, Nadi : 93 x/menit, RR : 21 x/menit, Suhu : 36,8<sup>0</sup>C, SpO2 : 97 % dan responden 2 mengeluhkan nyeri perut bagian atas, nyeri perut seperti tertusuk-tusuk, nyeri dirasa hilang timbul, TD : 155/103 mmHg, Nadi : 90 x/menit, RR : 20 x/menit, Suhu : 36,7<sup>0</sup>C, SpO2 : 96 %, yang dimana kedua responden belum dilakukan intervensi relaksasi napas dalam dan guided imagey. Berdasarkan laporan kasus diatas kedua responden mengalami keluhan nyeri kolik abdomen.

#### 2. Nyeri setelah diberikan intervensi relaksasi napas dalam dan guided imagery

Hasil penelitian setelah dilakukan pemberian relaksasi napas dalam dan guided imagery menunjukkan bahwa responden 1 mendapatkan skor skala nyeri 3 (nyeri ringan), dan responden 2 mendapatkan skor skala nyeri 3 (nyeri ringan). Setelah dilakukan pemberian relaksasi napas dalam dan guided imagery selama 15 menit, skala nyeri kedua responden menjadi 3 (nyeri ringan), sehingga terdapat angka penurunan skala nyeri setelah

dilakukan intervensi relaksasi napas dalam dan guided imagery pada pasien kolik abdomen.

3. Analisis pengaruh intervensi pemberian relaksasi napas dalam dan guided imagery terhadap nyeri pada pasien kolik abdomen

Berdasarkan hasil analisis skala nyeri sebelum dilakukan relaksasi napas dalam dan guided imagery terbukti bahwa terdapat pengaruh relaksasi napas dalam dan guided imagery terhadap nyeri pada pasien kolik abdomen di IGD RSUD Nyi Ageng Serang. Hasil penelitian ini menunjukkan adanya perbedaan yang signifikan terhadap skala nyeri dimana sebelum diberikan relaksasi napas dalam dan guided imagery, kedua responden mengalami nyeri sedang (4-6). Sedangkan hasil setelah diberikan relaksasi napas dalam dan guided imagery, kedua responden mengalami nyeri ringan (1-3), yang artinya terdapat penurunan dari skala nyeri sedang ke skala nyeri ringan. Hal ini disebabkan karena responden berkonsentrasi dan mengikuti arahan pemberian relaksasi napas dalam dan guided imagery yang diberikan peneliti sehingga menyebabkan terjadinya perubahan skala nyeri pada responden.

Terapi non farmakologi ini ditujukan untuk membuat pasien merasa tenang dan rileks. Pada saat seseorang merasa nyeri jika diberikan relaksasi napas dalam dan guided imagery maka dapat mengurangi nyeri dan merelaksasi otot, serta yang berhubungan dengan fisiologis tubuh.

Penelitian ini sejalan dengan penelitian milik Pujiarto (2018) Pemberian relaksasi napas dalam dapat merangsang tubuh untuk melepaskan opioid endogen yang membentuk sistem penekanan rasa sakit sehingga mengurangi rasa sakit. sangat efektif dalam upaya mengurangi nyeri. Guided Imagery dilakukan dengan cara mendorong individu untuk mengalihkan pikirannya dengan hal-hal yang indah sesuai petunjuk dari perawat. Imajinasi akan menciptakan gambaran yang akan diterima oleh panca indera, kemudian otot yang tegang dan rasa tidak nyaman akan dilepaskan sehingga tubuh menjadi lebih santai dan nyaman (Shaddri et al., 2018).

Menurut penelitian Sefti S.J pada tahun 2017, efektivitas teknik relaksasi napas dalam dan guided imagery dalam mengelola nyeri pasca operasi sectio caesarea di RSUD GMIM Pancaran Kasih Manado

menunjukkan bahwa sebelum perlakuan, 14 responden merasakan nyeri sedang (4-6) dan 6 orang merasakan nyeri berat (7-9). Setelah perlakuan, 11 responden merasakan nyeri sedang (4-6) dengan persentase 55%, 8 responden merasakan nyeri ringan (1-3) dengan persentase 40%, dan 1 responden tidak merasakan nyeri dengan persentase 5%.

## **I. KELEMAHAN**

Kelemahan dari penelitian ini adalah sebagai berikut :

1. Tidak tersedianya ruangan yang tenang dan nyaman untuk pasien saat intervensi sehingga terdapat gangguan-gangguan yang kemungkinan dapat merubah fokus responden saat intervensi, walaupun pasien sudah ditempatkan pada bed paling ujung maupun terpisah.
2. Tidak menggunakan alat bantu seperti *headset* untuk meminimalkan gangguan suara-suara dari luar.
3. Usia yang ditemui saat periode penelitian terbatas, sehingga responden 1 usianya tidak sesuai dengan kriteria inklusi.

## **J. PENUTUP**

1. Kesimpulan
  - a. Skala nyeri dua responden sebelum mendapatkan intervensi relaksasi napas dalam dan guided imagery di IGD RSUD Nyi Ageng Serang adalah sedang (4-6).
  - b. Skala nyeri pasien setelah pemberian intervensi relaksasi napas dalam dan guided imagery yaitu sebanyak 2 responden mengalami nyeri ringan (1-3) di IGD RSUD Nyi Ageng Serang
  - c. Pemberian relaksasi napas dalam dan guided imagery terbukti efektif untuk menurunkan nyeri pada pasien kolik abdomen di ruangan IGD RSUD Nyi Ageng Serang
2. Saran
  1. Bagi Rumah Sakit

Diharapkan adanya standar operasional prosedur (SOP) yang mendukung tentang pemberian teknik relaksasi napas dalam dan guided imagery yang dapat diimplementasikan kepada pasien dengan menyediakan lingkungan yang tenang dan nyaman.

2. Bagi Pasien

Diharapkan Pasien dapat menggunakan teknik relaksasi napas dan guided imagery dalam sebagai salah satu teknik non farmakologi yang berguna untuk menurunkan skala nyeri

3. Bagi Keperawatan

Diharapkan memberikan asuhan keperawatan secara holistic yang meliputi intervensi relaksasi napas dalam dan guided imagery pada pasien yang mengalami nyeri.

4. Bagi peneliti

Diharapkan memilih waktu dan setting tempat sebaik mungkin untuk menerapkan pemberian relaksasi napas dalam dan guided imagery ini agar lebih maksimal untuk mengurangi nyeri pada pasien. Peneliti selanjutnya juga bisa menambahkan pemeriksaan tanda-tanda vital sebelum dan sesudah pemberian intervensi untuk konfirmasi skala nyeri.

## DAFTAR PUSTAKA

- Aziz & Musrifatul. (2016). Buku Ajar Ilmu Keperawatan Dasar. Jakarta: Salemba Medika.
- Konzier, Erb, Berman & Snyder. (2011). Buku Ajar Fundamental Keperawatan. Voume 1. Jakarta: EGC
- Mala, Muntamah, & Susilo. (2017). Pengelolaan Nyeri Akut pada Ny. M dengan Kolik Abdomen di Ruang Bougenvile RSUD Pandan Arang Boyolali. *Jurnal Akademi Keperawatan Ngudi Waluyo Ungaran*, 10(4), 11–15.
- Maryana, D., & Afni, A. C. N. (2021). Asuhan Keperawatan Pasien Abdominali Pain Dengan Kolik Abdomen dalam Pemenuhan Kebutuhan Rasa Aman dan Nyaman. *Fakultas Ilmu Kesehatan, Universitas Kusuma Husada Surakarta*.
- Nurhanifah, D., Afni, A. R. N., & Rahmawati, R. (2018). Pengaruh Guided Imaginary Terhadap Penurunan Nyeri Pada Klien Gastritis Di Wilayah Kerja Puskesmas Di Banjarmasin. *Healthy-Mu Journal*, 2(1), 24–30. <https://doi.org/10.35747/hmj.v2i1.926>
- Nursalam. (2020). *Metodologi Penelitian Ilmu Keperawatan* (Edisi 5). Jakarta: Salemba Medika
- Oliver, J. (2019). Teknik Relaksasi Napas Dalam Dengan Nyeri Akut. *Journal Of Chemical Information And Modeling*, 53(9), 1689–1699.
- Rahmayunia Kartika, I., Rezkiki, F., Nugraha, H., & Kartika, I. R. (2022). Guided Imagery Pain Assessment, Stimulation and Healing Application (PASHA): Reducing Dysmenorrhea Pain in Adolescents. *Institut Riset Dan Publikasi Indonesia (IRPI) SENTIMAS: Seminar Nasional Penelitian Dan Pengabdian Masyarakat*, 2830-3083 1., 468–474. <https://journal.irpi.or.id/index.php/sentimas>
- Rompas, S. S. ., & Mulyadi. (2017). Pengaruh Teknik Relaksasi Nafas Dalam Dan Guided Imagery Terhadap Penurunan Nyeri Pada Pasien Post Operasi Sectio Caesarea Di Rsu Gmim Pancaran Kasih Manado. *Jurnal*

*Keperawatan*, 5(2), 1–6.

Shaddri, I., Dharmayana, WI, & Sulian, I. (2018). The Use of Guided Imagery Techniques on Students' Anxiety Levels Following Group Counseling Activities. *Journal of Consilia*, 1 (3), 68-78.

Shintami, R. A., & Poltekkes, R. R. (2020). Pengaruh Teknik Relaksasi Napas Dalam Terhadap Penurunan Sakit Haid Pada Remaja Putri Di Wilayah Kerja Uptd Puskesmas Panglayungan Kota Tasikmalaya. *Jurnal Nasional Indonesia*, 1(1), 1–9.

Siallangan, W. (2020). Gambaran karakteristik pasien kolik abdomen di Rumah Sakit Umum Daerah Labuhanbatu Selatan tahun 2019. Skripsi, Program Studi D3 Keperawatan, STIKes Santa Elisabeth Medan.

Sumariadi., Simamora, D., Nasution, YL, Hidayat, R., & Sunarti. (2021). The Effectiveness Of The Application Of Guided Imagery On Reducing Pain In Gastritis Patients. *Journal of Professional Nursing Research*, 3, (1). 199-206.

# LAMPIRAN

**PENGANTAR PENELITIAN**  
**LEMBAR PENJELASAN KEPADA CALON**  
**SUBJEK / RESPONDEN PENELITIAN**

**Calon responden penelitian:** sebelum Bapak/Ibu memutuskan untuk berpartisipasi dalam penelitian ini, Bapak/Ibu perlu memahami segala sesuatu tentang penelitian ini. Mohon Bapak/Ibu meluangkan waktu untuk membaca informasi berikut dengan seksama. Silahkan meminta penjelasan kepada peneliti jika sesuatu yang tidak jelas atau Bapak/Ibu membutuhkan informasi lebih lanjut saat sebelum, selama, atau setelah berpartisipasi Bapak/Ibu dalam penelitian.

Judul penelitian : Pengaruh Relaksasi Nafas Dalam Dan Guided Imagery Untuk Menurunkan Nyeri Pada Pasien Kolik Abdomen Di Ruangan IGD RSUD Nyi Ageng Serang.

Peneliti :

Nama : Fulana Nur Annisa

Alamat : Kamal, Wunung, Wonosari, Gunungkidul

Telepon : 083892693796

Email : [fulannur245@gmail.com](mailto:fulannur245@gmail.com)

Bapak/Ibu dimohon untuk berpartisipasi dalam penelitian yang disusun untuk mengetahui intervensi pengaruh pemberian relaksasi napas dalam dan guided imagery terhadap penurunan nyeri pada pasien kolik abdomen. Digarapkan penelitian ilmiah ini juga bermanfaat dalam pelayanan keperawatan sebagai informasi, referensi dan pedoman secara khusus pada tatalaksana pasien nyeri kolik abdomen. Bapak/Ibu terpilih sebagai responden dalam penelitian ini karena memenuhi kriteria yang ditetapkan dalam penelitian. Penelitian ini membutuhkan waktu satu sesi pertemuan sekitar 15 menit secara terstruktur.

Berikut penjelasan terkait dengan partisipasi Bapak/Ibu dalam penelitian ini :

A. Kesukarelaan untuk ikut penelitian

Partisipasi Bapak/Ibu dalam penelitian ini adalah sukarela. Bapak/Ibu dapat memutuskan apakah akan berpartisipasi atau tidak dalam penelitian ini. Jika Bapak/Ibu memutuskan akan berpartisipasi dalam penelitian ini, Bapak/Ibu

akan diminta menandatangani formulir persetujuan. Selain itu, walaupun Bapak/Ibu telah memutuskan untuk berpartisipasi dalam penelitian ini. Bapak/Ibu dapat memutuskan untuk tidak berpartisipasi setiap saat tanpa dikenai denda atau sanksi apapun.

**B. Prosedur penelitian**

Apabila Bapak/Ibu bersedia berpartisipasi dalam penelitian ini, Bapak/Ibu dimohon untuk menandatangani lembar persetujuan yang telah disiapkan sebanyak rangkap satu, untuk peneliti.

**C. Kewajiban responden penelitian**

Sebagai responden penelitian, Bapak/Ibu dimohon bersedia ditemui dan memberikan keterangan yang diperlukan dengan menjawab pengkajian/pertanyaan yang diberikan pada saat sebelum dan sesudah intervensi pada sesi yang sama. Bila belum jelas, Bapak/Ibu dapat bertanya lebih lanjut pada peneliti. Selama penelitian, Bapak/Ibu mengikuti pelatihan dalam keadaan tenang dan fokus.

**D. Risiko/efek samping dan penanganannya**

Dalam Penerapan Intervensi Relaksasi Napas Dalam dan Guided Imagery Untuk Menurunkan Nyeri Pada Pasien Kolik Abdomen Di IGD RSUD Nyi Ageng Serang ini jika dalam proses pasien mengalami ketidak nyamanan maka pasien berhak menghentikan terapi yang diberikan selama proses berjalan peneliti akan menyetujui permintaan pasien dan menghentikan terapi. Peneliti akan memberikan penjelasan terkait proses penelitian serta melakukan kontrak waktu dengan responden/subyek penelitian sebelum berpartisipasi demikian juga peneliti akan memberikan jaminan kerahasiaan dalam penyimpanan data yang diperoleh.

**E. Manfaat**

Manfaat atas partisipasi Bapak/Ibu selama penelitian ini mungkin tidak dapat dirasakan secara langsung, namun peneliti berharap bahwa terapi yang diberikan dapat membantu pasien dalam mengurangi nyeri kolik abdomen.

**F. Kerahasiaan**

Identitas Bapak/Ibu dalam penelitian ini akan dirahasiakan. Peneliti akan memeriksa data penelitian yang dikumpulkan. Informasi dari penelitian ini akan digunakan semata-mata untuk tujuan ilmiah dan setiap publikasi yang

mungkin timbul dari penelitian ini tetap tidak akan mencantumkan nama Bapak/Ibu.

G. Pembiayaan

Keikutsertaan Bapak/Ibu dalam penelitian ini tidak dipunggut biaya. Semua biaya yang terkait penelitian akan ditanggung oleh peneliti.

H. Informasi tambahan

Jika bapak/Ibu memiliki pertanyaan tentang hak-hak Bapak/Ibu sebagai responden penelitian, atau jika timbul masalah yang tidak diinginkan, Bapak/Ibu dapat menghubungi peneliti (Fulana Nur Annisa) di nomor kontak yang telah tercantum di identitas peneliti di atas.

Hormat kami,  
Peneliti

(Fulana Nur Annisa)

## **SURAT PERMOHONAN MENJADI RESPONDEN**

Kepada

Yth Bapak/Ibu Calon responden Di tempat

Dengan hormat,

Saya yang bertanda tangan dibawah ini adalah mahasiswa Program  
Profesi Ners Stikes Wira Husada Yogyakarta

Nama : FULANA NUR ANNISA

Nim : PN231013

Alamat : Kamal, Wunung, Wonosari, Gunungkidul

No Telp : 083892693796

Bermaksud akan melakukan penelitian yang berjudul “Pengaruh Relaksasi Nafas Dalam Dan Guided Imagery Untuk Menurunkan Nyeri Pada Pasien Kolik Abdomen Di Ruang IGD RSUD Nyi Ageng Serang”. Tujuan penelitian ini untuk mengetahui pengaruh pada pemberian terapi relaksasi nafas dalam dan guided imagery terhadap nyeri pada pasien kolik abdomen di IGD RSUD Nyi Ageng Serang.

Sehubungan dengan hal tersebut, saya mohon kesediaan Bapak/Ibu/Sdr untuk menjadi responden pada penelitian saya dengan bersedia mengikuti kegiatan terapi relaksasi napas dalam dan guided imagery dari awal hingga akhir pertemuan. Kerahasiaan informasi yang Bapak/Ibu/Sdr berikan akan dijaga dan hanya digunakan untuk kepentingan penelitian. Apabila Bapak/Ibu/Sdr bersedia menjadi responden pada penelitian ini maka saya mohon kesediaannya untuk menandatangani lembar persetujuan yang telah tersedia. Demikian permohonan ini saya sampaikan, atas perhatian dan kerja samanya saya ucapkan terima kasih.

Hormat saya

FULANA NUR ANNISA

**SURAT PERSETUJUAN MENJADI RESPONDEN**  
**(INFORMED CONCENT)**

Yang bertanda tangan di bawah ini:

Nama :

Umur :

Alamat :

Menyatakan bahwa:

1. Saya telah mendapatkan penjelasan segala sesuatu mengenai penelitian yang berjudul : Pengaruh Relaksasi Nafas Dalam Dan Guided Imagery Untuk Menurunkan Nyeri Pada Pasien Kolik Abdomen Di Ruang IGD RSUD Nyi Ageng Serang
2. Setelah saya mendapat penjelasan dan memahaminya, dengan penuh kesadaran dan tanpa paksaan dari siapapun, bersedia ikut serta dalam penelitian ini dengan kondisi :
  - a. Data yang diperoleh dari penelitian ini akan dijaga kerahasiaannya dan hanya dipergunakan untuk kepentingan ilmiah
  - b. Saya tidak mempunyai ikatan apapun dengan peneliti apabila saya mengundurkan diri dari penelitian dan bila hal itu terjadi, saya akan memberitahu sebelumnya tanpa harus menyampaikan alasan apapun.
  - c. Keikutsertaan saya dalam penelitian ini tidak dibebani biaya dan konsekuensi biaya

Demikian pernyataan ini saya buat dalam keadaan sadar dan tanpa paksaan, saya memahami keikutsertaan ini akan memberikan manfaat dan akan terjagakerahasiaannya.

Yogyakarta,.....2024

Saksi

Responden

(.....)

(.....)

## Lembar Observasi (Sebelum perlakuan)

### SKALA PENGUKURAN NYERI NUMERIC RATING SCALE (NRS)

#### Sebelum perlakuan

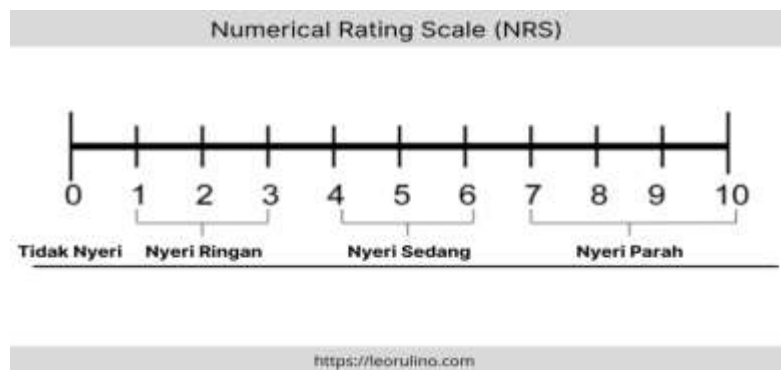
Nama (inisial) :

Umur (saat ini) :

Petunjuk Pengisian :

Berilah tanda (  $\surd$  ) pada salah satu angka dibawah ini yang menggambarkan tingkat nyeri yang anda rasakan pada saat mengalami rematik (*Kolik Abdomen*).

Semakin besar angka maka semakin berat keluhan nyeri.



Keterangan :

0 : tidak nyeri

1-3 : nyeri ringan

4-6 : nyeri sedang

7-10 : nyeri berat

## Lembar Observasi (Setelah perlakuan)

### SKALA PENGUKURAN NYERI NUMERIC RATING SCALE (NRS)

#### Setelah perlakuan

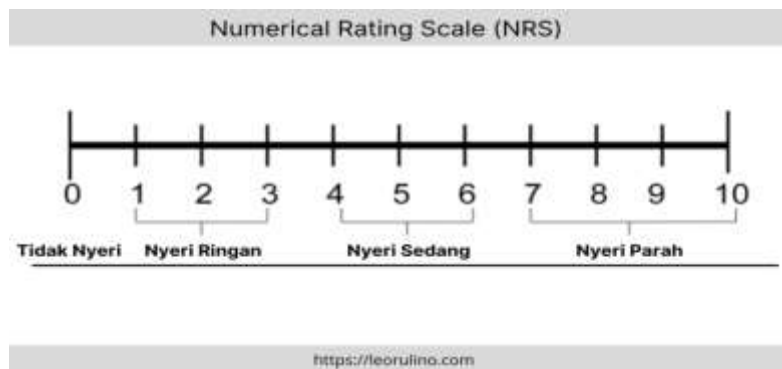
Nama (inisial) :

Umur (saat ini) :

Petunjuk Pengisian :

Berilah tanda (✓) pada salah satu angka dibawah ini yang menggambarkan tingkat nyeri yang anda rasakan pada saat mengalami rematik (*Kolik Abdomen*).

Semakin besar angka maka semakin berat keluhan nyeri.



#### Keterangan :

1 : tidak nyeri

1-3 : nyeri ringan

4-6 : nyeri sedang

7-10 : nyeri berat

|                                                                                                               |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                          |                                                                                                                                                               |                    |
|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------|
| <br>RSUD<br>NYI AGENG SERANG | TERAPI RELAKSASI NAFAS DALAM                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                             |                                                                                                                                                               |                    |
|                                                                                                               | NO DOKUMEN :<br>100/1200/PMKK/<br>XI/2022                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                | NO REVISI :<br>-                                                                                                                                              | HALAMAN :<br>1 / 2 |
| STANDAR<br>PROSEDUR<br>OPERASIONAL<br>(SPO)                                                                   | TANGGAL TERBIT :<br>23 Desember 2022                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                     | <br>dr R. Susilaningih, M.PH.<br>Pembina IY/a<br>NIP. 19691101-200212 2 003 |                    |
| PENGERTIAN                                                                                                    | Menggunakan tehnik napas dalam untuk mengurangi tanda dan gejala ketidaknyamanan seperti nyeri, ketegangan otot dan kecemasan.                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                           |                                                                                                                                                               |                    |
| TUJUAN                                                                                                        | 1. Tingkat ansietas menurun<br>2. Tingkat kenyamanan meningkat<br>2. Tingkat nyeri menurun                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                               |                                                                                                                                                               |                    |
| KEBIJAKAN                                                                                                     | Surat Keputusan Direktur RSUD Nyi Ageng Serang No. 445/476/PMKK/XI/2022 Tentang Kebijakan Pelayanan Keperawatan dan Kebidanan di RSUD Nyi Ageng Serang                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                   |                                                                                                                                                               |                    |
| PROSEDUR                                                                                                      | 1. Idetifikasi pasien menggunakan minimal dua identitas (nama lengkap, tanggal lahir, dan/atau nomor rekam medis)<br>2. Jelaskan tujuan dan langkah-langkah prosedur<br>3. Siapkan alat dan bahan yang diperlukan :<br>a. Sarung tangan bersih<br>b. Kursi dan sandran, jika perlu<br>c. Bantal<br>4. Lakukan kebersihan tangan 6 langkah<br>5. Pasang sarung tangan, jika perlu<br>6. Tempatkan pasien di tempat yang tenang dan nyaman<br>7. Ciptakan lingkungan yang tenang dan tanpa gangguan dengan |                                                                                                                                                               |                    |

|                     |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                        |
|---------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
|                     | <p>pencahayaannya dan suhu ruang nyaman, jika memungkinkan</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>8. Berikan posisi yang nyaman (misal dengan duduk bersandar atau tidur)</li> <li>9. Anjurkan rileks dan merasakan sensasi relaksasi</li> <li>10. Latih melakukan tehnik napas dalam : <ol style="list-style-type: none"> <li>a. Anjurkan tutup mata dan konsentrasi penuh</li> <li>b. Ajarkan melalui inspirasi dengan menghirup udara melalui hidung secara perlahan</li> <li>c. Ajarkan melalui ekspirasi dengan menghembuskan udara dengan cara mulut mencucu secara perlahan</li> <li>d. Demonstarsikan menarik napas selama 4 detik, menahan napas selama 2 detik dan menghembuskan napas selama 8 detik.</li> <li>e. Lakukan akupresur 1-2 kali sehari atau sesuai kebutuhan</li> </ol> </li> <li>11. Monitor respon pasien selama dilakukan prosedur</li> <li>12. Rapikan pasien dan alat alat yang digunakan</li> <li>13. Lepaskan sarung tangan</li> <li>14. Lakukan kebersihan tangan 6 langkah</li> <li>15. Dokumentasikan prosedur yang telah dilakukan dan respon pasien</li> </ol> |
| <b>UNIT TERKAIT</b> | <ol style="list-style-type: none"> <li>1. IGD</li> <li>2. Rawat Jalan</li> <li>3. Rawat Inap</li> </ol>                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                |

|        |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                           |
|--------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
|        | <p>8. Instruksikan pasien untuk mengulangi teknik-teknik ini apabila rasa nyeri kembali lagi</p> <p>9. Setelah pasien mulai merasakan ketenangan, minta pasien untuk melakukan secara mandiri</p> <p>10. Ulangi latihan nafas dalam ini sebanyak 3 sampai 5 kali dalam sehari dalam waktu 5-10 menit</p> <p><b>TERMINASI</b></p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Evaluasi hasil: kemampuan pasien untuk melakukan teknik ini</li> <li>2. Memberikan kesempatan pada klien untuk memberikan umpan balik dari terapi yang dilakukan.</li> <li>3. Tindak lanjut: menjadwalkan latihan teknik relaksasi banafas dalam</li> <li>4. Kontrak: topik, waktu, tempat untuk kegiatan selanjutnya</li> </ol> <p><b>DOKUMENTASI</b></p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Mencatat waktu pelaksanaan tindakan</li> <li>2. Mencatat perasaan dan respon pasien setelah diberikan tindakan</li> </ol> |
| Sumber | Potter & Perry (2010)                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                     |

## **Standar Operasional Prosedur (SOP) Teknik Imajinasi Terbimbing (Guided Imagery)**

### **Definisi:**

Membentuk imajinasi dengan menggunakan semua indera melalui pemrosesan kognitif dengan mengubah objek, tempat, peristiwa, atau situasi untuk meningkatkan relaksasi, meningkatkan kenyamanan dan meredakan nyeri (SOP PPNI, 2021).

### **Tujuan:**

Tujuan dari penerapan teknik imajinasi terbimbing (guided imagery) adalah sebagai berikut:

1. Memelihara kesehatan atau mencapai keadaan rileks melalui komunikasi dalam tubuh yang melibatkan semua indra (visual, sentuhan, penciuman, penglihatan, dan pendengaran) sehingga terbentuk keseimbangan antara pikiran, tubuh, dan jiwa.
2. Mempercepat penyembuhan yang efektif dan membantu tubuh mengurangi berbagai macam penyakit seperti depresi, alergi, dan asma
3. Mengurangi tingkat nyeri, stres, ansietas, penyebab, dan gejala-gejala yang menyertai stres (Mehme, dalam Afdila, 2016)

### **Prosedur:**

1. Identifikasi pasien menggunakan minimal dua identitas (nama dan tanggal lahir)
2. Bina hubungan saling percaya dan perkenalkan diri
3. Identifikasi tingkat nyeri pasien menggunakan penilaian NRS
4. Jelaskan tujuan, langkah-langkah prosedur, dan kontrak waktu
5. Sediakan ruangan yang tenang dan nyaman
6. Lakukan kebersihan tangan 6 langkah
7. Atur posisi pasien nyaman mungkin
8. Anjurkan pasien untuk relaks, tutup mata dan fokus, kemudian membayangkan suatu tempat yang sangat menyenangkan yang pernah atau yang ingin dikunjungi, seperti gunung atau pantai
9. Anjurkan membayangkan berada dalam kondisi yang sehat, bersama dengan orang yang dikasihi dalam suasana yang nyaman
10. Periksa respons perubahan emosional

11. Identifikasi tingkat nyeri pasien setelah dilakukan intervensi menggunakan kuesioner
12. Ucapkan terimakasih pada pasien dan berikan reward atas kerjasamanya
13. Lakukan kebersihan tangan 6 langkah
14. Dokumentasikan prosedur yang telah dilakukan dan respons pasien

**Sumber: (SPO PPNI, 2021)**

## IMPLEMENTATION of AGREEMENT

ANTARA

PROGRAM STUDI KEPERAWATAN PROGRAM SARJANA  
SEKOLAH TINGGI ILMU KESEHATAN  
WIRA HUSADA YOGYAKARTA  
Jalan Babarsari, Caturtunggal Depok Sleman Yogyakarta 55281

DENGAN

RSUD NYI AGENG SERANG

TENTANG

PELAKSANAAN KEGIATAN TRI DHARMA PERGURUAN TINGGI

No. 922 /STIKES WHY /SI Kep Ners /09 /2024

No. 447 /079 /Tu /Ix /2024

Yang bertanda tangan di bawah ini :

Nama : Yuli Ernawati, S.Kep., Ns., M.Kep  
Jabatan : Ketua Program Studi Pendidikan Profesi Ners  
Instansi : STIKES Wira Husada Yogyakarta

Sebagai pihak yang bertanggung jawab di Program Studi Pendidikan Profesi Ners STIKES Wira Husada, selanjutnya disebut PIHAK PERTAMA.

Nama : Rahman Maulana Ibrahim, A.Md.Kep  
Jabatan : Perawat pelaksana IGD  
Instansi : RSUD Nyi Ageng Serang

Sebagai pihak yang bertanggung jawab di Mitra Kerjasama, selanjutnya disebut PIHAK KEDUA.

Menerangkan bahwa PIHAK KESATU dan PIHAK KEDUA yang kemudian disebut sebagai PARA PIHAK telah sepakat untuk melaksanakan Rancangan Pelaksanaan Kegiatan atau *Implementation of Arrangement* (IA) berdasarkan Nota Kesepahaman yang telah disepakati PARA PIHAK berupa kegiatan (Sebutkan Kegiatan yang dilakukan) dalam rangka pelaksanaan penyelenggaraan Tri Dharma Perguruan Tinggi dengan ketentuan sebagai berikut:

Kegiatan Tri Dharma Perguruan Tinggi

|   |                         |   |                                                                                                                                                                                  |
|---|-------------------------|---|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| 1 | Dosen/Mata Kuliah       | : | PIHAK PERTAMA<br>1. Fulana Nur Annisa, S.Kep (Mahasiswa)<br>2. Fransiska Tatto Dua Lembang, S.Kep., Ns., M.Kes (Pembimbing I)<br>3. Patria Asda, S.Kep., Ns. MPH (Dewan Penguji) |
| 2 | Guru atau CI Pendamping | : | PIHAK KEDUA<br>1. Rahman Maulana Ibrahim, A.Md. Kep (Pembimbing II)<br>Sebagai Pendamping dari MITRA                                                                             |
| 2 | Waktu                   | : | Juli – Agustus 2024                                                                                                                                                              |
| 3 | Kalender Akademik       | : | Semester Genap TA 2023/2024                                                                                                                                                      |
| 4 | Penilaian               | : | Pemberian data pelaksanaan penelitian dilakukan sesuai kebutuhan                                                                                                                 |

|   |            |                                                                                                                                           |
|---|------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| 5 | Judul KIAN | : Pengaruh Relaksasi Nafas Dalam Dan Guided Imagery Untuk Menurunkan Nyeri Pada Pasien Kolik Abdomen Di Ruangan IGD RSUD Nyl Ageng Serang |
|---|------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|

- c. Jadwal penelitian berdasarkan kesepakatan PARA PIHAK.
- d. Seluruh biaya yang dikeluarkan akibat dari Rancangan Pelaksanaan Kegiatan ini menjadi tanggung jawab masing-masing PIHAK atau berdasarkan kesepakatan PARA PIHAK sesuai ketentuan yang berlaku.
- e. Apabila timbul perselisihan dalam pelaksanaan pekerjaan maka penyelesaiannya akan dilakukan secara musyawarah mufakat.

Tanggal 2024

PIHAK KEDUA,



Rahman Maulana I, A.Md. Kap  
SID: 503 / 4.518 / 1 / 2022

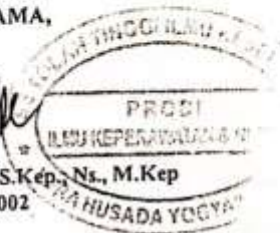
Rahman Maulana Ibrahim, A.Md. Kep  
NIPPPK.1990100520222111001

Tanggal 2024

PIHAK PERTAMA,



Yuli Ernawati, S.Kep., Ns., M.Kep  
NIDN.0522088002



Mengetahui,  
Ketua STIKES Wira Husada  
Yogyakarta  
  
Dr. Dra. Ningsih, M.Kes

