

**IMPLEMENTASI TERAPI RELAKSASI *GUIDED IMAGERY*  
UNTUK MENURUNKAN NYERI PADA PASIEN  
DI RSUD WONOSARI**

Fatma Cahayati<sup>1</sup>, Retno Sumiyarini<sup>2</sup>

Profesi Ners, Fakultas Kesehatan, Universitas Jenderal Achmad Yani Yogyakarta

Email: [fatmacahayati123@gmail.com](mailto:fatmacahayati123@gmail.com)

**INTISARI**

**Latar Belakang:** Pengendalian nyeri merupakan aspek penting dalam perawatan pasien, terutama setelah prosedur medis seperti operasi. Banyak pasien mengalami nyeri yang signifikan, yang dapat mempengaruhi proses penyembuhan dan kualitas hidup mereka. Oleh karena itu, diperlukan pendekatan non-farmakologis, seperti terapi *guided imagery*, untuk membantu mengurangi rasa nyeri dan meningkatkan kenyamanan pasien.

**Tujuan:** Tujuan umum adalah untuk menurunkan tingkat nyeri pasien, sedangkan tujuan khusus mencakup penerapan terapi *guided imagery* sebagai intervensi keperawatan.

**Metode:** Menggunakan teknik pengumpulan data seperti observasi partisipatif dan wawancara untuk mengevaluasi efektivitas terapi *guided imagery* dalam mengurangi nyeri.

**Hasil:** Terapi *guided imagery* menunjukkan hasil positif dalam menurunkan tingkat nyeri pasien pasca operasi, dengan pengukuran nyeri yang lebih rendah setelah intervensi.

**Kesimpulan:** Terapi *guided imagery* efektif sebagai metode non-farmakologis untuk mengendalikan nyeri, dan dapat diintegrasikan dalam praktik keperawatan untuk meningkatkan kenyamanan pasien.

**Kata kunci:** Nyeri, terapi *guided imagery*, intervensi keperawatan, metode non-farmakologis, pengendalian nyeri.

---

<sup>1</sup>Pendidikan Profesi Ners Universitas Jenderal Achmad Yani Yogyakarta

<sup>2</sup>Dosen Keperawatan Universitas Jenderal Achmad Yani Yogyakarta

# IMPLEMENTATION OF *GUIDED IMAGERY* RELAXATION THERAPY TO REDUCE PAIN IN PATIENTS AT WONOSARI REGIONAL HOSPITAL

Fatma Cahayati<sup>1</sup>, Retno Sumiyarini<sup>2</sup>

Nursing Profession, Faculty of Health, Jenderal Achmad Yani University Yogyakarta

Email: [fatmacahayati123@gmail.com](mailto:fatmacahayati123@gmail.com)

## Abstract

**Background:** Pain management is a crucial aspect of patient care, especially after medical procedures such as surgery. Many patients experience significant pain, which can affect their healing process and quality of life. Therefore, non-pharmacological approaches, such as *guided imagery* therapy, are needed to help reduce pain and enhance patient comfort.

**Objective:** The general objective is to reduce patients' pain levels, while the specific objectives include the implementation of *guided imagery* therapy as a nursing intervention.

**Method:** Data collection techniques such as participatory observation and interviews were used to evaluate the effectiveness of *guided imagery* therapy in reducing pain.

**Results:** *Guided imagery* therapy showed positive results in lowering pain levels in postoperative patients, with pain measurements being lower after the intervention.

**Conclusion:** *Guided imagery* therapy is effective as a non-pharmacological method for pain management and can be integrated into nursing practice to enhance patient comfort.

**Keywords:** Pain, *guided imagery* therapy, nursing intervention, non-pharmacological methods, pain management.

---

<sup>1</sup>Nursing Profession Education, Jenderal Achmad Yani University Yogyakarta

<sup>2</sup>Nursing Lecturer, Jenderal Achmad Yani University Yogyakarta