

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Kasus *bullying* sudah tidak asing lagi ditelinga masyarakat Indonesia. Perundungan dapat terjadi di berbagai tempat, mulai dari lingkungan sekolah, rumah, tempat bermain, dan tempat lainnya. Saat ini konteks pendidikan terutama di lingkungan sekolah sering diwarnai oleh kasus-kasus *bullying*. Hal ini sesuai dengan data yang diperoleh KPAI (Komisi Perlindungan Anak Indonesia) mencatat dalam kurun waktu 9 tahun, dari 2011 sampai 2019, ada 37.381 pengaduan kekerasan terhadap anak. Untuk *bullying* baik di pendidikan maupun sosial media, angkanya mencapai 2.473 laporan dan trennya terus meningkat (KPAI, 2020).

Remaja sebagai individu sedang berada dalam proses berkembang atau menjadi (*becoming*), yaitu berkembang ke arah kematangan atau kemandirian. Oleh karena itu, remaja seringkali dikenal dengan fase “mencari jati diri atau fase topan dan badai”. Ketika seseorang beranjak remaja, beberapa perubahan terjadi, baik dari segi fisik maupun mental (Karlina, 2020). Remaja merupakan rentang penduduk yang berusia 10-18 tahun. Pada tahun 2019, jumlah remaja di Indonesia mencapai 45 juta jiwa atau sekitar 18% dari total penduduk di Indonesia (Andini & Kurniasari, 2021). Lingkungan berperan besar terhadap pertumbuhan remaja, ketika remaja salah memilih tempat atau teman bergaul maka akan berdampak negatif untuk dirinya, sehingga anak akan identik dengan perilaku yang menyimpang yang disebut dengan kenakalan remaja

(Prasasti, 2017).

Kenakalan remaja yang banyak dilakukan oleh remaja antara lain *bullying* verbal, non verbal, fisik yang dapat dilihat di lingkungan sekolah dan lingkungan sepermainannya, pergaulan bebas dengan teman sepermainannya, pesta miras, narkoba, geng motor, merokok, serta keluhan para orang tua mengenai kurangnya sopan santun terhadap orang tua, terjadi tawuran antar individu maupun kelompok yang dipicu oleh ejekan salah satu di antara mereka (Sapara et al., 2020). Menurut (Kholifah, 2019) *bullying* merupakan salah satu masalah sosial yang paling banyak ditemukan, terutama di kalangan anak sekolah. Hampir setiap anak sekolah pernah mengalami suatu bentuk perlakuan tidak menyenangkan dari anak lain yang lebih tua atau lebih kuat. Menurut (Muliani et al., 2020) kasus *bullying* sering terjadi pada rentang usia 11 - 20 tahun khususnya pada MTS atau SLTP.

Bullying adalah tindakan penggunaan kekuasaan untuk menyakiti seseorang atau sekelompok orang baik secara verbal, fisik, maupun psikologis sehingga korban merasa tertekan, trauma, dan tak berdaya (Zakiyah et al., 2017). Fenomena *bullying* ibarat gunung es yang kecil dipermukaan tetapi menyimpan banyak masalah yang sering tidak mudah diketahui atau disadari sejak awal baik dari orangtua, masyarakat sekitar, maupun pemerintah sehingga menjadi hal yang serius di bidang pendidikan (Muhopilah & Tentama, 2019)m. Menurut (Santoso, 2018) perilaku *bullying* dapat dilihat ketika seseorang atau sekelompok orang berulang kali mencoba untuk menyakiti seseorang yang lemah, seperti memukul, menendang, ancaman, memaksa atau dengan

menggunakan nama panggilan yang kurang baik, mengejek, menghina serta menggoda atau dengan cemoohan seksual, menyebarkan rumor atau mencoba untuk membuat orang lain menolak seseorang.

Bullying (Kholifah, 2019) dapat berakibat negatif baik terhadap korban maupun pelakunya, keduanya dapat mengalami masalah jiwa dan sosial, bahkan sampai bunuh diri (Muhopilah & Tentama, 2019). Hal ini dikarenakan, lemahnya pengawasan dari orang tua (keluarga yang tidak harmonis, keluarga yang memiliki masalah, peraturan orang tua yang terlalu berlebihan, hukuman yang diberikan orang tua kepada anaknya yang berat), pendidik, masyarakat dan tingkat pengetahuan tentang *bullying* yang masih rendah, dan masih kurangnya kesadaran diri tentang bahayanya dampak dari *bullying* bagi korban maupun pelaku bahkan untuk remaja lain yang melihat *bullying* secara langsung, hal itulah yang menjadi salah satu faktor penyebab merebaknya kasus *bullying* di lingkungan sekolah yang terjadi pada anak-anak dan remaja.

Bullying tergolong kepada perilaku yang tidak baik atau perilaku menyimpang, hal ini dikarenakan bahwa perilaku tersebut memiliki dampak yang cukup serius (Sari & Azwar, 2018). Dampak remaja yang menjadi korban *bullying* yang diakibatkan oleh tindakan ini pun sangat luas cakupannya sehingga memiliki berbagai masalah kesehatan antara lain masalah mental seperti depresi, kecemasan, kegelisahan dan masalah tidur yang mungkin akan terbawa hingga dewasa, keluhan kesehatan fisik, seperti sakit kepala, sakit perut dan ketegangan otot, rasa tidak aman saat berada di lingkungan sekolah, dan

penurunan semangat belajar, penurunan prestasi akademis atau bahkan bisa menyebabkan keluar dari sekolah (Zakiyah et al., 2017)z. Penelitian oleh Khoirunnisa et al. sebagian besar (61%) korban *bullying* mengalami kecemasan (Andini & Kurniasari, 2021) dan hampir semua *bullying* menimbulkan kecemasan terutama interaksi langsung seperti *bullying* verbal dan fisik. Dalam kasus yang serius, remaja yang di *bully*, mengambil langkah-langkah bereaksi untuk melawan, jika tidak mampu melawankan melakukan bunuh diri dan *bullying* memberi efek seumur hidup (Santoso, 2018).

Bullying akan berakibat pada munculnya masalah psikologis remaja seperti kecemasan. Trauma akibat *bullying* akan membuat dampak yang buruk bagi korban, efek negatif yang timbul akibat kecemasan pada anak sekolah karna *bullying* seperti perubahan pola tidur, perubahan pola makan, kegelisahan, kehilangan minat dalam aktivitas normal, perasaan tidak berharga, harga diri yang buruk, *self efficacy* yang buruk, kesulitan berkonsentrasi, perasaan mudah tersinggung, kelelahan, menarik diri, penyalahgunaan alkohol, kinerja sekolah yang buruk, hiperaktif, mimpi buruk, perilaku agresif, kekhawatiran berlebihan, ledakan amarah, keluhan penyakit fisik, sakit, nyeri dan perilaku *bullying* jangka panjang dan dalam kondisi selanjutnya korban mengasingkan diri dari sekolah atau menderita kecemasan sosial (*social anxiety*) bahkan cenderung ingin bunuh diri (Utami et al., 2019).

World Health Organization (WHO) (2020) menjelaskan secara umum bahwa salah satu gangguan mental yang dapat terjadi karena *bullying* adalah gangguan kecemasan yang dapat berefek ke depresi. Lebih dari 200 juta orang

di seluruh dunia (3,6% dari populasi) menderita kecemasan. Sementara itu jumlah penderita depresi sebanyak 322 juta orang di seluruh dunia (4,4% dari populasi) dan hampir separuhnya berasal dari wilayah Asia Tenggara dan Pasifik Barat (Firmawati & Sudirman, 2021). Berdasarkan data *Intitute For Health Metrics Evaluation, Global Burden Of Disease* (2019), South Korea umur 10-14 tahun (4,35%) umur 15-19 (4,77%), Jepang 10-14 tahun (3,36%) umur 15-19 tahun (3,66%), Portugal 10-14 tahun (10,78%) 15-19 tahun (11,72%), dan Indonesia 10-14 tahun (3,13%) 15-19 tahun (4,05%). Berdasarkan data dari Kementerian Kesehatan tahun 2019, gangguan kecemasan menduduki peringkat kedua dari gangguan mental di Indonesia, sepanjang tahun 2020, sebanyak 18.373 jiwa mengalami gangguan kecemasan, lebih dari 23.000 mengalami depresi dan sekitar 1.193 jiwa melakukan percobaan bunuh diri. Penelitian menunjukkan kecemasan dialami oleh usia 9-11 tahun (18%), usia 11-13 tahun (40,9%) dan 13-15 tahun (41,1%) (Utami et al., 2019). Gangguan kecemasan pada remaja lebih banyak ditemukan pada remaja perempuan dibandingkan dengan remaja laki-laki. Hal ini lebih nyata pada mereka dengan dukungan sosial yang rendah. Dukungan sosial termasuk hubungan individu dengan keluarga dan teman sebaya (Andini & Kurniasari, 2021).

Penelitian Rizka Yunita menyatakan pelaku *bullying* memperlakukan korbannya dengan berbagai cara seperti mencemooh, intimidasi, menyebarkan rumor dan kebohongan mencapai (59%), mengasingkan korban bully dari kelompok (14%), merusak barang dengan sengaja, mendorong, dan memukul

(11%), bertindak keras dalam bentuk verbal bahkan memberikan ancaman yang dapat membahayakan nyawa (9%), serta melakukan kekerasan secara psikologis mencapai (7%) (Yunita et al., 2018).

Data dari *United Nations International Children's Emergency Fund* (BAPPENAS & UNICEF, 2020) menunjukkan peningkatan tertinggi kasus *bullying* terjadi di Negara bagian Amerika dan Eropa. Berdasarkan jumlah kasusnya Negara Korea Selatan (Korsel) menduduki peringkat pertama dengan prevalensi 92,6%, Jepang pada urutan kedua dengan kasus sebesar 90,2%, Amerika Serikat pada urutan ketiga dengan jumlah kasus 51,2% dan Indonesia berada di posisi keempat dengan jumlah kasus *bullying* sebesar 41,1%. Dalam 2 tahun terakhir Indonesia berada di posisi tertinggi Asia dengan jumlah kasus di atas rata-rata, dan mendapatkan peringkat teratas pengaduan masyarakat kepada Komisi Perlindungan Anak Indonesia (KPAI). Penelitian *International Center for Research on Women* (ICRW) menunjukkan 84% anak Indonesia mengalami *bullying* di sekolah. Survei yang dilakukan *United Nations International Children's Emergency Fund* (UNICEF) sebanyak 50% siswa berusia 13–15 tahun di Indonesia mengalami *bullying* di sekolah. Hasil survei ini bahkan dianggap sebagai salah satu angka tertinggi di dunia (Dhamayanti, 2021).

Laporan dari (UPTD PPA, 2021) kasus *bullying* di provinsi Kepulauan Riau adalah sebanyak 98 kasus dengan data dari 2 kota dan 6 kabupaten dengan jumlah Kota Tanjung Pinang dengan pelaporan 40 kasus, Kabupaten Anambas 28 kasus, Kabupaten Karimun 13 kasus, Kota Batam 10 Kasus, Kabupaten

Lingga 10 kasus, Kabupaten Natuna 10 kasus, dan Kabupaten Bintan 3 Kasus. Jumlah kasus yang diterima belum terhitung dengan jumlah anak menjadi korban yang tidak melaporkan pada pihak UPTD PPA Tanjung Pinang, korban yang memilih untuk tidak melaporkan karena masih adanya ketakutan dan traumatik untuk menceritakan kembali kejadian *bullying* yang korban rasakan, dalam 1 kasus dapat melibatkan beberapa anak menjadi korban maka jumlah korban lebih banyak dari pada jumlah kasus yang di laporkan.

Menurut Olweus dalam Anindita, korban *bullying* memiliki perasaan lebih cemas dan tidak aman dibandingkan siswa lain pada umumnya, mereka lebih sering bersikap hati-hati, peka dan diam. Mereka punya pandangan negatif terhadap diri sendiri dan situasi yang dihadapinya (Ningrum, 2020). Menurut Kozier, kecemasan adalah satu kondisi kegelisahan mental, keprihatinan, ketakutan, atau firasat atau perasaan putus asa karena ancaman yang akan terjadi atau ancaman antisipasi yang tidak dapat diidentifikasi terhadap diri sendiri atau terhadap hubungan yang bermakna (Handayani & Rahmayati, 2018). Kecemasan dapat terjadi akibat adanya tindakan kekerasan atau *bullying*, merasa tidak aman dalam berteman, ketakutan akan ditolak pergaulan, dan perilaku tidak menyenangkan yang dilakukan oleh remaja terhadap teman sebayanya (Khoirunnisa et al., 2018).

Penatalaksanaan kecemasan terbagi menjadi farmakologi, non farmakologi. Dari beberapa penelitian didapat bahwa penatalaksanaan non farmakologis dapat menurunkan kecemasan diantaranya: terapi musik, terapi relaksasi nafas dalam, terapi *guide imagery* dan terapi humor. Teknik relaksasi

yang biasa digunakan adalah relaksasi otot (relaksasi otot progresif, rendam air hangat, tarik nafas dalam),relaksasi dengan terapi *guide imagery*, dan respon relaksasi dari benson (Handayani & Rahmayati, 2018). Cara sederhana dan efektif untuk mengelola gejala kecemasan atau stres adalah melalui teknik relaksasi *guide imagery*, dengan melakukan selama 7 (tujuh) hari berturut-turut (Astuti et al., 2019).

Menurut Black dan Martassarini seperti dikutip oleh Ishrahli Shaddari et al (2019), *guided imagery* merupakan suatu teknik relaksasi non-farmakologis yang bermanfaat untuk menurunkan kecemasan, kontraksi otot, dan memfasilitasi tidur. *Guided Imagery* adalah teknik relaksasi yang mudah dan sederhana yang dapat membantu mengatasi stress dengan cepat dan mudah dan mengurangi ketegangan di tubuh, teknik ini dapat membantu untuk lebih mengakses hikmah batin seseorang. Terapi *guide imagery* ini menggunakan pikiran responden dengan menggerakkan tubuh untuk berfikir menyembuhkan diri dan memelihara kesehatan atau rileks melalui komunikasi dalam tubuh melibatkan semua indra meliputi sentuhan, penciuman, penglihatan, dan pendengaran (Potter & Perry, 2005), Hasil penelitian menunjukkan adanya penurunan skor kecemasan dengan pemberian terapi *guide imagery* (Handayani & Rahmayati, 2018).

Hasil penelitian Stephen D. Kraus (2020) “The Multiple Uses of Guided Imagery”, Ada berbagai intervensi nonfarmakologis yang tidak mahal, memiliki hasil positif dan tidak hanya terbukti memperbaiki nyeri, dan persepsi nyeri, tetapi juga membantu mood pasien, mengurangi kecemasan,

meningkatkan relaksasi, mendukung modifikasi perilaku, dan meningkatkan sistem kekebalan. Salah satu metode ini adalah *guide imagery*. *Guided imagery* dapat dilakukan sendiri oleh individu, dengan terapis *guided imagery* dalam sesi individu, dalam sesikelompok, atau dalam sesi jarak jauh dengan penggunaan teknologi (Krau, 2020).

Penelitian Ririn Sri Handayani (2018) "Pengaruh Aroma Terapi Lavender, Relaksasi Otot Progresif dan Guide Imagery Terhadap Kecemasan Pasien PreOperatif", Menurut Ririn Sri Handayani (2018) dari beberapa penelitian didapat bahwa penatalaksanaan non farmakologis dapat menurunkan kecemasan diantaranya: terapi musik, terapi relaksasi nafas dalam, terapi *guide imagery*, dan terapi humor. Dari hasil penelitian menunjukkan adanya penurunan skor kecemasan dengan pemberian aromaterapi lavender, relaksasi progresif dan terapi *guide imagery*, hal ini mungkin terjadi dikarenakan selain indra penciuman yang telah memberikan rangsangan memori dan respon emosional, responden secara alami mengikuti perintah dengan audio untuk melakukan teknik relaksasi progresif dan *guide imagery*. Gabungan 3 teknik ini membuat klien rileks secara pikiran dan fisik (Handayani & Rahmayati, 2018).

Penelitian Issrahli Shaddri (2018) "Pengaruh Teknik Guide Imagery Terhadap Tingkat Kecemasan Siswa Mengikuti Aktivitas Konseling Kelompok", hasil penelitian menunjukkan *Guided imagery* efektif dalam membantu menurunkan tingkat kecemasan siswa mengikuti aktivitas konseling kelompok. Ini ditunjukkan dengan hasil analisis deskriptif skor mean sebelum treatment 113.5 menjadi 75.0 setelah treatment, artinya ada pengaruh

penggunaan teknik *guided imagery* terhadap tingkat kecemasan siswa .

Berdasarkan hasil studi pendahuluan pada tanggal 03 juni – 04 juni 2022 yang sudah peneliti lakukan dengan remaja yang mengalami *bullying* yang terlapor ke pihak sekolah atau guru BK (Bimbingan Konseling) dengan rentang usia 13-15 tahun, dengan hasil wawancara 10 remaja korban perundungan memberikan keterangan bahwa, 1 minggu terakhir ada beberapa siswa yang bertengkar dan menangis karena di ganggu temannya, mendapatkan perkataan kasar dan ejekan teman kelasnya karena kurang pintar di kelas dan secara fisik kurang, diancam ketika tidak membantu teman membuat PR, sulit tidur ketika malam hari, teman sekelasnya pernah menghasut untuk tidak berteman dengan korban *bullying* ataupun sekelompok dalam tugas kelompok, dan bahkan ada yang enggan untuk mengikuti pelajaran, lebih baik tidak masuk kelas karena trauma di *bully* kembali oleh pelaku sehingga merasa cemas dan stress akibatnya tidak fokus dalam mengikuti pelajaran. Dan dampak yang dirasakan dari perilaku *bullying* selalu merasa cemas, ketakutan, sulit tidur dan mudah gelisah, berdasarkan keterangan kepala sekolah beberapa bulan terakhir ada 3 kasus siswa yang tidak betah bersekolah dan meminta orang tuanya untuk dipindahkan ke sekolah lain dikarenakan di *bully* oleh teman kelasnya.

Berdasarkan uraian diatas peneliti tertarik untuk melakukan penelitian dengan judul “Pengaruh Terapi *Guide Imagery* Terhadap Penurunan Kecemasan Remaja Korban *Bullying* Di SMPS Shabilla”.

B. Rumusan Masalah

Berdasarkan uraian di atas, maka permasalahan yang dapat dirumuskan dalam penelitian ini adalah Bagaimana Pengaruh Terapi *Guide Imagery* Terhadap Penurunan Kecemasan Remaja Korban Bullying Di SMPS Shabilla ?.

C. Tujuan Penelitian

1. Tujuan Umum

Untuk mengetahui Pengaruh Terapi *Guide Imagery* Terhadap Penurunan Kecemasan Remaja Korban Bullying Di SMPS Shabilla

2. Tujuan Khusus

- a. Untuk mengetahui tingkat kecemasan sebelum diberikan *terapi guide imagery* terhadap penurunan kecemasan remaja korban *bullying*
- b. Untuk mengetahui tingkat kecemasan sesudah dilakukan tindakan terapi *guide imagery* terhadap penurunan kecemasan remaja korban *bullying*
- c. Menganalisis pengaruh terapi *guide imagery* terhadap penurunan kecemasan remaja korban *bullying*

D. Manfaat Penelitian

1. Untuk Praktik Keperawatan

Hasil Penelitian ini diharapkan dapat menambah ilmu pengetahuan bagi mahasiswa dan mahasiswi keperawatan dalam melaksanakan praktik keperawatan komunitas dan dapat mengaplikasikan dilapangan tentang bagaimana cara penanganan penurunan kecemasan dengan terapi *guide imagery*.

2. Untuk Pendidikan Keperawatan

Untuk tambahan ilmu bagi pendidikan keperawatan komunitas dan keperawatan jiwa dalam menerapkan terapi komplementer dengan *guide imagery* untuk memperbaiki nyeri, dan persepsi nyeri, juga membantu *mood* pasien, mengurangi kecemasan, meningkatkan relaksasi.

3. Untuk Peneliti Selanjutnya

Penelitian ini diharapkan menjadi bahan referensi mengenai terapi komplementer *guide imagery*.

E. Ruang Lingkup Penelitian

Untuk mempermudah dalam penulisan proposal penelitian ini dan agar terarah serta berjalan dengan baik, maka peneliti membatasi ruang lingkup penelitian ini. Variabel independennya adalah “Pengaruh Terapi *Guide Imagery*”, dan variabel dependennya adalah “Kecemasan”. Penelitian ini dilakukan untuk mengetahui pengaruh terapi *guide imagery* terhadap penurunan kecemasan remaja korban bullying di sekolah. Objek yang akan diteliti adalah remaja korban *bullying* di SMP Shabilla. Penelitian ini menggunakan metode kuantitatif. Penelitian ini dilaksanakan di bulan Juli sampai Agustus dan akan dilaksanakan di sekolah yang terdapat kasus korban *bullying*.

F. Penelitian Terkait

Tabel 1.1 Penelitian Terkait

No	Identitas Jurnal	Tujuan penelitian	Metode Penelitian	Hasil Penelitian
1	<p>Cristina Alvarez-García, ZüleyhaS,ims ,ek Yaban. “The effects of preoperative guided imagery interventions on preoperative anxiety and postoperative pain: A meta-analysis”. (2020), https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/32056813/DOI : 10.1016/j.ctcp.2019.101077</p> <p>“Efek intervensi guide imagery pra operasi pada kecemasan pra operasi dan nyeri pasca operasi: Sebuah meta-analisis”</p>	<p>Tujuan dari penelitian ini adalah untuk menganalisis pengaruh penggunaan <i>guided imagery</i> sebelum operasi pada orang dewasa dan anak-anak untuk mengurangi kecemasan pra operasi dan nyeri akut pascaoperasi, dibandingkan dengan asuhan keperawatan praoperasi konvensional.</p>	<p>Metode penelitian Menggunakan studi literatur yang bersumber dari database secara acak</p>	<p>Sebanyak 1101 catatan diidentifikasi , 21 di antaranya termasuk dalam sintesis kualitatif. Duamodel meta-analisis acak dilakukan dengan delapan percobaan. <i>Guide imagery</i> sebelum operasi terbukti efektif dalam mengurangi kecemasan, keadaan pra operasi pada</p>

				<p>anak-anak (d).¼ 3,71), Kecemasan sifat pra operasi pada orang dewasa (d¼ 0,64) dan nyeri pasca operasi pada orang dewasa (d¼ 0.24). Nyeri pasca operasi pada anak-anak dan kecemasan keadaan pra operasi pada orang dewasa berkurang tetapi tanpa perbedaan yang signifikan</p>
2	<p>Márcia Marques dos Santos Felix¹ Maria Beatriz Guimarães Ferreira¹ Lucas Felix de Oliveira² Elizabeth Baricello¹ Patricia da Silva Pires³ Maria Helena Barbosa. "Guided imagery relaxation therapy on</p>	<p>Tujuan: untuk mengevaluasi pengaruh terapi relaksasi dengan <i>guided imagery</i></p>	<p>Metode: uji klinis acak, triple-blind di rumah sakit pendidikan besar di</p>	<p>Hasil: kelompok eksperimen menyajikan pengurangan skor</p>

	<p>preoperative anxiety: a randomized clinical trial”. (2018), https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/30517586/DOI : 10.1590/1518-8345.2850.3101.</p> <p>“Terapi relaksasi guide imagery pada kecemasan pra operasi: uji klinis acak ”</p>	<p>terhadap state anxiety dan kortisol pada periode pra operasi langsung pada pasien yang menjalani operasi bariatrik dengan video laparoskopi</p>	<p>interior Minas Gerais. 24 pasien yang akan menjalani bariatrik video-laparoskopi operasi secara acak dialokasikan dalam dua kelompok, yaitu 12 di kelompok kontrol dan 12 di kelompok eksperimen. Kecemasan negara dinilai oleh Inventarisasi Kecemasan Sifat-Negara, dan darah kadar kortisol diukur sebelum dan sesudah</p>	<p>kecemasan negara yang signifikan secara statistik (p = 0,005) serta kadar kortisol (p<0,001) setelah intervensi.</p>
--	---	--	--	--

			<p>intervensi atau perawatan standar.</p> <p>Deskriptif analisis digunakan untuk variabel kuantitatif dan uji-t Student untuk sampel independen, dalam analisis perbedaan antara skor kecemasan negara dan tingkat kortisol</p>	
3	<p>Linda Cole, D.N.P., R.N. “The Impact of Guided Imagery on Pain and Anxiety in Hospitalized Adults”. (2021), https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/3771469/DOI : 10.1016/j.cnur.2020.06.013.</p> <p>“Dampak Guided Imagery pada Rasa Sakit dan Kecemasan pada Orang Dewasa yang Dirawat di Rumah Sakit”</p>	<p>Tujuan dari proyek peningkatan kualitas ini adalah untuk mengevaluasi kelayakan intervensi <i>guideimagery</i> untuk mengubah skor nyeri, skor kecemasan, dan</p>	<p>Intervensinya adalah penggunaan <i>guide imagery</i> terpandu selama 30 menit yang disampaikan melalui pemutar MP3 yang digunakan pasien dua kali sehari.</p>	<p>Hasil: Perubahan terlihat pada skor nyeri, tanpa hasil yang signifikan secara statistik (p = 0,449). Penurunan yang signifikan secara statistik</p>

		<p>penggunaan analgesia opioidi antara orang dewasa yang dirawat di rumah sakit dalam pengaturan perawatan akut</p>		<p>ditemukan pada kedua skor kecemasan ($p < .001$) dan analgesia opioid ($p = .043$)</p>
4	<p>Laura Vagnoli, Alessandra Bettini, Elena Amore, Salvatore De Masi, Andrea Messeri. “Relaxation-guided imagery reduces perioperative anxiety and pain in children: a randomized study”. (2018), DOI : https://doi.org/10.1007/s00431-019-03376-x “Relaksasi guide imagery mengurangi kecemasan dan rasa sakit perioperatif pada anak-anak: studi acak”</p>	<p>Penelitian ini bertujuan untuk menyelidiki efektivitas teknik non-farmakologis tertentu, relaksasi <i>guide imagery</i>, dalam mengurangi kecemasan pra operasi dan nyeri pasca operasi pada sampel 60 anak (6-12 tahun)</p>	<p>Sampel 60 anak (6-12 tahun). menjalani operasi kecil yang secara acak ditugaskan ke kelompok eksperimen ($N = 30$) atau kelompok kontrol ($N = 30$). Kelompok pertama menerima relaksasi <i>guide imagery</i>, sebelum induksi anestesi umum ; kelompok kedua menerima</p>	<p>Hasil menunjukkan bahwa relaksasi <i>guide imagery</i> mengurangi kecemasan pra operasi dan rasa sakit pasca operasi pada anak-anak. Studi masa depan harus fokus pada pengembangan protokol dan mempelajari pengurangan</p>

			perawatan standar	obat yang diberikan untuk anestesi dan rasa sakit.
5	<p>Mohammad Javad Mahdizadeh, BSN, MSN, Batool Tirgari, BSN, MSN, PhD, Om Salimeh Roudi Rasht Abadi, BSN, MSN, PhD, and Kambiz Bahaadinbeigy, PhD.</p> <p>“Guide Imagery :Reducing anxiety, depression, and selected side effects associated with chemotherapy”. (2019), https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/31538976/ DOI : 10.1188/19.CJON.E87-E92</p> <p>“Guide Imagery: Mengurangi kecemasan, depresi, dan efek samping tertentu berhubungan dengan kemoterap”</p>	<p>Tujuan dari artikel ini adalah untuk menentukan pengaruh citra terpandu pada kecemasan pasien, depresi, dan pilihan lainnya efek samping yang dipicu oleh kemoterapi</p>	<p>Penilaian pra dan pasca intervensi ini memilih pasien secara acak dengan berbagai jenis kanker yang sedang menjalani kemoterapi untuk mendengarkan <i>audioguide imagery</i> selama 20 menit per hari selama satu minggu. Pengumpulan data termasuk kuesioner demografi,</p>	<p>Penurunan signifikan dalam kecemasan dan depresi tercatat pada kelompok intervensi dibandingkan dengan kelompok kontrol. Tidak ada pengurangan skor rata-rata untuk kecemasan dan depresi pasca intervensi untuk kelompok kontrol.</p>

			<p>Kecemasan Rumah Sakit dan Skala Depresi, dan Skala Gejala Distress</p>	<p>Selain itu, pasien dalam kelompok intervensi menunjukkan perbaikan di semua kategori efek samping. Pasien dalam kelompok intervensi Melaporkan tingkat perbaikan terbesar dalam item nyeri, insomnia, nafsu makan, dan mual.</p>
6	<p>Rini Fahrani Zees, Lestari Lapradja. "Efektifitas Terapi Guide Imagery Terhadap Kecemasan Pasien Hemodialisa". (2021), DOI: https://doi.org/10.37311/jhsj.v3i1.9863</p>	<p>Tujuan dari penelitian ini yaitu untuk mengetahui efektivitas <i>teknik guide imagery</i></p>	<p>Metode penelitian menggunakan Pra-Eksperimental dengan pendekatan</p>	<p>Hasil analisis paired t test menunjukkan nilai $\rho = 0,000$. Kesimpulan</p>

		<p>terhadap tingkat kecemasan padapasien hemodialisa BLUD RSUD Dr. M. M. Dunda Limboto, Kabupaten Gorontalo.</p>	<p>penelitian StaticGroup Comparision. Pengambilan sampel dilakukan dengan menggunakan teknik purposive sampling dengan jumlah sampel sebanyak 26 orang. Penelitian dilakukan dengan menggunakan lembar kuesioner untuk mengukur skalatingkat kecemasan padakelompok intervensi dan kelompok kontrol, serta tindakan</p>	<p>yaitu teknik <i>guide imagery</i> efektif terhadap tingkat kecemasan pada pasien hemodialisa BLUD RSUD Dr. M. M. Dunda Limboto Kabupaten Gorontalo.</p>
--	--	--	--	--

			intervensi berupa <i>Guide Imagery</i> pada kelompok eksperimen.	
7	Yeni Nur Rahmayanti ¹ , Dwi Surya Supriyana ^{2*} , Yeni Ambarsar. “Pengaruh Kombinasi Guided Imagery dan Musik Klasik Terhadap Tingkat Kecemasan Mahasiswa Menjelang Objective Structured Clinical Examination (OSCE)”. (2021), DOI : https://doi.org/10.13057/smj.v4i1.47903	Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui pengaruh <i>Guided Imagery</i> terhadap tingkat kecemasan mahasiswa menjelang OSCE	Penelitian ini merupakan penelitian eksperimental kuasi dengan pretest-posttest control group design. Sampel penelitian adalah seluruh mahasiswa aktif semester pertama (angkatan 2019) Prodi Sarjana Keperawatan STIKes Mitra Husada Karanganyar sejumlah 32 orang dengan kriteria belum pernah mendapatkan terapi relaksasi <i>Guided Imagery</i> dan baru pertama kali menempuh OSCE. Teknik sampling yang digunakan adalah	Hasil penelitian menunjukkan terdapat perbedaan rata-rata antara tingkat kecemasan pada kelompok eksperimen pretest 62.19 ± 1.83 dan posttest 54.88 ± 1.78 . Kelompok kontrol rata-rata pretest 62.50 ± 2.22 dan posttest 63.00 ± 1.93 . Nilai p (CI 95%) < 0.05 (p=0.00) yang menunjukkan adanya pengaruh signifikan <i>Guided Imagery</i> terhadap penurunan

			<p>purposive sampling.</p> <p>Subjek penelitian dibagi menjadi dua kelompok, yakni kelompok perlakuan dan kelompok kontrol. Kelompok perlakuan mendapatkan terapi kombinasi <i>guided imagery</i> dengan musik klasik selama 5 hari berturut-turut menjelang waktu pelaksanaan OSCE dengan durasi waktu 20 menit. Pengaruh <i>guided imagery</i> terhadap tingkat kecemasan dianalisis menggunakan uji statistik t independent</p>	<p>tingkat kecemasan</p>
--	--	--	--	--------------------------

8	<p>Issrahli Shaddri, I Wayan Dharmayana, Illawaty Sulia. "Penggunaan Teknik Guide Imagery Terhadap Tingkat Kecemasan Siswa Mengikuti Aktivitas Konseling Kelompok". (2018), DOI : https://doi.org/10.33369/consilia.1.3.68-78</p>	<p>Tujuan penelitian ini adalah untuk mendiskripsikan pengaruh teknik <i>guided imagery</i> terhadap tingkat kecemasan siswa mengikuti aktivitas konseling kelompok.</p>	<p>Metode dalam penelitian ini adalah metode eksperimen dengan one group pretest-posttest. Populasi dalam penelitian ini adalah siswa kelas VII H SMP N 5 Kota Bengkulu yang berjumlah 28 siswa. Sampel menggunakan purposive sampling. Jumlah sampel adalah 8 siswa. Data hasil penelitian ini dianalisis menggunakan</p>	<p>Hasil penelitian menunjukkan bahwa tingkat kecemasan siswa mengikuti aktivitas konseling kelompok menurun setelah diberikan teknik <i>guided imagery</i>, hal ini ditunjukkan dengan nilai $z = -2.521$ dengan taraf signifikansi (2-tailed) sebesar 0.012 yang berarti $0.012 < 0.05$. Temuan ini menunjukkan</p>
---	---	--	--	--

			uji z.	n bahwa ada pengaruh penggunaan teknik <i>guided imagery</i> terhadap tingkat kecemasan siswa mengikuti aktivitas konseling kelompok di SMP N 5 Kota Bengkulu.
9	<p>Wahyuningsih Safitri1 ,Wahyu RimaAgustin.</p> <p>“Terapi Guide Imagery Terhadap Penurunan Kecemasan Pasien Preoperasi Sectio Caesare”. (2020),DOI : https://doi.oíg/10.33867/jka.v7i1.163</p>	<p>Tujuan peneltian untuk mengetahui dampak terapi <i>guide imagery</i> terhadap penurunan kecemasan pasien pre operasi sectio caesarea.</p>	<p>Jenis penelitian adalah quasi eksperimen dengan rancangan one group pre and post test design. Populasinya adalah pasien yang akan dilakukan tindakan sectio</p>	<p>penelitian ini adalah terapi <i>guide imagery</i> dapat menurunkan kecemasan pasien preoperasi sectio caesarea dimana tingkat kecemasan responden yang telah diberi teknik</p>

			<p>caesarea, jumlah 26 sampel dengan teknik insidental sampling. Alat untuk mengukur kecemasan Dengan menggunakan lembar observasi Hamilton Rating Section caesareaale for Anxiety (HRS- A) sejumlah 14 pernyataan yang dilakukan sebelum dan sesudah diberikan intervensi <i>guide imagery</i>.</p>	<p>relaksasi <i>guide imagery</i> diketahui mengalami penurunan yang signifikan</p>
10	Ririn Sri Handayani, El Rahmayati. "Pengaruh Aromaterapi Lavender, Relaksasi Otot Progresif dan Guided Imagery terhadap	Tujuan penelitian ini mengetahui apakah aroma	Desain yang akan digunakan dalam	peneliti menyimpulkan bahwa aromaterapi

	<p>Kecemasan Pasien Pre Operasi”.</p> <p>(2018), DOI: http://dx.doi.org/10.26630/jk.v9i2.984</p>	<p>terapi lavender, relaksasi otot progresif dan <i>guide imagery</i> efektif terhadap penurunan kecemasan</p>	<p>penelitian ini adalah desain Quasi-experimental dengan rancangan non equivalent control group. Pada penelitian ini responden penelitian akan dilakukan pengukuran tingkat kecemasan sebelum dan sesudah intervensi pada saat menjelang operasi. Desain penelitian ini menggambarkan sekelompok responden yang diberikan intervensi. Waktu penelitian berlangsung</p>	<p>lavender, relaksasi otot progresif dan <i>guided imagery</i> memiliki pengaruh bermakna terhadap penurunan skor kecemasan pasien pre operatif (pvalue 0.000) dan pengaruh tersebut mampu bertahan hingga responden akan memasuki kamar operasi (p-value .000)</p>
--	--	--	---	--

			dari bulan Juni s.d September 2017	
11	<p>“Nuria Muliani, Alfiyan Prima Ginanjar, Yusita”.</p> <p>“Bullying Meningkatkan Kecemasan Siswa SMK Muhammadiyah 1 Padang Ratu Lampung Tengah”.</p> <p>(2020),</p> <p>http://ejurnal.stikesdhb.ac.id/index.php/Jsm/article/view/326</p>	<p>Untuk mengetahui hubungan perilaku bullying terhadap tingkat kecemasan siswa di SMK Muhammadiyah 1 Padang Ratu Lampung Tengah Tahun 2019</p>	<p>Penelitian menggunakan studi korelasi dengan pendekatan <i>cross sectional</i>. Subjek siswa kelas X SMK Muhammadiyah 1 Padang Ratu Lampung Tengah dengan jumlah sample sebanyak 102 responden . Teknik sampling menggunakan total sampling. Instrumen yang di gunakan adalah kuisisioner perilaku <i>bullying</i> dan</p>	<p>Hasil Penelitian yang di dapat yaitu terdapat hubungan antara perilaku <i>bullying</i> dengan tingkat kecemasan di SMK Muhammadiyah 1 Padang Ratu Lampung Tahun 2019 dengan nilai p-value 0,013 (<0,05) dengan nilai <i>odd ratio</i> (OR = 3,045).</p>

			<p><i>Hamilton Anxiety Rating Scale (HARS).</i></p> <p>Uji statistic yang digunakan uji chi Square.</p>	
12	<p>Gebi Elmi Nurhayati, Venta Yolanda Lauren.</p> <p>“Tindakan Bullying Dengan Tindakan Kecemasan Pada Remaja”. (2020). DOI : https://doi.org/10.52657/jik.v9i2.1234</p>	<p>Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui tindakan bullying dengan tingkat kecemasan pada remaja</p>	<p>Jenis penelitian berupa deskriptif korelasi dengan pendekatan <i>cross sectional</i>.</p> <p>Populasi penelitian sebanyak 193 siswa, dengan teknik pengumpulan data <i>simple random sampling</i> sehingga diperoleh 96 reponden.</p> <p>Instrumen dalam penelitian ini menggunakan lembar kuisisioner <i>bullying</i> yang</p>	<p>Hasil penelitian menunjukkan remaja yang mengalami <i>bullying</i> sedang sebanyak 60 responden (62,5%) yang mengalami tingkat kecemasan sedang sebanyak 34 responden (35,4%), hubungan antara <i>bullying</i> dengan tingkat kecemasan memiliki <i>p-value 0,01</i>.</p>

			<p>telah dimodifikasi oleh peneliti dan kuisisioner HARS untuk pernyataan kecemasan. Variabel Independen yang diteliti yaitu <i>bullying</i> dan Variabel Dependen yaitu tingkat kecemasan .</p>	<p>Dengan memiliki kesimpulan terdapat hubungan antara <i>bullying</i> dengan tingkat kecemasan pada remaja di SMP PGRI 1 Bandung.</p>
--	--	--	--	--

