

## THE EFFECTIVENESS OF GUIDED IMAGERY THERAPY ON PAIN INTENSITY IN POST SECTIO CAESARIA MOTHERS

Nunung Nurhayati<sup>1</sup>, Selia Oktavianti<sup>2</sup> Astri Mutiar<sup>3</sup>, Dewi Marfuah<sup>4</sup>

<sup>1,2,3,4</sup>Sekolah Tinggi Ilmu Keperawatan PPNI Jawa Barat,

[nunky\\_adzra@yahoo.com](mailto:nunky_adzra@yahoo.com)

### ABSTRACT

*The background : Pain is a problem that is often found in a patient post sectio of caesarea. It was caused by the presence of a stretch the muscles of the uterus and the abdomen after insisional on the network effect anasetesi missing. Pain management non pharmacological can be done by means of guided imagery. Guided imagery is one method of controlling pain are part of cognitive-behavioral. The purpose of this technique that is to provide comfort, change the psychology to reduce the perception of pain and optimalitation bodily functions. The purpose of evaluate the effectiveness guided imagery therapy against intensity of pain to post section of caesarea. Carried out search of articles on pubmed and google scholar. The search was expanded by using a technique citation pearl growing. Study published in english and indonesian language in 2010-2020 being considered to be included in the reviewed. The data extracted by writers and summarized use of p extraction data from JBI (Joanna Briggs Institute). Obtained 3 study entering review criteria. The guided imagery: Therapy effective to reduce pain post sectio of caesarea. Engineering guided imagery can be given 1 first hour of sectio caesarea post in a patient manner invited to imagine a nice thing, therapy guided imagery can be collected during 15-20 minutes a guided imagery therapy than other techniques of relaxation as to excite optimistic; increase confidence and relaxation and rest in deprive cycle, fear, tension pain; increase endorphin natural; and reduce fatigue the guided imagery therapy also do not need any fees, easy, by respondents and caused no side effects.*

*Keywords: Effectiveness guided imagery, therapy, pain, sectio of caesarea*

### ABSTRAK

*Nyeri merupakan masalah yang sering ditemui pada pasien post sectio caesarea. Hal ini disebabkan oleh adanya peregangan otot uterus dan adanya insisional pada jaringan abdomen setelah efek anasetesi hilang. Manajemen nyeri non farmakologis bisa dilakukan dengan cara guided imagery. Guided imagery adalah salah satu metode pengontrolan nyeri yang termasuk kedalam teknik perilaku kognitif (cognitive-behavioral), tujuan dari teknik ini yaitu untuk memberikan kenyamanan, mengubah respon psikologi untuk mengurangi persepsi nyeri dan mengoptimisasi fungsi tubuh. Mengevaluasi efektivitas Guided Imagery Therapy terhadap intensitas nyeri pada ibu post sectio caesarea. Pencarian artikel dilakukan di PubMed dan Google Scholar. Pencarian diperluas dengan menggunakan teknik citation pearl growing. Studi yang diterbitkan dalam Bahasa Inggris dan Bahasa Indonesia pada tahun 2010-2020 dipertimbangkan untuk dimasukkan dalam tinjauan ini. Data diekstrak oleh penulis dan*

diringkas menggunakan p ekstraksi data dari JBI (Joanna Briggs Institute). Didapatkan 3 studi yang masuk kedalam kriteria tinjauan. *Guided Imagery Therapy* efektif untuk mengurangi nyeri ibu post *sectio caesarea*. Teknik *guided imagery* dapat diberikan 1 jam pertama post *sectio caesarea* dengan cara pasien diajak untuk membayangkan hal yang menyenangkan, terapi *guided imagery* dapat dilakukan selama 15-20 menit. Keunggulan *guided imagery therapy* daripada teknik relaksasi yang lain seperti membangkitkan kepercayaan diri dan optimis; meningkatkan relaksasi dan ketenangan dalam diri; menghilangkan siklus ketakutan, ketegangan, nyeri; meningkatkan endorfin alami; dan mengurangi kelelahan, pelaksanaan *guided imagery therapy* juga tidak membutuhkan biaya apapun, mudah dilakukan oleh responden, dan tidak menyebabkan efek samping.

**Kata kunci** : Efektifitas, *Guided Imagery Therapy*, Nyeri, *Sectio Caesarea*

## PENDAHULUAN

*Sectio Caesarea* umumnya dilakukan ketika proses persalinan normal melalui vagina tidak memungkinkan karena beresiko kepada komplikasi medis lainnya (Purwoastuti, Dkk, 2015). Pembedahan *Sectio Caesarea* menimbulkan rasa nyeri yang berasal dari luka insisi (Kasdu, 2003 dalam Fitri, Trasyani & Maryati, 2012). Nyeri merupakan masalah yang sering ditemui pada pasien post *sectio caesarea*. Hal ini disebabkan oleh adanya peregangan otot uterus dan adanya insisional pada jaringan abdomen setelah efek anastesi hilang. Nyeri yang dirasakan pasien post *sectio caesarea* tentulah bervariasi, mulai dari nyeri ringan sampai dengan nyeri berat sekali, bergantung pada faktor yang mempengaruhi nyeri karena sifat dari nyeri sangatlah subjektif, dampak dari nyeri jika tidak diatasi dengan baik akan mengakibatkan ibu mudah tersinggung, produksi ASI yang berkurang mengakibatkan puting ibu lecet karena hisapan bayi yang kuat, menyebabkan infeksi karena proses penyembuhan luka yang lambat, subinvulusi karena ibu tidak segera mobilisasi dini, dan pengeluaran *lochea* menjadi terhambat (Kosasih, 2015).

Menurut Solehati & Rustina (2013), 75% dari pasien bedah mengalami nyeri sedang sampai berat setelah operasi. Durasi nyeri dapat bertahan selama 24 sampai 48 jam, tapi bisa bertahan lebih lama tergantung pada

bagaimana klien dapat menahan dan menanggapi rasa sakit. Ketika ibu merasakan nyeri akan mengakibatkan beberapa gangguan seperti kualitas tidur menjadi buruk sebesar 85,7% (Fitri dkk., 2012), mengurangi produksi ASI sebesar 27,1% (Nurliawati, 2010), dan malas untuk melakukan mobilisasi dini sehingga mengakibatkan proses penyembuhan luka menjadi lambat sebesar 45% (Susanti, 2015).

Manajemen nyeri dibedakan secara farmakologis dan non farmakologis. Prosedur secara farmakologis dilakukan dengan pemberian analgetik (Prasetyo, 2010) dan cara non-farmakologis bisa dilakukan dengan cara akupunktur, akupresur, massage, relaksasi benson, dan *guided imagery* (Syahriyani 2010). *Guided imagery* memiliki beberapa keunggulan daripada teknik relaksasi yang lain seperti membangkitkan kepercayaan diri dan optimis; meningkatkan relaksasi dan ketenangan dalam diri; menghilangkan siklus ketakutan, ketegangan, nyeri; meningkatkan endorfin alami; dan mengurangi kelelahan.

*Guided Imagery* adalah salah satu metode pengontrolan nyeri yang termasuk kedalam teknik perilaku kognitif (*cognitive-behavioral*), tujuan dari teknik ini yaitu untuk memberikan kenyamanan, mengubah respon psikologi untuk mengurangi persepsi nyeri dan mengoptimisasi fungsi tubuh (Kozier & Erb's, 2012). Teknik ini dimulai dengan proses relaksasi pada umumnya yaitu meminta kepada klien untuk perlahan-lahan menutup matanya dan fokus pada nafas mereka, klien didorong untuk relaksasi

mengosongkan pikiran dan memenuhi pikiran dengan bayangan untuk membuat damai dan tenang (Rahmayati, 2010). Dari berbagai penelitian menunjukkan rata-rata penurunan nyeri yang berbeda-beda dari setiap penelitian sehingga peneliti tertarik melakukan *literature review* terhadap beberapa penelitian tentang efektivitas *guided imagery therapy* terhadap intensitas nyeri pada ibu post *sectio caesarea*.

## METODE

Strategi pencarian bertujuan untuk mencari artikel yang sudah diterbitkan. Pencarian dilakukan melalui *Google Scholar* dan *PubMed*. Kata kunci yang digunakan pada adalah *guided imagery, nyeri post sectio caesarea, experimental*. Skrining artikel dilakukan melalui judul awal dan dilanjutkan dengan melakukan skrining abstrak untuk mengidentifikasi artikel mana yang berpotensi sesuai dengan kriteria pencarian. Setelah dilakukan skrining dilanjutkan dengan melakukan *review* terhadap artikel yang dianggap signifikan pada skrining awal, *Reviewers* menambahkan pencarian artikel dengan melakukan teknik *citation pearl growing* yakni teknik mencari artikel dengan cara meninjau referensi dalam penelitian atau artikel yang sudah didapat.

Pencarian *inclusion criteria* berfokus pada jurnal yang menggunakan terapi *guided imagery* pada tatalaksana nyeri ibu *post sectio caesarea* menggunakan metode penelitian *quasi-experimental* dan *randomized controlled trial* dengan artikel yang dipilih terpublikasi 10 tahun kebelakang dari 2010 sampai 2020. Artikel yang digunakan adalah artikel yang berbahasa Inggris dan Indonesia. Kriteria inklusi untuk pencarian yaitu penelitian yang dilakukan pada ibu *post sectio caesarea*, intervensi yang dilakukan adalah *guided imagery* dengan *outcome* yang berkaitan dengan nyeri. Data diekstraksi oleh *reviewers* dan diringkas dengan menggunakan alat dari *The Joanna Briggs Institute (JBI)*. Setiap artikel dilakukan pengolahan data dengan

cara membuat rangkuman yang meliputi informasi sampel, desain penelitian, deskripsi terapi yang diberikan sebagai intervensi, pengukuran *outcome* penelitian, dan deksripsi hasil studi. Proses pengkajian kualitas metode penelitian dilakukan dengan menggunakan *appraisal instrument* dari *The Joanna Briggs Institute (JBI)*. Semua artikel yang terpilih dilakukan penilaian yang ketat dengan tujuan untuk mengidentifikasi dan memilih artikel dengan kualitas terbaik.

## HASIL DAN PEMBAHASAN

Dari hasil pencarian yang dilakukan dengan menggunakan kata kunci berbahasa Inggris dan Indonesia kata kunci yang digunakan yakni *guided imagery, nyeri post sectio caesarea, dan experimental* ditemukan sebanyak 76 artikel jurnal dari *PubMed* dan 61 artikel jurnal dari *Google Scholar*, dengan menggunakan *appraisal instrument* dari *The Joanna Briggs Institute (JBI)* didapatkan artikel 3 jurnal full text yang dilakukan *review*.

Hasil penelitian *literature review* dari 3 artikel ini menunjukkan bahwa *guided imagery therapy* efektif untuk menurunkan nyeri pada ibu post *sectio caesarea*. Hasil penelitian Erawati, et al. (2019) menunjukkan bahwa adanya pengaruh *therapy guided imagery* terhadap tingkat nyeri pada pasien post operasi *sectio caesarea*, dalam penelitian ini intervensi pada kelompok eksperimen diberikan kombinasi antara pemberian teknik *guided imagery* dengan pemberian obat farmakologi (keterolac), skor rata-rata sebelum intervensi yaitu 7 skala nyeri berat dan setelah intervensi terjadi penurunan skala nyeri menjadi 4 skala nyeri ringan. Dengan nilai  $p=0,002$ , yang berarti nilai  $p$  lebih kecil dari nilai ( $\alpha$ ) 0,05, hasil penelitian membuktikan adanya penurunan dilihat dari nilai intensitas, tetapi faktor kombinasi antara pemberian *therapy guided imagery* dengan pemberian obat farmakologi seperti keterolac dapat memberikan perubahan yang baik terhadap penurunan

intensitas nyeri dan nyeri dapat menurun tanpa menunggu waktu yang lama.

Secara teoritis *therapy guided imagery* mempengaruhi sistem kontrol desendens yang berfungsi dalam pelepasan endorfin. Endorfin merupakan sebuah substansi yang bekerja untuk menghambat proses pengiriman impuls nyeri ke sistem saraf pusat. Hal ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Prijatni, et al. (2018) yang menyatakan bahwa ada perbedaan nyeri pada pasien post sectio caesarea sebelum dan sesudah dilakukan *guided imagery*. Peneliti mengatakan, cara kerja *guided imagery* yaitu mengajak responden membayangkan hal yang disenangi seperti membayangkan pemandangan indah sehingga membuat responden menjadi rileks. Suara terapis yang membimbing responden untuk membayangkan hal yang indah dan menyenangkan masuk ke dalam telinga menuju ganglion spiralis corti. Selanjutnya, akan diteruskan ke korteks auditorius oleh nervus koklearis dan diproses di lobus temporalis tepatnya pada area Wenickle. Hasil dari proses tersebut berupa bahasa yang dimengerti otak. Hipotalamus akan mengaktifkan kelenjar hipofise anterior untuk menghasilkan hormon endorfin. Saat responden berhasil membayangkan hal yang menyenangkan, maka saat itulah hormon endorfin bekerja. Dikarenakan adanya endorfin yang mengikat substansi P inilah, maka nyeri di blok dan tidak bisa dipersepsikan oleh responden. Responden akan menjadi rileks. Hal inilah yang menjadikan responden dari tingkat nyeri sedang menurun menjadi nyeri ringan. Waktu yang dibutuhkan untuk *teknik guided imagery* yaitu 15-20 menit.

Pada penelitian David dan Mulyadi (2017) terdapat perbedaan skala nyeri sebelum diberikan intervensi, skala nyeri post 0 menit dan skala nyeri post 1 jam setelah diberikan intervensi, hal ini juga bermakna bahwa intervensi *guided imagery* efektif dalam menurunkan skala nyeri pada ibu post sectio caesarea. diperkuat juga dengan nilai mean

setiap kelompok yang memiliki penurunan yang signifikan yaitu mean pada pre intervensi 4,7, post 0 menit dengan mean 3,3 dan post 1 jam dengan mean 2,9. Secara teoritis mekanisme imajinasi positif dapat melemahkan *psikoneuro immunologi* yang mempengaruhi respon stres, hal ini berkaitan dengan teori *Gate Control* yang menyatakan bahwa “hanya satu impuls yang dapat berjalan sampai sumsum tulang belakang ke otak pada satu waktu” dan jika ini terisi dengan pikiran lain maka sensasi rasa sakit tidak dapat dikirim ke otak oleh karena itu rasa sakit dapat berkurang. *Guided imagery* juga dapat melepaskan endorphin yang melemahkan respon rasa sakit dan dapat mengurangi rasa sakit atau meningkatkan ambang nyeri.

### Ringkasan Hasil Penelitian

No	Penulis, Tahun, Tempat	Sample	Metode	Instrumen	Intervensi	Hasil
1.	Erawati, Jamila Kasim dan Ernawati Askar (2019). Rumah Sakit Tk. II Pelamonia Makassar	Populasi pada penelitian ini adalah semua ibu post <i>sectio caesarea</i> . Sampel dalam penelitian ini berjumlah 11 ibu post <i>sectio caesarea</i> . Teknik sample: <i>Total sampling</i>	<i>Pre-experimental Design</i> dengan <i>One Group Pretest-Posttest Design</i> tanpa kelompok kontrol.	<i>Coding sheet</i> (lembar kode)	Kelompok eksperimen pada penelitian ini dilakukan pengukuran sebelum diberikan intervensi dan setelah diberikan intervensi <i>guided imagery</i> . Dan kombinasi antara pemberian teknik <i>guided imagery</i> dengan pemberian obat farmakologi	Sebelum pemberian tindakan terapi <i>guided imagery</i> skor rata-rata yaitu 7 skala nyeri berat. Dan setelah pemberian terapi <i>guided imagery</i> terjadi penurunan skala nyeri menjadi 4 skala nyeri ringan. Hasil Analisis bivariat, menggunakan hasil uji Wilcoxon diperoleh nilai $\rho=0,002$ , yang berarti nilai $\rho$ lebih kecil dari nilai ( $\alpha$ ) 0,05. Interpretasi adanya pengaruh <i>herapy guided imagery</i> terhadap tingkat nyeri pada pasien post operasi <i>sectio caesarea</i> .
2.	Ida Prijatni, Riza Umami, dan Malinda Capri NA (2018). RS Baladhika Husada Jember	Populasi pada penelitian ini adalah semua ibu post <i>sectio caesarea</i> . Sampel dalam penelitian ini berjumlah 40 ibu post <i>sectio caesarea</i> . Teknik sample: <i>Consecutive sampling</i>	Quasi eksperimen dengan desain <i>one group pretest-posttest</i>	Kuisisioner dan SOP <i>guided imagery</i>	Pada kelompok eksperimen pengambilan bahan penelitian/ data menggunakan SOP dan mengisi lembar kuisisioner, yang membutuhkan waktu sekitar $\pm 5$ menit dan dilanjutkan intervensi <i>guided imagery</i> selama 15-20 menit..	Sebelum dilakukan <i>guided imagery</i> yang mengalami nyeri terbanyak pada skala 6 (25%), nyeri sesudah dilakukan <i>guided imagery</i> mengalami nyeri terbanyak pada skala 2 (20%). Hasil penelitian menunjukkan t hitung Sig. (2-tailed)=0,000<0,05 ( $\alpha$ ) yang berarti $H_0$ ditolak, sehingga ada perbedaan nyeri pada pasien post <i>sectio caesarea</i> sebelum dan sesudah dilakukan <i>guided imagery</i> .
3.	Y.David dan	Populasi pada penelitian ini	<i>Pre-experimental Design</i> dengan	Tidak menjelaskan instrumen yang	Pada kelompok intervensi diberikan tehnik <i>guided</i>	Hasil menunjukan tehnik <i>guided imagery</i> efektif untuk penurunan

	<p>M.Karow (2017) Irina Yohana RSU Gunung Maria Tomohon</p>	<p>adalah semua ibu post <i>sectio caesarea</i>. Sampel dalam penelitian ini berjumlah 20 ibu post <i>sectio caesarea</i>.. Teknik sample: <i>Consecutive sampling</i></p>	<p><i>One Group Pretest-Postest Design</i> tanpa kelompok kontrol.</p>	<p>digunakan untuk mengukur skala nyeri</p>	<p><i>imagery</i> lalu diukur skala nyeri sebelum diberikan tehnik <i>guided imagery</i>, skala nyeri 0 menit setelah diberikan tehnik <i>guided imagery</i> dan skala nyeri 1 jam setelah diberikan tehnik <i>guided imagery</i>.</p>	<p>skala nyeri dimana terdapat perubahan dan perbedaan yang signifikan dari nilai rata-rata serta nilai minimal dan maximal tiap kelompok pengukuran pre pemberian intervensi, 0 menit dan 1 jam setelah pemberian intervensi. Dengan nilai mean setelah dilakukan intervensi <i>guided imagery</i> setiap kelompok yang memiliki penurunan yang signifikan yaitu mean pada pre intervensi 4,7, post 0 menit dengan mean 3,3 dan post 1 jam dengan mean 2,9. Hasil uji statistik dengan menggunakan Uji Repetead ANOVA dengan alternatif Uji Friedman nilai <math>p = 0,000</math> (<math>P &lt; 0,05</math>) dan terdapat perbedaan skala nyeri sebelum dilakukan intervensi dan sesudah dilakukan intervensi.</p>
--	---	--	--	---	--	---

## KESIMPULAN

Berdasarkan hasil literature review dari 3 artikel ini dapat disimpulkan bahwa *guided imagery therapy* efektif untuk menurunkan nyeri terhadap pasien *post sectio caesarea*. Teknik *guided imagery* dapat diberikan 1 jam pertama *post sectio caesarea* dengan cara pasien diajak untuk membayangkan hal yang menyenangkan, terapi *guided imagery* dapat dilakukan selama 15-20 menit. Keunggulan *guided imagery therapy* daripada teknik relaksasi yang lain seperti membangkitkan kepercayaan diri dan optimis; meningkatkan relaksasi dan ketenangan dalam diri; menghilangkan siklus ketakutan, ketegangan, nyeri; meningkatkan endorfin alami; dan mengurangi kelelahan, pelaksanaan *guided imagery therapy* juga tidak membutuhkan biaya apapun, mudah dilakukan oleh responden, dan tidak menyebabkan efek samping.

## DAFTAR PUSTAKA

- Andarmoyo, S. (2013). *Konsep & Proses Keperawatan Nyeri*. Yogyakarta: Arruzz Media.
- Ani, Maryunani. (2016). *Managemen Kebidanan Terlengkap*. Jakarta: CV. Trand Info Media.
- Bobak, Lowdermik, Jensen. (2016). *Buku Ajar Keperawatan Maternitas*. Jakarta: EGC.
- Cooper dan Taylor dalam Mohammad Imam Farisi. (2010). *Pengembangan Asesmen Diri Siswa (Student Self-Assessment) sebagai Model Penilaian dan Pengembangan Karakter*. Artikel disampaikan pada Konferensi Ilmiah Nasional “Asesmen dan Pembangunan Karakter Bangsa” HEPI UNESA 2012.
- David, B. Y., & Karouw, B. M. (2017). *Keefektifan Tehnik Guided Imagery Untuk Menurunkan Skala Nyeri Pada Ibu Post Sectio Caesarea Di Irina Yohana Rsu Gunung Maria Tomohon*. In PROSIDING Seminar Nasional Tahun 2017 ISBN: 2549-0931 (Vol. 1, No. 2, pp. 295-301).
- Depkes RI. (2013). *Riset Dasar Kesehatan (RISKESDAS) 2013*. Jakarta: Badan penelitian dan pengembangan kesehatan departemen kesehatan republic Indonesia.
- Dewi, E. R., & Aprilina, H. D. (2020). *Perbedaan Terapi Guided Imagery Dan Aromaterapi Lemon Terhadap Nyeri Pada Ibu Post Section Caesarean*. Jurnal Keperawatan Muhammadiyah, 4(2).
- Erawati, J. K., & Askar, E. (2019). *Pengaruh Therapy Guided Imagery Terhadap Tingkat Nyeri Pada Pasien Post Operasi Sectio Caesarea Di Rumah Sakit Tk. Ii Pelamonia Makassar*. Jurnal Ilmiah Kesehatan Diagnosis Volume 14 Nomor 3 Tahun.
- Grocke, D., & Moe. (2015). *Guided Imagery & Music (GIM) and Music Imagery Methods For Individual and Group Therapy*. London: Jessica Kingsley Publisher.
- Guyton AC, Hall JE. (2014). *Buku Ajar Fisiologi Kedokteran*. Edisi 12.

- Jakarta: Penerjemah Ermita I, Ibrahim I Singapura: Elsevier.
- Hart, S. G. (2008). *Human Mental Workload*. Netherlands: Elsevier science publishing company Inc.
- Heryani, Reni. (2015). *Buku Ajar Asuhan Kebidanan Ibu Nifas dan Menyusui*. Jakarta: Trans Info Media.
- Iba, A. P., & Happy, D. A. (2018). *Perbandingan Efektifitas Teknik Relaksasi Guided Imagery Dengan Teknik Relaksasi Holding Finger Terhadap Tingkat Nyeri Ibu Post Sectio Caesarea*. Jurnal Menara Medika.
- Jamil, S.N., Sukma, F & Hamidah. (2017). *Buku Ajar Asuhan Kebidanan Pada Kehamilan Fisiologis*. Jakarta: Salemba Medika.
- Jihan Nisa Afdila. (2016). *Pengaruh Terapi Guided Imagery Terhadap Tingkat Stres Pada Mahasiswa Tingkat Akhir Dalam Menyelesaikan Skripsi*. Surabaya: Skripsi Fakultas Keperawatan Universitas Airlangga.
- Judha, Muhammad, Sudarti Dan Fauziah, Afroh. (2012). *Teori Pengukuran Nyeri Dan Nyeri Persalinan*. Yogyakarta: Nuha Medika.
- Kaplan & Sadock. (2015). *Synopsis of Psychiatry: Behavioral Science/Clinical Psychiatry*-Eleven Edition.
- Marmi. (2012). *Asuhan Kebidanan Pada Masa Nifas Puerperium Care*. Yogyakarta: Pustaka Pelajar.
- \_\_\_\_\_. (2012). *Intranatal Care Asuhan Kebidanan Pada Persalinan*. Yogyakarta: Pustaka Pelajar.
- \_\_\_\_\_. (2014). *Asuhan Kebidanan Pada Masa Antenatal*. Yogyakarta: Pustaka Pelajar.
- \_\_\_\_\_. (2015). *Asuhan Kebidanan Pada Ibu Nifas*. Yogyakarta: Pustaka Pelajar.
- \_\_\_\_\_. (2016). *Asuhan Kebidanan Pada Masa Intranatal*. Yogyakarta: Pustaka Pelajar.
- \_\_\_\_\_. (2016). *Asuhan Keluarga Berencana*. Yogyakarta: Pustaka Pelajar.
- Maryunani, A. (2015). *Asuhan Ibu Nifas & Asuhan Ibu Menyusui*. Bogor: In Media.
- Maryunani, A. (2015). *Perawatan Luka Seksi Caesarea (Sc) Dan Luka Kebidanan Terkini (Dengan Penekanan 'Moist Wound Healing)*. Bogor: In Medika.
- Muttaqin, A. (2012). *Asuhan Keperawatan Dengan System Persyarafan*. Jakarta: Salemba Medika.
- Nurarif, Amin Huda dan Hardhi Kusuma. (2015). *Aplikasi Asuhan Keperawatan Berdasarkan Diagnosa Medis & NANDA*. Jogyakarta: Medis Actions.
- Patasik, C. K., Tangka, J., & Rottie, J. (2013). *Efektifitas Teknik Relaksasi Nafas Dalam Dan Guided Imagery Terhadap Penurunan Nyeri Pada Pasien Post Operasi Sectio Caesare Di Irina D Blu Rsup Prof. Dr. RD Kandou Manado*. Jurnal Keperawatan, 1(1).

- Potter, P.A., Pery, A.G. (2010). *Fundamentals of Nursing Fundamental Keperawatan* Buku 2 Edisi 7. Jakarta.: Penerbit Salemba Medika.
- Prasetyo, SN. (2010). *Konsep dan Proses Keperawatan Nyeri*. Yogyakarta: Graha Ilmu.
- Prawirohardjo, Sarwono, Prof. dr. dr. SpOG. (2010). *Ilmu Kebidanan*, cetakan ketiga. Jakarta: PT. Bina Pustaka Sarwono Prawirohardjo.
- Prijatni, I., Umami, R., & NA, M. C. (2018). *Perbedaan Nyeri Pada Pasien Post Sectio Caesarea Sebelum Dan Sesudah Dilakukan Guided Imagery*. Jurnal Informasi Kesehatan Indonesia (JIKI), 4(1), 20-25.
- Rahmayati, N. (2010). *Manajemen Pelayanan Prima*. Yogyakarta: Graha Ilmu.
- Rahmayati, Y.N. (2010) *Pengaruh Guided Imagery Terhadap Tingkat Kecemasan Pada Pasien Skizoafektif di RSJD Surakarta*. Skripsi tidak dipublikasikan, Universitas Muhammadiyah Surakarta.
- Rompas, S. S., & Mulyadi, N. (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).
- Rufaida, Z. Lestari, SWP., & Sari, DP. (2018). *Terapi Komplementer*. Jawa Timur: STIKes Majapahit Mojokerto
- Saleha S. (2013). *Asuhan Kebidanan Pada Masa Nifas*. Jakarta: Salemba Medika.
- Saputra, D., Asmawati, A., & Septiyanti, S. (2019). *Teknik Relaksasi Genggam Jari Oleh Suami Berpengaruh Terhadap Nyeri Post Operasi Sectio Caesarea*. Jurnal Media Kesehatan, 12(1), 11-20.
- Smeltzer, S.C & Bare, B.G, (2010). *Buku Ajar Medikal Bedah Brunner & Suddarth edisi 8*. Jakarta: EGC.