

# **SKRIPSI**

## **EFEKTIFITAS PENDIDIKAN KESEHATAN DENGAN MEDIA LEAFLET DAN VIDEO TERHADAP KEMAMPUAN PASIEN MELAKUKAN NAFAS DALAM DAN RELAKSASI *GUIDED IMAGERY* PASKA OPERASI**

**Disusun Guna Memperoleh Gelar Sarjana Keperawatan  
Dalam Program Studi Keperawatan  
Universitas Sahid Surakarta**



**Disusun oleh:**

**NANIK KARYAWATI**  
**2020122003**

**PROGRAM STUDI KEPERAWATAN  
FAKULTAS SAINS, TEKNOLOGI DAN KESEHATAN  
UNIVERSITAS SAHID SURAKARTA  
2022**

**SURAT PERNYATAAN**  
**ORISINILITAS KARYA TULIS**

---

Saya mahasiswa Program Studi Keperawatan Fakultas Sains, Teknologi dan Kesehatan Universitas Sahid Surakarta, yang bertanda tangan dibawah ini.

Nama : Nanik Karyawati

NIM : 2020122003

Menyatakan dengan sesungguhnya bahwa Tugas Akhir/Skripsi dengan judul efektifitas pendidikan kesehatan dengan media leaflet dan video terhadap kemampuan pasien melakukan nafas dalam dan relaksasi *guided imagery* paska operasi adalah benar-benar karya saya susun sendiri. Apabila kemudian terbukti bahwa saya ternyata melakukan tindakan menyalin/atau meniru tulisan/ karya orang lain seolah-olah hal pemikiran saya sendiri, saya bersedia menerima sanksi sesuai peraturan yang berlaku di Universitas termasuk pencabutan gelar yang telah saya peroleh.

Demikian surat pernyataan ini saya buat dengan sebenar-benarnya dan apabila dikemudian hari terbukti melakukan kebohongan maka saya sanggup menanggung segala konsekuensinya.

Surakarta, Januari 2022

Yang menyatakan

A handwritten signature in black ink is written over a rectangular stamp. The stamp contains the text 'METAPKI' and '174711' and a small portrait of a person. The signature is written in a cursive style.

Nanik Karyawati

**PERNYATAAN PERSETUJUAN PUBLIKASI  
KARYA ILMIAH UNTUK KEPENTINGAN AKADEMIS**

---

Sebagai Civitas Akademika Universitas Sahid Surakarta, saya yang bertanda tangan dibawah ini.

Nama : Nanik Karyawati  
NIM : 2020122003  
Program Studi : Keperawatan  
Fakultas : Sains, Teknologi dan Kesehatan  
Jenis Karya : Skripsi

Demi ilmu pengetahuan, menyetujui untuk memberikan kepada Universitas Sahid Surakarta Hak Bebas noneklusif (*non-exclusive Royalti Free Right*) atas skripsi saya yang berjudul:

Efektifitas pendidikan kesehatan dengan media leaflet dan video terhadap kemampuan pasien melakukan nafas dalam dan relaksasi *guided imagery* paska operasi beserta instrument/ desain/ perangkat (jika ada). Berhak menyimpan, mengalih bentuk, mengalih media, mengelola dalam bentuk pangkalan (*data databased*), merawat serta mempublikasikan karya ilmiah saya selama tetap mencantumkan nama saya sebagai penulis (*author*) dan pembimbing sebaga *co author* atau pencipta dan juga sebagai pemilik Hak Cipta.

Demikian pernyataan ini saya buat dengan sesungguhnya secara sadar tanpa paksaan dari pihak manapun.

Dibuat di: Surakarta, Januari 2022

Yang membuat pernyataan

A handwritten signature in black ink is written over a yellow rectangular stamp. The stamp contains the text 'METAPATI TELUKI' and '2020122003'.

Nanik Karyawati

**LEMBAR PERSETUJUAN**

**EFEKTIFITAS PENDIDIKAN KESEHATAN DENGAN MEDIA  
LEAFLET DAN VIDEO TERHADAP KEMAMPUAN PASIEN  
MELAKUKAN NAFAS DALAM DAN RELAKSASI  
GUIDED IMAGERY PASKA OPERASI**

Yang diajukan oleh :  
NANIK KARYAWATI  
NIM : 2020122003

Telah mendapatkan persetujuan untuk di uji  
Pada tanggal : 25 Januari 2022

Pembimbing 1



Vitri Dyah Herawati, S.Kep., Ns., M.Kep  
NIDN. 0613118603

Pembimbing 2



Fajar Alam Putra, S.Kep., Ns., MKM  
NIDN. 060808804

Mengetahui

Ketua Program Studi Keperawatan



Fajar Alam Putra, S.Kep., Ns., MKM  
NIDN. 060808804

LEMBAR PENGESAHAN SKRIPSI

EFEKTIFITAS PENDIDIKAN KESEHATAN DENGAN MEDIA  
LEAFLET DAN VIDEO TERHADAP KEMAMPUAN PASIEN  
MELAKUKAN NAFAS DALAM DAN RELAKSASI  
GUIDED IMAGERY PASKA OPERASI

Telah Dipertahankan Dihadapan Tim Penguji Skripsi  
Program Studi Ilmu Keperawatan Universitas Sahid Surakarta

Pada tanggal : 28 Januari 2022

NANIK KARYAWATI  
2020122003

Dewan Penguji:

1. Vitri Dyah Herawati, S.Kep., Ns., M.Kep
2. Fajar Alam Putra, S.Kep., Ns., MKM
3. Anik Suwarni., S.Kep. Ns., M.Kes



Mengetahui,

Ketua  
Program Studi Keperawatan

Dekan  
Fakultas Sains, Teknologi, dan Kesehatan



Fajar Alam Putra, S.Kep., Ns., MKM  
NIDN. 060808804



Firdhaus H. Saputro Al Haris, S.T., M.Eng  
NIDN. 0614068201  
FAKULTAS  
SAINS, TEKNOLOGI DAN  
KESEHATAN

## INTISARI

### EFEKTIFITAS PENDIDIKAN KESEHATAN DENGAN MEDIA *LEAFLET* DAN VIDEO TERHADAP KEMAMPUAN PASIEN MELAKUKAN NAFAS DALAM DAN RELAKSASI *GUIDED IMAGERY* PASKA OPERASI

Nanik Karyawati<sup>1</sup>, Fajar Alam Putra<sup>2</sup>, Vitri Dyah Herawati<sup>2</sup>  
email: [karyawatinanik66@gmail.com](mailto:karyawatinanik66@gmail.com)

**Latar Belakang:** Pembedahan dapat menimbulkan gangguan rasa nyaman nyeri dan juga dapat menimbulkan berbagai komplikasi seperti atelektasis dan pneumonia. Pendidikan kesehatan menggunakan media leaflet dan video digunakan untuk meningkatkan kemampuan pasien dalam menciptakan rasa nyaman dengan melakukan nafas dalam dan relaksasi *guided imagery*, serta membantu mencegah komplikasi dan mempercepat proses penyembuhan pasien.

**Tujuan penelitian:** Mengetahui efektifitas pendidikan kesehatan dengan media *leaflet* dan video terhadap kemampuan pasien melakukan nafas dalam dan relaksasi *guided imagery* paska operasi.

**Metode penelitian:** Desain penelitian adalah desain *quasi eksperiment* dengan pendekatan *pre* dan *post-test with control group*. Populasi penelitian ini adalah pasien pre operasi dengan sampel berjumlah 60 responden. Teknik *sampling* yang digunakan adalah *purposive sampling*. Instrumen penelitian menggunakan lembar observasi nafas dalam dan relaksasai *guided imagery*. Analisa data univariat menggunakan uji distribusi frekuensi, sedangkan analisa bivariat *Mann-whitney*.

**Hasil:** Media video dan leaflet efektif terhadap peningkatan kemampuan pasien dalam melakukan nafas dalam dan *guided imagery* dengan nilai signifikansi media video 0,000 dan media leaflet 0,001. Media video lebih efektif terhadap peningkatan pengetahuan jika dibandingkan dengan media leaflet.

**Kesimpulan:** Semakin baik dan menarik suatu media pendidikan kesehatan, maka akan semakin mempermudah pasien dalam memahami pendidikan kesehatan yang diberikan.

**Kata kunci:** Media video, media leaflet, nafas dalam, *guided imagery*.

---

<sup>1</sup> Mahasiswa Program Studi Keperawatan Fakultas Sains, Teknologi Dan Kesehatan Universitas Sahid Surakarta

<sup>2</sup> Dosen Program Studi Keperawatan Fakultas Sains, Teknologi Dan Kesehatan Universitas Sahid Surakarta

## ABSTRACT

### THE EFFECTIVENESS OF HEALTH EDUCATION WITH LEAFLET AND VIDEO MEDIA ON PATIENT'S ABILITY TO DEEP BREATHING AND GUIDEDIMAGERY RELAXATION POST OPERATION

Nanik Karyawati<sup>1</sup>, Fajar Alam Putra<sup>2</sup>, Vitri Dyah Herawati<sup>2</sup>  
email: [karyawatinanik66@gmail.com](mailto:karyawatinanik66@gmail.com)

**Background:** Surgery can cause discomfort pain and also cause various complications such as atelectasis and pneumonia. Health education using leaflets and videos is used to increase the patient's ability to create comfort by doing deep breathing and relaxation guided imagery, as well as helping to prevent complications and improve the patient's healing process.

**Objectives:** To determine the effectiveness of health education with leaflet and video media on the patient's ability to deep breathing and postoperative guided imagery relaxation.

**Method:** The research design was a quasi-experimental design with a pre and post- test approach with a control group. The population was preoperative patients with a sample of 60 respondents. The sampling technique used purposive sampling. The research instrument used a deep breath observation sheet and guided imagery relaxation. Univariate data analysis used frequency distribution test, while bivariate analysis used Mann-Whitney.

**Results:** Video and leaflet media effectively increased the patient's ability to perform deep breaths and guided imagery with a significance value of 0.000 for video media and 0.001 for leaflet media. Video media is more effective in increasing knowledge compared to leaflet media.

**Conclusion:** The more attractive a health education media will make it easier for patients to understand the health education provided.

Keywords: Video Media, Leaflet Media, Deep Breath, Guided Imagery

- 
1. Students of Nursing department of Sahid Surakarta University
  2. Lecturer of Nursing department of Sahid Surakarta University



## **MOTTO**

Jika kalian berbuat baik, sesungguhnya kalian berbuat baik  
untuk diri kalian sendiri.

(QS. Al-Isra': 7)



## PERSEMBAHAN

Alhamdulillahirobbilalamin skripsi yang berjudul efektifitas pendidikan kesehatan dengan media *leaflet* dan video terhadap kemampuan pasien melakukan nafas dalam dan relaksasi *guided imagery* paska operasi selesai tepat pada waktunya. Skripsi ini penulis persembahkan kepada:

1. Suami dan anak-anak tercinta yang selalu memberikan doa, dukungan, motivasi, semangat, baik secara moril dan materi.
2. Ibu dan bapak kedua orang tua beserta saudara, keluarga dan kerabat yang selalu mendoakan, juga memberikan semangat dan dukungan.
3. Bapak dan Ibu dosen yang telah membimbing selama menempuh perkuliahan.
4. Staf Universitas Sahid Surakarta yang membantu dalam berbagai keperluan administrasi dan lainnya.
5. Teman-teman seangkatan B44 yang selalu memberikan bantuan dan dukungan selama menjalani perkuliahan.

## PRAKATA

Puji dan syukur dipanjatkan kepada Tuhan Yang Maha Esa karena penulis dapat menyelesaikan skripsi yang berjudul “efektifitas pendidikan kesehatan dengan media *leaflet* dan video terhadap kemampuan pasien melakukan nafas dalam dan relaksasi *guided imagery* paska operasi”. Skripsi ini disusun untuk memenuhi salah satu persyaratan menyelesaikan tugas akhir untuk mendapatkan gelar Sarjana Keperawatan pada Program Studi Keperawatan Fakultas Sains, Teknologi dan Kesehatan Universitas Sahid Surakarta.

Dalam penyusunan skripsi ini, penulis mendapatkan bimbingan dan dukungan dari berbagai pihak. Oleh karena itu, penulis menyampaikan terima kasih kepada:

1. Prof. Dr. Ir. Mohamad Harisudin, M.Si selaku Rektor Universitas Sahid Surakarta yang telah memberi kesempatan kepada penulis untuk menimba ilmu di Universitas Sahid Surakarta.
2. Ir. Dahlan Susilo, M.Kom selaku Wakil Rektor Akademik Kemahasiswaan, Alumni dan Kerjasama Universitas Sahid Surakarta yang telah memberikan kesempatan penulis untuk mengikuti perkuliahan di Universitas Sahid Surakarta.
3. Destina Paningrum, SE., MM selaku Wakil Rektor Sumberdaya, Keuangan, dan Pengembangan Universitas Sahid Surakarta yang telah memberikan kesempatan dalam mengikuti perkuliahan di Universitas Sahid Surakarta
4. Firdhaus Hari Saputro Al Haris, S.T., M.Eng selaku Dekan Keperawatan Fakultas Sains, Teknologi dan Kesehatan Universitas Sahid Surakarta.
5. Fajar Alam Putra, S.Kep., Ns., MKM selaku pembimbing II dan selaku Ketua Program Studi Keperawatan Fakultas Sains, Teknologi dan Kesehatan Universitas Sahid Surakarta.
6. Vitri Dyah Herawati, S.Kep., Ns., M.Kep selaku pembimbing I yang telah memberikan bimbingan, masukan, motivasi dan semangat dalam penyusunan skripsi ini.
7. Keluarga yang amat sangat saya sayangi dan seluruh keluarga yang senantiasa memberikan doa, semangat, dan motivasi dalam bentuk moril maupun materil

mulai dari awal perkuliahan, selama menyelesaikan skripsi ini dan sampai nanti penulis selesai dalam menimba ilmu.

8. Teman-teman terkasih, terima kasih atas doa, semangat, motivasi, dan segala bantuannya.
9. Semua pihak yang tidak dapat penulis sebutkan satu per satu yang telah memberikan bantuannya, dukungan dalam penyusunan skripsi ini.

Penulis menyadari bahwa dalam penyusunan skripsi ini masih banyak kekurangan. Penulis mengharapkan kritik dan saran untuk melengkapi kekurangan tersebut. Semoga skripsi ini dapat menjadi dasar pertimbangan dalam pelaksanaan penelitian selanjutnya.

Surakarta, Januari 2022

Yang menyatakan

Peneliti

## DAFTAR ISI

	Halaman
HALAMAN JUDUL.....	i
SURAT PERNYATAAN ORISINILITAS KARYA TULIS .....	ii
PERNYATAAN PERSETUJUAN PUBLIKASI .....	iii
LEMBAR PERSETUJUAN.....	iv
LEMBAR PENGESAHAN .....	v
INSTISARI .....	vi
ABSTRACT.....	vii
LEMBAR PERSEMBAHAN .....	viii
PRAKATA.....	ix
DAFTAR ISI.....	xi
DAFTAR TABEL .....	xiv
DAFTAR GAMBAR .....	xv
DAFTAR LAMPIRAN.....	xvi
BAB I PENDAHULUAN .....	1
A. Latar Belakang.....	1
B. Rumusan Masalah.....	5
C. Tujuan Penelitian .....	5
1. Tujuan Umum.....	5
2. Tujuan Khusus .....	5
D. Manfaat Penelitian .....	6
E. Keaslian Penelitian .....	8
BAB II TINJAUAN PUSTAKA.....	10
A. Tinjauan Teori .....	10
1. Pendidikan kesehatan .....	10
2. Media pendidikan kesehatan <i>leaflet</i> .....	15
3. Media pendidikan menggunakan media video .....	18
4. Nafas dalam .....	20

5. Relaksasi <i>guided imagery</i> .....	23
6. Keperawatan perioperatif .....	27
B. Kerangka Teori .....	38
C. Kerangka Konsep .....	39
D. Hipotesis .....	39
<b>BAB III METODOLOGI PENELITIAN</b> .....	40
A. Desain Penelitian .....	40
B. Tempat dan Waktu Penelitian .....	41
1. Tempat .....	41
2. Waktu.....	41
C. Populasi dan Sampel Penelitian .....	41
1. Populasi penelitian .....	41
2. Sampel Penelitian .....	42
D. Variabel Penelitian .....	43
1. Variabel independen .....	43
2. Variabel dependen .....	43
E. Definisi Operasional .....	45
F. Instrumen Penelitian .....	46
G. Uji Validitas dan Reliabilitas .....	47
H. Metode Pengumpulan Data .....	48
I. Metode Pengolahan dan Analisa Data .....	49
1. Metode pengolahan data .....	49
2. Analisa data .....	49
J. Jalannya Penelitian .....	51
K. Etika Penelitian .....	52
<b>BAB IV HASIL DAN PEMBAHASAN</b> .....	53
A. Gambaran umum tempat penelitian.....	53
B. Hasil penelitian .....	54
1. Karakteristik demografi responden .....	54

2.	Kemampuan pasien melakukan nafas dalam dan relaksasi <i>guided imagery</i> sebelum dan setelah diberikan pendidikan kesehatan menggunakan media leaflet dan video .....	56
3.	Uji normalitas data.....	58
4.	Efektifas pendidikan kesehatan menggunakan media leaflet dan video terhadap kemampuan pasien dalam melakukan nafas dalam dan relaksasi <i>guided imagery</i> .....	59
C.	Pembahasan .....	60
1.	Karakteristik demografi responden.....	60
2.	Kemampuan pasien melakukan nafas dalam dan relaksasi <i>guided imagery</i> sebelum dan setelah diberikan pendidikan kesehatan menggunakan media leaflet dan video .....	65
3.	Efektifas pendidikan kesehatan menggunakan media leaflet dan video terhadap kemampuan pasien dalam melakukan nafas dalam dan relaksasi <i>guided imagery</i> .....	67
4.	Keterbatasan .....	71
	BAB V SIMPULAN DAN SARAN .....	72
A.	Simpulan .....	72
B.	Saran .....	74
	DAFTAR PUSTAKA .....	74
	LAMPIRAN	

## DAFTAR TABEL

	<b>Halaman</b>
Tabel 1.1 Keaslian Penelitian .....	7
Tabel 3.1 Definisi operasional .....	45
Tabel 4.1 Karakteristik responden.....	54
Tabel 4.2 Kemampuan pasien melakukan nafas dalam dan relaksasi <i>guided imagery</i> sebelum dan setelah.....	57
Tabel 4.3 Uji normalitas data penelitian .....	58
Tabel 4.4 Efektifitas pendidikan kesehatan .....	59

## DAFTAR GAMBAR

### Halaman

Gambar 2.1	Kerangka teori penelitian .....	38
Gambar 2.2	Kerangka konsep penelitian .....	39



## DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran 1 Jadwal penelitian

Lampiran 2 Surat-surat penelitian

Lampiran 3 Alur penyusunan skripsi

Lampiran 4 SOP Nafas dalam

Lampiran 5 Lembar persetujuan (*informed consent*)

Lampiran 6 Lembar persetujuan menjadi responden

Lampiran 7 Kuesioner karakteristik responden

Lampiran 8 Lembar observasi nafas dalam

Lampiran 9 Lembar observasi *guided imagery*

Lampiran 10 Leaflet nafas dalam dan relaksasi *guided imagery*

Lampiran 11 Tabulasi uji validitas dan reliabilitas

Lampiran 12 hasil uji validitas dan reliabilitas

Lampiran 13 Tabulasi hasil penelitian

Lampiran 14 Hasil analisis data