



PENGARUH PEMBERIAN TERAPI *GUIDED IMAGERY* DAN *NATURE SOUND* TERHADAP INTENSITAS NYERI PASIEN DIRUANG HEMODIALISIS RSUD AJI MUHAMMAD PARIKESIT TENGGARONG

Marissa Divya Sharma^{1*}, Faried Rahman Hidayat², Rusni Masnina² dan Milkhatun²

¹Mahasiswa Profesi Ners, Universitas Muhammadiyah Kalimantan Timur, Indonesia

²Dosen Ilmu Keperawatan, Universitas Kalimantan Timur, Indonesia

Email : marissadivyas@gmail.com, frh934@umkt.ac.id

KeyWords

Gagal Ginjal Kronik, *guided imagery*, Hemodialisis, *nature sound*, Nyeri.

ABSTRACT

latar Belakang: Hemodialisis merupakan salah satu terapi pengganti ginjal, terapi hemodialisis adalah suatu teknologi tinggi sebagai terapi pengganti untuk mengeluarkan sisa-sisa metabolisme atau racun tertentu dari peredaran darah manusia. Frekuensi tindakan hemodialisis rata-rata penderita menjalani 2x dalam seminggu dan pelaksanaan hemodialisis paling sedikit 4-5 jam tiap sekali tindakan terapi. Pada saat prosedur ini dilakukan masalah yang sering muncul pada pasien yaitu nyeri. Berbagai metode dapat digunakan untuk meminimalisir nyeri selama hemodialisis salah satunya adalah dengan metode nonfarmakologi yaitu *guided imagery & nature sound*.

Tujuan : Karya Ilmiah Akhir ners ini bertujuan untuk menganalisa terhadap kasus kelolaan dengan pasien penyakit gagal ginjal kronik dengan intervensi inovasi. Pemberian intervensi inovasi terapi *guided imagery & nature sound* dengan *Numeric Rating Scale* (NRS)

Metode : metode yang digunakan adalah pengukuran skala nyeri dengan *Numeric Rating Scale* (NRS) dengan intervensi inovasi terapi *guided imagery & nature sound*.

Hasil : Hasil analisa menunjukkan dengan skor NRS sebelum dilakukan intervensi pada pertemuan ke -1 skala nyeri & dan setelah dilakukan intervensi menurun menjadi skala 5, pada pertemuan ke-2 sebelum intervensi nyeri skala 8 setelah intervensi menurun menjadi 5 dan pertemuan ke-3 sebelum intervensi skala 6 setelah intervensi menurun menjadi 2. Terapi *guided imagery & nature sound* akan menghasilkan endorphin yang dapat memberikan efek relaksasi dan menurunkan transmisi nyeri.

Kesimpulan : Berdasarkan hasil penelitian ini dapat disimpulkan bahwa terdapat perubahan yang signifikan pada intensitas nyeri yang dialami oleh pasien selama hemodialisa setelah diberikan terapi *guided imagery & nature sound*.

Kata kunci: *guided imagery*, *nature sound*, Nyeri, Hemodialisis, Gagal Ginjal Kronik

LATAR BELAKANG

Penyakit ginjal kronis (CKD) adalah suatu kondisi yang terjadi akibat menurunnya kemampuan ginjal dalam menjaga keseimbangan dalam tubuh. Gagal ginjal kronik merupakan penyakit tidak menular yang mempunyai perjalanan penyakit yang sangat panjang, merupakan penyakit yang mengalami penurunan fungsi dan tidak dapat kembali seperti semula (Kementerian Kesehatan, 2017). Menurut Chen, Knicely & Grams (2019), gagal ginjal kronik ditandai dengan penurunan laju filtrasi glomerulus (GFR) sebesar 60 ml/menit (1,73 m²), atau penurunan kadar albuminuria kurang lebih 30 mg per 24 jam dan berlangsung lebih dari 24 jam selama tiga bulan. Berdasarkan Survei Kesehatan Dasar (Riskusdas), prevalensi penyakit ginjal kronik di Indonesia pada tahun 2018 sebanyak 499.800 orang (2%). Namun di Kalimantan Timur sendiri, prevalensi penyakit ginjal kronik pada penduduk usia 15 tahun ke atas berdasarkan diagnosis dokter adalah 0,42% atau setara dengan 0,31%

Hemodialisis merupakan pengobatan gagal ginjal kronik dengan menggunakan hemodialisis. Terapi hemodialisis membuang sisa metabolisme dan racun tertentu seperti air, natrium, kalium, hidrogen, urea, kreatinin, asam urat, dan zat lain dari aliran darah manusia melalui membran semipermeabel yang memisahkan darah. Dialisis dalam guatane ginjal mengalami proses difusi, osmosis, dan ultrafiltrasi. Frekuensi hemodialisis tergantung pada sisa fungsi ginjal. Rata-rata pasien menjalani hemodialisis 2–3 kali seminggu, dan durasi hemodialisis minimal 3–4 jam untuk setiap prosedur pengobatan (Cholina et al, 2020). Pasien hemodialisis memerlukan akses, terutama mereka yang memiliki riwayat panjang penempatan Cimino Vascular Access di mana AV shunt dimasukkan dan AV shunt dilepas selama hemodialisis. Pasien hemodialisis juga menderita penyakit lain seperti tekanan darah tinggi. Peningkatan tekanan darah mempengaruhi sakit kepala pada pasien. Salah satu cara untuk mengurangi nyeri dengan menggunakan teknik nonfarmakologis adalah pencitraan terbimbing. *Guided imagery* adalah teknik relaksasi yang menggunakan imajinasi seseorang dengan cara yang dirancang khusus untuk mencapai efek tertentu teknik ini berfokus pada relaksasi fisik Ketika pikiran rileks, tubuh juga rileks, menciptakan gambaran yang nyaman dan jelas, sehingga mengurangi kualitas nyeri dan memungkinkan pengendalian nyeri lebih efektif, Selain citra terbimbing, ada pengobatan non-farmakologis lain yang dapat menghilangkan rasa sakit yaitu suara alam. Suara alam merupakan perkembangan teknologi, musik klasik, dan kombinasi suara yang dihasilkan oleh fenomena alam seperti angin dan aliran sungai yang dapat menghasilkan Rintik hujan, kicau burung, deburan ombak laut. Lagu yang dihasilkan mengandung tempo dan ritme yang mirip, lambat, atau nada tinggi tanpa lirik (Wardani, Marsela Eka & Soesanto, 2022).

Metedologi

Metode yang digunakan dalam penelitian ini adalah studi kasus yang mengukur intensitas nyeri klien dengan membandingkan skala nyeri sebelum dan sesudah intervensi *guided imagery* dan *nature sound* merupakan gambaran terbimbing disertai suara alam yang mengurangi intensitas nyeri klien dan memberikan efek relaksasi pada pasien, proses relaksasi mengirimkan pesan ke hipotalamus untuk mengurangi sekresi neuropeptida sehingga merangsang sistem saraf simpatis sehingga menghasilkan keadaan tenang dan nyaman (Hidayat, 2019). Relaksasi mempengaruhi aspek psikologis dan fisiologis, karena ketika sekresi neuropeptida menurun maka pelepasan katekolamin juga menurun sehingga mengakibatkan penurunan denyut jantung, tekanan darah, resistensi pembuluh darah dan konsumsi oksigen tubuh (Hidayat, 2019).

Pada hasil penelitian Pengaruh terapi *duided imagey nature sound* Kasus kelolaan pada klien, diagnosis keperawatan salah satunya ada nyeri akut berhubungan dengan agen pencedera fisiologis, peneliti melakukan inovasi intervensi dengan memberikan terapi *guided imagery & nature sound* untuk mengetahui perubahan intensitas nyeri klien dengan skala *numeric rating scale*, frekuensi nadi, tekanan darah sebagai berikut :

Tabel 1 Evaluasi Intervensi Inovasi Hari pertama

Hari, tanggal	SKALA NYERI	Tekanan Darah	HR	Keterangan
Jumat, 22/12/2023	7	170/100	80 x/menit	Sebelum intervensi inovasi
	4	160/90	78 x/menit	Setelah intervensi inovasi

Berdasarkan tabel 1 evaluasi hari pertama diberikan intervensi terapi *guided imagery & nature sound* dapat dilihat bahwa terdapat perubahan pada intensitas nyeri sebelum dan sesudah pemberian intervensi. Terdapat penurunan skala nyeri dari skala 7 (nyeri berat menjadi skala 4 (nyeri sedang).

Tabel 2 Evaluasi Intervensi Hari kedua

Hari, tanggal	SKALA NYERI	Tekanan Darah	HR	Keterangan
Selasa, 26/12/2023	8	180/100	88 x/menit	Sebelum intervensi inovasi
	6	160/90	80 x/menit	Setelah intervensi inovasi

Berdasarkan tabel 2 evaluasi hari pertama diberikan intervensi terapi *guided imagery & nature sound* dapat dilihat bahwa terdapat perubahan pada intensitas nyeri sebelum dan sesudah pemberian intervensi. Terdapat penurunan skala nyeri dari skala 8 (nyeri berat menjadi skala 6 (nyeri sedang).

Tabel 3. Evaluasi Intervensi Hari kedua

Hari, tanggal	SKALA NYERI	Tekanan Darah	HR	Keterangan
Selasa, 26/12/2023	8	180/100	88 x/menit	Sebelum intervensi inovasi
	6	160/90	80 x/menit	Setelah intervensi inovasi

Berdasarkan tabel 2 evaluasi hari pertama diberikan intervensi terapi *guided imagery & nature sound* dapat dilihat bahwa terdapat perubahan pada intensitas nyeri sebelum dan sesudah pemberian intervensi. Terdapat penurunan skala nyeri dari skala 6 (nyeri sedang) menjadi skala 2 (nyeri ringan).

Hal ini didukung oleh penelitian bertajuk "Perbandingan Teknik Pernapasan dan Pencitraan Terpandu untuk Nyeri Insersi Fistula Arteriovenosa pada Pasien Hemodialisis" (Utari et al, 2022). Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui perbedaan skala nyeri antara pemberian respirasi dan guide imaging dengan menggunakan hasil uji sample t-test nilai p dari tes tersebut adalah 0,05 dapat disimpulkan bahwa pemberian gambar terbimbing berpengaruh terhadap nyeri insersi fistula atrioventrikular pada pasien hemodialisis. Penurunan perbedaan skor skala nyeri pada saat pemasangan akses vaskular lebih besar dibandingkan pada saat bernapas dengan kata lain, pencitraan yang dipandu dapat mengurangi skala nyeri dengan lebih efektif. Pengaruh *guided imagery* dan *nature sound* terhadap nyeri membuat klien merasa rileks dan secara alami memicu pelepasan hormon endorfin. Hormon ini adalah obat penghilang rasa sakit alami tubuh dan terdapat di otak, tulang belakang, dan saluran pencernaan. Citra positif melemahkan fungsi psikoneuroimun yang mempengaruhi respon nyeri.

Melalui *guided imagery* pasien akan terbantu untuk mengalihkan perhatian dari nyeri yang dirasakan dengan membayangkan hal-hal yang menyenangkan. Hal ini sehingga secara bertahap dapat menurunkan persepsi klien terhadap nyeri yang dirasakan. Pemberian *guided imagery* merupakan salah satu upaya yang dilakukan untuk penanganan rasa nyeri yang dirasakan pasien. Terapi ini meningkatkan relaksasi pada pasien, mengalihkan konsentrasi dan perhatian dari rasa nyeri serta berangsur-angsur menurunkan persepsi terhadap rasa yang dirasakan.

Sedangkan *nature Sound*, memiliki efek dalam tubuh manusia terdapat hormon yang dapat menghilangkan rasa sakit, seperti enkefin, endorfin, dan dinorfin. Endorfin adalah neurohormon yang berhubungan dengan perasaan sejahtera dan memiliki efek menenangkan. Ketika endorfin diproduksi di otak, mereka mengaktifkan sistem saraf parasimpatis, membuat tubuh rileks dan menghilangkan rasa sakit dengan menurunkan tekanan darah, laju pernapasan, dan detak jantung. Proses relaksasi mengirimkan pesan ke hipotalamus untuk mengurangi sekresi neuropeptida sehingga merangsang sistem saraf simpatis sehingga menghasilkan keadaan tenang dan nyaman (Hidayat, 2019). Relaksasi mempengaruhi aspek psikologis dan fisiologis, karena ketika sekresi neuropeptida menurun maka pelepasan katekolamin juga menurun sehingga mengakibatkan penurunan denyut jantung, tekanan darah, resistensi pembuluh darah dan konsumsi oksigen tubuh (Hidayat, 2019). Selain endorfin, noradrenalin dan serotonin juga mengurangi rasa sakit dengan mengatur impuls turun dari otak.

Conclusion

Intervensi yang inovatif terapi *guided imagery & nature sound* dalam menurunkan intensitas nyeri pada Ny. Y menunjukkan hasil yang signifikan dimana terjadi peningkatan hal ini dibuktikan dengan penurunan pada skala nyeri Ny.Y. pada saat sebelum dan setelah dilakukan intervensi novasi terapi *guided imagery & nature sound* selama 3 hari dengan durasi 7-10 menit menunjukkan penurunan skala nyeri. Pada hari pertama skala nyeri klien skala 7 (nyeri berat) menjadi skala 4 (nyeri sedang), pada hari kedua intervensi dari skala 8 (nyeri berat) menjadi skala 6 (nyeri sedang) dan pada hari ketiga dari skala 6 (nyeri sedang) menjadi skala 2 (nyeri ringan).

References

- [1] A. Nurarif, H. & K. (2015). *Aplikasi Asuhan Keperawatan Berdasarkan Diagnosa Medis dan Nanda Nic-NOC* (3rd ed.). Mediacion publishing.
- [2] A. S, Wahyudi & A, W. (2016). *Buku ajar ilmu keperawatan dasar*. Mitra Wacana Medika.
- [3] Aswad, Yusrin & Pangalo, P. (2018). efektifitas penggunaan audio recorder guided imagery music (GIM) terhadap nyeri pada pasien pasca bedah laparatomi di RS blud Prof DR dr H aloe saboe kota Gorontalo. *Jurnal Ilmu Kesehatan, 2*.
- [4] Atrie, Yunie Utari & Priyandana, B. (2022). Perbandingan Breathing exercise dan Guided imagery terhadap Nyeri Insersi Arteriovenous Fistula pada Pasien Hemodialisa. *Jurnal Keperawatan Stikes Hang Tuah Tanjung Pinang, 12*.
- [5] Bahrudin, M. (2017). *PATOFISIOLOGI NYERI (PAIN)*. 13.
- [6] EN, Marieb , K, H. (2015). *Human anatomy & physiology* (kesepuluh). Pearson Education.
- [7] et al, M. (2015). *Standar Asuhan Keperawatan Dan Prosedur Tetap Dalam Praktek Keperawatan*. Selemba Medika.
- [8] Farzaneh, M., Abbasijahromi, A., Saadatmand, V., Parandavar, N., Dowlatkhah, H. R., & Bahmanjahromi, A. (2019). Comparative Effect of Nature-Based Sounds Intervention and Headphones Intervention on Pain Severity After Cesarean Sectio: A Prospective Double-Blind Randomized Trial. *Journal Anesthesiology and Pain Medicine*.
- [9] Hall, guyton and. (2019). *Buku Ajar Fisiologi Kedokteran* (M. D. Widjajakusumah (ed.); 13th ed.). https://www.google.co.id/books/edition/Guyton_dan_Hall_Buku_Ajar_Fisiologi_Kedo/TPn2DwAAQBAJ?hl=id&gbpv=1
- [10] Harmilah. (2020). *Asuhan Keperawatan pada Pasien dengan Gangguan Sistem Perkemihan*. Pustaka Baru Press.
- [11] haryanti, Ika Agustin & Nisa, K. (2015). Terapi Konservatif dan Terapi Pengganti Ginjal sebagai Penatalaksanaan pada Gagal Ginjal Kronik. *Majority, 4*.
- [12] Hidayat, A. A. (2019). *Khazanah Terapi Komplementer-Alternatif: Telusur Intervensi Pengobatan Pelengkap Non-Medis*. Nuasa Cendikia.
- [13] Kurniawati, A. K. (2022). *MODEL SAMRY (STRES ADAPTASI MAHFUDZAT & GUIDED IMAGERY)* (A. K. Kurniawati (ed.)). Unimus Press.
- [14] Malakoutikhah, A., Dehghan, M., Ghonchehpoo, A., Parandeh Afshar, P., & Honarmand, A. (2020). The Effect of Different Genres of Music and Silence on Relaxation and Anxiety. *E-Journal Keperawatan, 16*(6), 376–381. <https://www.sciencedirect.com/science/article/abs/pii/S1550830720300860?via%3Dihub>
- [15] Muttaqin, Arif., & Sari, K. (2014). *Asuhan Keperawatan Gangguan Sistem Perkemihan*. selemba Medika.
- [16] Nugrahaeni, A. (2020). *Pengantar Anatomi Fisiologi Manusia*. Anak Hebat Indonesia.
- [17] Pinzon, R. T. (2016). *Epidemiologi Stroke: Gambaran Tentang Pola Demografi, Faktor Resiko, Gejala Klinik dan luaran Klinis pasien stroke*. Betha Grafika.
- [18] PPNI. (2016a). *Standar Diagnosis Keperawatan Indonesia Definisi dan Indikator Diagnostik*. DPP PPNI.
- [19] PPNI. (2016b). *Standar Intervensi Keperawatan Indonesia: Definisi dan Tindakan Keperawatan*. DPP PPNI.

- [20]PPNI. (2016c). *Standar Luaran Keperawatan Indonesia: Definisi dan Kriteria Hasil Keperawatan*. DPP PPNI.
- [21]Purwoto, Ady & Tribakti, Ichlas & Robby, M. (2023). *Manajemen Nyeri* (N. & M. I. Sulung (ed.)). Global Eksekutif Teknologi. https://www.google.co.id/books/edition/Manajemen_Nyeri/n3PEEAAAQBAJ?hl=id&gbpv=1
- [22]Rahmatiq, C., & Arifatmi, L. (2018). Pengaruh Pemberian Terapi Musik Terhadap Nyeri Post Operasi Pasien Sectio Caesarea Di Rumah Sakit Abdoel Madjid Batoe Muara Bulian. *Eminar Nasional Kesehatan Masyarakat UMS*.
- [23]RI, K. K. (2017). *Fungsi dan Faktor Risiko Ginjal*. <https://p2ptm.kemkes.go.id/informasi-p2ptm/fungsi-dan-faktor-risiko-ginjal>
- [24]Siregar, C. T. (2020). *Buku Ajar Manajemen Komplikasi Pasien Hemodialisa* (R. A. Ariga (ed.); 1st ed.). deepublish.
- [25]Smeltzer, S.C dan B, G. B. (2015). *Keperawatan Medikal Bedah*. ECG.
- [26]Somji, S., Ruggajo, P., & Moledina, S. (2020). Adequacy of Hemodialysis and Its Associated Factors among Patients Undergoing Chronic Hemodialysis in Dar es Salaam, Tanzania. *International Journal Of Nephrology*.
- [27]Wardani, Marsela Eka & Soesanto, E. (2022). Penurunan nyeri pada pasien post tiroidektomi menggunakan terapi musik suara alam. *Jurnal Unimus*, 3.
- [28]Wijaya, Andri Saferi & Putri, Y. M. (2017). *KMB I : Keperawatan Medikal Bedah Keperawatan Teori dan Contoh Askep*. Nuha Medika.
- [29]Wijayanti, K., Johan, A., & Rochana, N. (2016). Musik Suara Alam Terhadap Peningkatan Kualitas Tidur Pada Pasien Kritis. *Jurnal Keperawatan Dan Pemikiran Ilmiah*.
- [30]Yasmara & Deni & Nursiswati & Arafat, R. (2016). *Rencana Asuhan Keperawatan Medikal-Bedah*. ECG.