

**EFEKTIVITAS MANAJEMEN NYERI DENGAN *GUIDED IMAGERY RELAXATION*
PADA PASIEN CEDERA KEPALA
DI RSUD DR. SOEDIRAN MANGUN SUMARSO WONOGIRI**

Nugroho Priyo Handono¹, Arviah sulistyaningsih²,Joko Priyatno³

¹Dosen Akper GSH Wonogiri

²Mahasiswa Akper GSH Wonogiri

³Perawat

nphands.emperor123@gmail.com

ABSTRAK

Permasalahan Cedera kepala masih menjadi masalah yang global, dimana menjadi penyebab utama kematian dsabilitas pada usia muda . cedera kepala menyebabkan respon nyeri pada penderitanya. Nyeri disebabkan karena peningkatan asam laktat dan tekanan intrakranial . Untuk mengatasi nyeri maka dapat dilakukan *guided imagery relaxation* dengan prosedur yang benar dan tepat , dan prosedur tersebut dapat di dukung dengan peralatan musik yan menghasilkan suara lembut dan menenangkan. Prosedur ini memberikan potensi skala nyeri yang dirasakan penderita dapat berkurang bahkan hilang.**Tujuan penelitian** ini adalah untuk mengetahui bagaimana efektivitas manajemen nyeri dengan *guided imagery relaxation* pada pasien cedera kepala. Metode penelitian yang digunakan menggunakan jenis penelitian studi kasus (*case study*). Populasi dalam penelitian ini adalah semua pasien cedera kepala di RSUD dr. Soediran Mangun Sumarso Wonogiri.**Kesimpulan** penelitian ini adalahSetelah dilakukan tindakan guide imagery relaxation dengan menggunakan musik ,dan membimbing untuk berimajinasi selama kurang lebih 15-30 menit didapatkan bahwa TN.E dengan cedera kepala ringan dari skala nyeri 8 menjadi skala nyeri 6, NY.S dengan cedera kepala sedang dari skala nyeri 9 menjadi skala nyeri 5 , TN.S dengan cedera kepala ringan dari skala nyeri 4 menjadi skala nyeri 2,NY.B dengan cedera kepala ringan dari skala nyeri 6 menjadi skala nyeri 2, dan NY.K dari skala nyeri 7 menjadi 3 .Maka terjadi selisih penurunan skala nyeri pada kelima responden yang ada

Kata kunci :*Guided Imagery Relaxation, Manajemen Nyeri, Cedera Kepala*

PENDAHULUAN

Traumatologi adalah ilmu yang mempelajari tentang luka dan cedera serta hubungannya dengan kekerasan. Salah satu dari banyak penyebab kematian ialah cedera kepala, yang dapat meyebabkan trauma pada kepala baik lapisan luar maupun dalam.Diperkirakan 1,7 juta orang di Amerika Serikat mengalami cedera kepala setiap tahunnya. Lebih dari 52.000 orang meninggal dunia , 275.000 dirawat di rumah sakit, dan hampir 80% dirawat dan dirujuk di I nstalasi Gawat Darurat. Gambaran cedera kepala yang menyebabkan kematian yaitu fraktur basis krani,cedera otak difus, hematoma serebral, dan hematoma subdural. (Asrid C.Awaloei,dkk , 2016).

Cedera kepala paling banyak terjadi pada jenis kelamin laki-laki umur antara 15-24 tahun, dimana angka kejadian cedera kepala pada jenis kelamin laki-laki (58%) lebih banyak di bandingkan jenis kelamin perempuan, ini diakibatkan karena mobilitas yang tinggi dikalangan usia produktif (valentina B. M. L ,dkk , 2015).

Dalam jurnal Sunarmo,dkk tahun 2016 angka kejadian cedera kepala di

Amerika Serikat meningkat, dimana pada tahun 2010 mencapai 2,5 juta (center for Disease control and Prevention/CDC,2015). Cedera kepala Yang terjadi di dunia sebagian besar diakibatkan oleh kecelakaan lalu lintas (*International Brain Injury Assocation/IBIA,2016*).Angka kecelakaan lalu lintas di Indonesia dalam rentang 2010-2014 mengalami kenaikan rata-rata 9,59% per tahun dengan diikuti kenaikan persentase korban meninggal dengan rata-rata 9,24% per tahun (Badan pusat Atatistik /BPS, 2016).

Di jawa tengah pada tahun 2013 persentase kecelakaan sepeda motor mencaapai 40,1% cedra kepala di jawa tengah juga disebabkan karena korban tidak memakai helm/alat pelindung kepala yang berstandar (Riskendas, 2013).

Cedera kepala merupakan proses yang heterogen dan dinamis sehingga kemungkinan terdapat lebih dari satu faktor yang menyebabkan terjadinya kenaikan tekanan intrakranial (Dr.dr.M. Z. Arifin, Sp.BS (k),2013).

Cedera kepala atau *traumatic brain injury* didsefiniskan sebagai cedera kepala

secara umum diartikan sebagai cedera yang melibatkan scalp atau kulit kepala, tulang tengkorak, dan tulang-tulang yang membentuk wajah atau otak. Etiologi cedera kepala dapat berasal dari berbagai sumber yaitu kekerasan benda tumpul, kecelakaan, pembunuhan, bunuh diri akibat tembakan (Asrid C. Awaloei, dkk, 2016).

Cedera kepala akan diikuti dengan sindrom posttraumatic, sindrom posttraumatic dapat meliputi seperti nyeri kepala, vertigo, insomnia, mual-muntah, dan penurunan kesadaran (Urip Rahayu, dkk, 2010).

Gangguan tidur dalam waktu yang lama akan mempengaruhi kondisi fisik dan psikologis seseorang serta bisa menyebabkan lamanya proses penyembuhan. Teknik relaksasi imajinasi terbimbing (*guide imagery relaxation*) merupakan salah satu teknik merelaksasi menggunakan semua panca indera melalui audio yang diberikan. Yang membantu memenuhi kebutuhan tidur yang terganggu karena faktor nyeri, lingkungan, kecemasan, dan tindakan keperawatan (Deswita, dkk, 2014).

Dari uraian diatas perawat sebenarnya dapat mempunyai peranan dalam tindakan keperawatan mandiri dalam penanganan nyeri secara berkala sebagai langkah awal dalam meningkatkan kenyamanan pasien dengan melakukan *guide imagery relaxation*

Dalam penelitian yang dilakukan oleh Urip Rahayu, dkk pada tahun 2010 menjelaskan *guide imagery relaxation* dapat mengurangi tingkat nyeri pada cedera kepala. Maka jika tehnik *guide imagery relaxation* diberikan secara terus menerus maka hasilnya akan sangat efektif untuk menjadi salah satu intervensi keperawatan mandiri yang dilakukan oleh para perawat.

Berdasarkan latar belakang yang telah diuraikan diatas maka penulis tertarik untuk mengaplikasikan dan melaporkan hasil studi kasus dari efektivitas manajemen nyeri dengan tehnik *guide imagery relaxation* pada pasien yang mengalami cedera kepala agar dimasukkan dalam salah satu tindakan keperawatan mandiri untuk menurunkan intensitas nyeri pada pasien cedera kepala. Baik itu cedera kepala berat, cedera kepala sedang dan cedera kepala ringan yang berada di rumah sakit dengan penanganan terbaik.

METODE

Dijelaskan dalam penelitian Urip Rahayu, dkk pada tahun 2010, dengan

jumlah pasien sebanyak 15 pasien dan didapatkan hasil rerata skala sebelum dilakukan teknik *Guided Imagery Relaxation* yaitu 8,66 kemudian setelah dilakukan teknik *Guided Imagery Relaxation* didapatkan hasil rerata yaitu 7,66. Dengan menggunakan pired t test. Maka peneliti mencoba melakukan penelitian terhadap 5 responden pasien cedera kepala yang ada di RUMAH SAKIT pada bulan November 2018. Awalnya peneliti melakukan observasi TTV, dan respon nyeri selanjutnya melakukan tindakan relaksasi dan mengobservasi hasil tindakan yang telah dilakukan.

Pada metode penelitian jumlah yang dikehendaki peneliti adalah 5 responden. Pemilihan sampel berdasar atas kasus cedera kepala yang ada di RSUD dr. Soediran Mangun Sumarso Wonogiri. Dari hasil penelitian pemberian *guide imagery relaxation* di RSUD dr. Soediran M.S Wonogiri sebelum dilakukan *guide imagery relaxation* disajikan dalam bentuk skala nyeri dan persentasi rata-rata. Tindakan pemberian relaksasi diberikan 1 kali sehari selama dua hari. Pengukuran tingkat nyeri dilakukan sebelum tindakan dilakukan dan sesudah tindakan kedua pada hari terakhir. Data yang didapatkan peneliti, disajikan dan di bahas berdasar teori dan fakta penelitian.

HASIL DAN BAHASAN

1. KARAKTERISTIK RESPONDEN

karakteristik responden berdasarkan jenis kelamin laki-laki sebanyak 3 orang (60%) sedangkan perempuan sebanyak 2 orang (40%). Hasil penelitian yang dilakukan pada April 2018 jumlah pasien cedera kepala adalah 3 laki-laki dan 2 perempuan, dapat disimpulkan bahwa jenis kelamin laki-laki lebih banyak daripada perempuan, ini sesuai dengan hasil dari penelitian Astrid C. Awaloei, dkk (2016) yang menyimpulkan bahwa jenis kelamin laki-laki terering mengalami cedera kepala. Disebutkan bahwa pasien terdiri dari beberapa usia, yaitu usia 34 tahun, 36 tahun, 42 tahun, 52 tahun, 58 tahun. Menurut penelitian oleh Suparnadi (2002) dalam Astrid C.A et.al (2016) usia terbanyak cedera kepala adalah usia 20-40 tahun. Diperkirakan bahwa usia 20-40 tahun merupakan usia produktif dengan mobilitas yang tinggi serta kurangnya kesadaran memakai alat pelindung diri atau keselamatan berkendara.

Tabel 4.3. karakteristik responden berdasarkan pekerjaan

No	Pekerjaan	JUMLAH	%
1	Wiraswasta	1	20%
2	Buruh	2	40%
3	IRT	2	40%
total		5	100%

Berdasarkan tabel diatas dapat dilihat karakteristik responden berdasarkan pekerjaan adalah 1 orang wiraswasta, 2 orang bekerja sebagai buruh dan 2 orang hanya sebagai ibu rumah tangga. Berdasar dari penelitian Fonda,dkk (2013) profesi/pekerjaan terbanyak yang mengalami kecelakaan dan cedera kepala adalah pelajar/ mahasiswa . Maka dari hasil penelitian belum dapat membuktikan dari hasil penelitian yang telah dilakukan sebelumnya.

Berdasarkan penelitian ini didapatkan hasil bahwa penyebab terbanyak dari kasus cedera kepala adalah kecelakaan lalu lintas , ini sesuai dengan hasil penelitian dari fonda,dkk (2013) bahwa penyebab terbanyak kasus cedera kepala adalah kecelakaan lalu lintas. Maka perlu adanya kesadaran masyarakat atas menjaga keselamatan diri sendiri, mengingatkan tingginya angka kasus kecelakaan perlu adanya pendidikan, dan sosialisasi dalam cara penganan awla dan penangan nyeri pada pasien cedera kepala sebelum sampai rumah sakit.

Skala nyeri dari sebelum dan sesudah dilakukan *guide imagery relaxation*:

Sebelum dilakukan tindakan *guide imagery relaxation* didapatkan bahwa ada 2 orang responden mengalami skala nyeri berat, 2 orang responden mngalami nyeri sedang dan 1 orang responden mengalami nyeri dengan skal ringan. Data ini diambil dari pemeriksaan dengan wawancara langsung terhadap pasien dan keluarga.

Setelah dilakukan tindakan *guide imagery relaxation* didapatkan bahwa ada, 1 orang responden mngalami nyeri sedang dan 4 orang responden mengalami nyeri dengan skala ringan. Data ini diambil dari pemeriksaan dengan wawancara langsung terhadap pasien dan keluarga.

4.6 tabel perbandingan skala nyeri sebelum dan sesudah tindakan

No	Responden	Skala nyeri Sebelum	Skala nyeri sesudah
1.	TN.E	8.0	6.0

2.	NY.S	9.0	5.0
3.	TN.S	4.0	2.0
4.	NY.B	6.0	2.0
5.	NY.K	7.0	3.0

Setelah dilakukan tindakan *guide imagery relaxation* dengan menggunakan musik ,dan membimbing untuk berimajinasi selama kurang lebih 15-30 menit didapatkan bahwa TN.E dengan cedera kepala ringan dari skala nyeri 8 menjadi skala nyeri 6, NY.S dengan cedera kepala sedang dari skala nyeri 9 menjadi skala nyeri 5 , TN.S dengan cedera kepala ringan dari skala nyeri 4 menjadi skala nyeri 2, NY.B dengan cedera kepala ringan dari skala nyeri 6 menjadi skala nyeri 2, dan NY.K dari skala nyeri 7 menjadi 3 .Maka terjadi selisih penurunan skala nyeri pada kelima responden yang ada , akan tetapi karena sudah adanya pemberian obat sebagai langkah penanganan kolaboratif maka hasil tersebut belum murni dari hasil tindakan langkah pemberian teknik *gided imagery relaxation* pada pasien. Dalam hal ini mendukung dari penelitian Urip Rahayu,dkk pada tahun 2010, dengan jumlah pasien sebanyak 15pasien dan didapatkan hasil rerata skala sebelum dilakukan teknik *Guide Imagery Relaxation* yaitu 8,66 kemudian setelah dilakukan teknik *Guide Imagery Relaxation* didapatkan hasil rerata yaitu 7,66. Maka dengan hasil dari penelitian Urip Rahayu dkk, menunjukkan bahwa *Guide Imagery Relaxation* efektif untuk dijadikan salah satu alternatif intervensi keperawatan

KETERBATASAN

Belum adanya inklusi dalam penelitian. Kurang pemantauan tentang terapi farmakologis pada pasien mempengaruhi hasil dari pengamatan dan intervensi yang telah dilakukan,tidak memperhatikan adanya pengaruh obat yang telah diberikan kepada pasien sehingga mempengaruhi hasil yang ada.

KESIMPULAN

Berdasarkan hasil penelitian dan pembahasan maka dapat disimpulkan bahwa :karakteristik responden berdasarkan jenis kelamin laki-laki sebanyak 3 orang (60%) sedangkan perempuan sebanyak sebanyak 2 orang (40%).bahwa pasien terdiri dari beberapa usia, yaitu usia 34 tahun,36 tahun,42 tahun,52 tahun,58 tahun. Menurut

penelitian oleh Suparnadi (2002) dalam Astrid C.A et.al (2016) usia terbanyak cedera kepala adalah usia 20-40 tahun. bahwa penyebab terbanyak dari kasus cedera kepala adalah kecelakaan lalu lintas. Sebelum dilakukan tindakan guide imagery relaxation didapatkan bahwa ada 2 orang responden mengalami skala nyeri berat, 2 orang responden mengalami nyeri sedang dan 1 orang responden mengalami nyeri dengan skal ringan. Data ini diambil dari pemeriksaan dengan wawancara langsung terhadap pasien dan keluarga. Setelah dilakukan tindakan guide imagery relaxation didapatkan bahwa ada, 1 orang responden mengalami nyeri sedang dan 4 orang responden mengalami nyeri dengan skala ringan. Data ini diambil dari pemeriksaan dengan wawancara langsung terhadap pasien dan keluarga. Setelah dilakukan tindakan guide imagery relaxation dengan menggunakan musik ,dan membimbing untuk berimajinasi selama kurang lebih 15-30 menit didapatkan bahwa TN.E dengan cedera kepala ringan dari skala nyeri 8 menjadi skala nyeri 6, NY.S dengan cedera kepala sedang dari skala nyeri 9 menjadi skala nyeri 5 , TN.S dengan cedera kepala ringan dari skala nyeri 4 menjadi skala nyeri 2, NY.B dengan cedera kepala ringan dari skala nyeri 6 menjadi skala nyeri 2, dan NY.K dari skala nyeri 7 menjadi 3 .Maka terjadi selisih penurunan skala nyeri pada kelima responden yang ada.

SARAN

guided imagery relaxation dapat dijadikan referensi mahasiswa untuk mengatasi nyeri secara non farmakologis. Beri bimbingan secara intensif kepada mahasiswa tentang cara dan langkah penelitian yang benar dan berkualitas. *guided imagery relaxation* dapat dijadikan sebagai aplikasi untuk penanganan lain selain nyeri misalnya kecemasan, stress, dan sulit tidur. Tambahi jangka waktu penelitian untuk meningkatkan mutu dan kualitas hasil penelitian. Dan sebelum di lakukan penelitian harap melakukan studi banding ke daerah penelitian terlebih dahulu.

DAFTAR PUSTAKA

Aditya, Y.S (2012). Pengaruh Relaksasi Guided Imagery Terhadap Tingkat Nyeri Pada Pasien Pasca Operasi Sectio Caesarea di Rumah Sakit Daerah dr. Soebandi Jember.skripsi.Universitas Jember diakses 21 januari 2018

- Andarmoyo, S. (2013). Konsep & Proses Keperawatan Nyeri. Jogjakarta:ar-Ruzz Media. (17 April 2018)
- Affan Noverenta. 2013. Guided Imagery Untuk Megurangi Rasa Nyeri Saat Menstruasi :Jurnal Ilmiah Psikologis Terapan (25 September 2017)
- Awaloei,Mallo,Tomuka : Gambaran Cedera Kepala Yang Menyebabkan Kematian Di Bagian Forensik Dan Medikolegal RSUP Prof. Dr.R.D.Kandou .Jurnal E-Clinic (Ecl),Volume 4, Nomor 2 Juli-Desember 2016 (17 April 2018)
- Badan Penelitian dan Pengembangan Kesehatan. 2013. *Riset Kesehatan Dasar 2013*. Jakarta
- Clevo Rendy. M. 2010. Asuhan Keperawatan Medikal Bedah Penyakit Dalam. Yogyakarta : Nuha Medika.
- Damanik R.P. 2011. *Karakteristik Penderita Cedera Kepala Akibat Kecelakaan Lalu Lintas Darat*.Sumatra Utara(25 September 2017)
- Deswita Dkk, .2014. Pengaruh Teknik Relaksasi Imajinasi Terbimbing (Guided Imagery) Terhadap Pemenuhan Kebutuhan Tidur Anak Usia Sekolah Di Ruang Rawat Inap Anak RSUD Prof.Dr.Ma. Hanafiah SM Batusangkar .Ners Jurnal keperawatan(25 September 2017)
- Dewi Kartikawati. 2013. Dasar - Dasar Keperawatan Gawat Darurat. Jakarta: Salemba Medika
- Dinas Kesehatan Provinsi Jawa Tengah. 2015. *Buku Saku Kesehatan Tahun 2015*. Semarang
- Disertasi. Bandung Yessie M, Andra Saferi. 2013. Keperawatan Medikal Bedah. Yogyakarta: NuhaMedika.
- Dr.dr.M.Z.Arifin,Sp.BS (K) Dkk. 2013. Cedera Kepala. Jakarta.Sagung Seto
- Fonda,dkk 2015. Gambaran Pasien Cedera Kepala DI RSUP. PROF. DR.R. KANDOU MANADO: Jurnal e-Clinic (eCl)
- <http://arisandyhasim.blogspot.co.id/2015/09/guide-imagery.html?m=1>(diakses 21 April 2018)
- <http://digilib.stikeskusumahusada.ac.id/files/disk1/30/01-gdl-nuraenieki-1494-1-jurnal--.pdf> (diakses 21 April 2018)
- Judha , M . d. (2012). Teori pengukuran nyeri & nyeri persalinan. Yogyakarta: Nuha Medika
- Kartikawati , N.D. 2013. Buku Ajar Dasar Dasar keperawatan Gawat Darurat. Jakarta: Salemba Medika

- Kaplan & Sadock. (2010). *Sinopsis psikiatri ilmu pengetahuan perilaku klinis, jilid 2*. Tangerang: Bina Rupa Asara Publisher.
- Lahdimawan I. T. F. dkk. 2013. *Hubungan Penggunaan Helm Dengan Beratnya Cedera Kepala Akibat Kecelakaan Lalu Lintas Darat Di Rsud Ulin Bulan Mei - Juli 2013*. Vol. 10 (No.2) (25 September 2017)
- Lyndon, Helms. 20013. Physiology and treatment of pain. Critical Care Nurse.
- Mariyam. 2011. *Pengaruh Guided Imagery Terhadap Tingkat Nyeri Anak Usia 7-13 Tahun Saat Dilakukan Pemasangan Infus Di RSUD Kota Semarang*. Tesis. Program Pasca Sarjana. Semarang (25 September 2017)
- Musliha. 2010. Keperawatan Gawat Darurat. Yogyakarta: Nuha Medika.
- NN. 2010. Guided Imagery Sebuah Pendekatan Psikosintesis. (Online) (<http://s2psikologi.tarumanagara.ac.id/wp-content/uploads/2010/09/38-guided-imagery-sebuah-pendekatan-psikosintesis-untuk-penurunan-depresi-pada-penderita-kanker-pariman.pdf> diakses pada 19 April 2018).
- Nur A.E.S (2016). Efektivitas Pemberian Guided Imagery Terhadap Nyeri Disminore Pada Remaja Di SMPN 03 Colomadu. Skripsi. Stikes Kusuma Husada Surakarta
- Padila. (2012). Keperawatan Medikal Bedah : Nuha Medika : Yogyakarta
- Prof. Dr.dr. hasan sjahrir, spS(K). 2008. Nyeri Kepala & Vertigo. Yogyakarta. Pustaka Cendekia Press
- Potter P. A., Perry A. G. (2006). *Fundamental keperawatan: buku 2 edisi 7*. Jakarta: Penerbit Buku Salemba Medika.
- Rendy, M.C. (2012). Asuhan keperawatan Medikal Bedah dan Penyakit Dalam. Nuha Medika : Yogyakarta
- Ria Rahmi. 2013. Analisis Praktik Klinik Keperawatan Kesehatan Masyarakat Perkotaan pada Pasien Cedera Kepala Di RSUP Fatmawati. Skripsi. Program Pasca Sarjana. Depok.
- Smeltzer, Bare, Mariyam. 2011. *Pengaruh Guided Imagery Terhadap Tingkat Nyeri Anak Usia 7 -13 Tahun Saat Dilakukan Pemasangan Infus Di RSUD Kota Semarang*. Tesis. Program Pasca Sarjana. Semarang
- Synder, Berman and Kozier, Erb., (2006). Buku Ajar keperawatan klinis Kozier & Erb. Edisi 5. Jakarta: EGC
- Snyder, M., & Lindquist, R. (2002). Complementary/alternative therapies in nursing (4th ed). New York: Springer publishing company.
- Tansuri, A. (2006) *Konsep Dan Penatalaksanaan Nyeri*. Jakarta : EGC (17 april 2018)
- Tetty, S. 2015. Konsep Dan Aplikasi Relaksasi Dalam Keperawatan Maternitas. Bandung. PT Refika Adiwijaya
- Tarwoto dkk. 2011. Buku Ajar Ilmu Bedah. Jakarta. EGC
- Urip Rahayu. Dkk. 2010. Pengaruh Guide Imagery Relaxation Terhadap Nyeri Kepala Pada Pasien Cedera Kepala Ringan. Laporan Akhkir Penelitian.
- Valentina ,dkk ,2015. Pengaruh Stimulasi Sensori Terhadap Nilai Glaslow Coma Scale Pada Pasien Cedera Kepala Di Ruang Neurosurgical Critical Care Unit RSUP.DR.HASAN SADIKIN BANDUNG : jurnal ilmu keperawatan (17 april 2018)