

Penerapan Teknik Imajinasi Terbimbing Untuk Mengurangi Nyeri Kepala Pada Pasien Hipertensi Di RSUD Siti Aisyah Kota Lubuklinggau Tahun 2021

1st Nadi Aprilyadi
Keperawatan
Poltekkes Kemenkes Palembang
Palembang, Indonesia
nadiaprilyadi@poltekkespalembang.ac.id

2nd Zuraidah
Keperawatan
Poltekkes Kemenkes Palembang
Palembang, Indonesia
jhonferi@poltekkespalembang.ac.id

3rd Ria Sandra Saputri
Keperawatan
Poltekkes Kemenkes Palembang
Palembang, Indonesia
lestariayu@gmail.com

ABSTRACT

Background: Hypertension is an increase in blood pressure from arteries that is systemic or persists in a long period of time. Hypertension can cause headaches. Guided imagination therapy is a technique of using individual imagination that specifically aims to achieve control in relaxation, relaxation can have a direct effect on body functions, the effect of relaxation is to reduce pain in hypertension. The Purpose: this is to determine the reduction of the headache scale in hypertensive patients. before and after the Guided Imagination Technique was applied to the feet to reduce headaches in the Al-Ikhlas room of the Siti Aisyah Hospital, Lubuklinggau City. Research Methods: This is a descriptive study using a case study approach. The subjects in this study were 2 adults with a diagnosis of hypertension. The treatment is carried out directly with the initial assessment of the headache patient and then the intervention of the Guided Imagination Technique to reduce headache pain. The results: it is known that after nursing interventions for 3 consecutive days there is a decrease in the pain scale from the healing time using other drugs. It is hoped that health service institutions can improve the quality of nursing care that focuses on hypertensive patients who experience headaches with the application of Guided Imagination Techniques so that the Guided Imagination Technique intervention SOP can be developed again.

Keywords: Hypertension, Headache, Guided Imagination Technique

ABSTRAK

Latar Belakang : Hipertensi adalah meningkatnya tekanan darah dari arteri yang bersifat sistemik atau berlangsung terus-menerus dalam jangka waktu lama hipertensi dapat menyebabkan nyeri pada kepala. Terapi imajinasi terbimbing merupakan teknik penggunaan imajinasi individu yang secara khusus bertujuan untuk mencapai pengendalian dalam relaksasi, relaksasi dapat memberikan efek secara langsung fungsi tubuh efek dari relaksasi tersebut yaitu dapat mengurangi nyeri pada hipertensi. **Tujuan penelitian:** ini untuk mengetahui penurunan skala nyeri kepala pada pasien hipertensi sebelum dan setelah dilakukan penerapan Teknik Imajinasi Terbimbing pada kaki untuk mengurangi nyeri kepala di ruang Al-Ikhlas Rumah Sakit Siti Aisyah Kota Lubuklinggau. **Metode Penelitian :** ini adalah deskriptif dengan menggunakan metode pendekatan studi kasus. Subjek dalam penelitian ini adalah 2 orang dewasa dengan diagnosa Hipertensi. Perlakuan dilakukan secara langsung dengan pengkajian awal pada pasien nyeri kepala dan selanjutnya intervensi pemberian Teknik Imajinasi Terbimbing untuk mengurangi nyeri kepala. **Hasil penelitian :** diketahui bahwa setelah dilakukan intervensi keperawatan selama 3 hari secara berturut turut terjadi penurunan skala nyeri dari waktu penyembuhan dengan menggunakan obat lain. Kepada institusi pelayanan kesehatan diharapkan dapat meningkat kualitas asuhan keperawatan yang berfokus pada pasien hipertensi yang mengalami nyeri kepala dengan penerapan Teknik Imajinasi Terbimbing sehingga SOP intervensi Teknik Imajinasi Terbimbing dapat dikembangkan lagi.

Kata Kunci : Hipertensi, Nyeri Kepala, Teknik Imajinasi Terbimbing

I. PENDAHULUAN

Hipertensi diartikan sebagai tekanan darah yang meningkat pada sistolik lebih 140 mmHg dan dilakukan di dua kali pengukuran dalam kondisi pasien tenang dengan jarak waktu 5 menit (Kemenkes RI, 2019). Faktor yang mempengaruhi hipertensi pada seseorang salah satunya yaitu usia sehingga hipertensi pada usia lanjut apabila tidak memperoleh penanganan yang baik menimbulkan komplikasi pada usia lanjut tersebut, seperti stroke, gagal ginjal dan gagal jantung koroner (Potter dan Perry, 2015).

Menurut data WHO, diseluruh dunia sekitar 972 juta orang atau 26,4% orang di seluruh dunia mengidap hipertensi, angka ini kemungkinan akan meningkat menjadi 29,2% di tahun 2025. Dari 972 juta pengidap hipertensi, 333 juta berada di Negara maju dan 639 sisanya berada di Negara berkembang, termasuk Indonesia (Yonata, 2016). Penyakit terbanyak pada usia lanjut berdasarkan Riset Kesehatan Dasar tahun 2013 adalah hipertensi, dengan prevalensi 45,9% pada usia 55-64 tahun, 57,6% pada usia 65,74% dan 63,8% pada usia ≥ 75 tahun (Infodatin Kemenkes RI, 2016)

Komplikasi hipertensi menyebabkan sekitar 9,4 kematian di seluruh dunia setiap tahunnya. Hipertensi menyebabkan setidaknya 45% kematian karena penyakit jantung dan 51% kematian karena penyakit stroke. Kematian yang disebabkan oleh penyakit kardiovaskuler, terutama penyakit jantung koroner dan stroke diperkirakan akan terus meningkat mencapai 23,3 juta kematian pada tahun 2030 (infodatin Kemenkes RI, 2016). Hipertensi juga menyebabkan 1,5 juta kematian per tahun di wilayah Asia Tenggara. Bahkan diperkirakan jumlah penderita hipertensi akan meningkat menjadi 1,6 milyar atau 29,2 % menjelang tahun 2025. Berdasarkan data Riset Kesehatan Dasar pada tahun 2014, menyebutkan bahwa prevalensi penderita hipertensi yang berada di Indonesia mencapai angka 32,4 % (Kemenkes, 2014). Hasil Riset Kesehatan Dasar (Riskesdas) Tahun 2018 prevalensi hipertensi di Indonesia berdasarkan umur ≥ 18 tahun sebesar 10,57% dengan diagnosis dari cakupan tenaga kesehatan hanya 36,8% dan sebagian besar kasus hipertensi di masyarakat tidak terdiagnosis yaitu sebesar 63,2% (Balitbangkes Kemenkes RI, 2018). Prevalensi tertinggi hipertensi pada umur ≥ 18 tahun terletak di Provinsi Sulawesi Utara (133,21%), Yogyakarta (10,46) dan Jakarta (10,17%) dengan prevalensi tertinggi di Indonesia (Balitbangkes Kemenkes RI, 2018).

Prevalensi Hipertensi di Sumatra Selatan penderita Hipertensi pada tahun 2017 sebanyak 35.820 orang, dengan prevalensi sebesar 53,36% dan proporsi sebesar 54,3% (Dinkes Provinsi Sumsel, 2018). Dari data yang di dapatkan di Dinas Kesehatan Kabupaten Musi Rawas pada tahun 2017 diketahui bahwa jumlah penderita hipertensi adalah 3.945 orang. Penyakit ini tidak memiliki gejala awal, namun ada beberapa gejala yang tidak terlalu tampak dan sering tidak dihiraukan oleh penderita. Gejala yang dirasakan penderita hipertensi antara lain, nyeri kepala, mudah marah, telinga berdengung, sukar tidur, sesak nafas, rasa berat di tengkuk, mudah lelah, mata kunang-kunang, mimisan, muka pucat, suhu tubuh rendah. Gejala khusus tersebut akan terasa pada kondisi atau aktifitas tertentu berhubungan dengan perubahan dan proses metabolisme tubuh yang sedikit terganggu.

Penyebab hipertensi hingga saat ini secara pasti belum dapat diketahui, tetapi gaya hidup berpengaruh besar terhadap kasus ini. Terdapat beberapa faktor yang menjadi risiko terjadinya hipertensi, seperti usia, jenis kelamin, merokok, dan gaya hidup kurang aktivitas yang dapat mengarah ke obesitas. Mengurangi faktor resiko tersebut menjadi dasar pemberian intervensi oleh tenaga kesehatan (Tirtasari & Kodim, 2019). Salah satu tanda gejala hipertensi adalah nyeri kepala. Nyeri kepala kepala adalah suatu istilah sinonim yang paling tepat bagi istilah kedokteran *sefalgia*. Definisi nyeri kepala adalah rasa nyeri atau rasa tidak mengenakan pada seluruh daerah dengan batas bawah dari dagu sampai kedaerah belakang kepala (area oksipital dan sebagian daerah tengkuk) (Sjahriri, 2018).

Penatalaksanaan hipertensi dapat dilakukan secara farmakologis dan nonfarmakologis. Penatalaksanaan hipertensi secara farmakologis dapat dilakukan dengan menggunakan obat-obatan. Penatalaksanaan hipertensi secara nonfarmakologi dapat dilakukan dengan cara teknik relaksasi berupa imajinasi terbimbing (*guided imagery*). Imajinasi terbimbing adalah salah satu aktivitas kognitif yang dapat digunakan untuk menurunkan persepsi nyeri menjadi berkurang menurunkan tekanan darah dan mempercepat penyembuhan serta membantu tubuh mengurangi berbagai macam penyakit. Terapi imajinasi terbimbing merupakan teknik penggunaan imajinasi individu yang secara khusus bertujuan untuk mencapai pengendalian dalam relaksasi, relaksasi dapat memberikan efek secara langsung fungsi tubuh efek dari relaksasi tersebut yaitu dapat menurunkan

tekanan darah dan mengurangi nyeri pada hipertensi (Jhonson, 2015).

Hasil penelitian yang dilakukan Yosi Fitriana pada tahun 2018 menunjukkan tekanan darah pada pasien hipertensi sebelum diberikan terapi imajinasi terbimbing menunjukkan rata-rata tekanan darah sistole 160 mmHg diastole 100 mmHg. Sesudah diberikan imajinasi terbimbing menunjukkan rata-rata tekanan darah sistole 150 mmHg dan rata-rata tekanan darah diastole 90 mmHg. Terapi imajinasi terbimbing mampu memberikan cara penurunan tekanan darah pada pasien hipertensi. Berdasarkan data yang diperoleh dari RSUD Siti Aisyah Lubuklinggau menunjukkan bahwa pasien hipertensi di RSUD Siti Aisyah Kota Lubuklinggau dalam 3 tahun terakhir yaitu pada tahun 2018 berjumlah 115 orang pasien hipertensi, tahun 2019 berjumlah 252 orang pasien hipertensi dan tahun 2020 berjumlah 118 orang pasien hipertensi.

Berdasarkan analisa di atas maka penulis tertarik untuk membuat penelitian mengenai intervensi keperawatan penerapan teknik imajinasi terbimbing untuk penurunan tekanan darah dengan nyeri kepala pada pasien hipertensi.

II. METODE PENELITIAN

Jenis penelitian ini adalah deskriptif dengan menggunakan metode pendekatan studi kasus. Studi kasus adalah penelitian yang dilakukan dengan meneliti suatu permasalahan melalui suatu kasus yang terdiri dari unit tunggal dengan pokok pertanyaan yang berkenaan dengan "how" atau "why". Unit tunggal dapat berarti satu orang atau sekelompok penduduk yang terkena suatu masalah (Notoatmodjo, 2010). Maka dapat dirumuskan masalah yang dapat diambil yaitu bagaimana Penerapan Asuhan Keperawatan Teknik Imajinasi Terbimbing untuk Mengurangi Nyeri Kepala pada pasien Hipertensi.

Subjek dalam penelitian ini adalah dua orang pasien dengan diagnosa medis hipertensi dengan intervensi teknik imajinasi terbimbing di Rumah Sakit Siti Aisyah Kota Lubuklinggau tahun 2021.

Kriteria Inklusi

1. Pasien yang bersedia menjadi responden
2. Pasien yang terdiagnosa hipertensi dengan tekanan sistolik 160-179 mmHg dan tekanan diastolik 100-109 mmHg
3. Pasien yang mengalami nyeri kepala (4-6)
4. Pasien yang pendengarannya baik
5. Pasien kooperatif dan dapat berkomunikasi dengan baik

Kriteria Eksklusi :

1. Pasien yang mengonsumsi obat
2. Klien yang menunjukkan adanya gangguan psikologis (cemas, takut, gelisah)

2.1 Metode Pengumpulan Data

Metode pengumpulan data pada penelitian ini yang digunakan adalah dengan observasi langsung terhadap nyeri pada pasien hipertensi yang memiliki tekanan darah tinggi, sebelum dan sesudah pemberian imajinasi terbimbing

2.2 Instrument Pengumpulan Data

Instrumen pengumpulan data yang digunakan penulis pada studi kasus ini adalah berupa tensimeter (untuk mengukur tekanan darah) lembar ceklist yang terdiri dari SOP imajinasi terbimbing dan lembar ceklist tentang pengukuran tekanan darah yang telah dirancang oleh penulis dengan tujuan yang diinginkan.

Subjek I dengan initial Ny. R, berusia 40 tahun, Jenis kelamin perempuan, beragama islam, pendidikan terakhir SMP, pekerjaan pedagang Ny. R datang masuk rumah sakit melalui ruang IGD pada tanggal 18 April 2021 pukul 14.20 WIB, kemudian dipindahkan keruangan Al-Ikhlas. Sejak dilakukan pengkajian pada tanggal 19 April 2021 dengan kesadaran klien composmetis, GCS(15) E4V5M6, tekanan darah 170/100 MmHg, suhu 36,7°c, nadi 88x/m, pernapasan 24x/m, Klien mengatakan nyeri kepala dan merasa sakit pada bagian tengkuknya, rasa nyeri yang dirasakan terkadang mengganggu aktivitasnya. Pasien memiliki riwayat Hipertensi sejak 1 tahun yang lalu.

Subjek II dengan initial Ny. A, berusia 45 tahun, Jenis kelamin perempuan beragama islam, pendidikan terakhir SMA, pekerjaan Buruh I Ny. A datang masuk rumah sakit melalui ruang IGD pada tanggal 20 April 2021 pukul 14.20 WIB, kemudian dipindahkan keruangan Al-Ikhlas. Sejak dilakukan pengkajian pada tanggal 21 April 2021 dengan kesadaran composmetis, GCS(15) E4V5M6, tekanan darah 160/100 MmHg, suhu 36,9°c, nadi 87x/m, kualitas nadi takikardi, pernapasan 23x/m, CRT kurang dari 2 detik. Klien mengatakan nyeri kepala dan sering pusing pasien memiliki riwayat Hipertensi sejak 6 bulan yang lalu.

Hasil Pengkajian (Observasi) Awal Dengan Dua Orang Subjek

Aspek yang dinilai	SUBJEK	
	I	II
Identitas Pasien		
Inisial	Ny.H	Ny.R
Umur	45Tahun	40Tahun
Agama	Islam	Islam
Jenis kelamin	Perempuan	Perempuan
Pekerjaan	Buruh	Pedagang
Alamat	Air temam	Tanah
Tanggal masuk RS	20 April 2021	18 April 2021
Tanggal Pengkajian	21 April 2021	19 April 2021
Diagnosa Medis	Hipertensi	Hipertensi

III. HASIL DAN PEMBAHASAN

Tabel 3.1
Evaluasi Penurunan Skala Nyeri Pada Ny.R
Setelah Dilakukan Intervensi Keperawatan
Dengan Teknik Imajinasi Terbimbing

Subjek I

NO	Tanggal/Jam	Kondisi Pre	Teknik Imajinasi Terbimbing	Kondisi Post
1	19 April 2021	Skala Nyeri 7	Teknik Imajinasi Terbimbing	Skala Nyeri 6
2	20 April 2021	3	Teknik Imajinasi Terbimbing	4
3	21 April 2021		Teknik Imajinasi Terbimbing	2

Subjek I

Setelah melakukan implementasi keperawatan selama tiga hari, penulis dapat menyatakan bahwa masalah keperawatan dapat teratasi secara penuh. Evaluasi akhir yang didapat adalah sebagai berikut :

Pada subjek I diketahui bahwa terjadi penurunan skala nyeri setelah dilakukan intervensi keperawatan tehnik imajinasi terbimbing selama 10-15 menit di ruang rawat inap, pada hari pertama sebelum dilakukan penerapan teknik imajinasi terbimbing skala nyeri 7, setelah dilakukan teknik imajinasi

Berdasarkan tabel diatas diketahui bahwa terjadi penurunan skala nyeri setelah dilakukan intervensi keperawatan dengan teknik imajinasi terbimbing selama tiga hari berturut- turut. Pada hari pertama. skala nyeri pada subjek I adalah 7, setelah dilakukan teknik pijat refleksi pada kaki maka skala nyeri turun menjadi 6. Pada hari kedua skala nyeri juga kembali turun dari skala 5 turun menjadi 4. Dan pada hari ketiga setelah dilakukan intervensi keperawatan dengan teknik imajinasi terbimbing skala nyeri pada subjek kembali turun dari 3 turun menjadi 2. Subjek II diketahui bahwa terjadi penurunan skala nyeri setelah dilakukan intervensi keperawatan dengan teknik imajinasi terbimbing selama tiga hari berturut- turut. Pada hari pertama skala nyeri pada subjek I adalah 6, setelah dilakukan teknik pijat refleksi pada kaki maka skala nyeri turun menjadi 5. Pada hari kedua skala nyeri juga kembali turun dari skala 4 turun menjadi 3. Dan pada hari ketiga setelah dilakukan intervensi keperawatan dengan teknik imajinasi terbimbing skala nyeri pada subjek kembali turun dari 3 turun menjadi 1

Tabel 3.2

Evaluasi Penurunan Skala Nyeri Pada Ny.R
Setelah Dilakukan Intervensi Keperawatan
Dengan Teknik Imajinasi Terbimbing

Subjek II

NO	Tanggal/Jam	Kondisi Pre	Teknik Imajinasi Terbimbing	Kondisi Post
1	19 April 2021	Skala Nyeri 6	Teknik Imajinasi Terbimbing	Skala Nyeri 5
2	20 April 2021	4	Teknik Imajinasi Terbimbing	3
3	21 April 2021	3	Teknik Imajinasi Terbimbing	1

Pada subjek II diketahui bahwa terjadi penurunan skala nyeri setelah dilakukan intervensi keperawatan tehnik imajinasi terbimbing selama 10-15menit diruang rawat inap, pada hari pertama sebelum dilakukan penerapan teknik imajinasi terbimbingskala nyeri 6, setelah dilakukan teknik imajinasi terbimbing skala nyeri 5, pada hari kedua sebelum dilakukan teknik imajinasi terbimbing skala nyeri 4, setelah dilakukan teknik imajinasi terbimbing 3, pada hari ketiga sebelum dilakukan teknik imajinasi

terbimbingnyeri 3, setelah dilakukan teknik imajinasi terbimbing skala nyeri 1.

Teknik imajinasi terbimbing dapat mengurangi stress dan kecemasan, mengurangi nyeri, mengurangi efek samping, mengurangi tekanan darah tinggi, mengurangi level gula

IV. KESIMPULAN

Berdasarkan hasil penelitian pada Klien Ny.R dan Klien Ny.A dengan Hipertensi di Al-Ikhlas Rumah Sakit Siti Aisyah selama 3 hari dimulai tanggal 19 April 2021 sampai dengan tanggal 23 April 2021. Setelah diberikan penerapan metode Teknik Imajinasi Terbimbing maka peneliti menyimpulkan bahwa: dari indikator nyeri kepala pada klien Hipertensi diketahui adanya perubahan skala nyeri saat diberikan penerapan Teknik Imajinasi Terbimbing.

Pengkajian kedua subjek diketahui Klien Hipertensi dengan indikasi yang berbeda Subjek I dengan initial Ny. R, berusia 40 tahun, Jenis kelamin perempuan, Ny. R datang masuk rumah sakit dengan kesadaran klien composmetis, GCS(15) E4V5M6, tekanan darah 170/100 MmHg, suhu 36,7°C, nadi 88x/m, pernapasan 24x/m, Klien mengatakan nyeri kepaladan merasa sakit pada bagian tengkuknya, rasa nyeri yang dirasakan terkadang mengganggu aktivitasnya. Klien mengatakan mudah lelah setelah melakukan aktivitas. Klien mengatakan sering merasa kesemutan pada kedua ekstermitas jika berjalan terlalu jauh. Ny.R tampak meringis menahan sakit kepala, klien tampak lemah, warna kulit pucat, turgor kulit tidak elastis tanda dan gejala tersebut klien rasakan sudah 5 hari.

Data yang didapatkan dari keluarga, pasien memiliki riwayat Hipertensi sejak 1 tahun yang lalu. Pada subjek II dengan initial Ny. A, berusia 45 tahun. Jenis kelamin perempuan dengan kesadaran composmetis, GCS(15) E4V5M6, tekanan darah 160/100 MmHg, suhu 36,9°C, nadi 87x/m, kualitas nadi takikardi, pernapasan 23x/m, CRT kurang dari 2 detik. Klien mengatakan nyeri kepala dan sering pusing. Keluhan sakit kepala yang sering ia rasakan selama ini hanya biasa-biasa saja, selama ini klien sering mengkonsumsi makanan yang asin-asin dan tidak mengerti tentang penyakit hipertensi serta makanan apa saja yang harus dipantang. Klien mengatakan merasa kesemutan pada kedua ekstermitas bawah jika berjalan sekitar lingkungan. Ny.A tampak meringis menahan sakit kepala, warna kulit pucat, turgor kulit tidak elastis. Tanda dan gejala tersebut sudah dirasakan klien 1 minggu

darah (diabetes) (Riyadi, 2012). Adapun pelaksanaan teknik imajinasi terbimbing untuk setiap responden dilakukan sebanyak 3 kali perlakuan dengan waktu antara 10-15 menit per perlakuan, jeda waktu antara perlakuan pertama, kedua dan ketiga yaitu 1 hari (Sumartini, 2016) tanpa klien sadari. Data yang didapatkan dari keluarga, pasien memiliki riwayat Hipertensi sejak 6 bulan yang lalu.

Diagnosa Keperawatan Pada Subyek I didapatkan diagnosa keperawatan yaitu nyeri akut berhubungan dengan agen pencedera fisiologis, intoleransi aktivitas berhubungan dengan kelemahan, risiko perfusi perifer tidak efektif ditandai dengan hipertensi. Pada

Subyek II didapatkan diagnosa keperawatan yaitu nyeri akut berhubungan dengan agen pencedera 14 fisiologis, defisit pengetahuan berhubungan dengan kurangnya terpapar informasi, risiko perfusi perifer tidak efektif ditandai dengan hipertensi.

Perencanaan keperawatan penelitian ini bertujuan untuk menerapkan intervensi keperawatan berbasis bukti yaitu penerapan Teknik imajinasi terbimbing untuk meminimalkan nyeri pada klien setelah dilakukan Teknik imajinasi terbimbing di ruang rawat inap Al-Ikhlas Rumah Sakit Siti Aisyah Kota Lubuklinggau tahun 2021. Intervensi pendukung yang dilakukan adalah melakukan observasi setelah tindakan Teknik imajinasi terbimbing. Implementasi Keperawatan untuk kedua Subjek peneliti sudah melaksanakan sesuai dengan SOP untuk menghasilkan intervensi dalam penerapan Teknik Imajinasi Terbimbing.

Evaluasi Keperawatan menunjukkan bahwa penerapan Teknik Imajinasi Terbimbing dapat mengurangi skala nyeri kepala yang dirasakan klien setelah dilakukan Teknik Imajinasi Terbimbing. Dalam penelitian ini, skala nyeri yang dirasakan oleh subyek setelah dilakukan penerapan Teknik Imajinasi Terbimbing yaitu pada Klien Ny.R adalah 7, setelah dilakukan Teknik Imajinasi Terbimbing maka skala nyeri turun menjadi 6. Pada hari kedua skala nyeri juga kembali turun dari skala 5 turun menjadi 4. Dan pada hari ketiga setelah dilakukan intervensi keperawatan dengan Teknik Imajinasi Terbimbing maka skala nyeri pada subjek kembali turun dari 3 turun menjadi 2. Pada klien Ny.R terjadi penurunan skala nyeri setelah dilakukan Intervensi keperawatan dengan Teknik Imajinasi Terbimbing selama tiga hari berturut-turut. Pada hari pertama skala nyeri pada subjek Ny.A adalah 6, Setelah dilakukan Teknik Imajinasi Terbimbing maka skala nyeri turun menjadi 5. Pada hari kedua

skala nyeri juga kembali turun dari menjadi 4 setelah dilakukan Teknik Imajinasi Terbimbing turun menjadi 3. Dan pada hari ketiga setelah

dilakukan intervensi keperawatan dengan Teknik Imajinasi Terbimbing skala nyeri pada subjek kembali turun dari 3 turun menjadi 1.

DAFTAR PUSTAKA

- [1] Aspiani, R.yuli (2016). Asuhan Keperawatan Klien Gangguan Kardiovaskuler
- [2] Depkes, 2019. Hipertensi Penyakit Paling Banyak Diidap Masyarakat. Departemen Kesehatan RI, Jakarta.
- [3] Dewi, Dian Potensi Guided Imagery Menurunkan Tekanan Darah Dengan Hipertensi. Jurnal Penelitian Keperawatan. Volume 1. No 1, Januari 2017
- [4] Dinkes Provinsi Sumsel, 2018. Profil Kesehatan Sumatera Selatan Tentang *Penyakit Hipertensi*. Sumatera.
- [5] Kaplan & Sadock (2017). Sinopsis Psikiatri Ilmu Pengetahuan Perilaku Klinis jilid 2. Tangerang: Bina Rupa Asara Publisher
- [6] Kemenkes. (2016). *Data dan Informasi Profil Kesehatan Indonesia*. Jakarta : Pusat Data dan Infomasi Kemenkes
- [7] Kemenkes. (2018). *Riset Kesehatan Dasar RISKEDDAS*. Jakarta: Salemba Medika
- [8] Mia, Hirza, Pemberian Relaksasi Imajinasi Terbimbing Untuk Penurunan Tekanan Darah Pada Penderita Hipertensi. Volume 6. No 2, Juli 2019
- [9] Nurarif, A.H & Kusuma, H.(2015). Aplikasi Asuhan Keperawatan Berdasarkan Diagnosis Medis dan Nanda Nic-Noc Edisi Revisi Jilid 2. Mediacion: Jogjakarta
- [10] Novarenta, Affan. 2013. Guided Imegery untuk mengurangi rasa nyeri. *Jurnal Ilmiah Psikologi Terapan*. Vol.01, No.02, 183-188
- [11] Ria, Desnanda, dkk, 2018. *Terapi Imajinasi Terbimbing Untuk Menurunkan Hipertensi*. Jurnal Ilmiah Kesehatan. Volume VII. No 1, Maret 2017
- [12] Riyadi, S & Harmoko. (2012). *Standar Operating Prosedure Dalam Praktik Klinik Keperawatan dasar*. Yogyakarta : Pustaka Pelajar
- [13] S. Tambunan, E & Kasim, D. (2011). *Panduan Pemeriksaan Fisik Bagi Mahasiswa Keperawatan*. Jakarta : Salemba Medika
- [14] Sutrisno, Yuwanti, dkk, 2017. *Efektifitas Terapi Relaksasi Imajinasi Terbimbing Terhadap Penurunan Tekanan Darah Dengan Hipertensi*. Jurnal Keperawatan. Volume 3. No 4. April 2018
- [15] Tim Pokja. SDKI DPP PPNI. (2017). *Standar Diagnosa Keperawatan Indonesia Definisi dan Indikator Diagnostik*. Dewan Pengurus Pusat Persatuan Perawat Nasional Indonesia : Jakarta
- [16] Tim Pokja. SIKI DPP PPNI. (2018). *Standar Intervensi Keperawatan Indonesia Definisi dan Indikator Diagnostik*. Dewan Pengurus Pusat Persatuan Perawat Nasional Indonesia : Jakarta
- [17] Tim Pokja. SLKI DPP PPNI. (2019). *Standar Luaran Keperawatan Indonesia Definisi dan Indikator Diagnostik*. Dewan Pengurus Pusat Persatuan Perawat Nasional Indonesia : Jakarta
- [18] Yosi, Nilla, *Pengaruh Pemberian Relaksasi Imajinasi Terbimbing Terhadap Penurunan Tekanan Darah Penderita Hipertensi*. Jurnal Kesehatan. Volume 9. No 2, Desember 2018

- [19] Zakiya,A. (2015). Konsep & Penatalaksanaan Nyeri dalam praktik keperawatan berbasis bukti. Indonesia: Selemba Medika
- [20] Wijaya, A.S. & Putri, Y.M. (2013). *Keperawatan Medikal Bedah 1 : Keperawatan Dewasa 1st ed*, Nuha Medik