

PENGARUH MANAJEMEN NYERI: IMAJINASI TERBIMBING TERHADAP NYERI KEPALA PADA PASIEN HIPERTENSI

Prahardian Putri¹, Ismar Agustin², Azwal³, Muliyadi⁴, Reynaldi Saputra⁵

^{1,2,3,4,5}Poltekkes Kemenkes Palembang, Sumatera Selatan, Indonesia

prahardianputri@poltekkespalembang.ac.id

ABSTRACT

Background: Hypertension is a condition when the systolic pressure exceeds 140mmHg and the diastolic pressure exceeds 90 mmHg. A common symptom is headache. To overcome headaches, nursing implementation is carried out in hypertension patients. **Methods:** This type of writing is descriptive in the form of a case study. The approach used is the nursing implementation approach. **Results:** The results of the study in both patients after the implementation of the pain study found that the pain scale in patient 1 was 7 and patient 2 was 6. After applying pain management and guided imagery, the pain scale changed to mild. In education about pain, after being given education, the two patients began to know about non-pharmacological pain management using guided imagery. **Conclusion:** Seeing the results of this case study, it is necessary to implement nursing to examine pain, provide a comfortable atmosphere, educate about the use of non-pharmacological of guided imagery to reduce headache pain.

Keywords : headaches, hypertension, pain management

ABSTRAK

Latar Belakang : Hipertensi adalah kondisi di saat tekanan sistolik melebihi 140 mmHg dan diastoliknya melebihi 90 mmHg. Gejala yang umum terjadi adalah nyeri kepala. Untuk mengatasi nyeri kepala maka dilakukan implementasi keperawatan pada pasien hipertensi tersebut. **Metode :** Jenis penulisan ini adalah deskriptif dalam bentuk studi kasus Pendekatan yang digunakan ialah pendekatan implementasi keperawatan. Penelitian ini dilakukan untuk membandingkan dua responden yang telah diberikan implementasi. **Hasil :** Hasil penelitian pada kedua pasien setelah dilakukan implementasi mengkaji nyeri didapatkan skala nyeri pada pasien 1 adalah 7 dan pasien 2 adalah 6, Setelah dilakukan manajemen nyeri dan teknik imajinasi terbimbing terjadi perubahan skala nyeri menjadi ringan. Pada edukasi tentang nyeri, setelah diberikan edukasi kedua pasien mulai mengetahui mengenai manajemen nyeri secara non farmakologis: imajinasi terbimbing. **Kesimpulan :** Melihat hasil studi kasus ini maka perlu dilakukan implementasi keperawatan mengkaji nyeri, memberikan suasana nyaman, edukasi tentang penggunaan teknik non farmakologis imajinasi terbimbing terhadap penurunan nyeri kepala.

Kata kunci : hipertensi, manajemen nyeri, nyeri kepala

PENDAHULUAN

Hipertensi merupakan salah satu penyakit tidak menular yang kini menjadi masalah kesehatan penting di seluruh dunia karena prevalensinya yang cukup tinggi dan terus meningkat serta hubungannya dengan penyakit kardiovaskuler, stroke, retinopati, dan gagal ginjal. Menurut *World Health Organization (WHO)* pada tahun 2018 didalam *Self-Care Behaviour Practices and Associated Factors Among Adult Hypertensive Patient* mencatat satu milyar orang di dunia menderita hipertensi dan diperkirakan tahun 2025 terjadi peningkatan penderita hipertensi dari 972 juta (26,4%) orang menjadi 29,2% serta 30 % penderita ini berada di negara berkembang. (Gusty & Merdawati, 2020)

Prevalensi hipertensi di Indonesia berdasarkan laporan Riskesdas pada bulan Maret 2018 menyatakan bahwa hasil pengukuran pada penduduk usia ≥ 18 tahun sebesar 34,1%, dengan provinsi tertinggi di Kalimantan Selatan (44.1%), sedangkan terendah di Papua sebesar (22,2%).

Estimasi jumlah kasus hipertensi di Indonesia sebesar 63.309.620 orang, sedangkan angka kematian di Indonesia akibat hipertensi sebesar 427.218 kematian (0,7%). (Gaol & Simbolon, 2022) Kementerian Kesehatan Republik Indonesia (2018), melaporkan bahwa prevalensi Hipertensi di Sumatera Selatan adalah 35,8%. Angka ini lebih tinggi dibandingkan angka nasional yaitu sebesar 31,7%. Angka ini menempatkan Sumatera Selatan pada urutan ke-5 sebagai provinsi dengan kasus Hipertensi yang tinggi. Pada tahun 2019 jumlah kasus Hipertensi meningkat sebesar 63.309.620 orang dan terus meningkat sampai tahun 2021 sebesar 1,56. (Arindari & Puspita, 2022)

Dinas Kesehatan Kota Palembang pada tahun 2018 mencatat angka kejadian Hipertensi sebesar 1432 jiwa dan mengalami peningkatan pada tahun 2019 menjadi 3981 jiwa dan meningkat kembali pada tahun 2020 sebanyak 4631 jiwa. Hipertensi menempati posisi pertama sebagai penyakit tidak menular di Provinsi Sumatera Selatan yaitu sebesar 54,3% persetiap 10.000 penduduk. (Arindari & Puspita, 2022). Berdasarkan hasil studi pendahuluan di Rumah Sakit Muhammadiyah Palembang yang dilakukan oleh (Yani et al., 2019) di dapatkan data pasien dengan penyakit hipertensi pada tahun 2018 ditemukan sebanyak 11.911 pasien.

Hipertensi biasanya tanpa gejala atau tanda tanda peringatan untuk hipertensi dan sering disebut “*silent killer*”. Salah satu gejala hipertensi yang bisa dialami oleh para penderita yaitu sakit kepala (rasa berat ditengok). Nyeri yang dirasakan merupakan perasaan sakit atau nyeri pada bagian tengkorak (kepala) mulai dari kening menjalar sampai wajah sehingga menimbulkan rasa tidak nyaman. Sebagaimana hasil penelitian (Purqoti et al., 2021) menunjukkan 58% pasien hipertensi mengalami gejala nyeri kepala. Penelitian yang dilakukan oleh (Surya & Yusri, 2022) juga menunjukkan 73% pasien hipertensi mengalami nyeri kepala dimana 40% mengeluhkan nyeri kepala ringan, 28% nyeri sedang dan 5% nyeri berat. Nyeri kepala pada pasien hipertensi apabila tidak ditangani dapat mengakibatkan gangguan tidur, cemas, emosional yang tidak stabil hingga mempengaruhi kualitas hidup pasien.

Penatalaksanaan untuk mengatasi masalah nyeri akut bisa ditangani dengan cara farmakologi dan non farmakologi. Penanganan farmakologi pada hipertensi dengan masalah nyeri akut dapat dilakukan dengan pemberian obat anti hipertensi seperti amlodipine (memberikan efek relaksasi terhadap pembuluh darah), captopril (melebarkan pembuluh darah) dll, sedangkan cara penanganan nyeri akut non farmakologi dalam keperawatan dapat dilakukan dengan manajemen nyeri mulai dari observasi, terapeutik, edukasi dan kolaborasi. Terapeutik yaitu salah satunya dengan teknik relaksasi, untuk teknik relaksasi dapat dilakukan dengan berbagai macam tindakan salah satunya dengan teknik imajinasi terbimbing. Teknik imajinasi terbimbing dapat mengurangi nyeri, kecemasan dan mempercepat penyembuhan dan membantu tubuh mengurangi berbagai macam penyakit.

Menurut penelitian (Aprilyadi et al., 2021) yang dilakukan pada pasien hipertensi dengan masalah nyeri kepala dengan skala nyeri responden I dari skala 7 menjadi 3 dan pada responden II dari skala 5 menjadi 1. Dengan 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. Terapi imajinasi terbimbing mampu memberikan efek penurunan nyeri kepala pada pasien hipertensi.

Berdasarkan latar belakang yang telah diuraikan diatas penulis merasa tertarik untuk melakukan studi kasus “Implementasi Manajemen Nyeri Terhadap Nyeri Kepala Pada Pasien Hipertensi Di Rumah Sakit Muhammadiyah Palembang Tahun 2024”.

METODE

Desain penelitian ini bersifat deskriptif dimana penulis mendeskripsikan tentang implementasi keperawatan manajemen nyeri terhadap nyeri kepala Pada Pasien Hipertensi di Rumah Sakit Muhammadiyah Palembang, dengan pendekatan proses asuhan keperawatan. Subjek pada studi kasus ini, yaitu 2 orang pasien dengan diagnosa medis hipertensi dan akan dilakukan intervensi utama manajemen nyeri dan intervensi pendukung imajinasi terbimbing dengan kriteria. Instrumen atau alat pengumpulan data pada kasus ini menggunakan format pengkajian asuhan keperawatan, lembar pengkajian nyeri, *Nursing Kit*, dan rekaman yang berisi suara relaksasi imajinasi terbimbing dengan durasi kurang lebih 10 menit. Rekaman akan diperdengarkan melalui media MP3 player dan headset dengan besar volume tidak lebih dari 70%. Dengan metode

pengumpulan data wawancara, observasi dan pemeriksaan fisik IPPA, melakukan pre test dan post test dengan lembar pengkajian nyeri dan pengukuran tingkat nyeri dengan *Numeric Rating Scale* NRS dan studi dokumentasi.

Analisis data pada studi kasus ini diawali dari pengolahan data awal dan berjalan sepanjang pelaksanaan studi kasus. Peneliti menjabarkan hasil pengumpulan data dari seluruh rangkaian kegiatan penelitian berdasarkan komponen asuhan keperawatan yang meliputi pengkajian bersumber hasil wawancara, observasi, pemeriksaan diagnostik, diagnosis keperawatan terkait, perencanaan asuhan, implementasi asuhan serta hasil evaluasi keperawatan. Kemudian dilanjutkan dengan penyajian data dengan tabel, bagan, gambar maupun teks naratif dan diakhiri interpretasi data, yaitu membandingkan hasil yang didapatkan dengan penelitian terdahulu dan secara teoritis dengan perilaku kesehatan. Studi kasus ini telah ditinjau dan telah mendapatkan persetujuan dari komisi etik Poltekkes Kemenkes Palembang dengan No. 0106/KEPK/Adm2/II/2024.

HASIL

Pasien pertama (P1) yang menjadi subjek studi kasus adalah Ny. A yang berumur 60 tahun dengan nomor rekam medik 694759 dan berjenis kelamin perempuan, lahir pada tanggal 13 Maret 1964. Ny. A bertempat tinggal Desa Karang Tirta RT 001/ 001 Karang Agung, Cinta Karya Musi Banyuasin. Ny. A merupakan seorang ibu rumah tangga dengan pendidikan terakhirnya, yaitu SD. Status perkawinan Ny. A janda karena suaminya telah meninggal, Agamanya yang dianut adalah islam. Masuk keruang rawat inap Ahmad Dahlan RS Muhammadiyah Palembang pada tanggal 20 Maret 2024 dengan diagnosa medis *Hypertensive Heart Disease* (HHT). Keluarga terdekat pasien yang dapat dihubungi sekaligus selaku penanggung jawab menjaga pasien adalah Tn. B yang merupakan anak menantu pasien. Pengkajian pada Ny. A dilakukan pada tanggal 23 Maret 2024.

Pasien Kedua (P2) yang menjadi subjek studi kasus adalah Ny. S yang berumur 56 tahun dengan nomor rekam medik 645845 dan berjenis kelamin perempuan, lahir pada tanggal 31 Desember 1968. Ny. S bertempat tinggal Jalan Kapten Abdullah Lr. Aman RT. 14 No. 979 Palembang. Ny. S merupakan seorang ibu rumah tangga dengan pendidikan terakhirnya, yaitu SMP. Status perkawinan Ny. S Kawin, Agama yang dianut adalah islam. Ny. S masuk keruang rawat inap Ahmad Dahlan RS Muhammadiyah Palembang pada tanggal 21 Maret 2024 dengan diagnosa medis DM Tipe II dan Hipertensi. Keluarga terdekat pasien yang dapat dihubungi sekaligus selaku penanggung jawab menjaga pasien adalah Tn. T yang merupakan anak kandung pasien. Pengkajian pada Ny. S dilakukan pada tanggal 23 Maret 2024.

Tabel 1
Hasil Pengkajian Dengan 2 Orang Subjek

Identitas Pasien	Pasien 1	Pasien 2
Nama	Ny. A	Ny.S
Usia	62	56
No.RM	694759	645845
Jenis Kelamin	Perempuan	Perempuan
Agama	Islam	Islam
Pendidikan	SD	SMP
Alamat	Desa Karang Tirta RT 001/ 001 Karang Agung, Cinta Karya, Musi Banyuasin	Jalan Kapten Abdullah Lr. Aman RT. 14 No. 979 Palembang
Pekerjaan	Ibu Rumah Tangga	Ibu Rumah Tangga
Status	Janda	Kawin
Diagnosa Medis	<i>Hypertensive Heart Disease</i> (HHT)	DM Tipe II dan Hipertensi
Tanggal Pengkajian	23 Maret 2024	23 Maret 2024

Setelah dilakukan implementasi keperawatan selama tiga hari, penulis dapat menyatakan bahwa manajemen nyeri mampu menurunkan tingkat nyeri kepala pada pasien hipertensi. Evaluasi akhir yang didapat adalah sebagai berikut:

Tabel 2
Evaluasi Penurunan Skala Nyeri Pada Ny. A Setelah Dilakukan Intervensi

Tanggal	Jam	Kondisi Pre (Skala Nyeri)	Jam	Kondisi Post (Skala Nyeri)
23 Maret 2024	08.00	7	08.50	5
24 Maret 2024	10.00	5	10.20	3
25 Maret 2024	13.45	4	13.57	3

Subjek I Ny. A terjadi penurunan skala nyeri setelah dilakukan intervensi keperawatan dengan penerapan teknik imajinasi terbimbing selama tiga hari berturut-turut. Pada hari pertama skala nyeri kepala pada subjek I adalah 7, setelah dilakukan penerapan imajinasi terbimbing skala nyeri turun menjadi 5. Pada hari kedua skala nyeri juga kembali turun dari skala nyeri 5 turun menjadi 3. Dan pada hari ketiga setelah dilakukan implementasi keperawatan dengan penerapan teknik imajinasi terbimbing maka skala nyeri pada subjek kembali turun dari 4 turun menjadi 3.

Tabel 3
Evaluasi Penurunan Skala Nyeri Pada Ny. S Setelah Dilakukan Intervensi

No	Tanggal	Jam	Kondisi Pre (Skala Nyeri)	Jam	Kondisi Post (Skala Nyeri)
1.	23 Maret 2024	09.00	6	09.48	4
2.	24 Maret 2024	10.25	5	10.45	3
3.	25 Maret 2024	14.00	3	14.25	2

Subjek II Ny. S diketahui bahwa terjadi penurunan skala nyeri setelah dilakukan implementasi keperawatan dengan teknik imajinasi terbimbing selama tiga hari berturut-turut. Pada hari pertama skala nyeri pada subjek II adalah 6, setelah dilakukan teknik imajinasi terbimbing maka skala nyeri turun menjadi 4. Pada hari kedua skala nyeri juga kembali turun dari skala nyeri 5 turun menjadi 3. Dan pada hari ketiga setelah dilakukan implementasi keperawatan dengan teknik imajinasi terbimbing maka skala nyeri pada subjek kembali turun dari 3 turun menjadi 2.

PEMBAHASAN

Berdasarkan penelitian yang dilakukan (Dewi1 et al., 2019), (Ekasari, 2021), dan (Purqoti et al., 2021) tanda dan gejala yang sering dialami oleh pasien hipertensi, yaitu nyeri kepala dengan proses mekanisme nyeri kepala pada pasien hipertensi terjadi saat adanya stimulus mekanik, yaitu spasme otot pada arteri leher yang menyebabkan metabolisme anaerob dan merangsang produksi asam laktat meningkat. dan pada saat diberikan implementasi keperawatan manajemen nyeri meliputi observasi : pengkajian PQRST, terapeutik : menciptakan suasana nyaman, memberikan terapi imajinasi terbimbing edukasi : mengajarkan dan menganjurkan manajemen nyeri dengan teknik imajinasi terbimbing selama 3 hari berturut-turut dapat menurunkan tingkat nyeri.

Adapun hal yang diatas sejalan dengan teori yang dikemukakan (Sari and Marrita 2022), manajemen nyeri dengan teknik imajinasi terbimbing dan menciptakan suasana nyaman dapat mempengaruhi tingkat nyeri pada pasien dan cenderung merasakan enak, lebih tenang, pusing berkurang, tengkuk tidak kaku dan rileks.

Beberapa penelitian terkait lain yang menunjukkan efektivitas manajemen nyeri terhadap penurunan nyeri kepala pada pasien hipertensi ialah (Aprilyadi et al., 2021), (Mia Oktaviani, 2019), dan (Purqoti et al., 2021) dapat disimpulkan bahwa intervensi keperawatan manajemen nyeri meliputi OTEK (Observasi : identifikasi skala nyeri kepala, Teraperutik : memberikan suasana nyaman, pemberian terapi teknik imajinasi terbimbing, Edukatif : edukasi cara meredakan nyeri,

dan Kolaboratif : kolaborasi pemberian analgetik, jika perlu) mampu menurunkan tingkat nyeri kepala pada pasien hipertensi. Dan hal ini sejalan dengan hasil yang didapatkan oleh penulis dalam studi kasus ini.

KESIMPULAN DAN SARAN

Setelah penulis melaksanakan asuhan keperawatan pada pasien 1 dan pasien 2 pada pasien nyeri kepala, maka penulis berkesimpulan bahwa implementasi keperawatan pada pasien hipertensi dengan masalah nyeri kepala adalah dengan melakukan Intervensi utama manajemen nyeri , dan intervensi pendukung teknik imajinasi terbimbing dengan OTEK (Observasi : identifikasi skala nyeri kepala, Teraperutik : memberikan suasana nyaman, pemberian terapi teknik imajinasi terbimbing, Edukatif : edukasi cara meredakan nyeri, dan Kolaboratif : kolaborasi pemberian analgetik, jika perlu). Hasil evaluasi setelah dilakukan implementasi teknik imajinasi terbimbing pada pasien dengan gangguan nyeri kepala terdapat penurunan skala nyeri pada pasien 1 pada hari pertama pengkajian 7 (nyeri sedang) dan pada hasil akhir 3 (nyeri ringan), pada pasien 2 hari pertama pengkajian 6 (nyeri sedang) dan hasil akhir 2 (nyeri ringan) dan pasien dapat melakukan aktivitas secara mandiri.

UCAPAN TERIMA KASIH

Kami ingin mengucapkan terima kasih yang sebesar-besarnya kepada semua pihak yang telah berkontribusi dalam pelaksanaan dan penulisan artikel ini.

KONFLIK KEPENTINGAN

Penulis menyatakan bahwa tidak ada konflik kepentingan.

DAFTAR PUSTAKA

- Aprilyadi, N., Feri, J., & Ayu, L. (2021). Penerapan Teknik Imajinasi Terbimbing Untuk Mengurangi Nyeri Kepala Pada Pasien Hipertensi Di RSUD Siti Aisyah Kota Lubuklinggau Tahun 2021. *Journal of Complementary in Health*, 1(1), 24–30. <https://doi.org/10.36086/jch.v1i1.1114>
- Arindari, D. R., & Puspita, R. (2022). Hubungan Dukungan Keluarga Dengan Kepatuhan Diet Hipertensi Pada Lansia Di Puskesmas Ariodillah. *Excellent Midwifery Journal*, 5(1), 94–103. <http://jurnal.mitrabusada.ac.id/index.php/emj/article/view/201>
- Gaol, R. L., & Simbolon, F. N. (2022). Gambaran Karakteristik Pasien Hipertensi Di Rumah Sakit Umum Full Bethesda Medan Tahun 2021. *Jurnal Online Keperawatan Indonesia*, 5(1), 30–37. <https://doi.org/10.51544/keperawatan.v5i1.2992>
- Gusty, R. P., & Merdawati, L. (2020). Perilaku Perawatan Diri dan Faktor Terkait pada Penderita Hipertensi di Kota Padang. *Jurnal Keperawatan*, 11(1), 64–74.
- Mia Oktaviani, H. A. N. (2019). Pemberian Relaksasi Imajinasi Terbimbing Untuk Penurunan Tekanan Darah Pada Lansia Penderita Hipertensi di Wilayah Puskesmas Jepang Kecamatan Mejubo Kabupaten Kudus Mahasiswa Akademi Keperawatan krida Husada Dosen Akademi Keperawatan Krida Husada. *Jurnal Profesi Keperawatan*, 6(2), 163–176.
- Purqoti, D. N. S., Rusiana, H. P., Oktevia, E., Prihatin, K., & Rispawati, B. H. (2021). Pengenalan Terapi Non Farmakologi Untuk Menurunkan Nyeri Kepala Pada Pasien Hipertensi. *Jurnal Abdimas Kesehatan Perintis*, 2(2), 11–16. <https://jurnal.stikesperintis.ac.id/index.php/JAKP/article/view/510>
- Surya, D. O., & Yusri, V. (2022). Efektifitas Terapi Slow Stroke Back Massage Terhadap Nyeri Kepala Pasien Hipertensi. *Jurnal Keperawatan Muhammadiyah*, 7(4), 120–123. <https://doi.org/10.30651/jkm.v7i4.15638>
- Yani, R. D., Wahyudi, J. T., & Suratun, S. (2019). Pengaruh Senam Hipertensi Terhadap Kualitas Tidur Pasien Dengan Hipertensi Di Rumah Sakit Muhammadiyah Palembang. *Indonesian Journal for Health Sciences*, 3(2), 88. <https://doi.org/10.24269/ijhs.v3i2.1844>