

The Effect Of Guided Imagery On Sleep Patterns Of Congestive Heart Failure (CHF) Patients In Kelet RSU, Central Java

Sukarmin¹ , Muhammad Abdul Rozaq², Esty Nuryanik³

¹ Department of Health Faculty, Universitas Muhammadiyah Kudus., Indonesia

² Department of Islamic, Universitas Muhammadiyah Kudus, Indonesia

³ Department of Health, Universitas Muhammadiyah Kudus, Indonesia

 sukarmin@umkudus.ac.id

Abstract

Background: Congestive Heart Failure (CHF) causes various clinical symptoms felt by patients, some of which are dyspnea, orthopnea, and the most common symptom is Paroxysmal Nocturnal Dyspnea (PND). PND causes sleep disturbances. The fulfillment of rest and sleep for inpatients at RSUD Solok, showed that 75.56% was not fulfilled. Guide imagery can reduce stress and tissue oxygen demand thereby improving sleep quality. Objective: To determine the effect of guided imagery on sleep patterns in CHF patients at Kelet General Hospital, Central Java Province. Methods: This study is a quasy experimental study with a pre-test and post-test non-equivalent control group with 11 intervention groups and 11 control groups. The analysis used was the Wilcoxon Signed Ranks Test . Results: The results of the Wicoxon test analysis for the intervention group obtained a p value of 0.039. while for the control group the p value was 0.671 ($\alpha= 0.05$). Conclusion: There is an effect of guided imagery on the sleep patterns of CHF patients at Kelet General Hospital, Central Java Province.

Keywords : Guided Imagery; Sleep Pattern; Congestive Heart Failure (CHF)

Pengaruh Guided Imagery Terhadap Pola Tidur Pasien Congestive Heart Failure (CHF) Di RSU Kelet Provinsi Jawa Tengah

Abstrak

Latar belakang : Congestive Heart Failure (CHF) menimbulkan berbagai gejala klinis yang dirasakan pasien beberapa diantaranya dyspnea, ortopnea, dan gejala yang paling sering dijumpai adalah Paroxysmal Nocturnal Dyspnea (PND). PND mengakibatkan gangguan tidur. Pemenuhan istirahat dan tidur pasien rawat inap di RSUD Solok, menunjukkan 75,56 % tidak terpenuhi. Guide imagery dapat menurunkan stress dan kebutuhan oksigen jaringan sehingga meningkatkan kualitas tidur. Tujuan : Untuk mengetahui adanya pengaruh guided imagery terhadap pola tidur pada pasien CHF di RSU Kelet Propinsi Jawa Tengah. Metode : Penelitian ini merupakan penelitian Quasy experimental dengan desain penelitian pre-test and post-test non equivalent control grup dengan 11 kelompok intervensi dan 11 kelompok kontrol. Analisa yang digunakan uji Wilcoxon Signed Ranks Test. Hasil : Hasil analisis uji wicoxon untuk kelompok intervensi didapatkan p value 0.039. Sedangkan untuk kelompok kontrol p value 0.671 ($\alpha= 0.05$). Kesimpulan : ada pengaruh guided imagery terhadap pola tidur pasien CHF di RSU Kelet Provinsi Jawa Tengah.

Kata kunci : Guided Imagery; Pola Tidur; Congestive Heart Failure (CHF)

1. Pendahuluan

Congestive Heart Failure (CHF) merupakan ketidakmampuan jantung memompa darah yang cukup ke seluruh tubuh yang ditandai dengan sesak nafas saat beraktifitas. Menurut American Heart Association (AHA) tahun 2012 dilaporkan bahwa ada 5,7 juta penduduk Amerika Serikat yang mengalami CHF. Selanjutnya terjadi peningkatan menjadi 6,6 juta jiwa pasien yang menderita CHF dan diperkirakan akan bertambah sebanyak 3,3 juta jiwa pada tahun 2030 (Padila, 2012). Data pasien yang menjalani hospitalisasi terdapat sebanyak 1.094.000 pasien dan melalui data ini diperoleh angka kejadian rehospitalisasi hampir sekitar 50% dari total pasien Congestive heart failure yang pernah menjalani hospitalisasi sebelumnya ((AHA, 2013).

Prevalensi CHF berdasarkan laporan Riset Kesehatan Dasar (RISKESDAS), berdasarkan diagnosis dokter, prevalensi penyakit jantung di Indonesia tahun 2018 sebesar 0,5% atau diperkirakan sekitar 883.447 orang, sedangkan berdasarkan diagnosis gejala sebesar 1,5% atau diperkirakan sekitar 2.650.340 orang ((Litbangkes), 2018).

Jumlah pasien CHF di RSUP dr. Kariadi Semarang pada bulan Februari 2015 sebanyak 47 pasien, mengalami kenaikan pada bulan Maret 2015 sebanyak 69 pasien, dan mengalami penurunan pada bulan April dengan jumlah 62 pasien (Rekam Medik RSUP dr. Kariadi Semarang, 2015). Berdasarkan hasil survei yang menjalani rawat inap pasien CHF di Rumah Sakit RSU Kelet Provinsi Jawa Tengah pada tahun 2019 sebanyak 132 orang.

CHF menimbulkan berbagai gejala klinis yang dirasakan pasien beberapa diantaranya dyspnea, ortopnea, dan gejala yang paling sering dijumpai adalah Paroxysmal Nocturnal Dyspnea (PND) atau sesak napas pada malam hari. Munculnya berbagai gejala klinis pada pasien CHF salah satunya gangguan tidur (Corwin, 2009).

Faktor yang berhubungan dengan gangguan tidur pada CHF ini multidimensional seperti karakteristik demografi (jenis kelamin, umur), perjalanan penyakit Congestive heart failure, beberapa masalah kesehatan (nyeri, depresi), simptom dari Congestive heart failure, medikasi, stress dan kecemasan (Kanthy, 2019)

Berdasarkan hasil survei pendahuluan yang menjalani rawat inap pasien *Congestive Heart Failure* (CHF) yang mengalami gangguan tidur di RSU Kelet Provinsi Jawa Tengah dari 132 orang yang mengalami CHF, 80 responden mengalami gangguan tidur. Sedangkan Penelitian Handayani (2020) gambaran pola tidur pasien CHF di RS. Dr Selamat Garut menunjukkan sebagian besar responden (69,4%) mengalami gangguan 3 kali seminggu, durasi tidur pasien gagal jantung, sebagian besar responden (64,5%) < 5 jam, efisiensi tidur pasien gagal jantung sebagian besar responden (75,8%) < 65%, gangguan tidur pada pasien gagal jantung, sebagian besar responden (58,1%) 3 kali seminggu, penggunaan obat pasien gagal jantung, hampir sebagian responden (38,7 (Handayani, 2020). Kekurangan tidur jangka pendek dapat meningkatkan tekanan darah dan peradangan sementara yang mempengaruhi hormon dan ekspresi gen dan mempengaruhi kesehatan (Geographic, 2018). Berbagai efek tersebut harus dicegah dengan meningkatkan kualitas tidur, salah satunya dengan terapi guided imagery. *Guided Imagery* merupakan upaya untuk menciptakan

kesan dalam pikiran pasien CHF sehingga berkonsentrasi pada kesan tersebut dan dapat menurunkan sensasi ketidaknyamanan (Prasetyo, 2010).

Berdasarkan hasil survei awal di RSUD Propinsi Jawa Tengah tahun 2020 sebanyak 132 orang. Survei pada 10 responden yang mengalami Congestive Heart Failure (CHF), 10 responden mengeluh tidak bisa tidur, selama ini tindakan untuk mengurangi gangguan tidur menggunakan obat-obatan psikotik yang menimbulkan ketergantungan dan tidak dapat diberikan jangka waktu Panjang. *Guide imagery* memungkinkan dapat diterapkan di RSUD Kelet karena tidak membutuhkan ruangan khusus dan ruangan perawatan dapat diatur tidak berisik sesuai dengan kebutuhan terapi guide imagery. Dari fonemna di atas maka, peneliti tertarik untuk melakukan penelitian Pengaruh Guide Imagery Terhadap Pola Tidur Pasien *Congestive Heart Failure* (CHF) Di Rsu Kelet Provinsi Jawa Tengah.

2. Metode

Penelitian ini dilakukan pada bulan Desember 2020 yang merupakan penelitian eksperimen semu (quasy experimental) dengan pre-test and post-test with control design. Pengambilan sample menggunakan rumus Slovin, kemudian dilakukan skrining berdasarkan kriteri diagnosis medis CHF (dilihat di CM pasien), kesadaran composmentis, mampu membaca dan menulis, pasien stabil, bersedia menjadi responden. Pemilihan kelompok kontrol dan intervensi didasarkan pada urutan perolehan pasien CHF pada nomor 1-11 masuk kelompok intervensi sedangkan perolehan responden pasien nomer 12-22 menjadi kelompok kontrol. Kedua kelompok yang diambil telah lolos uji kriteria yang ditetapkan. Penelitian ini menggunakan penyajian data distribusi frekwensi dan prosentase dengan uji non parametric Wilcoxon untuk mengetahui data hasil data bivariatnya.

3. Hasil dan Pembahasan

3.1. Karakteristik Responden

1. Umur Responden

Tabel 1. Karakteristik Umur Responden

	Kelompok			
	Intervensi		Kontrol	
Umur	F	%	F	%
30-45	5	45.5	4	36.4
46-60	4	36.4	3	27.3
>60	2	18.2	4	36.4
TOTAL	11	100	11	100

Berdasarkan **Tabel 1.** kelompok intervensi mayoritas umur 30-45 tahun 5 responden (45.5%), sedangkan untuk kelompok kontrol mayoritas 30-45 tahun 4 responden (36.4%).

2. Pendidikan

Tabel 2. Karakteristik Pendidikan Responden

	Kelompok			
	Intervensi		Kontrol	
Pendidikan	F	%	F	%
Tidak sekolah	1	9.1	2	18.2
SD	2	18.2	2	18.2
SMP	3	27.3	3	27.3
SMA	4	36.4	3	27.3
Sarjana	1	9.1	1	9.1
TOTAL	11	100	11	100

Berdasarkan **Tabel 2.** pendidikan kelompok intervensi mayoritas SMA 4 responden (36.4%), sedangkan kelompok kontrol mayoritas SMP dan SMA 3 responden (27.3.0%).

3. Pekerjaan

Tabel 3. Karakteristik Pekerjaan Responden

Pekerjaan	Kelompok			
	Intervensi		Kontrol	
	F	%	F	%
Buruh	6	54.4	6	54.4
PNS	1	9.1	1	9.1
Swasta	4	36.4	4	36.4
TOTAL	11	100	11	100

Berdasarkan **Tabel 3.** pekerjaan kelompok intervensi dan kontrol mayoritas buruh 6 responden (40.0%).

3.2. Analisa Univariat dan Bivariat

Penelitian ini menggunakan perlakuan guide imagery berdasarkan SOP yang ditetapkan peneliti sejumlah 11 responden dan kelompok kontrol yang tetap mendapatkan pelayanan standar menggunakan tindakan yang selama ini di lakukan di rumah sakit berupa anjuran relaksasi nafas dalam.

Tabel 4. Pola Tidur pasien CHF Kelompok Intervensi

Pola tidur	Kelompok Intervensi				P value
	Sebelum		Sesudah		
	F	%	F	%	
Baik	3	27.3	6	54.5	0.039
Buruk	8	72.7	5	45.5	
Total	11	100	11	100	

Berdasarkan **Tabel 4.** tingkat pola tidur pada pasien CHF sebelum diberikan *guided imagery* untuk kelompok intervensi baik 3 responden (27.3%) dan buruk 8 responden (72.7%), setelah *guided imagery* pola tidur baik 6 responden (54.5%) dan pola tidur buruk 5 responden (45.5%). Nilai uji menggunakan wilcoxon menunjukkan p vaue 0,039 (α : 0,05) yang menunjukkan adanya pengaruh *guide imagery* terhadap pola tidur pasien CHF.

Tabel 5. Pola Tidur pasien CHF Kelompok Kontrol

Pola tidur	Kelompok control				P value
	Sebelum		Sesudah		
	F	%	F	%	
Baik	4	36.4	4	36.4	0.671
Buruk	7	63.6	7	63.6	
Total	11	100	11	100	

Berdasarkan **Tabel 5.** tingkat pola tidur pasien CHF sebelum tanpa diberikan *guided imagery* untuk kelompok kontrol baik 4 responden (36.4%) dan buruk 7 responden (63.6%). Nilai uji Wilcoxon menunjukkan nilai p value 0,671 (α : 0,05) yang menunjukkan tidak adanya perbedaan pola tidur pasien CHF sebelum dan sesudah masa intervensi *guide imagery*.

Berdasarkan hasil penelitian pola tidur pada pasien CHF sebelum diberikan *guided imagery* untuk kelompok intervensi baik 3 responden (27.3%) dan buruk 8 responden (72.7%). Gangguan tidur adalah simptom yang paling sering dilaporkan pada pasien *Congestive heart failure* dan dirasakan oleh 75% penderitanya. Sedangkan menurut Redeker dkk (2012) nocturia umumnya terjadi pada pasien gagal Jantung dan sering dilaporkan sebagai penyebab dari buruknya kualitas tidur. Sekitar 75% terjadi peningkatan dari

resiko insomnia dan 71% terjadi peningkatan resiko kualitas tidur yang buruk pada laki-laki dan perempuan pada usia 55-84 tahun.

Dengan pemberian *guided imagery* pola tidur pasien membaik sebanyak 6 responden (54.5%). Pasien dengan CHF juga sering merasa cemas, ketakutan dan depresi. Hampir semua pasien menyadari bahwa jantung adalah organ yang penting dan ketika jantung mulai rusak maka kesehatan juga terancam. Ketika penyakit meningkat dan manifestasinya memburuk, terjadi stres (ketegangan) sampai mengalami kecemasan yang berat dan hal ini apabila dibiarkan akan mengganggu status mental seseorang (Geographic, 2018).

Faktor yang berhubungan dengan gangguan tidur pada kelompok ini multidimensional seperti karakteristik demografi (jenis kelamin, umur), perjalanan penyakit *Congestive heart failure*, beberapa masalah kesehatan (nyeri, depresi), simptom dari *Congestive heart failure*, medikasi, stress dan kecemasan (Kanthi, 2019).

Menurut Penelitian Yunda Yeci (2020) terhadap 18 kelompok intervensi dan 18 kelompok kontrol sebagai pembanding ada pasien CHF dengan pemberian guide imagery hasil uji wilcoxon untuk kualitas tidur diperoleh nilai $p < 0,05$ yang artinya ada pengaruh intervensi *guided imagery* terhadap kualitas tidur (Yeci, 2020).

Penelitian alain yang dilakukan oleh Deswita (2014) terhadap pola tidur anak yang diberikan guide imagery juga menunjukkan Hasil penelitian dengan menggunakan uji statistik Wilcoxon menunjukkan adanya pengaruh teknik relaksasi imajinasi terbimbing terhadap pemenuhan kebutuhan tidur anak usia sekolah dengan rata-rata peningkatan durasi tidur adalah 8,42, $p = 0,000$ dan standar deviasi 0,474 (Deswita, 2014).

Hasil diatas sesuai dengan penelitian Maresa Kamora, Wasisto Utomo dan Oswati Hasanah (2012) Efektifitas Teknik Relaksasi Guided Imagery Terhadap Pemenuhan Rata-Rata Jam Tidur Pasien Di Ruang Rawat Inap Bedah dengan hasil teknik relaksasi guided imagery berpengaruh terhadap peningkatan rata-rata jam tidur pada pasien rawat inap (Maresa Kamora, 2012).

Penelitian lain yang dilakukan oleh Febriati & Anita (2021) dengan judul Pengaruh Guided Imagery Terhadap Kualitas Tidur Klien Pre Operasi di RSUD Dr. H. Abdul Moeleok Provinsi Lampung dengan metode Quasi Eksperimental menggunakan pendekatan One grup pretest – posttest, hasil uji t-test dependen didapatkan nilai p-value 0.000 ($\alpha < 0.05$), yang berarti ada pengaruh *guide imagery* terhadap kualitas tidur (Febriaty, 2021)

4. Kesimpulan

- a. Hasil penelitian pola tidur sebelum dan sesudah diberikan *guided imagery* pasien CHF untuk kelompok intervensi baik 3 responden (27.3%) dan buruk 8 responden (72.7%), setelah diberikan *guided imagery* pola tidur baik 6 responden (54.5%) dan pola tidur buruk 5 responden (45.5%).
- b. Hasil penelitian untuk pola tidur pasien CHF sebelum dan sesudah tanpa diberikan *guided imagery* untuk kelompok kontrol baik 4 responden (36.4%) dan buruk 7 responden (63.6%).

- c. Hasil analisis statistik *uji wicoxon* pada kelompok intervensi $p\ value = 0.039$ ($\alpha = 0.05$ sedangkan pada kelompok kontrol $p\ value = 0.671$)

Dari hasil penelitian ini peneliti memberikan saran guide imagery dapat menjadi salah satu tindakan keperawatan mandiri untuk mengatasi gangguan pola tidur pada pasien CHF yang diterapkan di klinik-klinik dan rumah sakit. Praktek tersebut diawali dengan menggiatkan pelatihan guide imagery bagi perawat-perawat di rumah sakit dan puskesmas rawat inap.

Referensi

- [1] (AHA, A. H. (2013). Guideline for the Management of Heart Failure: A report of the American College of Cardiology Foundation/American Heart Association task force on practice guidelines. *J Am Coll Cardio*, 240-243.
- [2] (Litbangkes), B. P. (2018). *Riset Kesehatan Dasar*. Jakarta: <https://www.litbang.kemkes.go.id/laporan-riset-kesehatan-dasar-risikesdas/>.
- [3] Corwin, E. (2009). *Buku Saku Patofisiologi*. Jakarta: Aditya Media.
- [4] Deswita, A. &. (2014). Pengaruh Teknik Relaksasi Imajinasi Terbimbing (Guided Imagery) Terhadap Pemenuhan Kebutuhan Tidur Anak. Prof. Dr. Ma. Hanafiah SM Batusangkar. *Ners Jurnal Keperawatan*, 110-117.
- [5] Febriaty, a. d. (2021). Pengaruh Guide Imagery Terhadap Kualitas Tidur Pasien Pre Operasi. *Jurnal Ilmu Kesehatan Indonesia*, Volume 2 Nomer 1.
- [6] Geographic, N. (2018, Maret 13). *Inilah perbedaan kebutuhan tidur berdasarkan usia*. Dipetik Desember 10, 2020, dari <http://nationalgeographic.co.id/berita/2015/02/inilah-perbedaan-kebutuhantidur-berdasarkan-usia>
- [7] Handayani, L. (2020, Pebruari 12). *GAMBARAN KUALITAS TIDUR PADA PASIEN GAGAL JANTUNG KANAN DI RSUD dr.SLAMET GARUT*. Dipetik Desember 10, 2020, dari <http://repository.unpad.ac.id/frontdoor/index/index/docId/35809>
- [8] Kanthy, N. &. (2019, Desember 15). *Jurnal.Millikin University*. Dipetik Mei 13, 2020, dari http://www.aahfn.org/index.php/online_courses_test1/count_track?id=3.
- [9] Maresa Kamora, W. U. (2012, Oktober 10). *EFEKTIFITAS TEKNIK RELAKSASI GUIDED IMAGERY TERHADAP PEMENUHAN RATA-RATA JAM TIDUR PASIEN di RUANG RAWAT INAP*. Dipetik Desember 16, 2020, dari <https://repository.unri.ac.id/bitstream/handle/123456789/1784/EFEKTIFITAS%20TEKNIK%20RELAKSASI%20GUIDED%20IMAGERY%20TERHADAP%20PEMENUH.pdf?sequence=1&isAllowed=y>
- [10] Prasetyo. (2010). *Konsep Dan Proses Keperawatan Nyeri*. Yogyakarta: Graha Ilmu.
- [11] Yeci, Y. (2020, Pebruari 10). *PENGARUH TERAPI GUIDED IMAGERY TERHADAP RESPON FISILOGIS DAN KUALITAS TIDUR PASIEN CHF DI PJT RSUP MAKASAR*. Dipetik Desember 17, 2020, dari http://repository.unhas.ac.id/id/eprint/1186/2/C12116002_skripsi_22-09-2020_1-2%28FILEminimizer%29.pdf



This work is licensed under a [Creative Commons Attribution-NonCommercial 4.0 International License](https://creativecommons.org/licenses/by-nc/4.0/)