

EFEKTIFITAS TERAPI GUIDE IMAGERY TERHADAP KECEMASAN PASIEN HEMODIALISA

THE EFFECTIVENESS OF GUIDE IMAGERY THERAPY TOWARDS HEMODIALYSIS PATIENTS 'ANXIETY

Rini Fahriani Zees, Lestari Lapradja

Jurusan Keperawatan Poltekkes Kemenkes Gorontalo

Kontak penulis: rinizees@poltekkesgorontalo.ac.id

ABSTRAK

Tujuan dari penelitian ini yaitu untuk mengetahui efektivitas teknik guide imagery terhadap tingkat kecemasan pada pasien hemodialisa BLUD RSUD Dr. M. M. Dunda Limboto, Kabupaten Gorontalo. Metode penelitian menggunakan Pra-Eksperimental dengan pendekatan penelitian *Static Group Comparison*. Pengambilan sampel dilakukan dengan menggunakan teknik *purposive sampling* dengan jumlah sampel sebanyak 26 orang. Penelitian dilakukan dengan menggunakan lembar kuesioner untuk mengukur skala tingkat kecemasan pada kelompok intervensi dan kelompok kontrol, serta tindakan intervensi berupa Guide Imagery pada kelompok eksperimen. Analisis bivariat menggunakan uji statistika *paired t test*. Hasil penelitian pada kelompok kontrol tidak ada yang mengalami penurunan tingkat kecemasan pada saat posttest dengan nilai rata-rata pretest 32,38 dan nilai posttest 32,23. Pada kelompok intervensi terjadi penurunan tingkat kecemasan dengan nilai rata-rata pretest 29,23 dan nilai posttest 22,08. Hasil analisis *paired t test* menunjukkan nilai $p = 0,000$. Kesimpulannya yaitu teknik *guide imagery* efektif terhadap tingkat kecemasan pada pasien hemodialisa BLUD RSUD Dr. M. M. Dunda Limboto Kabupaten Gorontalo.

Kata Kunci: Kecemasan; Teknik guide imagery

ABSTRACT

The purpose of this study is to determine the effectiveness of guide imagery techniques on the level of anxiety in hemodialysis patients BLUD RSUD Dr. M. M. Dunda Limboto, Gorontalo District. The research method used was pre-experimental with the Static Group Comparison research approach. Sampling was done using purposive sampling technique with a total sample of 26 people. The study was conducted using a questionnaire sheet to measure the scale of anxiety levels in the intervention group and control group, as well as the intervention action in the form of Guide Imagery in the experimental group. Bivariate analysis using paired t test statistics. The results of the study in the control group did not experience a decrease in anxiety levels at the time of the posttest with an average pretest score of 32.38 and a posttest score of 32.23. In the intervention group there was a decrease in anxiety levels with an average pretest score of 29.23 and a posttest score of 22.08. The results of the paired t test analysis showed the value of $p = 0.000$. The conclusion is that the guide imagery technique is effective against the level of anxiety in hemodialysis patients BLUD RSUD Dr. M. M. Dunda Limboto Gorontalo District.

Keywords: Anxiety; Imagery guide technique

Pendahuluan

Upaya yang dilakukan untuk mengatasi masalah penyakit ginjal kronik, di antaranya adalah hemodialisis. Hemodialisis (HD) merupakan tindakan untuk menggantikan sebagian dari fungsi ginjal. Tindakan ini rutin dilakukan pada penderita penyakit ginjal kronik (PGK) atau *chronic kidney disease* (CKD) stadium V atau gagal ginjal kronik (GGK). Hemodialisis adalah suatu usaha untuk memperbaiki kelainan biokimia darah yang terjadi akibat terganggunya fungsi ginjal, dilakukan dengan menggunakan mesin hemodialisis.

Menurut Smeltzer, dalam Tokala (2015) dalam jurnal Hubungan antara lamanya menjalani hemodialisis dengan tingkat kecemasan pada pasien dengan penyakit gagal ginjal kronik, pasien penyakit ginjal kronik yang menjalani hemodialisis sering mengalami masalah baik biologis maupun masalah psikososial yang muncul dalam kehidupan. Akibatnya, mereka juga mengalami masalah psikososial, seperti kecemasan, depresi, isolasisosial, kesepian, tidak berdaya, dan putus asa.

Kecemasan adalah kekhawatiran yang tidak jelas dan menyebar, yang berkaitan dengan perasaan tidak pasti dan tidak berdaya terhadap penilaian individu yang subjektif, serta tidak diketahui secara khusus penyebabnya. Tingkat kecemasan terdiri atas empat yakni kecemasan ringan, kecemasan sedang, kecemasan berat, panik (Sarsito, 2015).

Tindakan untuk mengatasi pasien yang mengalami kecemasan adalah, musik klasik, *breathing exercise*, teknik relaksasi *Benson*, teknik relaksasi nafas dalam, terapi murottal Al-Qur'an dan *Guide Imagery*.

Guide imagery (imajinasi terbimbing) adalah upaya untuk menciptakan kesan dalam pikiran klien, kemudian berkonsentrasi pada kesan yang menyenangkan sehingga secara bertahap dapat menurunkan tingkat kecemasan klien (Sarsito, 2015).

Pembentukan imajinasi yang menyenangkan akan diterima oleh berbagai alat indera kemudian rangsangan tersebut dijalankan ke batang otak menuju sensor thalamus. Dikorteks serebri rangsangan akan dianalisis, dipahami dan disusun menjadi sesuatu yang nyata sehingga otak mengenali objek dan arti kehadiran rangsangan tersebut. Bayangan imajinasi yang disukai dan menyenangkan dianggap sebagai sinyal penting dan disimpan dimemori. Rangsangan yang disukai memori akan dimunculkan kembali dianggap sebagai suatu persepsi dari pengalaman sensori yang sebenarnya. Pengalaman sensori tersebut dapat merilekskan pikiran dan meregangkan otot-otot sehingga cemas yang dirasakan menjadi berkurang (Sarsito, 2015).

Indonesia berdasarkan data dari Indonesia *Renal Registry* (2014) pada tahun 2013 tercatat 15.128 pasien baru gagal ginjal yang menjalani hemodialisis, meningkat pada tahun 2014 tercatat 17.193 pasien baru gagal ginjal yang menjalani hemodialisis. Menurut Prevalensi Gagal Ginjal Kronis, provinsi Gorontalo pada urutan 31 dengan 0,4 % dari 34 provinsi di Indonesia.

Berdasarkan studi pendahuluan yang dilakukan peneliti, di BLUD RSUD Dr. M. M. Dunda Limboto, diketahui jumlah pasien yang menjalani terapi hemodialisa sejak bulan desember 2016 sampai januari 2017 adalah 36 orang. Terdiri dari laki laki 18 orang, perempuan 19 orang, berdasarkan usia dari usia 20-35 ada 3 orang, 36-50 ada 15 orang, 51-65 ada 18 orang, dengan

frekuensi terapi hemodialisa 1 minggu 2x ada 33 orang, untuk 1 minggu 1 kali ada 3 orang. Pasien yang terpasang Cimino ada 10 orang, dan yang tidak terpasang cimino ada 26 orang.

Berdasarkan hasil wawancara dengan klien Ny. Z, sebagai pasien yang menjalani terapi Hemodialisis, menyatakan klien merasa cemas saat proses penusukan karena pada saat ditusuk klien mengatakan merasa sakit pada bagian yang ditusuk. Disamping itu lamanya tindakan hemodialisis dapat menimbulkan kecemasan bagi pasien.

Hasil wawancara dengan perawat di ruang hemodialisa tindakan keperawatan yang diberikan pada saat klien mengeluh cemas atau takut adalah tehnik relaksasi nafas dalam. Terapi ini diberikan saat proses pelaksanaan hemodialisis, akan tetapi tehnik relaksasi nafas dalam belum mampu menurunkan kecemasan secara menyeluruh. Hal ini dibuktikan dengan pasien yang sering memanggil perawat saat proses hemodialisis berlangsung, dan semua pasien yang di ruang hemodialisa rata-rata pasien yang mengalami kecemasan.

Berdasarkan hasil penelitian dari Uliya Farah, (2016) dengan judul “Kecemasan Pasien Gagal Ginjal Kronik Yang Menjalani Hemodialisa” di RSUD Dr. Zainel Abidin Banda Aceh, menunjukkan bahwa ada hubungan lama hemodialisa dengan tingkat kecemasan dengan nilai dengan nilai p value sebesar 0.020 ($p < 0,05$).

Berdasarkan data diatas peneliti tertarik dengan judul Efektifitas Terapi *Guide Imagery* Terhadap Kecemasan Pasien Hemodialisa Di Ruang Hemodialisa BLUD RSUD Dr. M. M. Dunda Limboto Kabupaten Gorontalo, karena belum ada peneliti lain melakukan penelitian tentang Efektifitas Terapi *Guide Imagery*.

Metode

Jenis penelitian yang digunakan yaitu jenis penelitian *Pra-Eksperimental* dengan pendekatan penelitian *Static Group Comparison*. Pada desain penelitian seperti pada desain *posttest only design*, tetapi bedanya adalah adanya kelompok pembanding atau kontrol. Kelompok yang mendapatkan perlakuan yang diikuti dengan pengukuran kedua (postes), kemudian hasil pengukuran ini akan dibandingkan dengan hasil pengukuran pada kelompok pembanding (kontrol) yang tidak menerima perlakuan (Agus, 2011).

Populasi dalam penelitian ini adalah seluruh pasien yang menjalani terapi hemodialisa di BLUD RSUD Dr. M. M. Dunda Limboto Kabupaten Gorontalo sejumlah 36 orang pasien hemodialisa. Teknik Pengambilan sampel menggunakan *purposive sampling* yang sesuai dengan kriteria inklusi dengan jumlah sampel sebanyak 26 orang yang terbagi atas 13 orang yang mendapat intervensi dan 13 orang sebagai kontrol.

Instrumen yang digunakan dalam penelitian ini adalah lembar kuesioner skala tingkat kecemasan, dan audio musik.

Data primer dalam penelitian ini merupakan data yang didapatkan langsung melalui pengukuran tingkat kecemasan pada pasien di ruang hemodialisa. Data sekunder data yang di dapatkan langsung dari pihak BLUD RSUD Dr. M. M. Dunda Limboto Kabupaten Gorontalo. Data tertier adalah jurnal dari internet

Analisis *univariat* berupa data numerik digunakan nilai mean atau rata-rata, median dan standar deviasi (Notoatmodjo, 2012). Analisis *bivariat* yang digunakan untuk mengetahui pengaruh terapi *guide imagery* terhadap kecemasan pada pasien yang diukur dengan menggunakan uji statistik *t berpasangan*.

Hasil

Analisis Unvariat

Tabel 1. Tingkat Kecemasan Pasien Hemodialisa Kelompok Kontrol

Tingkat Kecemasan	Pretest		Posttest	
	n	(%)	n	(%)
Kecemasan Ringan	1	7,7	1	7,7
Kecemasan Sedang	4	30,7	4	30,7
Kecemasan Berat	6	46,2	6	46,2
Kecemasan Berat Sekali	2	15,4	2	15,4
Jumlah	13	100	13	100

Tabel 2. Tingkat Kecemasan Pasien Hemodialisa Kelompok Eksperimen

Tingkat Kecemasan	Pretest		Posttest	
	n	(%)	n	(%)
Kecemasan Ringan	2	15,4	5	38,5
Kecemasan Sedang	5	38,5	7	53,8
Kecemasan Berat	5	38,5	1	7,7
Kecemasan Berat Sekali	1	7,7	0	0,0
Jumlah	13	100	13	100

Analisis Bivariat

Tabel 3. Uji Normalitas

	jenis	Kolmogorov-Smirnova			Shapiro-Wilk		
		Statistic	df	Sig.	Statistic	df	Sig.
Kontrol	Pre Test	0,148	13	0,200	0,963	13	0,801
Cemas	Post Test	0,187	13	0,200	0,943	13	0,498
Eksperimen	Pre Test	0,168	13	0,200	0,967	13	0,861
Cemas	Post Test	0,171	13	0,200	0,942	13	0,481

Tabel 4. Perbedaan Tingkat Kecemasan pada pasien hemodialisa kelompok Kontrol

	<i>N</i>	<i>Mean</i>	<i>SD</i>	<i>T</i>	<i>p-value</i>
Cemas Pretest	13	32,38	8,047	1,477	0,165
Cemas Posttest	13	32,23	7,970		

Tabel 5. Perbedaan Tingkat Kecemasan pada pasien hemodialisa kelompok Eksperimen

	<i>N</i>	<i>Mean</i>	<i>SD</i>	<i>T</i>	<i>p-value</i>
Cemas Pretest	13	29,23	6,747	6,703	0,000
Cemas Posttest	13	22,08	3,968		

Pembahasan

Tingkat Kecemasan Pasien Hemodialisa

Hasil penelitian menunjukkan bahwa hasil pretest dan posttest pada kelompok kontrol yang tidak dilakukan intervensi terapi *Guide Imagery*, seluruh responden mengalami kecemasan yaitu kecemasan ringan 1 orang (7,7%), kecemasan sedang 4 orang (30,7%), kecemasan berat 6 orang (46,2%) dan kecemasan berat sekali 2 orang (15,4%) serta tidak ada yang mengalami penurunan tingkat kecemasan pada saat posttest dengan nilai rata-rata pretest 32,38 dan nilai posttest 32,23.

Sementara itu hasil pretest dan posttest pada kelompok eksperimen yang dilakukan intervensi terapi *Guide Imagery*, pada saat pretest seluruh responden mengalami kecemasan yaitu kecemasan ringan 2 orang (15,4%), kecemasan sedang dan berat masing-masing 5 orang (38,5%) dan kecemasan berat sekali 1 orang (7,7%). Setelah dilakukan intervensi *guide imagery* terjadi penurunan tingkat stress menjadi kecemasan ringan 5 orang (38,5%), kecemasan sedang 7 orang (53,8%) dan kecemasan berat 1 orang (7,7%) dengan nilai rata-rata pretest 29,23 dan nilai posttest 22,08.

Hasil pada kelompok eksperimen menunjukkan bahwa terjadi penurunan tingkat kecemasan pada responden setelah dilakukan terapi *guide imageri* dari kecemasan berat sekali dari 1 orang menjadi tidak ada yang mengalami kecemasan berat sekali, kecemasan berat dari 5 orang menjadi hanya 1 orang.

Gagal ginjal tergolong penyakit kronis yang mempunyai karakteristik bersifat menetap, tidak bisa disembuhkan dan memerlukan pengobatan dan jawat jalan dalam jangka waktu yang lama. Selain itu umumnya pasien tidak dapat mengatur dirinya sendiri dan biasanya tergantung pada profesi kesheatan. Kondisi tersebut tentu saja menimbulkan perubahan dan ketidakseimbangan yang meliputi biologi, psikologi, sosial dan spiritual pasien. Seperti psikologi, sosial dan spiritual pasien, seperti perilaku penolakan, marah, perasaan takut, kecemasan, rasa tidak berdaya, putus asa, bahkan bunuh diri. Untuk itu diperlukan penanganan yang terpadu baik untuk fisik maupun kondisi psikologis pasien (Potter & Perry, 2005).

Individu dengan hemodialisis jangka panjang sering merasa khawatir dengan kondisi sakitnya yang tidak dapat diramalkan dan gangguan dalam kehidupannya. Pasien biasanya menghadapi masalah finansial, kesulitan dalam mempertahankan pekerjaan, dorongan seksual yang menghilang serta impotensi, depresi akibat sakit yang kronis dan ketakutan terhadap kematian. Pasien yang berusia lebih muda khawatir terhadap perkawinan pasien, anak-anak yang dimiliki dan beban yang ditimbulkan pada keluarga mereka. Gaya hidup terencana berhubungan dengan terapi dialis dan pembatasan asupan makanan serta cairan sering menghilangkan semangat hidup pasien dan keluarganya (Smeltzer & Bare, 2004).

Kecemasan adalah sesuatu yang menimpa hampir setiap orang pada waktu tertentu dalam kehidupannya. Kecemasan merupakan reaksi normal terhadap situasi yang sangat menekan kehidupan seseorang dan karena itu berlangsung tidak lama. Penting sekali untuk mengingat bahwa kecemasan bisa muncul sendiri atau bergabung dengan gejala-gejala lain dari berbagai gangguan emosi. Kecemasan bukan suatu penyakit melainkan suatu gejala. Kebanyakan orang mengalami kecemasan pada waktu-waktu tertentu dalam kehidupannya. Biasanya kecemasan muncul sebagai reaksi normal terhadap situasi yang sangat menekan. Kecemasan mungkin bersifat akut (sebentar saja) atau menahun (dialami dalam waktu yang lama). Wajar bagi seseorang yang mengalami gangguan kepanikan untuk memperlihatkan gejala-gejala kecemasan pada umumnya (Savitri, 2007).

Pada penelitian ini, peneliti berasumsi bahwa tingkat kecemasan yang dialami oleh responden merupakan hal yang wajar terjadi pada pasien hemodialisa. Tingkat kecemasan yang

dialami oleh responden disebabkan oleh kurangnya pengetahuan mengenai hemodialisa, terjadinya perubahan gaya hidup, tersitanya waktu untuk menjalani terapi, rasa depresi akibat penyakit gagal ginjal yang dialami serta biaya terapi yang cukup mahal.

Hal ini sesuai dengan teori yang menyatakan bahwa dialisis menyebabkan perubahan gaya hidup pada keluarga. Waktu yang diperlukan untuk terapi hemodialisis yang akan mengurangi waktu yang tersedia untuk melakukan aktivitas sosial dan dapat menciptakan konflik, kecemasan, rasa bersalah serta depresi (Smeltzer & Bare, 2004).

Selain itu ketakutan akan tindakan hemodialisa dimana pada penelitian ini responden merupakan pasien hemodialisa yang tidak dipasang *cimono*. Pada pasien ini tindakan hemodialisa dilakukan dengan menusukkan jarum di lengan dan paha. Dengan tindakan tersebut pasien pasti akan mengalami nyeri dan ketakutan dengan tindakan penusukan jarum tersebut, yang pada akhirnya akan menimbulkan kecemasan pada pasien selama menjalani hemodialisa.

Pasien hemodialisa menghadapi perubahan yang signifikan karena mereka harus beradaptasi terhadap terapi hemodialisa, komplikasi yang terjadi, perubahan peran di dalam keluarga, perubahan gaya hidup yang harus mereka lakukan terkait penyakit gagal ginjal yang dialami serta terapi hemodialisa. Keadaan ini tidak hanya dihadapi oleh pasien saja, tetapi juga oleh anggota keluarga yang lain (Friedman, 2010).

Lama pemberian terapi dan pengawasan jangka panjang setiap pasien hemodialisa regular dapat mempengaruhi kualitas hidup optimal. Kehilangan waktu 10-12 jam setiap minggunya, kehilangan pendapatan, serta biaya pengobatan yang tinggi seringkali menyebabkan terjadinya perubahan kepribadian dan cenderung depresi (Medicastore, 2006 dalam Sarsito, 2015).

Pada penelitian ini diketahui bahwa pada pasien hemodialisa sebagian besar merupakan pasien baru yang menjalani hemodialisa (0-12 bulan) yaitu 84,6% pada kelompok intervensi dengan tingkat kecemasan yang dialami adalah sedang (23,1%), berat (46,2%) dan berat sekali (15,4%). Sedang sisanya merupakan pasien lama yang telah menjalani hemodialisa lebih dari 12 bulan (15,7%) dengan tingkat kecemasan ringan (7,7%) dan sedang (7,7%).

Sementara itu 76,9% pada kelompok Kontrol juga merupakan pasien baru yang menjalani hemodialisa selama 0-12 bulan dengan tingkat kecemasan yang dialami adalah sedang (30,8%), berat (38,5%) dan berat sekali (7,7%). Sedang sisanya merupakan pasien lama yang telah menjalani hemodialisa lebih dari 12 bulan (23,1%) dengan tingkat kecemasan ringan (15,4%) dan sedang (7,7%).

Berdasarkan data tersebut dapat diketahui bahwa sebagian besar pasien baru hemodialisa sebagian besar mengalami kecemasan tingkat sedang sampai berat sekali, dibandingkan dengan pasien yang telah lama menjalani hemodialisa. Hal tersebut dapat diasumsikan bahwa pasien lama telah terbiasa dengan tindakan hemodialisa sehingga tidak lagi merasakan cemas yang berlebihan saat menjalani tindakan.

Berbeda dengan pasien baru yang belum terbiasa sehingga rasa takut akan tindakan penusukan menyebabkan terjadinya rasa cemas yang berlebihan.

Efektivitas terapi guide imagery terhadap kecemasan pasien hemodialisa

Hasil penelitian menunjukkan bahwa pada pasien hemodialisa kelompok kontrol, nilai T hitung = 1,477 dan nilai $\rho = 0,165$. Dengan hipotesis penelitian T hitung < T tabel (1,477 < 2,178) dan nilai $\rho > \alpha$ (0,165 > 0,05), berarti H_0 diterima dan H_a ditolak. Hal tersebut dapat diinterpretasikan bahwa pada kelompok kontrol yang tidak dilakukan intervensi guide imagery tidak mengalami penurunan tingkat kecemasan yang signifikan sehingga tidak terjadi perbedaan antara pretest dan posttest.

Penelitian ini mendapatkan hasil pada pasien hemodialisa kelompok eksperimen, nilai T hitung = 6,703 dan nilai $\rho = 0,000$. Dengan hipotesis penelitian T hitung > T tabel (6,703 < 2,178) dan nilai $\rho < \alpha$ (0,000 < 0,05), berarti H_0 ditolak dan H_a diterima. Hal tersebut dapat diinterpretasikan bahwa pada kelompok eksperimen yang dilakukan intervensi *guide imagery* mengalami penurunan tingkat kecemasan yang signifikan sehingga terjadi perbedaan antara pretest dan posttest. Hal tersebut juga berarti bahwa terapi *guide imagery* efektif terhadap penurunan kecemasan pasien hemodialisa di ruang hemodialisa BLUD RSUD Dr. M. M. Dunda Limboto Kabupaten Gorontalo.

Hasil penelitian ini sejalan dengan hasil yang didapatkan oleh Sarsito (2015) bahwa terdapat pengaruh *guide imagery* terhadap tingkat kecemasan pada pasien hemodialisa di RS PKU Muhammadiyah Surakarta dengan hasil uji *Wilcoxon* memperlihatkan perbedaan nilai rata-rata sebelum yaitu 29,13 dan sesudah yaitu 21,33 dengan nilai Zscore 4,295 dan nilai probabilitas 0,000.

Hudaya (2015) juga mendapatkan hasil bahwa ada pengaruh pemberian terapi *guided imagery* terhadap tingkat kecemasan pada pasien skizofrenia di Ruang Sakit Jiwa Daerah Surakarta. Patasik (2012) di BLU RSUP Prof. Dr. R. D. Kandou Manado juga mendapatkan hasil yang hampir serupa, bahwa teknik relaksasi nafas dan *guide imagery* mampu menurunkan intensitas nyeri pada pasien post operasi section cesarea dengan nilai $\rho=0,000$.

Hasil penelitian juga mendapatkan bahwa responden paling banyak berjenis kelamin perempuan yaitu 61,4% pada kelompok eksperimen dan 53,8% pada kelompok kontrol. Menurut Kanel, et al (2004), perempuan lebih mudah mengalami cemas dibandingkan dengan laki-laki. Laki-laki bersifat lebih aktif, sedangkan perempuan memiliki sifat yang lebih sensitif (Siswanto, 2007).

Pada penelitian ini didapatkan data bahwa pada kelompok intervensi, responden yang berumur <50 Tahun yang mengalami kecemasan baik itu kecemasan ringan sampai dengan berat sekali berjumlah 8 orang (61,5%) dan yang berumur >50 tahun yang mengalami kecemasan ringan sampai berat sebanyak 5 orang (38,5%). Sementara pada kelompok kontrol, responden yang berumur <50 Tahun yang mengalami kecemasan baik itu kecemasan ringan sampai dengan berat sekali berjumlah 12 orang (92,3%) dan yang berumur >50 tahun yang mengalami kecemasan ringan sampai berat sebanyak 1 orang (7,7%).

Berdasarkan hal tersebut peneliti dapat menarik asumsi bahwa pada umur <50 tahun tingkat kecemasan dapat lebih sering terjadi dibandingkan pada umur >50 tahun. Hal tersebut menurut peneliti disebabkan oleh pola pikir dan pengendalian emosi pada orang yang lebih tua dibandingkan dengan orang yang lebih muda. Hal tersebut dipengaruhi oleh faktor pengalaman dalam menghadapi suatu permasalahan, dimana tentunya orang yang lebih tua akan lebih banyak pengalaman hidup dibandingkan dengan orang yang lebih muda.

Perbedaan umur akan mempengaruhi tingkat kecemasan yang dialami oleh setiap orang. Hal ini dipengaruhi oleh kemampuan individu untuk menghadapi suatu masalah dan mekanisme koping yang digunakan seseorang untuk mengelola dan menyelesaikan suatu masalah yang dihadapi. Seseorang yang mempunyai umur lebih muda ternyata lebih mudah mengalami kecemasan daripada seseorang yang lebih tua, tetapi ada pula yang berpendapat sebaliknya (Varcoralis, 2000).

Peneliti berasumsi bahwa seseorang yang menjalani hemodialisa berkepanjangan akan dihadapkan berbagai persoalan seperti masalah keuangan, mempertahankan pekerjaan, dorongan seksual yang menghilang serta impotensi. Kekhawatiran terhadap perkawinan dan ketakutan terhadap kematian.

Asumsi peneliti tersebut sesuai dengan pendapat dari Bare dan Smeltzer (2004) yang menyebutkan bahwa terjadinya stress karena stressor yang dirasakan dan dipersepsikan individu merupakan suatu ancaman yang dapat menimbulkan kecemasan.

Respon kecemasan yang dirasakan oleh responden berbeda-beda. Menurut Stuart dan Sundeen (2007), kecemasan merupakan kekhawatiran yang tidak jelas dan menyebar yang berkaitan dengan perasaan tidak pasti dan tidak berdaya terhadap penilaian individu yang subjektif serta tidak diketahui secara pasti penyebabnya.

Hasil penelitian juga menunjukkan bahwa dari 13 orang responden yang dilakukan teknik guide imageri terjadi penurunan tingkat kecemasan berat sekali menjadi kecemasan sedang sebanyak 1 orang (7,7%), peneliti berasumsi bahwa hal ini disebabkan oleh meningkatnya pengetahuan pasien mengenai terapi *guide imageri* sehingga mengurangi tingkat kecemasan pasien. Hal tersebut didasarkan pada saat pemberian terapi, peneliti juga memberikan penjelasan mengenai manfaat terapi guide imageri sehingga pasien dapat memahami bahwa untuk menurunkan kecemasan, pasien perlu rileks salah satunya dengan terapi guide imageri.

Dari 13 orang responden yang diberikan terapi guide imageri juga terdapat pula penurunan tingkat kecemasan berat menjadi kecemasan sedang sebanyak 4 orang (30,8%). Hal tersebut menurut peneliti, disebabkan oleh pasien telah melakukan proses relaksasi untuk menurunkan kecemasan. Hal tersebut ditunjukkan dengan perilaku pasien dengan mencari posisi berbaring yang nyaman, menarik nafas secara perlahan-lahan ataupun menggigit kain. Dengan melakukan hal tersebut pemikiran pasien akan teralihkan sehingga mengurangi kecemasan yang dirasakan oleh pasien.

Hasil penelitian juga mendapatkan dari 13 orang responden terjadi penurunan dari tingkat kecemasan sedang menjadi kecemasan ringan sebanyak 3 orang (23,1%). Menurut asumsi peneliti hal ini disebabkan oleh adanya faktor umur dari pasien yang memudahkan terjadinya penurunan tingkat kecemasan yang dialami. Pasien dengan umur yang lebih tua, pengalaman pula semakin banyak sehingga penurunan tingkat kecemasan akan semakin cepat.

Terjadinya penurunan tingkat kecemasan yang signifikan pada kelompok intervensi menurut peneliti disebabkan oleh adanya perlakuan guide imageri sehingga pasien merasa rileks dan tenang sehingga pada saat menjalani tindakan hemodialisa tidak lagi merasa cemas yang berlebihan. Sedangkan pada pasien kelompok kontrol, pasien tidak dilakukan perlakuan guide imageri. Setelah dilakukan posttest, pasien hanya diberikan informasi mengenai teknik pernafasan yang kedepannya diharapkan dapat menurunkan tingkat kecemasan yang dialami pada saat menjalamni tindakan hemodialisa.

Teknik imajinasi terbimbing (*guide imagery*) merupakan teknik yang menciptakan kesan dalam pikiran responden kemudian berkonsentrasi pada kesan tersebut sehingga secara bertahap mampu menurunkan persepsi responden terhadap kecemasan yang dirasakan (Prasetyo, 2010).

Tujuan dari *guide imagery* adalah mengalihkan perhatian dari stimulus nyeri dan kecemasan kepada hal-hal yang menyenangkan dan relaksasi. Selama latihan *guide imagery* seseorang akan dipandu untuk rileks dengan situasi yang tenang dan sunyi. Hal ini dikarenakan teknik *guide imagery* dapat mengaktifasi sistem saraf (Acerman dan Turkoski, 2000).

Prasetyo (2010) juga menjelaskan bahwa *guide imagery* merupakan teknik relaksasi memberi efek pengaruh yang baik untuk jangka waktu yang singkat, dapat menurunkan kecemasan, stress dan nyeri dengan mengalihkan perhatian individu. *Guide imagery* terbukti memberikan dampak yang baik yaitu mampu menurunkan frekuensi denyut jantung, mengurangi kecemasan dan stress, menurunkan nyeri dan menurunkan tekanan darah. Dengan menciptakan

suasana yang tenang dan sunyi mampu meningkatkan konsentrasi individu untuk membentuk imajinasi mengenai hal-hal yang disukai oleh setiap orang.

Kesimpulan

Berdasarkan penelitian dan pembahasan pada bab sebelumnya adapun kesimpulan sebagai berikut:

1. Tingkat kecemasan pasien hemodialisa pada kelompok control yaitu kecemasan ringan 1 orang (7,7%), kecemasan sedang 4 orang (30,7%), kecemasan berat 6 orang (46,2%) dan kecemasan berat sekali 2 orang (15,4%) serta tidak ada yang mengalami penurunan tingkat kecemasan pada saat posttest dengan nilai rata-rata pretest 32,38 dan nilai posttest 32,23.
2. Tingkat kecemasan pasien hemodialisa pada kelompok eksperimen pada saat pretest yaitu kecemasan ringan 2 orang (15,4%), kecemasan sedang dan berat masing-masing 5 orang (38,5%) dan kecemasan berat sekali 1 orang (7,7%). Pada posttest kecemasan ringan 5 orang (38,5%), kecemasan sedang 7 orang (53,8%) dan kecemasan berat 1 orang (7,7%) dengan nilai rata-rata pretest 29,23 dan nilai posttest 22,08.
3. Terapi *guide imagery* efektif terhadap penurunan tingkat kecemasan pada pasien hemodialisa di ruang hemodialisa BLUD RSUD Dr. M. M. Dunda Limboto Kabupaten Gorontalo dengan nilai T hitung = 6,703 dan nilai $\rho = 0,000 < \alpha (0,05)$.

Referensi

- Acerman dan Turkoski. 2000, *Using Guide Imagery to Reduce Pain and Anxiety*. HomeHealthcare Nurse, 18.
- Andarmoyo Sulisty, 2013, *Konsep Dan Proses Keperawatan Nyeri*, Ar-Ruzz Media, Jogjakarta.
- Anisa Nuri Kurniasari, 2015, *Pengaruh Teknik Relaksasi Benson Terhadap Kecemasan Pada Pasien Hemodialisis Di Rs Pku Muhammadiyah Yogyakarta*, Program Studi Ilmu Keperawatan Fakultas Kedokteran Universitas Gadjah Mada.
- Dian Nashif Zahrofi, 2013, *Pengaruh Pemberian Terapi Murottal Al Quran Terhadap Tingkat Kecemasan Pada Pasien Hemodialisa Di Rs Pku Muhammadiyah Surakarta*, Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas Muhammadiyah Surakarta.
- Djohan, 2006, *Terapi Musik, Teori Dan Aplikasi*, Galang Press, Yogyakarta.
- Friedman, 2010, *Keperawatan Keluarga : Teori Praktik*. EGC, Jakarta.
- Hawari Danang, 2008, *Manajemen Stres Cemas Dan Depresi*, Balai Penerbit, Jakarta.
- Hilma, 2015, *Pengaruh Teknik Relaksasi Nafas Dalam Terhadap Penurunan Kelelahan Pasien Gagal Ginjal Kronik yang Menjalani Hemodialisis di Unit Hemodialisis Rsud DR. M. Djamil Padang*.
- Hudaya, 2015. *Pengaruh Terapi Guided Imagery Terhadap Tingkat Kecemasan Pada Pasien Skizofrenia di RSJD Surakarta*. Naskah Publikasi. Fakultas Kesehatan Universitas Muhammadiyah Surakarta.
- Khoirul Anis, 2016, Konsep Guided Imagery (Imajinasi Terbimbing). (online) <https://www.linkedin.com/pulse/konsep-guided-imagery-imajinasi-terbimbing-khoirul-anis>, akses tanggal 21 Februari 2017.
- Kanel, et al. 2004. *Hypercoagulability in Working Men and Women with High Levels of Panic-Like Anxiety*. Journal. Psychotherapy and Psychosomatics.
- Kusumawati Farida., Dkk, 2010, *Buku Ajar Keperawatan Jiwa*, Salemba Medika, Jakarta.

- Muhammad Luqman Prihananda, 2014, *Pengaruh Terapi Musik Klasik Terhadap Tingkat Kecemasan Pada Pasien Hemodialisa Di Rs Pku Muhammadiyah Surakarta*, Prodi Keperawatan Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas Muhammadiyah Surakarta.
- Patasik, 2012. Efektivitas Teknik Relaksasi Nafas Dalam dan Guided Imagery Terhadap Penurunan Nyeri pada Pasien Post Operasi Sectio Cesarea di Irena D BLU RSUP Prof. Dr. R. D. Kandou Manado. *Ejurnal Keperawatan (e-Kp) Volume 1 Nomor 1 Agustus 2013*.
- Potter dan Perry, 2005. *Buku Ajar Fundamental Keperawatan: Konsep, Proses dan Praktek, edisi 8 Volume 2*. EGC, Jakarta.
- Prabowo Eko, 2014, *Konsep & Aplikasi Asuhan Keperawatan Jiwa*, Nuha Medika, Yogyakarta.
- Prasetyo Sigit Nian, 2010, *Konsep Dan Proses Keperawatan Nyeri*, Graha Ilmu, Yogyakarta.
- Purwanto Teguh, 2015, *Buku Ajar Keperawatan Jiwa, Pustaka Pelajar*, Yogyakarta.
- Riskesdas, 2013, *Prevalensi Gagal Ginjal Kronis*. Kementerian Kesehatan Republik Indonesia. Jakarta.
- Riyanto Agus, 2011. *Aplikasi Metodologi Penelitian Kesehatan*, Nuha Medika, Jakarta.
- Savitri, 2003. *Kecemasan (Bagaimana mengatasi penyebabnya)*. Cahaya Obor, Jakarta.
- Sarsito, 2015, *Pengaruh Guide Imagery Terhadap Tingkat Kecemasan Pada Pasien Hemodialisa di RS. PKU Muhammadiyah Surakarta*. Naskah Publikasi. Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas Muhammadiyah Surakarta. Surakarta.
- Septiwi Cahyu, 2013, *Pengaruh Breathing Exercise Terhadap Level Fatigue Pasien Hemodialisis Di RSPAD Gatot Subroto Jakarta, Jurusan Keperawatan STIKES Muhammadiyah Gambong*.
- Siswanto, 2007, *Kesehatan Mental*, Andi Yogyakarta, Yogyakarta.
- Smeltzer dan Bare, 2004. *Buku Ajar Keperawatan Medikal Bedah*. EGC. Jakarta.
- Stuart dan Sundeen (2007), *Buku Saku Keperawatan Jiwa*, Edisi 5, EGC, Jakarta.
- Sugiyono, 2010, *Statistika Untuk Penelitian*, CV. Alfabeta, Bandung.
- Tokala. F Belfly., dkk, 2015. *Hubungan Antara Lamanya Menjalani Hemodialisis Dengan Tingkat Kecemasan Pada Pasien Dengan Penyakit Gagal Ginjal Kronik Di RSUP Prof. Dr. R. D. Kandaou Manado, Universitas Sam Ratulangi Manado*.
- Ully Farah, Husna Cut, 2016, *Kecemasan Pasien Gagal Ginjal Kronik Yang Menjalani Hemodialisa Di RUSD Dr. Zainoel Abidin Banda Aceh*.
- Virocoralis, 2000, *Psychiatric Nursing Clinia Guide : Assesment Diagnosis*, W. B. Saunders Company, Philadelphia