



STIKES BETHESDA YAKKUM YOGYAKARTA

NASKAH PUBLIKASI

***CASE REPORT: APLIKASI KOMBINASI SLOW DEEP BREATHING,
GUIDED IMAGERY, DAN TERAPI MUSIK DAPAT DALAM
MENURUNKAN SKALA NYERI PADA PASIEN CKD DI
INSTALASI GAWAT DARURAT RS MARDI WALUYO
KOTA METRO TAHUN 2025***

OLEH:

AGNES ADELIA FEKARISTI

2404095

PROGRAM PENDIDIKAN PROFESI NERS

STIKES BETHESDA YAKKUM

YOGYAKARTA

2025

NASKAH PUBLIKASI

CASE REPORT: APLIKASI KOMBINASI *SLOW DEEP BREATHING*, *GUIDED IMAGERY*, DAN TERAPI MUSIK DAPAT DALAM MENURUNKAN SKALA

NYERI PADA PASIEN CKD DI INSTALASI GAWAT DARURAT

RS MARDI WALUYO KOTA METRO

TAHUN 2025

Oleh :

Agnes Adelia Fekaristi

2404095

Karya Ilmiah Akhir ini disetujui pada tanggal 27 Agustus 2025

Ketua Program Studi Pendidikan

Dosen Pembimbing

Profesi Ners

Indah Prawesti, S. Kep., Ns., M. Kep.

Isnanto, S. Kep., Ns., MAN., DNM

ABSTRAK

AGNES ADELIA FEKARISTI . “*Case Report: Aplikasi Kombinasi Slow Deep Breathing, Guided Imagery, dan Terapi Musik dalam Menurunkan Skala Nyeri pada Pasien CKD di Instalasi Gawat Darurat RS Mardi Waluyo Kota Metro Tahun 2025.*”

Latar Belakang: *Chronic Kidney Disease (CKD)* merupakan penyakit kronis dengan prevalensi yang terus meningkat dan menimbulkan berbagai komplikasi, salah satunya adalah nyeri. Akumulasi toksin metabolik pada pasien *CKD* berkontribusi terhadap munculnya gejala neurologis dan muskuloskeletal yang memperberat rasa nyeri. Data rekam medis IGD RS Mardi Waluyo Kota Metro pada Januari–Februari 2025 menunjukkan 32 pasien *CKD* yang datang dengan keluhan nyeri sedang hingga berat. Penanganan nyeri secara nonfarmakologis melalui teknik relaksasi menjadi alternatif yang aman dan efektif.

Tujuan: Mengetahui aplikasi kombinasi *slow deep breathing, guided imagery*, dan terapi musik dalam menurunkan skala nyeri pada pasien *CKD* di IGD RS Mardi Waluyo Kota Metro Tahun 2025.

Metode: Desain penelitian KIA ini adalah deskriptif dengan pendekatan studi kasus. Populasi penelitian adalah pasien *CKD* dengan nyeri di IGD, sampel dipilih menggunakan purposive sampling. Instrumen penelitian menggunakan *Numeric Rating Scale (NRS)*.

Hasil: Intervensi kombinasi *slow deep breathing, guided imagery*, dan terapi musik dilakukan selama 15 menit, hasil pengukuran menunjukkan penurunan skala nyeri dari 4 (nyeri sedang) menjadi 3 (nyeri ringan).

Kesimpulan: Aplikasi kombinasi *slow deep breathing, guided imagery*, dan terapi musik efektif menurunkan skala nyeri pada pasien *CKD* di IGD RS Mardi Waluyo Kota Metro Tahun 2025, sehingga dapat direkomendasikan sebagai intervensi nonfarmakologis pendukung dalam manajemen nyeri pasien *CKD*.

Kata Kunci: *Slow deep breathing, Guided imagery, Terapi musik, Nyeri, CKD*
xiii + 71 halaman + 4 tabel + 1 skema + 1 grafik + 6 Lampiran

Kepustakaan: 23, 2018–2025

ABSTRACT

AGNES ADELIA FEKARISTI . "Case Report: Application of Combination of Slow Deep Breathing, Guided Imagery, and Music Therapy in Reducing Pain Scale in CKD Patients in the Emergency Installation of Mardi Waluyo Hospital, Metro City in 2025."

Background: Chronic Kidney Disease (CKD) is a chronic condition with an increasing prevalence that leads to various complications, one of which is pain. The accumulation of metabolic toxins in CKD patients contributes to the emergence of neurological and musculoskeletal symptoms that exacerbate pain. Medical record data from the Emergency Department of Mardi Waluyo Hospital, Kota Metro, in January–February 2025 reported 32 CKD patients presenting with moderate to severe pain. Non-pharmacological pain management through relaxation techniques serves as a safe and effective alternative.

Objective: To determine the application of a combination of slow deep breathing, guided imagery, and music therapy in reducing the pain scale in CKD patients in the emergency room of Mardi Waluyo Hospital, Metro City in 2025.

Methods: The design of this KIA research is descriptive with a case study approach. The study population was CKD patients with pain in the emergency room, samples were selected using purposive sampling. The research instrument uses the Numeric Rating Scale (NRS).

Results: A combination of slow deep breathing, guided imagery, and music therapy intervention was performed for 15 minutes, the measurement results showed a decrease in the pain scale from 4 (moderate pain) to 3 (mild pain).

Conclusion: The application of a combination of slow deep breathing, guided imagery, and music therapy is effective in reducing the pain scale in CKD patients in the emergency room of Mardi Waluyo Hospital, Metro City in 2025, so that it can be recommended as a supporting non-pharmacological intervention in the pain management of CKD patients.

Keywords: Slow deep breathing, Guided imagery, Music therapy, Pain, CKD
xiii + 71 pages + 4 tables + 1 schematic + 1 chart + 6 Appendices

Literature: 23, 2018–2025

PENDAHULUAN

Gagal Ginjal Kronik (GGK) adalah suatu kondisi di mana fungsi ginjal menurun secara bertahap dan tidak dapat dipulihkan, mengakibatkan ketidakmampuan tubuh untuk menjaga metabolisme serta keseimbangan cairan dan elektrolit. Hal ini menyebabkan peningkatan kadar ureum dalam tubuh [1]. Gagal ginjal kronik merupakan suatu kondisi dimana fungsi ginjal yang mengalami kegagalan yang berlangsung perlahan-lahan, karena penyebab yang berlangsung lama dan menetap, sehingga menyebabkan terjadinya penumpukan sisa metabolit dan menyebabkan ginjal tidak dapat berfungsi seperti biasanya. Gagal ginjal kronik bersifat persisten atau irreversible [2].

Nyeri adalah pengalaman sensorik dan emosional yang tidak menyenangkan akibat kerusakan jaringan actual atau potensial [3]. Penatalaksanaan nyeri dapat dilakukan dengan terapi farmakologis dan non farmakologis sebagai terapi pendukung dari tindakan medis. *Guided Imagery* (imajinasi terbimbing) merupakan perkembangan fungsi mental yang diekspresikan secara dinamis melalui proses psikofisiologis yang melibatkan seluruh indera dan membawa perubahan perilaku persepsi dan respon fisiologis melalui bimbingan [4]. *Slow deep breathing* dengan kecepatan lambat, merupakan tindakan sadar untuk mengatur pernafasan dalam dan lambat, yang dapat memberikan efek rileksasi [5]. Terapi musik adalah penggunaan intervensi musik berbasis klinis dan berbasis bukti untuk mencapai tujuan individual dalam hubungan terapeutik oleh seorang profesional yang terpercaya yang telah menyelesaikan program terapi musik yang disetujui [6].

METODE PENELITIAN

Desain penelitian ini adalah deskriptif dengan pendekatan studi kasus. Penelitian ini dilakukan pada 13 Agustus 2025 di IGD RS Mardi Waluyo Metro Lampung. Populasi pada penelitian ini adalah pasien *CKD* dengan nyeri di IGD Rumah Sakit Mardi Waluyo Metro Lampung, dengan teknik pengambilan sampel menggunakan *purposive sampling*. Alat ukur pada penelitian ini adalah *Numeric Rating Scale* (*NRS*).

HASIL DAN PEMBAHASAN

HASIL

Pasien Ny M (63 Tahun) dengan diagnosis medis *CKD*, *dizziness* dan *vertigo* datang ke IGD RS Mardi Waluyo Metro pada 13 Agustus 2025. Ny M mengatakan lemas, mual, muntah, dan nyeri kepala di sisi kiri yang menjalar hingga ke leher dan bahu. Keluhan ini mulai dirasakan sejak malam sebelumnya, menyebabkan pasien sulit tidur, dan semakin terasa ketika melakukan aktivitas. Rasa nyeri digambarkan seperti tertusuk-tusuk dengan skala 4 (nyeri sedang), namun sedikit mereda saat pasien beristirahat dan menutup mata. Hasil pemeriksaan menunjukkan pasien dalam kondisi sadar penuh dengan *Glasgow Coma Scale* (GCS) 15 (E4 M6 V5) dan status umum sakit sedang. Secara klinis, pasien tampak lemah, mual, dan sesekali meringis menahan nyeri. Tekanan darah terukur 140/90 mmHg, nadi 104 x/menit, laju napas 20 x/menit, suhu tubuh 36,5°C, dan saturasi oksigen 95%. Hasil pengkajian Ny M didapatkan masalah keperawatan nyeri akut berhubungan dengan agen pencedera fisiologis, tujuan keperawatan pada Ny M adalah tingkat nyeri menurun dengan kriteria hasil keluhan nyeri menurun, meringis menurun, skala nyeri 1-3, intervensi keperawatan yang dilakukan adalah manajemen nyeri seperti menggunakan teknik non farmakologi kombinasi *slow deep breathing*, *guided imagery* dan terapi musik untuk mengatasi nyeri.

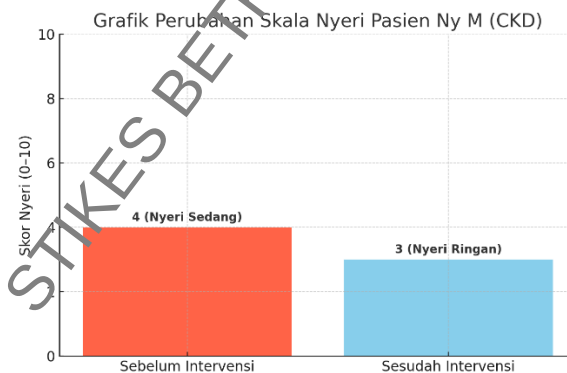
Intervensi kombinasi *slow deep breathing*, *guided imagery* dan terapi musik dilakukan selama 15 menit dengan tarik nafas dalam sebanyak 10 kali istirahat singkat setiap 5 kali, sembari menyarankan membayangkan suasana menyenangkan dan mendengarkan musik. Peneliti melakukan observasi, baik sebelum dan sesudah dilakukan intervensi kombinasi *slow deep breathing*, *guided imagery* dan terapi musik dengan instrumen *numeric rating scale* (NRS).

No	Waktu Observasi	Skor Nyeri (0–10)	Kategori	Keterangan
1	Sebelum Intervensi	4	Nyeri Sedang	Pasien mengeluh nyeri kepala, tampak meringis
2	Sesudah Intervensi	3	Nyeri Ringan	Nyeri kepala berkurang, pasien lebih rileks, ekspresi wajah tenang

Tabel 3. Pretest dan Posttest Penilaian Nyeri Kepala Ny M di IGD RS Mardi Waluyo Metro, 13 Agustus 2025

Tabel 3 menunjukkan adanya perbedaan antara pre dan post intervensi kombinasi *slow deep breathing*, *guided imagery* dan terapi music yaitu terjadi penurunan tingkat nyeri pada Ny M dengan CKD di IGD RS Mardi Waluyo Metro.

Grafik 1
Skala Nyeri Sebelum Dan Sesudah Diberikan Aplikasi Kombinasi *Slow Deep Breathing*, *Guided Imagery*, Dan Terapi Musik



Grafik 1 menunjukkan adanya perbedaan yaitu penurunan tingkat nyeri antara sebelum dan sesudah dilakukan intervensi kombinasi *slow deep breathing*, *guided imagery* dan terapi music pada Ny M dengan CKD di IGD RS Mardi Waluyo Metro.

PEMBAHASAN

Pasien Ny. M adalah seorang wanita berusia 63 tahun dengan riwayat hipertensi dan diabetes melitus selama lima tahun terakhir, serta terdiagnosis *Chronic Kidney Disease (CKD)* pada satu tahun terakhir. Riwayat keluarga menunjukkan predisposisi genetik, di mana ibu dan kakak pasien juga menderita hipertensi. Gaya hidup pasien tergolong kurang sehat, ditandai kebiasaan mengonsumsi makanan tinggi lemak dan garam seperti gorengan, ikan asin, serta oseng-oseng, jarang berolahraga, dan sering makan larut malam. Berdasarkan hasil pengkajian pasien mengeluh lemas, mual-muntah, dan nyeri kepala sebelah kiri yang menjalar ke leher dan bahu sejak malam sebelumnya, disertai gangguan tidur. Nyeri digambarkan seperti “tertusuk-tusuk”, muncul setelah aktivitas, dan membaik saat beristirahat atau menutup mata. Skala nyeri adalah 4 dari 10. Pasien juga melaporkan merasa “tidak enak badan” sejak dua hari sebelumnya, Kondisi ini konsisten dengan gejala uremia dan komplikasi *CKD* tahap lanjut [7]. Pada pasien *Chronic Kidney Disease (CKD)*, akumulasi toksin metabolik seperti urea, kreatinin, serta produk samping metabolisme protein yang tidak dapat diekskresikan dengan baik oleh ginjal dapat menimbulkan berbagai gejala sistemik, termasuk gangguan neurologis dan muskuloskeletal. Peningkatan kadar uremia dapat memengaruhi sistem saraf pusat sehingga pasien sering mengalami gejala seperti sakit kepala, gangguan konsentrasi, penurunan kesadaran, hingga neuropati perifer berupa kesemutan dan rasa terbakar pada ekstremitas.

Pasien mendapat terapi farmakologi sebagai tindakan pertama berupa infus NaCl 0,9% 500 cc per 24 jam, serta obat oral meliputi lansoprazole 1x1, betahistin 3x24 mg, erlamol 3x1, dan ericaf 2x1. Selain itu, pasien mendapatkan terapi nonfarmakologis berupa kombinasi teknik *slow deep breathing*, *guided imagery*, dan terapi musik *beethoven* menggunakan *earphone* yang dilakukan selama 15 menit untuk membantu relaksasi, menurunkan skala nyeri, dan meningkatkan kenyamanan. Setelah dilakukan tindakan intervensi non farmakologi peneliti melakukan pengukuran skala nyeri menggunakan *Numeric Rating Scale (NRS)*, ditemukan bahwa pasien Ny M (63 tahun, perempuan, dengan diagnosis CKD) mengalami penurunan intensitas nyeri dari skor 4 (nyeri sedang) sebelum intervensi menjadi skor 3 (nyeri ringan) setelah dilakukan kombinasi *slow deep breathing*, *guided imagery*, dan terapi musik selama 15 menit. Hasil temuan penelitian menunjukkan bahwa intervensi kombinasi *slow deep breathing*, *guided imagery*, dan terapi musik pada pasien CKD di IGD RS Mardi Waluyo tahun 2025 belum dapat berjalan secara optimal. Hal ini dipengaruhi oleh kondisi lingkungan IGD yang ramai dan terbuka, sehingga pasien mengalami kesulitan fokus mendengarkan instruksi perawat. Selain itu, penggunaan *earphone* di ruangan terbuka pada terapi musik justru mengurangi efektivitas *guided imagery*, karena suara instruksi verbal dari perawat tidak terdengar jelas oleh pasien. Pengaturan tempo, irama, dan volume musik juga belum dilakukan secara terstandar, sehingga potensi terapi musik untuk memberikan relaksasi tidak sepenuhnya tercapai [8]. menyebutkan bahwa *guided imagery* tidak dapat berjalan efektif jika stimulus audio (musik) menghalangi pasien untuk menerima arahan dari terapis atau perawat. Demikian

pula, musik dengan tempo dan volume yang tidak sesuai dapat menimbulkan distraksi, sehingga efek analgesik dan relaksasi menjadi terbatas, Meski demikian, intervensi tetap menunjukkan adanya penurunan skala nyeri dari 4 menjadi 3. Oleh karena itu, penelitian lanjutan sangat disarankan dengan memperhatikan kontrol lingkungan IGD, pemilihan perangkat audio yang mendukung komunikasi terapeutik, serta pengaturan tempo, irama, dan volume musik yang tepat

STIKES BETHESDA YAKKUM

KESIMPULAN DAN SARAN

KESIMPULAN

Berdasarkan pengkajian, Ny. M adalah pasien dengan riwayat hipertensi, diabetes melitus, dan *Chronic Kidney Disease (CKD)* tahap lanjut yang datang dengan keluhan utama nyeri kepala, lemas, mual, dan gangguan tidur. Pemeriksaan fisik dan penunjang menunjukkan adanya peningkatan ureum dan kreatinin yang signifikan, mengindikasikan penurunan fungsi ginjal berat, serta kadar gula darah sewaktu yang masih di atas nilai rujukan. Intervensi keperawatan kombinasi *slow deep breathing*, *guided imagery*, dan terapi musik selama 15 menit mampu menurunkan skala nyeri dari 4 (nyeri sedang) menjadi 3 (nyeri ringan), membuat pasien tampak lebih rileks, ekspresi wajah lebih tenang dan ge;isah menghilang.

SARAN

Kombinasi *slow deep breathing*, *guided imagery*, dan terapi musik merupakan intervensi nonfarmakologis yang sederhana, aman, dan tidak memerlukan biaya tinggi. Latihan ini dapat dilakukan di berbagai tempat, baik di rumah sakit maupun di rumah, tanpa memerlukan peralatan khusus. Oleh karena itu, intervensi ini disarankan untuk diterapkan secara rutin pada pasien dengan keluhan nyeri kepala, khususnya pasien dengan penyakit kronis seperti *CKD*, sebagai pendamping terapi farmakologis untuk meningkatkan kenyamanan dan kualitas hidup pasien

DAFTAR PUSTAKA

- [1] Pratama M Iqbal, e. a. (2024). Asuhan Keperawatan Kebutuhan Rasa Nyaman Nyeri pada Pasien Hemodialisa dengan Teknik Slow Stroke Back Message di Rumah Sakit Tk. II Putri Hijau. *kesehatan masyarakat* .
- [2] Purningsih Ita, N. I. (2023). Faktor Faktor Yang Berhubungan Dengan Nyeri Kepala Pasien Selama Proses Hemodialisis Di Rumah Sakit X Jakarta. *carolus jurnal of nurshing* .
- [3] Bachtiar, S. M. (NEM). Penurunan Intensitas Nyeri Pasien Kanker Payudara Dengan Teknik Guided Imagery. 2022.
- [4] Ramandhati, P. (2022). guided imager for trauma . *guepedia*.
- [5] Pirmaari, A. (2017). Teknik Relaksasi Slow Deep Breating (A. Pirmaari (ed). *Program Studi Profesi Ners Universitas Pembangunan Nasional Veteran*.
- [6] Suryana, A. (2021). Konsep dan Implementasi Terapi Musik dalam Dunia Klinis. *Jakarta: Prenada Media*.
- [7] Garabed Eknayan MD, N D. (2024). KDIGO Clinical Practice Guideline for the Evaluation and Management of Chronic Kidney Disease. *international society of nephrology* .
- [8] Mahrunnisa. (2025). Efektivitas Terapi Musik Suara Alam Dan Guided Imagery Terhadap Tingkat Kecemasan Pada Pasien Fibroadenoma Mammae: Studi Kasus. *jurnal ners*.