

BAB I

PENDAHULUAN

1.1 Latar Belakang

Chronic kidney disease (CKD) adalah penyakit yang berkembang dan tidak dapat disembuhkan yang menyebabkan tubuh tidak dapat mengendalikan metabolisme, keseimbangan cairan, dan elektrolit. Komplikasi yang terjadi, dapat memperburuk perjalanan penyakit. Komplikasi yang paling umum ditemukan pada pasien termasuk anemia, hiperkalemia, hipertensi, perikarditis dan bahkan kematian. CKD merupakan penyakit yang sangat membahayakan jiwa seseorang dan kasus kejadiannya terus meningkat di masyarakat (Dewanti, 2020). Penyakit CKD menjadi salah satu penyebab kematian dengan peringkat ke- 12 ditahun 2020 (Kemenkes RI 2017). Ketika ginjal tidak mampu menjalankan fungsinya, akan terjadi penumpukan limbah, racun, dan cairan di dalam tubuh. Kondisi ini umumnya dialami oleh penderita penyakit ginjal kronis atau gagal ginjal. Jika fungsi ginjal hilang sebanyak 85–90%, penderita diharuskan untuk melakukan cuci darah agar terhindar dari beragam komplikasi yang membahayakan nyawa (Dame et al. 2022) . Hemodialisis adalah prosedur cuci darah untuk gagal ginjal yang paling dikenal. Hemodialisis dilakukan dengan menggunakan mesin khusus untuk menyaring darah guna menggantikan ginjal yang rusak. Tidak jarang pasien yang menjalani cuci darah merasa cemas yang berlebihan salah satunya yaitu takut akan terjadi kegagalan saat hendak melakukan hemodialisa. Apabila rasa cemas yang berlebihan itu muncul bisa terjadi ketidakpatuhan pengobatan pada pasien yang bisa berdampak buruk bagi penderita, terapi ini diperlukan untuk mempertahankan kelangsungan hidupnya dan mengendalikan gejala uremia (Mustofa et al., 2023)..

Menurut data organisasi dunia atau *World Health Organization* (WHO) pada tahun 2017 melaporkan bahwa pasien gagal ginjal kronis mengalami kenaikan hingga 50% dari tahun sebelumnya. Prevalensi gagal

ginjal kronik sudah mencapai proporsi epidemik dengan 10-30% di populasi Asia dan Amerika. Jumlah tersebut diperkirakan akan terus semakain tinggi bila prevalensi diabetes melitus dan hipertensi juga terus semakin tinggi (Suwanto, Sugiyorini, and Wiratmoko 2020). Berdasarkan Riset Kesehatan Dasar (Riskesdas) pada tahun 2018 prevalensi penyakit Gagal Ginjal Kronik di Indonesia mencapai 3,8%, dimana prevalensi terendah sebanyak 1,8% serta yang tertinggi mencapai 6,4% (Kemenkes RI 2019). Untuk Provinsi Jawa Timur penyakit gagal ginjal kronik tampak lebih tinggi dari prevalensi nasional yaitu >19,3%. Prevalensi gagal ginjal kronik meningkat seiring bertambahnya usia, didapatkan meningkat tajam pada kelompok umur 25-44 tahun (0,3%), diikuti umur 45-54 tahun (0,4%), umur 55-74 tahun (0,5%), dan tertinggi pada kelompok umur ≥ 75 tahun (0,6%) (Nur Ayu Hijratun Nikmah, 2022)

Tanda-tanda yang muncul di stadium paling dini pasien penyakit gagal ginjal kronik terjadi kehilangan daya cadang ginjal (*Renal Reserve*), secara perlahan akan terjadi penurunan fungsi nefron yang progresif, biasanya terjadi keluhan badan lemah, mual, nafsu makan kurang, penurunan berat badan, serta komplikasi yang lebih parah diantaranya dialisis atau transplantasi ginjal (Rina Tampake, 2021). Tidak jarang pasien yang menjalani hemodialisa mengalami kecemasan karena rasa takut mengenai hal hal yang belum pasti. Pada pasien yang menjalani hemodialisis biasanya akan berdampak pada fisik dan psikologis pasien. Kecemasan merupakan salah satu hal yang sering dialami oleh pasien hemodialisis. Situasi ini menimbulkan perubahan drastis, bukan hanya fisik tetapi juga psikologis (Dewanti, 2020)

Kecemasan merupakan salah satu hal yang sering dialami oleh pasien hemodialisis. Rasa cemas yang dialami pasien bisa timbul karena masa penderitaan yang sangat Panjang (seumur hidup). Selain itu, sering terdapat bayangan tentang berbagai macam pikiran yang menakutkan terhadap proses penderitaan yang akan terjadi padanya, walaupun hal yang dibayangkan belum tentu terjadi. Situasi ini menimbulkan perubahan drastis, bukan hanya fisik tetapi juga psikologis (Rahmi, 2019). Menurut

National Institute of Mental Health, penelitian telah membuktikan bahwa terapi sangat efektif mengurangi kecemasan. Kedua terapi perilaku yang dapat digunakan dalam mengurangi kecemasan yaitu dengan menggunakan teknik relaksasi otot progresif (Suyamto, 2019).

Wakhid & Suwanti (2019) mengungkapkan bahwa pasien hemodialisis sering mengalami tingkat kecemasan berat. Kondisi ini dapat mengganggu kepatuhan pengobatan dan menurunkan sistem imun. Tingginya tingkat kecemasan pasien hemodialisis mengakibatkan seseorang cenderung untuk memusatkan pada sesuatu yang rinci, spesifik, serta tidak dapat berfikir tentang hal lain sehingga pasien mengalami kehilangan konsentrasi dan motivasi, kesulitan membuat keputusan dan perawatan diri, gangguan tidur, kelelahan, mood tertekan dan kesulitan memahami informasi. Berbagai keluhan medis dapat menjadi manifestasi dari gangguan kecemasan pada pasien hemodialisis, termasuk palpitasi, tremor, gangguan pencernaan, mati rasa/kesemutan, gugup, sesak napas, diaphoresis, dan ketakutan (Ibrahim et al., 2022). Hal ini lah yang dapat menjadi penyebab angka bunuh diri lebih tinggi di antara pasien hemodialisis (AlShammari et al., 2021)

Terapi relaksasi berkerja dengan mempertahankan aktivitas saraf parasimpatic dan mengurangi aktivitas saraf simpatik dimana gelombang otak mulai melambat yang akhirnya akan membuat seseorang dapat beristirahat dengan tenang, hal ini terjadi ketika individu mulai merebahkan diri dan mengikuti instruksi relaksasi, yaitu pada tahap pengendoran otot dari bagian kepala hingga bagian kaki, selanjutnya dalam keadaan rileks mulai untuk memejamkan mata, saat itu frekuensi gelombang otak yang muncul mulai melambat dan menjadi lebih teratur sehingga pada tahap ini individu mulai merasakan rileks dan mengikuti secara pasif keadaan tersebut sehingga menekan perasaan tegang yang ada didalam tubuh (Muhammad Hanif Faruq, 2020)

Terapi relaksasi otot progresifi untuk mengatasi kecemasan cukup sering digunakan. Relaksasi otot progresif menurut Edmon Cokopson

adalah suatu keterampilan yang dapat dipelajari dan digunakan untuk mengurangi atau menghilangkan ketegangan dan mengalami rasa nyaman tanpa tergantung pada hal atau subjek diluar dirinya (Sari Anggela, 2023). Relaksasi otot progresif ini digunakan untuk melawan rasa cemas, stress atau tegang. Dengan menegangkan dan melemaskan beberapa kelompok otot dan membedakan sensasi tegang dan rileks, seseorang bisa menghilangkan kontraksi otot. Tujuan teknik relaksasi adalah untuk menahan terbentuknya respon stress terutama dalam sistem syaraf dan hormon. Pada akhirnya teknik relaksasi dapat membantu mencegah atau meminimalkan gejala fisik akibat stress ketika tubuh bekerja berlebihan dalam menyelesaikan masalah sehari-hari (National Safety Council,2020).

Berdasarkan hasil penelitian yang dilakukan oleh Pramono, C., Hamranani, S. S. T. and Sanjaya, M. Y. (2019) yang berjudul pengaruh teknik relaksasi otot progresif terhadap tingkat kecemasan pasien Hemodialisis di RSUD Wonosari menyebutkan didalam penelitiannya Hasil penelitian menunjukkan bahwa seluruh responden yang mengalami kecemasan ringan sebanyak 20 orang (100%) dan pada saat setelah dilakukan tindakan relaksasi otot progresif terdapat peurunan sebanyak 14 orang (70%) yang tidak mengalami kecemasan. Hasil penelitian diatas juga sejalan dengan hasil penelitian dari Silitonga E (2018) yang berjudul progresive muscle relaxation menurunkan tingkat kecemasan pasien sebelum terapi hemodialisis menyebutkan dalam penelitiannya Tingkat kecemasan responden sebelum dilakukan intrvensi terapi relaksasi otot progresif kecemasan pasien kecemasan ringan sebanyak 33,3% kecemasan sedang sebanyak 60% dan berat 6,7%. Sedangkan sesudah dilakukan tindakan terapi responden yang tidak ada kecemasan sebanyak 36,7%, kecemasan ringan sebanyak 53,3%, dan kecemasan sedang sebanyak 10%. Jadi dapat disimpulkan bahwa terdapat perbedaan sebelum dan sesudah diberikan intervensi dalam meningkatkan kecemasan pada pasien gagal ginjal kronik (Nuriman1, 2024).

Berdasarkan hasil wawancara dengan Ny.U di rumah sakit Dr. Saiful

Anwar mengatakan bahwa saat akan melakukan tindakan hemodialisa cenderung merasakan kecemasan, khawatir, gelisah, takut berlebihan dan kekakuan ototnya ini menjadi karakteristik pasien yang membuat peneliti melakukan penelitian ini. Kejadian tersebut dapat mempengaruhi psikologi pasien CKD yang akan menjalani hemodialisa sehingga tenaga kesehatan seperti perawat perlu memberikan tindakan berupa intervensi yang dapat menurunkan perasaan cemas dan memberikan rasa nyaman pada pasien yang akan menjalankan hemodialisa. Berdasarkan uraian di atas peneliti tertarik untuk melakukan sebuah penelitian tentang “Analisis Intervensi Terapi Relaksasi Otot Progresif Untuk Mengatasi Kecemasan Pada Ny.U Dengan Diagnosis *Chronic Kidney Disease* (CKD) Yang Menjalani Hemodialisa”

1.2 Rumusan Masalah

Rumusan masalah pada karya ilmiah akhir adalah bagaimana pengaruh terapi relaksasi otot progresif untuk mengatasi Kecemasan Pada Pasien Dengan Diagnosis *Chronic Kidney Disease* (CKD) Yang Menjalani Hemodialisa?

1.3 Tujuan Penulisan

1.3.1 Tujuan Umum

Tujuan umum dalam penelitian ini adalah untuk mengetahui adanya pengaruh relaksasi otot progresif terhadap kecemasan pada pasien dengan diagnosis CKD (*Chronic kidney disease*) di Rumah Sakit Dr.Saiful Anwar Malang.

1.3.2 Tujuan Khusus

- a. Mampu melakukan pengkajian secara komprehensif pada pasien dengan CKD.
- b. Mampu merumuskan masalah dan diagnosa keperawatan berdasarkan data yang diperoleh pada pasien CKD
- c. Mampu membuat intervensi sesuai dengan diagnosa pada pasien dengan CKD.
- d. Mampu melaksanakan implementasi pada pasien dengan CKD.
- e. Mampu mengevaluasi tindakan yang telah dilakukan pada pasien CKD.

1.4 Manfaat Penelitian

1. Bagi Peneliti

Untuk menambah wawasan mahasiswa Profesi Ners agar dapat mengaplikasikan “Analisis Intervensi Terapi Reklasasi Otot Progresif Untuk Mengatasi Kecemasan Pada Ny.U Dengan Diagnosis *Chronic Kidney Disease* (CKD) Yang Menjalani Hemodialisa” dan meningkatkan analisa kasus sebagai profesi keperawatan dalam memberikan asuhan keperawatan kepada pasien yang mengalami CKD.

2. Bagi Peneliti Selanjutnya

Karya Ilmiah Akhir Ners (KIAN) ini diharapkan dapat digunakan sebagai dasar atau bahan masukan untuk melakukan “Analisis Intervensi Terapi Reklasasi Otot Progresif Untuk Mengatasi Kecemasan Pada Ny.U Dengan Diagnosis *Chronic Kidney Disease* (CKD) Yang Menjalani Hemodialisa”.

3. Bagi Institusi

Karya Ilmiah Akhir Ners (KIAN) ini diharapkan dapat digunakan sebagai bahan masukan terhadap pembelajaran didalam Pendidikan Profesi Ners Universitas Muhammadiyah Malang, terutama pada mata ajar Keperawatan Medikal Bedah khususnya pada klien dengan CKD.

4. Bagi Lahan Praktek

Karya Ilmiah Akhir Ners (KIAN) ini dapat digunakan menjadi bahan masukan khususnya di Ruang Bunaken Dr.Saiful Anwar dalam mengatasi kecemasan yang berlebihna pada pasien yang akan melakukan hemodialisa

5. Bagi Masyarakat

Memberikan pengetahuan yang lebih kepada Masyarakat terkait penanganan kecemasan pasein CKD (Chroic Kidney Disease) yang menjalani hemodialisa dengan terapi relaksasi otot progresif di Rumah Sakit Dr.Saiful Anwar Malang.