

BAB I

PENDAHULUAN

1.1. Latar Belakang

Gagal ginjal kronik merupakan sebuah peristiwa ketika ginjal terdapat adanya penurunan fungsi ginjal yang cukup berat dan terjadi secara berkala dalam waktu yang menahun yang bersifat *irreversible* (Marisi Dame et al., 2022). Penyakit ini menjadi masalah kesehatan masyarakat yang signifikan diseluruh dunia karena tingkat kematian yang tinggi dan peningkatan progresif dengan penyakit gagal ginjal tahap akhir (Sanli, P. D., & Herlina, 2022). Dalam upaya untuk memperpanjang usia pasien tindakan yang sangat membantu pasien gagal ginjal kronik yaitu hemodialisis. Hemodialisis tidak dapat menyembuhkan penyakit gagal ginjal tetapi dapat meningkatkan kesejahteraan kehidupan pasien gagal ginjal kronik (Wahyuni et al., 2023). Hemodialisis merupakan salah satu pilihan terapi pada pasien gagal ginjal kronik. Namun tidak semua pasien gagal ginjal kronik melakukan hemodialisis, dikarenakan hemodialisis membutuhkan waktu yang lama dan harus dijalani dengan rutin (Hang et al., 2021). Dalam mengatasi masalah yang terjadi tidak hanya masalah fisik berupa penurunan fungsi tubuh, namun juga terjadi masalah psikososial dimana salah satunya adalah kecemasan, terutama yang baru menjalani hemodialisis yang merasa cemas karena kurang prosedur, durasi, dan efek samping dari hemodialisi (Hang et al., 2021). Selain mengalami kecemasan, pasien hemodialisis banyak ditemukan mengalami depresi dan stress. Respon kecemasan masing masing individu berbeda dan sering tampak dari sikap khawatir, gelisah, tidak tenang, yang seringkali disertai dengan keluhan fisik (Hang et al., 2021).

Hal ini dibuktikan oleh angka kematian, prevalensi pasien dengan gagal ginjal kronik juga terus bertambah dari tahun ke tahun. Menurut WHO, pada tahun 2017 angka kejadian pasien gagal ginjal kronik sebanyak 697,5 juta, dengan GGK yang mencapai stadium 5 sebanyak 5 juta, dan sebanyak 1,5 juta harus menjalani terapi hemodialisis. Di Indonesia tahun 2018, angka kejadian GGK sebanyak 713,783 jiwa, dengan GGK sampai stadium 5 sebanyak 132.142 jiwa, dan pasien GGK yang perlu menjalani terapi hemodialisis sebanyak 66.433 jiwa (Wahyuni et al., 2023). Angka kejadian GGK di Indonesia meningkat dari 0,2% pada tahun 2013 menjadi 0,38% pada tahun 2018, dimana prevalensi tiga besar paling tinggi terdapat di Jawa Barat (7.444 pasien baru), diikuti Jawa Timur (4.882 pasien baru), dan yang terakhir dari DKI Jakarta (2.973 pasien baru) (Kemenkes RI, 2018). Hasil penelitian (Mashitah & Lenggono, 2020), 51,4% pasien hemodialisis menderita kecemasan dan 49,7% pasien ini mengalami kecemasan tersembunyi. Data unit HD RS Lavalette Malang menunjukkan terdapat peningkatan kunjungan pasien GGK yang mengalami hemodialisis. Pada tahun 2017, diketahui jumlah kunjungan pasien lama sebanyak 25.288 dan pasien baru sebanyak 178. Sedangkan pada tahun 2018 dalam 3 bulan terakhir jumlah kunjungan pasien lama sebanyak 7.157 dan jumlah pasien baru sebanyak 56 orang. Keadaan ini menunjukkan adanya peningkatan yang ingin menjalani hemodialisis (Arsa, 2018). Pada studi pendahuluan menunjukkan populasi pasien GGK di unit HD RS Lavalette Malang sebanyak 528 pada bulan Januari 2025.

Kronologi gagal ginjal dapat disebabkan karena usia, jenis kelamin, dan riwayat penyakit seperti diabetes, hipertensi maupun penyakit gangguan metabolic lain yang dapat menyebabkan penurunan fungsi ginjal. Selain itu, penyalahgunaan penggunaan obat-obat analgetik dan OAINS baik secara bebas maupun yang diresepkan dokter selama bertahun-

tahun dapat memicu risiko nekrosis papiler dan gagal ginjal kronik (Irkhamnia, 2020). Tindakan medis yang dilakukan pada pasien yang mengalami gagal ginjal kronik yaitu hemodialisis atau di masyarakat menyebutnya dengan cuci darah (Rasheed et al., 2023). Terapi hemodialisis merupakan suatu terapi yang menggunakan teknologi tinggi sebagai pengganti fungsi ginjal untuk mengeluarkan sampah metabolisme atau racun tertentu dari peredaran darah manusia. Tujuan utama terapi hemodialisis adalah mengembalikan keseimbangan cairan intraseluler dan ekstraseluler yang terganggu akibat fungsi ginjal rusak. Biasanya pasien akan menjalani terapi hemodialisis seumur hidup (Sinuraya, E., & Lismayanur, 2019). Setiap masalah dalam hemodialisis dapat menimbulkan ketidaknyamanan, kualitas hidup menurun meliputi kesehatan fisik, fisiologis, psikologis, status psikososial. Dampak psikologis dari tindakan hemodialisis yang ditimbulkan salah satunya adalah kecemasan, seseorang yang memulai terapi ginjal pengganti (hemodialisis), maka ketika itu juga harus merubah seluruh aspek kehidupannya seperti harus mendatangi unit hemodialisa secara rutin 2-3 kali dalam seminggu dan harus konsisten dalam obat-obatan yang dikonsumsinya, memodifikasi diet dan mengatur asupan cairan setiap harinya (Marisi Dame et al., 2022).

Gangguan kecemasan didefinisikan sebagai gangguan yang terjadi pada pikiran dan perasaan pasien, sehingga merasakan seperti “terjebak” dalam kecemasan yang berlebih namun tidak didasarkan oleh suatu alasan yang nyata dan akan berdampak kesejahteraan hidup pasien tersebut (Gede et al., 2023). *Anxiety disorders* atau biasa disebut sebagai gangguan kecemasan dapat terjadi pada pasien-pasien yang mengalami kecemasan berlebih dan tidak ditangani. *Anxiety disorders* menurut WHO (2017) didefinisikan sebagai gangguan jiwa yang cukup sering terjadi dan memiliki angka kejadian paling tinggi dibandingkan dengan gangguan

jiwa jenis lainnya. Gangguan kecemasan ini sudah menyerang ke lebih dari 200 juta orang atau sekitar 3,6% populasi di seluruh dunia. Menurut dari studi epidemiologi Riskesdas, angka kejadian dari gangguan jiwa berupa depresi dan kecemasan di Indonesia terjadi peningkatan sebanyak 6% dari tahun 2013 sampai tahun 2018, yakni pada tahun 2018 sebesar 9,8%. Angka kejadian gangguan kecemasan telah terjadi pada 4.130 orang atau sekitar 5,7% subjek yang telah dilakukan analisis di Jawa Timur. Perasaan emosi amarah, cemas, ketakutan, dan tampak, seperti kehilangan masa depan dipicu oleh stress psikososial yang memaksa pasien untuk merubah kebiasaan sehari-hari, hal ini diakibatkan oleh penyakit kronik dan terminal yang memerlukan terapi dengan waktu yang lama seperti yang dilakukan oleh semua pasien GGK dengan hemodialisis. Pasien GGK yang menjalani terapi hemodialisis dengan rentang waktu yang semakin lama, maka akan lebih banyak pengetahuan disertai dengan pengalaman yang lebih untuk bisa beradaptasi terhadap stressor selama pelaksanaan hemodialisis. Akan tetapi, semakin sering seorang pasien menjalani hemodialisis dapat bermakna sebagai sebuah ketidakpastian dari kondisi pasien yang dapat berkembang menjadi semakin baik atau justru bertambah buruk (Febriani, 2021).

Intervensi keperawatan untuk mengurangi kecemasan dengan melakukan perpaduan teknik relaksasi, diantaranya (*relaxation autogenic*) merupakan relaksasi yang berupa kalimat pendek yang bersumber dari diri sendiri, (*movement*) yaitu pergerakan latihan *range of motion* (ROM), (*affirmation*) pernyataan positif yang ditujukan diri sendiri untuk mempengaruhi pikiran bawah sadar (Arsa, 2018). Salah satu permasalahan yang sering dikeluhkan pasien HD rutin adalah kelemahan otot yang disebabkan oleh pengurangan aktivitas otot, atrofi otot, miopati otot, neuropati otot (Laoli et al., 2021). Latihan penting untuk mempertahankan dan meningkatkan kesehatan tubuh yang dapat dilakukan adalah metode latihan pasien dengan

gagal ginjal kronik yaitu program latihan *range of motion* (ROM) sebelum dilakukannya HD (Zhafirah & Palupi, 2019). Penelitian tentang efek latihan autogenic terhadap respon stres dan denyut jantung pada mahasiswa perawat. Penelitian ini dilakukan oleh 40 mahasiswa dengan desain penelitian kuasi eksperimen, didapatkan hasil yang signifikan pada kelompok intervensi yang mendapatkan terapi autogenic mengalami penurunan stress dan menurunkan denyut jantung maupun tekanan darah (Atmojo, 2023). Penelitian tentang fungsi rentang gerak terhadap sendi pergelangan tangan yang mengalami gangguan dan fungsi kelenturan yang dilakukan pada 24 responden dengan desain cross sectional mengatakan bahwa range of motion (ROM) aktif dapat mempengaruhi fungsi gerak, kelenturan pada persendian tangan yang mengalami masalah. ROM aktif selain juga mampu melenturkan otot, mampu juga melemaskan otot-otot yang kaku sehingga pasien menjadi rileks (Zulaikha & Budiman, 2021). Teknik relaksasi afirmasi dapat meningkatkan efikasi diri pasien dalam menjalani hemodialisis, pasien dapat optimis dalam melakukan segala kegiatan dan tetap patuh dalam menjalani proses hemodialisis (Maruti & Wandrati, 2019).

Terapi *Relaxation Autogenic, Movement and Affirmation* (RIMA) yang dikembangkan oleh Putu Sintya Arlinda Arsa (2018) menunjukkan hasil yang sangat signifikan karena dapat menurunkan tingkat kecemasan dari kadar kortisol darah pasien end stage renal disease (ESRD). Terapi RIMA dengan pendekatan *range of motion* (ROM) merupakan penggabungan terapi farmakologis dengan sasaran domain fisik dan psikologis sebagai komponen yang diukur dalam kualitas hidup dan dinilai cukup tepat diberikan terhadap pasien gagal ginjal yang sedang menjalani cuci darah. Berdasarkan beberapa penelitian sebelumnya, faktor yang berhubungan dengan tingkat kecemasan seperti dukungan keluarga dapat memberikan perasaan dihargai pada pasien berupa menyediakan informasi, membantu mengatasi masalah

dan peduli, mengelola ketidakpastian dan mempertahankan harapan hidup. Hal ini diterapkan terutama untuk pasien yang merasa sangat terganggu dengan diagnosis dan program pengobatan mereka, termasuk ketakutan kematian. Keluarga diharapkan dapat lebih memahami peran dan fungsi sebagai pemberi dukungan kepada pasien yang menjalani terapi hemodialisis dikarenakan dukungan keluarga merupakan salah satu poin penting yang harus selalu diberikan kepada pasien (Marisi Dame et al., 2022). Penelitian yang sudah pernah dilakukan untuk menurunkan nilai kecemasan sudah banyak dilakukan seperti *Progressive Muscle Relaxation* (PMR), *Emotional Freedom Technique* (EFT), *Spiritual Emotional Freedom Technique* (SEFT), terapi music dan lain-lain, terapi yang sudah pernah dilakukan mampu secara signifikan dalam menurunkan nilai kecemasan namun untuk melemaskan otot tidak ada hasilnya. Maka peneliti mengkombinasikan terapi keperawatan relaksasi, movement (ROM aktif) dan juga afirmasi belum ada kejelasannya sehingga dibutuhkan penelitian.

1.2.Rumusan Masalah

Bagaimana pengaruh terapi *Relaxation Autogenic, Movement and Affirmation* terhadap tingkat kecemasan pasien gagal ginjal kronik yang menjalani hemodialisis RS Lavalette?

1.3.Tujuan Penelitian

1.3.1.Tujuan Umum

Tujuan dari penelitian ini adalah untuk menjelaskan pengaruh terapi *Relaxation Autogenic, Movement and Affirmation* terhadap tingkat kecemasan pasien gagal ginjal kronik yang menjalani hemodialisis RS Lavalette.

1.3.2.Tujuan Khusus

1. Mengidentifikasi tingkat kecemasan pasien sebelum diberi terapi *Relaxation Autogenic, Movement and Affirmation*
2. Mengidentifikasi tingkat kecemasan pasien sesudah diberi terapi *Relaxation Autogenic, Movement and Affirmation*
3. Menganalisa pengaruh terapi *Relaxation Autogenic, Movement and Affirmation* terhadap tingkat kecemasan pasien gagal ginjal kronik yang menjalani hemodialisis RS Lavalette

1.4. Manfaat Penelitian

1.4.1. Manfaat Teoritis

Hasil penelitian ini diharapkan dapat digunakan untuk memberikan pengetahuan tentang penerapan terapi *Relaxation Autogenic, Movement and Affirmation* terhadap pasien gagal ginjal kronik. Selain itu, penelitian ini dapat menjadi bahan referensi bagi penelitian– penelitian ilmiah selanjutnya terhadap masalah yang relevan.

1.4.2. Manfaat Praktis

1. Bagi Pasien Hemodialisis

Penelitian ini berguna untuk memberikan pengetahuan dan pemahaman kepada pasien yang sedang menjalani terapi hemodialisis, sehingga harapannya penulis dapat memberikan dukungan secara mental maupun emosional dan motivasi kepada pasien untuk mengurangi kecemasannya ketika melakukan terapi hemodialisis.

2. Bagi Perawat Hemodialisis

Penelitian ini dapat digunakan oleh praktisi kesehatan khususnya tim hemodialisis sebagai sarana pendekatan terhadap pasien agar dapat membantu menangani kecemasan pada pasien yang menjalani terapi hemodialisis serta sebagai informasi dalam

merumuskan rencana tindakan yang efektif dan efisien untuk mengatasi pasien yang mengalami kecemasan selama menjalani program hemodialisis.

1.4.3. Manfaat Pengembangan

1. Bagi Peneliti

Hasil penelitian ini berguna sebagai pembelajaran bagi peneliti. Penelitian ini juga dapat menambah pengetahuan serta wawasan peneliti. Hasil penelitian dapat diaplikasikan oleh peneliti sesuai bidang yang diteliti yakni kecemasan pasien GGK yang menjalani hemodialisis.

2. Bagi Peneliti Selanjutnya

Hasil penelitian ini dapat memberikan informasi dan pengetahuan untuk penelitian selanjutnya, apabila terdapat hasil hubungan signifikan antara lama menjalani hemodialisis dengan tingkat kecemasan pada pasien dengan GGK yang menjalani hemodialisis diharapkan penelitian ini dapat dikembangkan dalam memanfaatkan variabel lain yang relevan dari penyebab atau dampak yang dapat memberikan pengaruh terhadap kecemasan pasien GGK yang menjalani hemodialisis.