

BAB I

PENDAHULUAN

1.1 Latar Belakang

Penyakit Ginjal Kronik (PGK) atau *Chronic Kidney Disease* (CKD) berkontribusi terhadap tingginya angka kematian yaitu sebesar 1,19 juta jiwa per tahun (*Global Burden of Disease*, 2020). Di Indonesia, kasus baru penyakit ginjal kronik diperkirakan berkisar 100-150 per 1.000.000 penduduk. Tahun 2020, di Indonesia terdapat 78.631 orang pasien baru dengan gagal ginjal yang menjalani hemodialisis dan meningkat menjadi 98.029 orang pada tahun 2021. Di wilayah Jawa Barat tahun 2020 jumlah pasien yang menjalani hemodialisis sebanyak 14.796 pasien dan meningkat pada tahun 2021 sebanyak 15.756 pasien serta menempati urutan ke-10 penyebab kematian terbanyak (IRR, 2021).

Penyakit ginjal kronik (PGK) adalah suatu proses patofisiologis dengan berbagai macam penyebab, akibat dari perubahan fungsi nefron yang mengalami kerusakan secara terus menerus dalam waktu yang lama hingga menjadi stadium akhir (Nur, 2019). Masalah yang muncul pada pasien penyakit ginjal kronik yaitu adanya penumpukan produk sisa metabolisme. Dampak yang bisa terjadi akibat gagal ginjal kronik seperti kekurangan sel darah merah, menumpuknya cairan di rongga tubuh bahkan di paru-paru yang menyebabkan sesak nafas. Selain itu gangguan elektrolit menyebabkan kenaikan kadar kalium tinggi dalam darah, sehingga menimbulkan masalah

pada fungsi otot, syaraf, irama jantung dan mengakibatkan kematian (Price dan Wilson, 2019).

Penanganan masalah tersebut diantaranya dengan cara transplantasi ginjal dan hemodialisis. Hemodialisis menjadi salah satu penanganan PGK yang paling banyak dilakukan dan cara ini dilakukan apabila PGK sudah mengalami stadium akhir gagal ginjal yaitu ginjal tidak mampu menjalankan 85-90% dari fungsi normalnya (Smeltzer & Bare, 2019). Prinsip kerja perpindahan cairan pada hemodialisis adalah difusi, osmosis, ultrafiltrasi dan konveksi. Melalui proses difusi molekul dalam darah dapat berpindah ke dialisat. Proses perpindahan ini terjadi karena adanya perbedaan konsentrasi larutan, dimana konsentrasi darah lebih tinggi daripada konsentrasi dialisat. Osmosis adalah perpindahan air dari tekanan tinggi (darah) ke tekanan yang lebih rendah (dialisat) (Price & Wilson, 2018).

Hemodialisis tidak dapat menyembuhkan atau memulihkan penyakit ginjal karena tidak mampu mengimbangi hilangnya aktivitas metabolismik penyakit ginjal atau endokrin yang dilaksanakan oleh ginjal dan dampak dari gagal ginjal serta terapi terhadap kualitas hidup pasien. Oleh karena itu pada pasien yang menderita penyakit ginjal kronik harus menjalani dialisa sepanjang hidupnya (Smeltzer & Bare, 2019). Pasien yang melakukan hemodialisis memiliki dampak yang besar terhadap menurunnya kualitas hidup selain dari itu pasien PGK akan mengalami adanya pembatasan cairan, hipotensi, emboli udara, nyeri dada, pruritus, gangguan keseimbangan dialisis, kram dan nyeri otot, hipoksemia, hiperkalemi dan juga kecemasan. Selain itu

dampak secara psikologis bisa terjadi stres dan depresi (Isroin, 2018; Smeltzer & Bare, 2019). Berbagai dampak yang muncul dari PGK, seperti pembatasan cairan, hipotensi, emboli udara, nyeri dada, pruritus semuanya sudah ada penanganan yang dilakukan oleh tenaga kesehatan (Smeltzer & Bare, 2019). Intervensi kecemasan yang dilakukan tenaga kesehatan biasanya dengan meningkatkan pengetahuan, namun selain dari itu, menurut peneliti perlu adanya intervensi lain yang mengatasi masalah kecemasan yang dialami oleh pasien PGK. Urgensi penelitian yakni akibat dari timbulnya kecemasan pada pasien gagal ginjal kronik berdampak terhadap penurunan kualitas hidup dengan terganggunya aktivitas sehari-hari (Smeltzer & Bare, 2019).

Kecemasan pada pasien hemodialisis muncul pada pasien yang baru di diagnosa maupun yang sudah lama didiagnosa. Pada pasien baru di diagnosa kecemasan muncul karena adanya penyakit yang baru dialami dengan risiko tinggi menghadapi kematian sehingga pasien akan merasakan kecemasan karena ketakutan tersebut dan tidak tahuinya berbagai informasi yang harus dilakukan untuk mempertahankan hidup. Kecemasan pasien lama terjadi karena dengan lamanya menjalani hemodialisis maka pasien merasa penyakit yang diderita tidak membaik dan dimungkinkan sekali terjadi komplikasi seperti hipotensi emboli udara, nyeri dada, gangguan keseimbangan dialisis dan pruritus (Anita, 2020). Dampak dari kecemasan yang terjadi pada pasien PGK dengan hemodialisis akan menyebabkan kualitas hidup yang buruk seperti terganggunya berbagai aktivitas sehari-hari, sulitnya mengambil keputusan dan bisa menyebabkan depresi (Smeltzer & Bare, 2019).

Secara umum kecemasan dapat ditangani dengan menggunakan teknik farmakologis dan non-farmakologis. Teknik non farmakologis yang bisa digunakan untuk menurunkan tingkat kecemasan, seperti intervensi relaksasi otot progresif, relaksasi autogenik, terapi musik, pernapasan berirama, dan latihan relaksasi lainnya (Potter & Perry, 2018). Dari berbagai intervensi tersebut, terapi autogenik menjadi salah satu terapi yang memiliki keunggulan memberikan efek tenang dan pelaksanaannya mudah dilakukan. Relaksasi autogenik bisa menjadi salah satu intervensi yang tepat, dikarenakan mudahnya relaksasi autogenik karena kelebihan dari relaksasi autogenik yaitu lebih mudah dilakukan dan diajarkan pada responden dan hasilnya untuk masalah kecemasan bisa langsung diamati setelah pelaksanaan intervensi (Saputri, 2019).

Relaksasi autogenik merupakan relaksasi nafas dalam yang diikuti dengan kata-kata positif atau sugesti positif pada diri sendiri dalam upaya menenangkan diri sehingga menyebabkan pernafasan dan tekanan darah menjadi rileks yang akhirnya cemas teratasi (Asmasi, 2018). Perbedaan dengan relaksasi lain yaitu selain melakukan teknik relaksasi pernapasan, teknik ini menggabungkan sugesti positif berupa kata-kata yang disebutkan dalam hati yang bisa memberikan ketenangan.

Penelitian yang dilakukan oleh Rosida (2019) mengenai pengaruh terapi relaksasi autogenik terhadap kecemasan pasien di Ruang Intensive Care Unit Rumah Sakit Pusri Palembang didapatkan hasil bahwa Terapi relaksasi autogenik mempunyai pengaruh terhadap penurunan kecemasan pasien.

Penelitian yang dilakukan oleh Saputri (2019) mengenai pengaruh terapi autogenik terhadap kondisi psikologi didapatkan hasil bahwa terapi relaksasi autogenik mempunyai pengaruh terhadap penurunan kecemasan pasien. Hasil tinjauan jurnal lebih lanjut, peneliti tidak mendapatkan jurnal yang menyebutkan tidak ada pengaruh intervensi autogenik terhadap kecemasan.

Studi pendahuluan yang dilakukan oleh peneliti di RSU Abdul Rajdak Purwakarta, jumlah pasien PGK yang dilakukan hemodialisis pada tahun 2019 sebanyak 42 orang, tahun 2020 sebanyak 53 orang dan pada tahun 2021 sebanyak 64 orang. Angka tersebut menunjukkan adanya peningkatan kasus PGK yang dilakukan hemodialisis setiap tahunnya. Studi pembanding di RS Bhakti Husada II Purwakarta, didapatkan jumlah pasien PGK yang dilakukan hemodialisis pada tahun 2021 sebanyak 32 orang. Angka tersebut menunjukkan RSUD Abdul Rajdak Purwakarta memiliki pasien PGK yang dilakukan hemodialisis lebih banyak. Hasil wawancara terhadap 10 orang pasien hemodialisis, didapatkan 8 orang menyebutkan sering merasa gelisah, merasa takut, tidak bisa istirahat dengan tenang dan kadang pusing serta mual apabila mengingat kondisi yang dialami. 2 orang menyebutkan merasa tidak terlalu takut atas kondisi yang dialami dikarenakan merasa penyakit yang dialami merupakan takdir dari Allah SWT.

Hasil wawancara terhadap tenaga kesehatan didapatkan bahwa selama ini belum pernah dilakukan intervensi dalam mengatasi kecemasan pada pasien hemodialisis. Hanya saja tenaga kesehatan selalu dengan rutin berupaya meningkatkan pengetahuan klien dengan cara menginformasikan

mengenai gagal ginjal kronis dan hemodialisis. Lebih lanjut didapatkan hasil wawancara terhadap 10 orang hemodialisis didapatkan bahwa semuanya belum pernah tahu dan melakukan relaksasi autogenik. 8 dari 10 orang tersebut mengatakan apabila sedang mengalami cemas upaya yang dilakukan hanya berupaya istirahat dengan tenang 2 orang menyebutkan apabila mengalami kecemasan maka berusaha istirahat dan membicarakan masalahnya dengan keluarga.

Berdasarkan hasil di atas, maka peneliti tertarik untuk melakukan penelitian dengan judul “Pengaruh relaksasi autogenik terhadap tingkat kecemasan pada pasien hemodialisis di RSU Abdul Radjak Purwakarta”.

1.2 Rumusan Masalah

Rumusan masalah dalam penelitian ini yaitu “Adakah pengaruh relaksasi autogenik terhadap tingkat kecemasan pada pasien hemodialisis di RSU Abdul Radjak Purwakarta?”

1.3 Tujuan Penelitian

1.3.1 Tujuan Umum

Mengetahui pengaruh relaksasi autogenik terhadap tingkat kecemasan pada pasien hemodialisis di RSU Abdul Radjak Purwakarta.

1.3.2 Tujuan Khusus

1. Mengetahui tingkat kecemasan pada pasien hemodialisis di RSU Abdul Radjak Purwakarta sebelum relaksasi autogenik.
2. Mengetahui tingkat kecemasan pada pasien hemodialisis di RSU Abdul Radjak Purwakarta setelah relaksasi autogenik.
3. Menganalisis pengaruh relaksasi autogenik terhadap tingkat kecemasan pada pasien hemodialisis di RSU Abdul Radjak Purwakarta.

1.4 Manfaat Penelitian

1.4.1 Manfaat Teoritis

Secara teoritis dapat diketahui adanya pengaruh relaksasi autogenik terhadap tingkat kecemasan pada pasien hemodialisis.

1.4.2 Manfaat Praktis

1) Bagi Tempat Penelitian

Adanya penelitian ini tempat penelitian bisa menjadikan standar operasional prosedur relaksasi autogenik dalam mengatasi kecemasan pada pasien hemodialisis.

2) Bagi Perawat

Sebagai salah satu intervensi keperawatan berupa peran tenaga kesehatan dalam mengatasi masalah kecemasan dengan pemberian relaksasi autogenik.

3) Bagi Peneliti Selanjutnya

Penelitian ini dapat dijadikan data dasar untuk penelitian lanjutan tentang cara mengatasi kecemasan pada pasien hemodialisis.

1.5 Ruang Lingkup Penelitian

Ruang lingkup penelitian yaitu keperawatan medikal bedah. Masalah yang terjadi yaitu adanya kecemasan pada pasien hemodialisis akibat rutinitas yang harus dilakukan untuk bertahan hidup. Penelitian dilakukan pada bulan Oktober 2022 sampai Juli 2023 dan dilakukan di RSU Abdul Radjak Purwakarta. Metode penelitian yang digunakan yaitu metode pre eksperimen.