

# **BAB I**

## **PENDAHULUAN**

### **A. Latar Belakang**

Ginjal Sebagai salah satu organ yang paling vital, ginjal berfungsi sebagai organ ekskresi, sistem endokrin, dan menjaga keseimbangan air dan elektrolit, di antara peran vital lainnya. Penyakit ginjal ini biasanya terjadi bersamaan dengan kondisi lain seperti diabetes melitus, dislipidemia, dan hipertensi. Salah satu kondisi ginjal yang paling umum adalah gagal ginjal kronis (Pebrianti et al., 2023).

Penyakit Gagal Ginjal Kronis (GGK) merupakan kondisi dimana fungsinya menjadi lebih buruk secara bertahap dan pada akhirnya membutuhkan terapi pengganti ginjal (Abdi Pangesti et al., 2024). Diabetes dan hipertensi sebagai penyebab utama peningkatan tahunan di seluruh dunia, GGK merupakan masalah kesehatan serius di seluruh dunia. (Liyanage et al., 2022).

Menurut Kemenkes, Pada tahun 2019, antara 10-13% orang menderita gagal ginjal kronis, menurut Kementerian Kesehatan. Lebih dari 500 juta orang di seluruh dunia terkena dampak kondisi ini, dan 1,5 juta di antaranya bergantung pada terapi hemodialisis; pada tahun 2022, angka kejadiannya meningkat 50% dibandingkan tahun sebelumnya. Dengan hampir 350.000 pasien, hemodialisis paling populer di Amerika Serikat, diikuti oleh Jepang dengan 300.000 pasien dan Indonesia dengan hampir 15.000 pasien (Kemenkes RI, 2023).

Hasil dari Riskesdas (2018) Menurut diagnosa medis, 713.783 orang di Indonesia yang berusia  $\geq 15$  tahun mengidap gagal ginjal kronis, yang merupakan 0,38% dari populasi dengan prevalensi pasien GGK yang menjalani hemodialisa ini menunjukkan bahwa peningkatan prevalensi hipertensi dan diabetes melitus adalah penyebab utama peningkatan penderita GGK. di Jawa Barat, prevalensi GGK tercatat sebesar 0,48% atau 131.846 jiwa, dengan jumlah pasien yang menjalani hemodialisa sebanyak 19,34% atau 651 jiwa. Sementara di Perkotaan 0,38% atau 394.850 jiwa. Sedangkan pada tahun 2024, pasien yang menjalani hemodialisa di RSUD dr Slamet Garut tercatat 247 pasien dengan jumlah pasien teregristrasi 144 pasien dan yang rutin menjalani hemodialisa hanya 103 pasien (Indonesian Renal Registry, 2024).

GGK memerlukan pengobatan yang dapat menggantikan fungsi ginjal, salah satunya adalah hemodialisa. Membran dialisis dan teknologi dialisis atau filtrasi, yang memungkinkan pengelolaan cairan karena penurunan laju filtrasi glomerulus, digunakan dalam hemodialisis, terapi pengganti ginjal, untuk mengatasi penurunan fungsi ginjal (Pamunkas & Yuniartika, 2022).

Kondisi sakit mempengaruhi perubahan mental pasien hemodialisa salah satunya adalah kecemasan. Saat seseorang merasa cemas, sistem saraf otonom, atau serabut saraf simpatis, memberikan sinyal pertahanan. Akibatnya, kelenjar adrenal melepaskan adrenalin, atau epinefrin, yang menyebabkan tekanan arteri meningkat dan denyut jantung meningkat. Saat darah dialirkan dari gastrointestinal, pembuluh perifer mengendur, yang mengakibatkan pemecahan glukosa pada otot dan sistem saraf pusat lebih

cepat, yang mengakibatkan penurunan kekuatan tubuh secara cepat (Kamil & Tingkat, 2018).

Kecemasan yaitu salah satu masalah psikologis yang paling sering terjadi pada pasien hemodialisa yang disebabkan berbagai macam stressor, seperti nyeri di daerah penusukan fistula, komplikasi saat dialisis, seperti gatal-gatal pada kulit, kram otot, hipotensi nyeri dada, keterbatasan dalam melakukan terapi, merasa terbebani dan tergantung pada keluarga, dan kelemahan fisik yang sering dialami pasien, seperti mual dan muntah (Tyas et al., 2024).

Riset yang dilakukan Pradido & Rahman, (2021) tentang “Gambaran Simtom Kecemasan Pasien Penyakit Ginjal Kronik yang Menjalani Hemodialisa” pada kelas kecemasan tingkat ringan sebanyak 148 (86,5%) pasien, kemudian pada kelas kecemasan tingkat sedang terdapat 23 (13,5%) pasien. Untuk mengatasi masalah tersebut dibagi menjadi dua yaitu: teknik farmakologis dengan menggunakan obat-obatan seperti obat anti kecemasan sesuai anjuran dokter dan teknik nonfarmakologisnya yaitu: distraksi, terapi dzikir, aromaterapi, dan relaksasi. teknik relaksasi sendiri memiliki macam-macam, antara lain: relaksasi nafas dalam, relaksasi otot progresif, imajinasi, meditasi (Citra Puspa, 2023).

Teknik Relaksasi Otot Progresif salah satu metode relaksasi yang dapat membantu individu yang menjalani hemodialisis merasa tidak terlalu cemas adalah relaksasi otot progresif. Relaksasi otot progresif meredakan otot-otot yang tegang yang disebabkan oleh tingkat kecemasan yang tinggi. Perubahan yang terjadi selama dan setelah relaksasi otot progresif berdampak

pada fungsi sistem saraf otonom. Tingkat kecemasan pasien GGK yang menjalani hemodialisis dapat dipengaruhi oleh teknik relaksasi otot progresif, menurut temuan penelitian sebelumnya. Pasien mengalami kecemasan ringan hingga 33,3%, kecemasan sedang hingga 60%, dan kecemasan berat hingga 6,7% sebelum intervensi terapi relaksasi otot progresif. Namun setelah intervensi, pasien tidak mengalami kecemasan sebanyak 36,7%, kecemasan ringan sebanyak 53,3%, dan kecemasan sedang sebanyak 10%. Dengan demikian, dapat disimpulkan bahwa ada perbedaan antara tingkat kecemasan pasien sebelum dan sesudah intervensi (Nurfitriyani et al., 2022).

Berdasarkan hasil dari efektivitas diatas peneliti tertarik untuk melakukan penelitian tentang “Implementasi Terapi Relaksasi Otot Progresif Pada Pasien Gagal Ginjal Kronis (GGK) Dengan Masalah Kecemasan Saat Menjalani Hemodialisa di Ruang Hemodialisa Rumah Sakit Umum Daerah dr Slamet Garut”.

## **B. Rumusan Masalah**

Rumusan Masalah dalam Karya Tulis ini yaitu perawatan yang diberikan kepada pasien GGK yang menjalani hemodialisa mengarah kepada upaya mempertahankan fungsi ginjalnya, tetapi memperhatikan efek terapi bagi pasien, karena tidak jarang terapi hemodialisa yang dilakukan menimbulkan masalah serius bagi pasien diantaranya kecemasan. Berdasarkan hal tersebut, pertanyaan penulis dapat dirumuskan “Bagaimana Gambaran Implementasi Teknik Relaksasi Otot Progresif Terhadap Kecemasan Pada Pasien GGK Yang Menjalani Hemodialisa di RSUD dr Slamet Garut?”.

## **C. Tujuan Karya Tulis Ilmiah**

### **1. Tujuan Umum**

Setelah melakukan studi kasus penulis mampu menggambarkan implementasi teknik relaksasi otot progresif untuk mengatasi kecemasan pada pasien GGK yang menjalani hemodialisa.

### **2. Tujuan Khusus**

- a. Menggambarkan tahap asuhan keperawatan pada pasien GGK yang menjalani hemodialisa.
- b. Menggambarkan pelaksanaan tindakan teknik relaksasi otot progresif pada pasien GGK yang menjalani hemodialisa.
- c. Menggambarkan respon atau perubahan tingkat kecemasan setelah dilakukan tindakan teknik relaksasi otot progresif pada pasien GGK yang menjalani hemodialisa.

- d. Menganalisa perbedaan tingkat kecemasan kedua pasien GGK yang menjalani hemodialisa setelah dilakukan tindakan teknik relaksasi otot progresif.

## **D. Manfaat Karya Tulis Ilmiah**

### **1. Manfaat Teoritis**

- a. Bagi Institusi Poltekkes Kemenkes Tasikmalaya

Diharapkan karya tulis ilmiah ini dapat bermanfaat bagi jurusan keperawatan Poltekkes Kemenkes Tasikmalaya sebagai bahan pembelajaran atau sumber belajar.

- b. Bagi IPTEK

Sebagai kemajuan dalam ilmu pengetahuan dan teknologi keperawatan mengenai penggunaan teknik relaksasi otot progresif untuk mengurangi kecemasan pada pasien hemodialisis dengan GGK.

### **2. Manfaat Praktis**

- a. Bagi Rumah Sakit dan Pelayanan Kesehatan

Dengan memberikan relaksasi otot progresif, diharapkan dapat memberikan informasi tentang cara mengurangi kecemasan, khususnya bagi pasien GGK yang menjalani hemodialisa.

- b. Bagi Penelitian Selanjutnya

Hasil penelitian ini dapat digunakan sebagai bahan atau sumber untuk penelitian lebih lanjut tentang penerapan relaksasi otot progresif dengan modifikasi lain seperti distraksi, aromaterapi, atau terapi pijatan kaki.