

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Gagal ginjal kronik (GGK) adalah penurunan fungsi ginjal yang berlangsung menahun dan mengarah kepada kerusakan jaringan ginjal yang progresif dan tidak dapat kembali (*irreversible*). Adapun Gagal Ginjal Terminal (GGT) adalah fase akhir dari gagal ginjal kronik dengan faal ginjal yang sudah sangat buruk dan bisa dibedakan dengan tes klirens kreatinin (Irwan, 2016). GGK merupakan salah satu penyakit tidak menular yang perlu mendapatkan perhatian yang serius dikarenakan telah menjadi masalah kesehatan dimasyarakat dengan angka kejadian yang terus meningkat pada setiap tahunnya (Kovesdy, 2022).

Prevalensi gagal ginjal kronis secara global > 10% dari populasi umum di seluruh dunia, dengan jumlah penderita sekitar 843,6 juta jiwa dengan faktor resiko adalah pasien dengan diabetes mellitus dan hipertensi dengan penderita terbanyak ditemukan pada pasien dengan usia lebih dari 70 tahun (Kovesdy, 2022). Penderita gagal ginjal kronik di Indonesia pada Tahun 2023 menurut Survei Kesehatan Indonesia mencapai 638.178 jiwa dengan prevalensi kasus pada Provinsi Jawa Barat sebanyak 114.619 kasus (Kementerian Kesehatan RI, 2023). Di Kota Bandung (2021) terdapat 13.209 orang menderita penyakit gagal ginjal kronik dan dan yang menjalani hemodialisa sebanyak 5.271 orang (Sadhu & Utarayana, 2023).

Tindakan hemodialisa tidak dapat memperbaiki fungsi ginjal yang sudah rusak, namun hanya dapat memperpanjang usia penderita tanpa batas yang jelas sehingga penderita gagal ginjal kronik yang menjalani hemodialisa tetap akan mengalami permasalahan dan komplikasi dari penyakitnya (Brunner, 2014). Menurut Siagian dalam (Triesnawati et al., 2023) pasien yang menjalani hemodialisa tetap kan mengalami penumpukan limbah dalam darah (uremia) sehingga dapat menyebabkan seperti kelemahan, mual, muntah dan efek samping lainnya yang akan berdampak buruk pada kesehatan fisik dan mengganggu kesehatan mental akibat berbagai proses terapi yang terjadi. Perubahan kondisi yang mengharuskan pasien menjalani hemodialisa secara rutin akan menjadi beban bagi pasien terkait biaya yang akan dikeluarkan, perubahan peran dalam keluarga dan waktu yang harus diluangkan untuk menjalani hemodialisa juga akan berakibat pada ketidak patuhan pasien dalam menjalani terapi dan akan memperburuk prognosis pasien (Goh & Griva, 2018).

Tingkat kecemasan pada pasien yang baru menjalani hemodialisa cenderung lebih tinggi dibandingkan dengan pasien yang sudah sering menjalani hemodialisa (Sadhu & Utarayana, 2023). Menurut Kusumawati (2011) cemas merupakan pengalaman subyektif dan emosi yang membuat ketidaknyamanan pada diri seseorang. Gejala yang timbul akibat kecemasan dapat berupa perasaan takut yang irasional akan kejadian yang akan terjadi, gangguan tidur, merasa tegang, sering membayangkan hal-hal yang menakutkan dan timbul rasa panik terhadap masalah yang besar (Setyawan, 2017).

Gangguan yang diakibatkan oleh rasa cemas yang menimpa pasien hemodialisa akan menimbulkan berbagai komplikasi yang akan memperburuk kondisi penyakit yang dialami pasien. Oleh karena itu kecemasan harus ditangani dengan baik untuk mencegah perburukan kondisi yang dialami pasien hemodialisa dan dapat meningkatkan kualitas hidupnya. Metode yang dapat digunakan untuk mengontrol dan menurunkan tingkat kecemasan antara lain dengan menggunakan teknik relaksasi Benson.

Dalam penelitian yang dilakukan Georgianni et. al (2018) mengenai manajemen kecemasan dan depresi pada pasien hemodialisa dengan metode nonfarmakologi yaitu dengan teknik relaksasi benson didapatkan hasil bahwa metode tersebut terbukti efektif dan memberikan dampak positif pada pasien yang menjalani hemodialisa. Teknik relaksasi benson adalah teknik yang dapat memberikan kenyamanan dan menurunkan tingkat kecemasan dengan cara yang mudah dilakukan yaitu dengan menarik nafas dalam-dalam kemudian menghembuskannya disertai dengan mengucapkan kata atau kalimat rumusan yang diyakini oleh responden. Teknik relaksasi ini akan membuat tubuh dapat menghambat aktivitas saraf simpatis yang dapat mengurangi konsumsi oksigen oleh tubuh yang mereleksi otot-otot tubuh sehingga menimbulkan ketenangan dan rasa nyaman (Otaghi et al., 2016). Rasa tenang dan tentram yang dialami pasien diharapkan dapat menimbulkan semangat dan fokus untuk menjalani tindakan hemodialisa tanpa terdistraksi oleh kekuatiran yang tidak pasti dan dapat meningkatkan kualitas hidup dengan optimal.

Pada dasarnya, relaksasi benson merupakan kombinasi dari reknik relaksasi dengan sistem keyakinan pribadi dengan fokus dari relaksasi ini adalah ungkapan tertentu yang disebutkan secara berulang-ulang dalam ritme yang teratur dengan disertai sikap tunduk (Atmojo et al., 2019). Contoh ungkapan yang dapat disebutkan dalam terapi benson adalah dengan berdzikir. Dzikir adalah suatu upaya mengingat Tuhan dan merupakan salah satu bentuk ibadah dalam agama Islam. Dalam beberapa penelitian telah banyak disebutkan bahwa terapi yang bersifat spiritual dapat mengatasi berbagai gangguan psikis pada individu seperti depresi, stress dan juga termasuk gangguan kecemasan (Aisyatin Kamila, 2022).

Berdasarkan hasil studi pendahuluan di Unit Hemodialisis RSUD Bandung Kiwari pada tanggal 5 Februari 2024 menunjukkan bahwa kunjungan pasien Hemodialisa dari bulan November 2023 sampai dengan Januari 2023 berjumlah 814 pasien dengan rata-rata kunjungan pasien perharinya adalah 12 pasien dan jumlah pasien yang menjalani hemodialisa Rutin di RSUD Bandung Kiwari pada saat ini adalah 30 pasien. Dari hasil wawancara dengan pasien menunjukkan bahwa 8 dari 10 pasien mengalami perasaan tegang dan cemas saat akan menjalani hemodialisa, mengalami gangguan tidur, sering membayangkan hal-hal yang menakutkan saat masuk ke ruangan HD, dan merasa kuatir dengan tindakan Hemodialisa sehingga merasa tidak bersemangat dan pasien tersebut belum mengetahui cara menanggulangi perasaan cemas yang dialaminya. Kombinasi teknik relaksasi benson dengan zikir juga belum diterapkan di RSUD Bandung Kiwari sebagai alternatif intervensi non farmakologis untuk membantu mengatasi

kecemasan pasien, penelitian kombinasi teknik relaksasi benson dengan zikir juga dilakukan sebagai upaya untuk menerapkan intervensi keperawatan berdasarkan bukti ilmiah, ditambah lagi untuk mengkonfirmasi hasil penelitian yang dilakukan Kurniasari & Anita (2016) yang menyebutkan bahwa tidak terdapat pengaruh relaksasi benson dengan penurunan kecemasan pada pasien hemodialisa. Penerapan kombinasi teknik relaksasi benson dengan zikir yang akan dilakukan untuk mengontrol kecemasan adalah salah satu upaya mengontrol kecemasan oleh diri sendiri yang sesuai dengan teori *Self-Care* yang dikembangkan oleh Dorothea E. Orem dimana terapi ini menekankan pada pengembangan kemampuan perawatan diri. Proses ini merupakan proses yang dilakukan secara terus menerus dan terarah terbukti efektif pada kualitas hidup pasien dengan penyakit kronis menurut Seifi dalam (Himilda et al., 2022). Dalam pengembangan kemampuan perawatan diri perawat berperan penting sebagai *Care Giver* dalam membantu pasien untuk beradaptasi dan mengatasi masalahnya dengan memberikan asuhan keperawatan yang komperhensif untuk memenuhi kebutuhan bio-psiko-sosio-dan spiritual pasien. Berdasarkan uraian tersebut, penulis tertarik untuk melakukan penelitian mengenai “Pengaruh Kombinasi Teknik Relaksasi Benson dengan Dzikir Terhadap Tingkat Kecemasan Pasien Hemodialisa di RSUD Bandung Kiwari”.

B. Rumusan Masalah

Berdasarkan latar belakang tersebut maka rumusan masalah yang didapatkan adalah Apakah Terdapat Pengaruh Kombinasi Teknik Relaksasi Benson dengan Dzikir Terhadap Tingkat Kecemasan Pasien Hemodialisa di RSUD Bandung Kiwari?

C. Tujuan Penelitian

1. Tujuan Umum

Tujuan umum dilakukannya penelitian ini adalah untuk mengetahui apakah terdapat pengaruh dari kombinasi teknik relaksasi benson dengan dzikir terhadap penurunan tingkat kecemasan pada pasien gagal ginjal kronik yang menjalani hemodialisa.

2. Tujuan Khusus

Adapun tujuan khusus dilakukan penelitian ini adalah untuk:

- a. Mengidentifikasi karakteristik pasien Gagal Ginjal Kronik yang menjalani Hemodialisa di RSUD Bandung Kiwari
- b. Mengetahui tingkat kecemasan yang dialami oleh pasien Gagal Ginjal Kronik yang menjalani Hemodialisa di RSUD Bandung Kiwari sebelum dan setelah diberikan intervensi.
- c. Mengidentifikasi adanya pengaruh terhadap pemberian kombinasi teknik relaksasi benson dengan dzikir terhadap penurunan tingkat kecemasan yang dialami oleh pasien Gagal Ginjal Kronik yang menjalani Hemodialisa di

RSUD Bandung Kiwari sebelum diberikan intervensi dan setelah diberikan intervensi.

- d. Mengetahui efektivitas pemberian kombinasi teknik relaksasi benson dengan dzikir terhadap penurunan tingkat kecemasan yang dialami oleh pasien Gagal Ginjal Kronik yang menjalani Hemodialisa di RSUD Bandung Kiwari sebelum diberikan intervensi dan setelah diberikan intervensi.

D. Manfaat Penelitian

1. Manfaat Teoritis

Informasi ilmiah dari penelitian ini dapat menjadi tambahan pengetahuan ilmu keperawatan dalam pemberian intervensi keperawatan untuk mengatasi kecemasan yang dialami oleh pasien gagal ginjal kronik yang menjalani hemodialisa.

2. Manfaat Praktis

- a. Bagi Institusi Kesehatan dan Keperawatan

Peneliti berharap informasi ini dapat menjadi masukan kepada perawat klinis khususnya perawat yang bertugas di unit hemodialisa dalam pemberian intervensi keperawatan berupa kombinasi teknik relaksasi benson dengan dzikir kepada pasien yang mengalami kecemasan.

- b. Bagi Pasien dan Masyarakat

Intervensi yang diberikan kepada pasien melalui penelitian ini diharapkan dapat menurunkan tingkat kecemasan yang dialami sehingga

dapat menjalani hemodialisa dengan perasaan tenang sehingga memiliki kualitas hidup yang optimal.

c. Bagi Peneliti Lain

Hasil penelitian ini dapat digunakan sebagai bahan dasar untuk melakukan penelitian selanjutnya yang lebih mendalam terhadap pengaruh kombinasi teknik relaksasi benson dengan dzikir terhadap penurunan tingkat kecemasan ataupun metode lain yang dapat digunakan untuk menurunkan tingkat kecemasan pada pasien gagal ginjal kronik yang menjalani hemodialisa.

E. Sistematika Penulisan

Dalam pembahasan penelitian ini yang berjudul “Pengaruh Kombinasi Teknik Relaksasi Benson dengan Dzikir Terhadap Tingkat Kecemasan Pasien Hemodialisa di RSUD Bandung Kiwari”, penulis membagi dalam Tiga BAB, yaitu:

BAB I PENDAHULUAN

Pada bab ini membahas tentang latar belakang penelitian, perumusan masalah, tujuan penelitian, manfaat penelitian dan sistematika penulisan.

BAB II TINJAUAN PUSTAKA

Bab ini berisi landasan teoritis, hasil penelitian yang relevan, kerangka pemikiran dan hipotesis.

BAB III METODE PENELITIAN

Berisi kerangka konsep, jenis dan metode penelitian untuk mencari jawaban terhadap tujuan penelitian.

BAB IV PEMBAHASAN

Pada bagian ini, memuat data-data yang telah diperoleh dalam proses penelitian dan memaparkan analisis serta pembahasan.

BAB V KESIMPULAN DAN SARAN

Pada bagian terakhir yaitu BAB V memuat kesimpulan dari keseluruhan hasil penelitian serta saran yang dapat dipergunakan dari hasil penelitian.