

BAB I PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Cronic Kidney Disease (CKD) yaitu penyakit yang mengancam jiwa dan memerlukan biaya tinggi dalam pengobatannya atau biasa disebut dengan penyakit katastrofik, hal ini terjadi karena penyakit ini merupakan penyakit yang setiap tahunnya selalu terjadi peningkatan prevelensi, intervensi yang bisa dilakukan untuk penyakit ini hanyalah dengan mempertahankan fungsi ginjal karena penyakit ini bersifat ireversibel dan dalam mempertahankan fungsi ginjal untuk melakukan metabolisme tubuh salah satunya adalah dengan melakukan hemodialisa (Juwita & Kartika, 2019).

Cronic Kidney Disease (CKD) memiliki prevalensi yang cukup tinggi dalam peningkatan penderita setiap tahunnya, dan menjadi masalah *kesehatan* serius di dunia. Penderita CKD di dunia meningkat sebesar 11.1 % pada tahun 2018 dan terus mengalami peningkatan tiap tahunnya (USRDS, 2018). *World Health Organization* (WHO) merilis data peningkatan jumlah pertumbuhan penderita CKD di dunia pada tahun 2018 meningkat sebesar 50% dari tahun sebelumnya, dan di Amerika angka kejadian gagal ginjal kronik meningkat 50% pada tahun 2017. Di Indonesia, PGK menempati urutan ke-13 sebagai penyakit dengan angka kematian terbanyak, yaitu sebesar 35.217 orang atau 2% dari total kematian (IHME, 2018). Prevalensi penderita Penyakit Ginjal di Indonesia meningkat menjadi 3.8 % penderita dari sebelumnya sebanyak 2% di tahun 2013 (RISKESDAS, 2018). Pasien laki-laki di Indonesia lebih banyak terkonfirmasi penyakit ginjal yaitu 0.3% dibandingkan pasien perempuan

0.2%, dan didominasi oleh pasien lanjut usia diatas 75 tahun sebanyak 0.6 %, dimana mulai terjadi peningkatan pada usia >35 tahun (KemenkesRI, 2017).

Indonesia merupakan negara penderita gagal ginjal cukup tinggi, dengan peningkatan penderita dari 2.997.680 orang menjadi 3.091.240 orang (USRDS, 2018). Sumatera Barat memiliki prevalensi gagal ginjal kronik sebesar 20.2% dari seluruh pasien gagal ginjal kronik di Indonesia (InfoDATIN, 2018). Prevalensi daerah dengan CKD tertinggi yaitu 0.4%, yaitu pada Kabupaten Tanah Datar dan Kota Solok, sedangkan pada Kota Padang, prevalensi PGK sebesar 0.3%. Kejadian tertinggi PGK di Provinsi Sumatera Barat jatuh pada kelompok umur 45 – 54 tahun yaitu sebesar 0.79% penderita (RISKESDAS, 2018). Selain itu kejadian gagal ginjal akan meningkat seiring dengan bertambahnya umur. Hal ini sesuai dengan temuan data dari *Renal Registry Indonesia* (2018) menyatakan bahwa terdapat 66,443 pasien yang aktif melakukan hemodialisa.

Hemodialisa atau biasa disebut dengan cuci darah, menggunakan ginjal buatan yaitu mesin dialisis, tujuan dari proses hemodialisis adalah untuk memantau keseimbangan cairan dan elektrolit dalam tubuh dan mengeluarkan sisa-sisa metabolisme dengan menggunakan selaput membrane permiabel (Endiyono1, 2017). Hemodialisis digunakan sebagai terapi untuk mempertahankan kualitas hidup pasien karena sifat dari hemodialisa tidak menyembuhkan atau memulihkan penyakit gagal ginjal .Ada beberapa pengobatan yang dapat dilakukan untuk penderita gagal ginjal kronik yaitu hemodialisis, transplantasi ginjal dan peritoneal dialisis tetapi pasien penderita gagal ginjal rata-rata lebih memilih terapi hemodialisis dan peritoneal dialisis Kartika dan Juwita (2019).

Terapi hemodialisis diberikan sebagai salah satu upaya untuk memperpanjang usia harapan hidup pasien CKD (Mardhatillah, 2020). Hemodialisis sendiri merupakan suatu prosedur pengaliran darah dari pasien melalui mesin dialisis, dimana proses ini dianggap sebagai sebuah filter yang memiliki sebuah selaput tipis untuk memisahkan penyaringan untuk tubuh pasien dan untuk dialisis. Limbah – limbah dalam darah seperti urea, kreatinin, kalium dan cairan ekstra lainnya dibuang oleh mesin menjadi produk buangan dan darah bersih kembali masuk kedalam tubuh. Dalam pelaksanaan terapi hemodialisis, dibutuhkan keterlibatan pasien dalam mengontrol gaya hidup seperti pembatasan cairan yang masuk, pengaturan diet tubuh, regimen medikasi, perawatan akses vaskuler juga kepatuhan kontinuitas hemodialisis pasien (Astuti, 2019). Pasien penyakit ginjal biasanya menjalani proses hemodialisis selama 1 – 3 kali dalam seminggu dalam waktu 3 – 4 jam dalam satu kali terapi. Kegiatan hemodialisis ini akan terus menerus berlangsung seumur hidup penderita (Melani et al, 2017).

Jumlah prevalensi di benua Asia khususnya Asia tenggara pada setiap negara mengalami hemodialisa mengalami peningkatan sejumlah 66% atau sekitar 2,9 juta dari seluruh jumlah penduduk (Prasad & Jha, 2020). Di Indonesia dari tahun 2015 – 2018 terjadi peningkatan klien yang melakukan hemodialisa baik pasien baru yaitu sebesar 10.318 dan 31.076 pada pasien yang sudah pernah melakukan terapi hemodialisis (Kementerian Kesehatan Republik Indonesia, 2018).

Apabila hemodialisa dilakukan dalam jangka waktu lama dapat menyebabkan gangguan pada aspek biologis maupun aspek psikologis bagi

pasien hemodialisis (Wijayanti et al., 2019) karena pasien gagal ginjal yang menjalani hemodialisis membutuhkan waktu terapi hemodialisis sekitar 12-15 jam setiap minggu (Melo, 2018). Hemodialisis memiliki dampak tertentu pada pasien, dampak pasien yang menjalani hemodialisa berkepanjangan akan merasakan cemas yang disebabkan oleh krisis situasional, ancaman kematian, masalah ekonomi serta impotensi. Faktor kognitif dapat mempengaruhi kecemasan pada penderita gagal ginjal karena pasien gagal ginjal dapat merasakan kelelahan secara psikis karena harus menjalani hemodialisa seumur hidup (Sompi, Kaunang & Munayang, 2018).

Dampak psikologis yang dirasakan pasien seringkali kurang menjadi perhatian bagi para dokter maupun perawat. Pada umumnya, pengobatan di rumah sakit difokuskan pada pemulihan kondisi fisik tanpa memperhatikan kondisi psikologis pasien seperti kecemasan dan depresi (Agustriadi, 2019). Pengobatan kecemasan dapat dilakukan dengan pemberian obat-obatan ataupun intervensi non-farmakologi. Mempertimbangkan komplikasi dan efek samping yang terjadi akibat penggunaan obat-obatan pada terapi kecemasan, metode intervensi non-farmakologi dipilih untuk mengurangi kecemasan pada pasien yang melakukan hemodialisa salah satu cara untuk mengatasi kecemasan adalah dengan menggunakan terapi relaksasi, diantaranya menggunakan relaksasi nafas dalam Benson. (Zaakeri Moghadam M et al., 2016)

Menurut Soeharto (2019) menyatakan bahwa tujuan teknik relaksasi nafas dalam benson adalah untuk meningkatkan ventilasi alveoli, memelihara pertukaran gas, mencegah atelektasi paru, meningkatkan efisiensi batuk,

mengurangi Kecemasan baik Kecemasan fisik maupun emosional yaitu menurunkan intensitas nyeri dan menurunkan kecemasan serta menurunkan tekanan darah sistolik dan diastolic serta meningkatkan kualitas tidur pasien dialisis. Salah satu terapi relaksasi nafas yang biasa dipilih yaitu terapi relaksasi benson. Relaksasi Benson merupakan pengembangan metode respon relaksasi pernafasan dengan melibatkan faktor keyakinan pasien, yang dapat menciptakan suatu lingkungan internal sehingga dapat membantu pasien mencapai kondisi kesehatan dan kesejahteraan yang lebih tinggi (Benson & Proctor 2000, dalam Purwanto, 2019).

Cara kerja teknik relaksasi Benson ini adalah berfokus pada kata atau kalimat tertentu yang diucapkan berulang kali dengan ritme teratur yang disertai sikap pasrah pada Tuhan Yang Maha Esa sambil menarik nafas dalam. Pernafasan yang panjang dapat memberikan energi yang cukup, karena pada waktu menghembuskan nafas mengeluarkan karbondioksida (CO₂) dan saat menghirup nafas panjang mendapatkan oksigen yang sangat diperlukan tubuh untuk membersihkan darah dan mencegah kerusakan jaringan otak akibat kekurangan oksigen (hipoksia). Saat tarik nafas panjang otot-otot dinding perut (Rektus abdominalis, transverses abdominalis, internal dan eksternal oblique) menekan iga bagian bawah ke arah belakang serta mendorong sekat diafragma ke atas dapat berakibat meninggikan tekanan intra abdominal, sehingga dapat merangsang aliran darah baik vena cava inferior maupun aorta abdominalis, mengakibatkan aliran darah (vaskularisasi) menjadi meningkat keseluruh tubuh terutama organ - organ vital seperti otak, sehingga O₂ tercukupi didalam otak dan tubuh menjadi rileks (Benson & Proctor, 2000 dalam Purwanto 2019).

Fokus dari relaksasi ini tidak pada pengendoran otot namun pada frase tertentu yang diucapkan berulang kali dengan ritme yang teratur disertai sikap pasrah kepada objek transendensi yaitu Tuhan. Frase yang digunakan dapat berupa nama-nama Tuhan, atau kata yang memiliki makna menenangkan (Purwanto, 2019). Sikap pasrah ini lebih dari sikap pasif dalam relaksasi seperti yang dikemukakan oleh benson, perbedaan yang utama terletak pada sikap transendensi pada saat pasrah. Sikap pasrah ini merupakan respon relaksasi yang tidak hanya terjadi pada tataran fisik saja tetapi juga psikis yang lebih mendalam. Sikap pasif dalam konsep religious dapat diidentikkan dengan sikap pasrah kepada Tuhan (Smeler dan Bare, 2002 dalam Adliah 2019).

Hasil Penelitian Faruq (2020) tentang Efek Relaksasi Benson Dalam Menurunkan Kecemasan Pasien Yang Menjalani Hemodialisa di RS PKU Aisyiyah Boyolali didapatkan hasil nilai signifikan *levene's test for equality of variance* adalah sebesar $0.75 > 0.05$, maka dapat diartikan bahwa varians data antara kelompok kontrol dan kelompok intervensi adalah homogen atau sama. *Variances Assumed* bernilai $0.03 < 0.05$ maka sebagaimana pengambilan keputusan dalam uji t independent dapat disimpulkan ada perbedaan antara penurunan kecemasan kelompok kontrol dan kelompok intervensi

Hasil Penelitian Agustya (2020) tentang Pengaruh Efektifitas Relaksasi Benson Terhadap Kecemasan Pada Pasien Yang Menjalani Hemodialisa Di Unit Hemodialisa didapatkan rata-rata nilai kecemasan sesudah diberikan intervensi relaksasi benson yaitu 34.42 dengan standar deviasi 6.37. Perbedaan rata-rata nilai kecemasan sebelum dan sesudah dilakukan intervensi relaksasi benson yaitu 9.85 dengan standar deviasi 7.62. Hasil statistik didapatkan p

value < 0.05 sehingga ada perbedaan yang signifikan antara sebelum dan sesudah dilakukan intervensi relaksasi benson.

RSUP Dr M Djamil Padang memiliki jumlah kunjungan pasien yang menjalani Hemodialisa dari tahun ke tahun terus bertambah. Berdasarkan data kunjungan dalam 3 bulan terakhir selama tahun 2023 tercatat sebanyak 633 pasien dengan rata-rata 1.267 tindakan, dalam sebulan pasien CKD ada sebanyak 205 pasien yang menjalani hemodialisis rutin 2 kali seminggu dengan usia > 20 tahun. Saat penulis melakukan Pendidikan Profesi Ners di Ruang Interne Wanita terdapat 8 orang pasien dengan CKD dan sedang melakukan Hemodialisa (Unit Hemodialisis RSUP Dr M Djamil Padang 2023).

Berdasarkan studi pendahuluan yang dilakukan peneliti saat melakukan wawancara dengan salah satu pasien hemodialisa Ny. I (41 Tahun) didapatkan masalah penambahan berat badan, sulit menahan rasa haus, aktivitas fisik yang terganggu, merasakan lelah, pusing dan sakit kepala serta lemas yang terkadang mengganggu aktifitas dan tidak tertarik melakukan kegiatan seksual. Hal ini tentunya menyebabkan kecemasan dan bahkan mengganggu kualitas tidur. Saat dilakukan pengkajian pada Ny. I mengalami kecemasan sedang. Saat diwawancara usaha yang dilakukan dalam mengatasi kecemasan klien mengatakan belum melakukan usaha apapun, dan takut membebani orang lain dengan masalahnya.

Berdasarkan latar belakang diatas penulis tertarik menyusun Karya Ilmiah Ners **“Asuhan Keperawatan Pada Ny.I Dalam Pemberian Teknik Relaksasi Benson Terhadap Penurunan Kecemasan Pada Pasien Yang Menjalani Hemodialisa Di Ruang Interne Wanita RSUP Dr. M Djamil Padang Tahun 2023”**.

B. Rumusan Masalah

Berdasarkan latar belakang diatas dapat dirumuskan masalah yaitu, bagaimana Asuhan Keperawatan Pada Ny. I Dalam Pemberian Teknik Relaksasi Benson Terhadap Penurunan Kecemasan Pada Pasien Yang Menjalani Hemodialisa Di Ruang Interene Wanita RSUP Dr. M Djamil Padang Tahun 2023.

C. Tujuan

1. Tujuan Umum

Mampu mengaplikasikan ilmu dalam memberikan Asuhan Keperawatan Pada Ny. I Dalam Pemberian Teknik Relaksasi Benson Terhadap Penurunan Kecemasan Pada Pasien Yang Menjalani Hemodialisa Di Ruang Interene Wanita RSUP Dr. M Djamil Padang Tahun 2023.

2. Tujuan Khusus

- a. Mampu melakukan pengkajian pada Ny. I Dalam Pemberian Teknik Relaksasi Benson Terhadap Penurunan Kecemasan Pada Pasien Yang Menjalani Hemodialisa Di Ruang Interene Wanita RSUP Dr. M Djamil Padang Tahun 2023
- b. Mampu merumuskan diagnosa Pada Ny. I Dalam Pemberian Teknik Relaksasi Benson Terhadap Penurunan Kecemasan Pada Pasien Yang Menjalani Hemodialisa Di Ruang Interene Wanita RSUP Dr. M Djamil Padang Tahun 2023
- c. Mampu melakukan rencana asuhan keperawatan Pada Ny. I Dalam Pemberian Teknik Relaksasi Benson Terhadap Penurunan Kecemasan Pada Pasien Yang Menjalani Hemodialisa Di Ruang Interene Wanita RSUP Dr. M Djamil Padang Tahun 2023

- d. Mampu melakukan implementasi Pada Ny. I Dalam Pemberian Teknik Relaksasi Benson Terhadap Penurunan Kecemasan Pada Pasien Yang Menjalani Hemodialisa Di Ruang Interene Wanita RSUP Dr. M Djamil Padang Tahun 2023
- e. Mampu melakukan penerapan *Evidance Based Nursing* Dalam Pemberian Teknik Relaksasi Benson Terhadap Penurunan Kecemasan Pada Pasien Yang Menjalani Hemodialisa Di Ruang Interene Wanita RSUP Dr. M Djamil Padang Tahun 2023
- f. Mampu melakukan evaluasi Pada Ny. I Dalam Pemberian Teknik Relaksasi Benson Terhadap Penurunan Kecemasan Pada Pasien Yang Menjalani Hemodialisa Di Ruang Interene Wanita RSUP Dr. M Djamil Padang Tahun 2023
- g. Mampu mendokumentasikan hasil keperawatan Pada Ny. I Dalam Pemberian Teknik Relaksasi Benson Terhadap Penurunan Kecemasan Pada Pasien Yang Menjalani Hemodialisa Di Ruang Interene Wanita RSUP Dr. M Djamil Padang Tahun 2023

D. Manfaat Penulis

1. Teoritis

a. Bagi Penulis

Untuk mendapatkan pengalaman dan kemampuan penulis dalam melaksanakan asuhan keperawatan medikal bedah dengan Pemberian Teknik Relaksasi Benson Dalam Menurunkan Kecemasana pada Pasien dengan Hemodalisa.

b. Bagi peneliti selanjutnya

Hasil penulisan ini diharapkan nantinya dapat berguna, untuk meneliti teknik relaksasi lain yang dapat mengatasi kecemasan pada pasien yang sedang menjalani Hemodialisa.

2. Praktis**a. Bagi Institusi Pendidikan**

Penulisan ini merupakan penerapan ilmu Keperawatan Medikal Bedah dan diharapkan nantinya dapat menambah ilmu tersebut bagi dunia keperawatan.

b. Bagi Tempat Penelitian

Penulis berharap ini dapat dijadikan sumber informasi dalam rangka meningkatkan pengetahuan tentang cara menurunkan kecemasan pada pasien yang sedang menjalani hemodialisa

