

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Gagal ginjal kronis (GGK) merupakan masalah kesehatan global yang mengancam jiwa dan angka kejadiannya di masyarakat terus mengalami peningkatan. *World Health Organization (WHO)* tahun (2022) menjelaskan bahwa GGK adalah salah satu penyakit tidak menular yang angka kejadiannya secara global mencapai 10% dari jumlah keseluruhan dan menduduki angka kematian tertinggi ke-20 di dunia dalam kategori penyakit tidak menular dengan angka kematian 5-10 juta jiwa setiap tahunnya. Angka kejadian GGK tidak hanya meningkat di dunia, peningkatan kasus GGK di Indonesia juga terus mengalami peningkatan.

Berdasarkan hasil Riset Kesehatan Dasar tahun 2018, Indonesia merupakan salah satu negara dengan penderita gagal ginjal yang tinggi, prevalensi GGK di Indonesia terus meningkat dari sebelumnya yaitu sekitar 450.500 orang (1,89%) menjadi 499.800 orang (2%) dan angka kematiannya mencapai 42.000 jiwa. Jawa Barat menjadi salah satu provinsi penyumbang tertinggi kasus GGK yang jumlahnya sebanyak 131.846 kasus, disusul dengan Jawa Timur di posisi ke-2 dengan 113.045 kasus dan ada Jawa Tengah di posisi ke-3 dengan 96.794 kasus. Sulawesi Selatan menempati peringkat ke-7 dengan prevalensi sebesar 0,37% atau mencapai 23.069 jiwa

dan tertinggi pada usia 45-54 tahun sebesar 0,86% (Kemenkes RI, 2018).

Berdasarkan survey awal yang dilakukan peneliti pada bulan April tahun 2023 di RSUD Labuang didapatkan jumlah kasus GJK sebanyak 644 pasien rawat jalan pada tahun 2022 dan 43 orang pasien rutin setiap bulannya. Sejak memasuki bulan Juni tahun 2023 terhitung jumlah pasien yang rutin menjalani terapi HD dan yang telah menjalani terapi HD lebih dari enam bulan sebanyak 34 orang. Fenomena ini mengakibatkan angka kejadian GJK akan terus mengalami peningkatan dan membahayakan jika tidak ditangani dengan cepat dan tepat (Rahman et al., 2018). Salah satu penanganan yang diberikan yaitu terapi penggantian ginjal.

Terapi pengganti ginjal yang saat ini paling umum dilakukan dan jumlahnya semakin meningkat adalah Hemodialisa (HD) (Ashby et al., 2019). Pengobatan penyakit GJK dengan HD memiliki beberapa dampak yaitu secara fisik dan beberapa masalah psikologis (Ma & Zhao, 2018). Pasien HD juga memiliki risiko lebih tinggi menderita kecemasan dan memiliki gangguan tidur dengan kualitas tidur yang buruk (Natashia et al., 2019).

Kecemasan merupakan salah satu hal yang sering dialami oleh pasien HD namun sering diabaikan. Terlepas dari itu, mengenai prevalensi dan dampak gangguan kecemasan pada pasien GJK yang menjalani HD hanya sedikit yang diketahui namun banyak dari

perilaku pasien yang tampaknya tidak rasional, seperti ketidakpatuhan perilaku yang mungkin merupakan ekspresi dari gangguan kecemasan yang mendasarinya (Damanik, 2020).

Selain kecemasan, gangguan tidur juga sering terjadi pada pasien GGK yang menjalani pengobatan HD, bahkan dapat berlangsung lama. Hal ini dapat mempengaruhi kualitas tidur pada pasien penyakit GGK yang menjalani HD dan kemampuan untuk mendapatkan tidur yang baik atau buruk sehingga berdampak pada aktivitas harian individu (Faridah et al., 2020). Sehingga pasien HD yang memiliki permasalahan kualitas tidur yang buruk perlu diberikan intervensi keperawatan yang tepat untuk meningkatkan kualitas tidur pasien GGK yang menjalani HD (Nurhayati et al., 2021).

Gangguan kecemasan dan kualitas tidur buruk yang di alami penderita GGK yang sedang menjalani HD dapat ditangani dengan melakukan terapi non farmakologis (Pramono et al., 2019). Salah satu terapi nonfarmakologis yang bisa diterapkan seperti relaksasi benson, pada penelitian sebelumnya mengungkapkan bahwa relaksasi benson dapat mempengaruhi kualitas tidur pada pasien lansia (Hidayat. R, 2021). Terapi non farmakologis lainnya seperti relaksasi otot progresif terbukti efektif dalam menurunkan tingkat kecemasan dan mampu meningkatkan kualitas tidur pada pasien GGK yang menjalani HD, sehingga diharapkan dapat diterapkan di tatanan klinis khususnya

pada pasien HD dengan masalah kecemasan dan gangguan tidur (Faridah et al., 2020).

Hal ini diperkuat berdasarkan hasil penelitian yang dilakukan oleh Kusnanto et al (2019) menunjukkan bahwa pasien HD yang melakukan intervensi relaksasi otot progresif menunjukkan hasil yang baik dalam penurunan kecemasan. Untuk penelitian mengenai kualitas tidur didapatkan hasil penelitian yang dilakukan oleh Safruddin (2016) menyimpulkan bahwa rata-rata kualitas tidur setelah perlakuan pada kelompok intervensi mengalami penurunan, hasil penelitian menunjukkan bahwa terdapat perbedaan yang signifikan rata-rata kualitas tidur antara kelompok intervensi dan kelompok kontrol setelah relaksasi otot progresif.

Pada penelitian ini peneliti menggunakan terapi nonfarmakologis relaksasi otot progresif. Hal ini bertujuan untuk mengetahui pengaruh relaksasi otot progresif terhadap tingkat kecemasan dan kualitas tidur pada pasien GGK yang menjalani HD di RSUD Labuang Baji.

B. Rumusan Masalah

Apakah ada pengaruh dari pemberian tindakan relaksasi otot progresif terhadap tingkat kecemasan dan kualitas tidur pada pasien GGK yang menjalani HD ?

C. Tujuan Penelitian

1. Tujuan Umum

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui pengaruh relaksasi otot progresif terhadap tingkat kecemasan dan kualitas tidur pada pasien GGK yang menjalani memodialisa.

2. Tujuan Khusus

- a. Untuk mengetahui karakteristik responden, yaitu usia, jenis kelamin, tingkat pendidikan, dan lama menjalani HD.
- b. Untuk mengetahui nilai rata-rata tingkat kecemasan dan kualitas tidur pada pasien GGK yang menjalani HD sebelum dan setelah diberikan perlakuan pada kelompok intervensi dan kelompok kontrol.
- c. Untuk mengetahui perbedaan nilai rata-rata tingkat kecemasan dan kualitas tidur pada pasien GGK yang menjalani HD sebelum dan setelah perlakuan pada kelompok intervensi dan kelompok kontrol.
- d. Untuk mengetahui pengaruh pemberian Relaksasi Otot Progresif terhadap tingkat kecemasan dan kualitas tidur pada pasien GGK yang menjalani HD.

D. Manfaat Penelitian

1. Manfaat Teoritis

Secara teoritis hasil penelitian ini dapat memberikan tambahan ilmu tentang pengaruh relaksasi otot progresif terhadap tingkat

kecemasan dan kualitas tidur pada pasien GGK yang menjalani HD dan dapat menjadi sumber informasi penelitian bagi peneliti selanjutnya.

2. Manfaat Praktis

a. Bagi Peneliti

Penelitian ini dapat menambah wawasan dan kemampuan berpikir peneliti, khususnya dalam bidang penelitian tentang pengaruh relaksasi otot progresif terhadap tingkat kecemasan dan kualitas tidur pada pasien GGK yang menjalani HD.

b. Bagi Responden

Penelitian ini diharapkan dapat menambah pengetahuan pasien GGK yang menjalani HD agar menjadikan relaksasi otot progresif sebagai salah satu pengobatan alternatif untuk mengurangi tingkat kecemasan dan memperbaiki kualitas tidur.

c. Bagi Peneliti Lain

Manfaat penelitian ini bagi peneliti lain yaitu dapat menjadi rujukan, sumber informasi dan bahan referensi penelitian selanjutnya agar dapat lebih dikembangkan terutama dalam penelitian pengaruh relaksasi otot progresif terhadap tingkat kecemasan dan kualitas tidur pada pasien GGK yang menjalani HD.