

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Gagal ginjal kronik adalah kondisi dimana ginjal tidak dapat mempertahankan keseimbangan metabolisme, cairan, dan elektrolit karena kerusakan progresif pada struktur ginjal, hal ini mengakibatkan penumpukan sisa metabolisme seperti uremia dalam darah, kondisi ini bersifat tidak dapat pulih kembali dan sangat memerlukan terapi pengganti ginjal seperti dialisis atau transpalansi. Gagal ginjal kronik ini merupakan salah satu masalah kesehatan yang semakin meningkat dengan prognosis yang buruk dan biaya pengobatan yang cukup tinggi (Saputri et al., 2023).

Menurut World Health Organization (WHO), penyakit gagal ginjal kronis menjadi salah satu penyebab utama beban penyakit global, dengan angka kematian mencapai 850.000 jiwa setiap tahunnya. Berdasarkan hasil Riset Kesehatan Dasar tahun 2013 dan 2018, prevalensi gagal ginjal kronis di Indonesia pada penduduk berusia 15 tahun ke atas yang didiagnosis oleh dokter tercatat sebesar 0,2% pada tahun 2013, dan mengalami peningkatan menjadi 0,38% pada tahun 2018. secara global mencapai sekitar 10% dari populasi, hasil dari 33 studi perwakilan berbasis populasi dari seluruh dunia, yang menunjukkan peningkatan prevalensi penyakit ini di berbagai negara. Dengan demikian, diperkirakan ada sekitar 843,6 juta individu yang menderita gagal

ginjal kronis pada berbagai tahapan stadium 1-5 di Asia (Rohmaniah & Sunarno, 2022).

Prevalensi gagal ginjal di Indonesia mengalami peningkatan dari 0,20% pada tahun 2013 menjadi 0,38% pada tahun 2018, dengan memperhitungkan jumlah penduduk Indonesia yang mencapai 252.124.458 jiwa (Dwilandari, 2022). Gagal ginjal kronik menduduki peringkat ke-12 tertinggi sebagai penyakit penyebab angka kematian di dunia. penderita penyakit gagal ginjal di Indonesia mengalami peningkatan pada tahun 2011 dengan jumlah 15.353 kasus dan tahun 2014 naik sejumlah 17.193, Prevalensi pasien GGK di Provinsi Jawa Tengah menduduki peringkat ketiga yaitu sebanyak 96,794 jiwa dengan peringkat pertama diduduki oleh provinsi Jawa Barat sebanyak 131.846 jiwa (James W, Elston D, 2020b). Berdasarkan data rekam medis dari RSD K.R.M.T Wongsonegoro Semarang, indeks kejadian gagal ginjal kronis (GGK) pada tahun 2018, 2019, dan 2020 secara berurutan adalah 365, 889, dan 1035. Sementara itu, jumlah kematian akibat GGK pada tahun yang sama, yaitu 2018, 2019, dan 2020 adalah 38, 94, dan 38. Meskipun indeks kejadian penyakit GGK meningkat dari tahun ke tahun, namun terdapat penurunan dalam indeks kematian pada tahun 2020 dibandingkan dengan tahun 2019. Unit hemodialisis di RSD K.R.M.T Wongsonegoro Semarang bertujuan untuk menjaga kualitas hidup pasien secara optimal dengan memberikan perawatan medis yang sesuai untuk pengobatan terapi ginjal (Pambudi, 2020).

Dampak bagi pasien yang menjalani hemodialisis sering mengalami masalah fisiologis, terutama kelebihan cairan karena penurunan fungsi ginjal, yang dapat menyebabkan gangguan oksigenasi seperti sesak napas, batuk, dan kulit pucat, serta meningkatkan tekanan darah karena penumpukan cairan di paru-paru dan peningkatan beban jantung. Gangguan tidur juga sering terjadi pada pasien hemodialisis, yang dapat menjadi faktor utama yang berhubungan dengan kecemasan (Dame et al., 2022). Selain faktor fisiologis, faktor psikososial juga berperan dalam menyebabkan kecemasan pada pasien tersebut. Ketergantungan pada mesin dialisis dan penyesuaian terus menerus dengan kondisi tubuh yang melemah dapat menyebabkan perasaan tertekan dan tidak nyaman, bahkan bisa berujung pada depresi. Faktor-faktor seperti usia, jenis kelamin, pendidikan, pengetahuan, lamanya menjalani hemodialisis, mekanisme koping, dan dukungan keluarga dapat mempengaruhi tingkat kecemasan pasien tersebut. Jika kecemasan tidak ditangani dengan baik, bisa berkembang menjadi depresi yang serius bagi pasien. Oleh karena itu, penting untuk melakukan penilaian dan penanganan yang tepat terhadap kecemasan pada pasien penyakit ginjal kronik yang menjalani hemodialisis (Dame et al., 2022).

Hemodialisis tetap menjadi opsi utama dalam menggantikan fungsi ginjal di Sebagian besar negara di dunia, terapi dialysis ini dilakukan selama 2 sampai 3 kali dalam satu minggu, dengan tindakan selama 4 sampai 5 jam. lebih dari dua juta pasien gagal ginjal kronik menjalani prosedur ini secara global, proses hemodialisis melibatkan pembersihan darah dari zat-zat sisa yang berlebihan di

dalam tubuh menggunakan alat yang bertindak sebagai ginjal buatan atau pengganti ginjal yang dikenal sebagai dialiser. Walaupun memiliki berbagai dampak salah satu dampak yang umum dialami pasien gagal ginjal kronik adalah kecemasan. Pasien dengan gagal ginjal kronis (GGK) yang menjalani hemodialisis sering menghadapi masalah psikologis yang signifikan, terutama kecemasan. pasien yang baru memulai hemodialisis cenderung mengalami tingkat kecemasan yang lebih tinggi daripada yang sudah menjalani prosedur tersebut dalam jangka waktu yang lebih lama (Listiani & Hartanti, 2021).

Menurut panduan dari Perhimpunan Nefrologi Indonesia, terdapat beberapa terapi penggantian ginjal yang dapat dilakukan, antara lain hemodialisis, peritoneal dialisis, dan transplantasi ginjal. Terapi yang paling umum dipilih oleh pasien biasanya adalah hemodialisis karena biayanya relatif lebih terjangkau. Data menunjukkan bahwa sekitar 99% pasien memilih hemodialisis sebagai metode terapi (Amaludin et al., 2020).

Prosedur dalam jangka waktu yang cukup lama pasien dalam menjalani hemodialisa menyebabkan dampak fisik pasien mengalami kelelahan atau fatigue di ruang hemodialisa. Selain itu hemodialisa juga dapat memicu respon stress atau kecemasan pada pasien GGK yang menjalani hemodialisis seringkali dipicu oleh tanggapan yang tidak tepat terhadap kondisi kesehatan mereka yang disebabkan beberapa hal antara lain pembatasan diet, pembatasan aktivitas, lamanya proses dialysis, penurunan cairan dan factor ekonomi. Kondisi kesehatan yang buruk pada pasien GGK dapat menjadi sumber stres, yang kemudian dapat direspons dengan cara yang adaptif atau maladaptif. Perawat

tidak hanya menilai masalah psikologis yang timbul akibat perubahan kondisi kesehatan pasien, tetapi juga bertanggung jawab untuk menciptakan lingkungan yang nyaman selama proses terapi pengobatan dan mengurangi dampak psikologis yang dapat memperburuk kondisi pasien. Ancaman dari stressor kecemasan ini dapat membahayakan identitas, harga diri, dan fungsi sosial yang terhubung dengan individu (Muda, 2024).

Kecemasan adalah salah satu factor psikologis bagian dari kehidupan sehari-hari yang sering kali menggambarkan perasaan khawatir, gelisah, dan ketidaknyamanan, sering kali disertai dengan gejala fisik. Pasien yang akan menjalani hemodialisa dalam waktu 4-5 jam sering mengalami kecemasan karena berbagai alasan, seperti takut pada prosedur yang tidak dikenal, ancaman terhadap keselamatan diri akibat hemodialisa, atau ketidakpastian mengenai hasil hemodialisa dan dampaknya terhadap tubuh. Kecemasan yang dialami pasien sebelum teraphy hemodialisa dapat memiliki berbagai konsekuensi negatif, peningkatan tekanan darah pasien yang berisiko menyebabkan komplikasi selama prosedur. Oleh karena itu, penting bagi perawat untuk mengaplikasikan strategi pencegahan kecemasan pada pasien sebelum hemodialisa (Rudiyanto, 2022).

Penanganan kecemasan dapat dilakukan melalui dua cara, yaitu dengan Teknik farmakologis dan non-farmakologis. Penanganan kecemasan dengan teknik farmakologis yaitu dengan obat-obatan yang dapat mengurangi kecemasan. Antiansietas seperti Golongan benzodiazepine, Buspirona dan Antidepresan. Pengobatan kombinasi psikoterapi dan farmakoterapi, golongan

serotonin reuptake inhibitors (SNRI). Salah satu terapi non-farmakologis yang dapat dipilih adalah terapi musik, distraksi, dan terapi pijat kaki atau *foot massage*. Terapi keperawatan komplementer telah dikembangkan untuk mengatasi kecemasan dan nyeri pada pasien, termasuk teknik seperti relaksasi nafas dalam, imajinasi terbimbing, pernafasan diafragma, relaksasi otot progresif, pijat, aromaterapi, yoga, dan lainnya. Pijat kaki *foot massage* merupakan salah satu metode yang umum digunakan dalam terapi komplementer. Pijatan pada kaki *foot massage* dapat membantu mengurangi rasa nyeri dengan merangsang sistem saraf dan meningkatkan sekresi neurotransmitter seperti serotonin dan dopamin, serta endorfin yang membantu tubuh merasa lebih rileks dan dapat mengurangi kecemasan klien (Rudiyanto, 2022).

Kelebihan dari pijat kaki *foot massage* adalah dapat merangsang gelombang otak alfa yang membantu tubuh merasa nyaman dan rileks. Pijatan ini juga diyakini membantu menurunkan tingkat kecemasan dengan tujuan meningkatkan kesejahteraan secara keseluruhan, mengurangi tekanan mental dan meningkatkan kemampuan berfikir secara jernih. dilakukan pada jam-jam tertentu yang sesuai dengan irama sirkadian tubuh, yang merupakan pola fisiologis yang berpengaruh pada siklus tidur-bangun dan pelepasan hormone. Secara emosional, terapi *foot massage* ini diyakini merangsang sistem saraf parasimpatis dan cabang sistem otonom yang bertanggung jawab atas respon relaksasi (Soniawati & Ulfah, 2023).

Pijat kaki *foot massage* dapat memberikan dampak positif langsung terhadap penurunan tingkat kecemasan pijat kaki dapat mengurangi kecemasan dan dapat menurunkan tekanan darah sistolik dan diastolik. Pasien gagal ginjal kronik yang sedang menjalani hemodialisis dapat mengurangi kecemasannya dengan cara dilakukanya terapi non farmakologis seperti pijat kaki *foot massage* yang berada dalam ruang lingkup praktik keperawatan, dengan melakukan pijat kaki ini merupakan salah satu cara yang sangat efektif untuk perawatan pasien (Nasution et al., 2022).

Meskipun penelitian tersebut belum secara khusus dilakukan pada pasien hemodialisis, namun bukti empiris yang telah disajikan menunjukkan bahwa pijat kaki memiliki potensi untuk memberikan efek positif dalam menurunkan tingkat kecemasan pasien. Terapi ini mampu mempengaruhi sistem tubuh, menciptakan kondisi relaksasi, dan membantu menyeimbangkan kondisi psikologis pasien. Aliran energi ke seluruh tubuh dan pengurangan kecemasan terbukti melalui terapi *foot massage*. Namun, dalam memberikan terapi ini kepada pasien dengan gangguan kesehatan kronis (GGK), diperlukan penyesuaian dalam tekanan pijatan dan aspek lainnya untuk menghindari efek negatif seperti gangguan pada sirkulasi umum. Terapi *foot massage* difokuskan pada pencapaian tujuan terapeutik tertentu, sehingga tetap memberikan dampak positif terhadap kecemasan (Amaludin et al., 2020).

Penelitian yang telah dilakukan oleh Amaludin (2020). Mendapatkan hasil bahwa sebanyak 40 pasien yang telah diberikan terapi *foot message* mengalami penurunan skor kecemasan yang lebih rendah sebesar 2,75 dengan karakteristik

usia 46-55 tahun (72,5%) jenis kelamin laki-laki (60%), tingkat pendidikan SMA (67,5%), mayoritas sudah bekerja (80%), lama menjalani hemodialisis <1 tahun (67,5%). Penelitian menggunakan metode kuantitatif dengan responden yang menerima terapi pijat kaki menunjukkan penurunan skor kecemasan yang signifikan dengan nilai p sebesar 0,000. Perbedaan yang signifikan juga ditemukan antara kelompok yang menerima terapi pijat kaki dan kelompok kontrol, dengan nilai p sebesar 0,014 setelah diberikan terapi tersebut.

Hasil penelitian oleh Nasution (2022). Menunjukkan bahwa hasil yang berjumlah 35 responden dengan metode yang digunakan kuantitatif didapatkan hasil sebelum diberikan terapi pijat kaki, sebagian besar responden mengalami tingkat kecemasan sedang sebesar 71,4%, sementara sebagian kecil mengalami kecemasan ringan sebesar 11,4%. Terdapat pengaruh dari pemberian terapi foot massage terhadap penurunan tingkat kecemasan pada pasien. Terapi tersebut memberikan pengaruh yang positif dapat meningkatkan relaksasi dan menurunkan tingkat kecemasan pasien tersebut.

Penelitian yang telah dilakukan oleh Soniawati & Ulfah (2023) didapatkan hasil dari 40 responden dengan metode yang digunakan metode kuantitatif. Terapi pijat kaki atau *foot massage* dapat menurunkan tingkat kecemasan pada pasien gagal ginjal kronik yang menjalani hemodialisis. Hal ini terbukti dari perlakuan hari pertama terdapat penurunan skala kecemasan dari 25 menjadi 21, Pada hari kedua skala kecemasan berkurang dari 21 menjadi 15. Pada hari ketiga, skala kecemasan awal sebelum dilakukan *foot massage* adalah 16 dan menurun menjadi 11 setelah diberikan pijat kaki atau *foot massage*. Dengan

demikian, dapat disimpulkan bahwa kecemasan yang dirasakan pasien berkurang, dari tingkat kecemasan sedang menjadi tidak ada kecemasan.

Berdasarkan hasil studi pendahuluan yang telah dilakukan pada tanggal 3 Agustus 2024 di RSD K.R.M.T Wongsonegoro Semarang. Populasi di fokuskan pada 115 pasien pada bulan juli 2024. Data usia membuktikan bahwa pasien gagal ginjal kronik yang menjalani hemodialisa di RSD K.R.M.T Wongsonegoro Semarang terdiri dari kelompok usia dewasa awal (26-35 tahun) sebanyak 3%, usia kelompok dewasa akhir (36-45 tahun) 6%, usia lansia awal (45-55) sebanyak 16% dan usia lansia akhir (> 56%) 27%.

Selain data tersebut peneliti juga melakukan wawancara kepada 2 pasien yang mengalami gagal ginjal kronik yang menjalani terapi hemodialisa. Pasien pertama yaitu Tn. S berusia 57 tahun pasien di diagnosa gagal ginjal kronik dan menjalani terapi hemodialisa dari bulan juni 2023, pasien mengatakan masih terus terusan merasa cemas karena pasien sering mengalami efek samping seperti pusing, mual, kram otot dan selalu berfikir kekhawatiran tentang penyakit komplikasi lain yang mungkin terjadi. Pasien kedua yaitu Ny. D berusia 53 tahun, pasien merasa cemas setiap kali jarum suntik dimasukkan ke pembuluh darah rasanya sakit dan membuat pasien cemas setiap akan dilakukannya proses hemodialisa. Berdasarkan uraian di atas, penulis tertarik untuk melakukan penelitian mengenai “Pengaruh Terapi *foot massage* Terhadap Penurunan Kecemasan Pasien Gagal Ginjal Kronik Yang Menjalani Hemodialisa di RSD K.R.M.T Wongsonegoro”

B. Rumusan Masalah

Permasalahan penyakit yang banyak ditemukan yaitu kasus gagal ginjal kronik salah satu penyebabnya adalah kecemasan, akibat dari beberapa factor seperti perubahan gaya hidup, ketergantungan pada terapi, efek samping prosedur, serta ketidakpastian terkait kondisi Kesehatan mereka. Hemodialisis tetap menjadi opsi utama dalam menggantikan fungsi ginjal, proses hemodialisis melibatkan pembersihan darah dari zat-zat sisa yang berlebihan di dalam tubuh menggunakan alat yang bertindak sebagai ginjal buatan atau pengganti ginjal yang dikenal sebagai dialiser. Dengan adanya terapi non-farmakologis seperti terapi *foot massage* yang diyakini dapat membantu mengurangi kecemasan dan meningkatkan relaksasi. Berdasarkan uraian latar belakang, rumusan masalah yang dapat penulis ambil dari penelitian ini adalah Bagaimana pengaruh terapi pijat kaki *foot massage* dalam menurunkan kecemasan pada pasien gagal ginjal kronik yang menjalani terapi hemodialisa?

C. Tujuan penelitian

1. Tujuan umum

Untuk mengetahui pengaruh *foot massage* terhadap penurunan kecemasan pada pasien gagal ginjal kronik yang menjalani terapi hemodialisa.

2. Tujuan khusus

- a. Mendeskripsikan karakteristik responden penderita gagal ginjal kronik berdasarkan jenis kelamin, usia, dan tingkat Pendidikan.
- b. Mendeskripsikan tingkat kecemasan sebelum dilakukan terapi *foot massage* pada pasien gagal ginjal kronik yang menjalani hemodialisa.

- c. Mendeskripsikan tingkat kecemasan sesudah dilakukan terapi *foot massage* pada pasien gagal ginjal kronik yang menjalani hemodialisa.
- d. menganalisis pengaruh terapi *foot massage* terhadap penurunan tingkat kecemasan pada pasien gagal ginjal kronik yang menjalani hemodialisa.

D. Manfaat penelitian

1. Bagi pelayanan Kesehatan

Diharapkan penelitian ini dapat memberikan masukan bagi profesi dalam mengembangkan intervensi keperawatan profesi yang akan dilakukan, dalam upaya menurunkan tingkat kecemasan dengan pengaruh terapi *foot massage* terhadap penurunan tingkat kecemasan pasien gagal ginjal kronik yang menjalani hemodialisa.

2. Bagi institusi Pendidikan

Diharapkan hasil penelitian ini dapat menjadi referensi dalam melakukan penelitian lebih lanjut mengenai pada pasien gagal ginjal kronik dan dapat dipergunakan untuk menambah pengetahuan tentang gagal ginjal kronik.

3. Bagi pasien gagal ginjal kronik

Meningkatkan pengetahuan pasien dalam menangani kecemasan pada diri dengan teknik non-farmakologi yaitu dengan melakukan terapi *foot massage*.