

BAB I

PENDAHULUAN

1.1 Latar Belakang

Gagal Ginjal Kronik (GGK) atau Chronic Kidney Disease (CKD) merupakan penurunan fungsi pada ginjal yang progresif yang ditandai dengan penurunan laju filtrasi glomerulus/LFG dan peningkatan kadar kreatinin dalam darah. Terapi yang dapat diberikan pada pasien dengan gagal ginjal stadium akhir yaitu hemodialisa, terapi ini diharapkan dapat meningkatkan kualitas hidup dan memperpanjang usia harapan hidup pasien dengan gagal ginjal kronik. Pasien gagal ginjal kronik yang dilakukan hemodialisa dimaksudkan untuk mengeluarkan sisa-sisa metabolisme atau racun tertentu dari peredaran darah manusia seperti kelebihan ureum, kreatinin, asam urat dan zat-zat lain melalui membran semipermeabel (Lisa Asri, 2024).

Pasien gagal ginjal yang memilih hemodialisis sebagai terapi pengganti fungsi ginjal akan menjalani terapi tersebut seumur hidupnya kecuali pasien menjalani transplantasi ginjal. Ketergantungan pasien gagal ginjal terhadap terapi hemodialisis seumur hidupnya, akan berdampak luas dan menimbulkan masalah baik secara fisik, psikososial, dan ekonomi. Kompleksitas masalah yang timbul pada pasien gagal ginjal yang menjalani terapi hemodialisis akan mengakibatkan timbulnya kecemasan pada pasien tersebut. Faktor yang dapat menimbulkan stres dan cemas pada individu,

seperti lingkungan yang asing, kehilangan kemandirian sehingga mengalami kecenderungan dan memerlukan bantuan orang lain, berpisah dengan pasangan dan keluarga, masalah biaya, kurang informasi, ancaman akan penyakit yang lebih parah serta masalah pengobatan (Sinyugin, 2022).

Prevalensi data dari World Health Organization (WHO) data prevalensi pasien gagal ginjal kronis pada tahun 2019 di dunia berjumlah 1,2 juta kasus kematian. Data pada tahun 2020, jumlah kasus kematian akibat gagal ginjal kronis sebanyak 254.028 kasus. Pada tahun 2021 sebanyak lebih 843,6 juta. Berdasarkan data riset kesehatan dasar (Riskesdas) tahun 2018 jumlah pasien gagal ginjal kronis di Indonesia sebanyak 713.783 orang. Prevalensi gagal ginjal kronis di Sumatera Utara sebanyak 36.410 dengan angka tertinggi berada di Jawa Barat dengan 131.846 dan angka terendah berada di Kalimantan Utara dengan 1.838 penderita. Sedangkan di Provinsi Lampung sendiri insiden gagal ginjal kronik yaitu 22.171 (Riskesdas, 2018). Berdasarkan (Dinas Kesehatan Provinsi Jawa Tengah, 2021) di Jawa Tengah penyakit gagal ginjal kronis menempati posisi ke-9 dengan jumlah kasus di tahun 2017 terkonfirmasi sejumlah 4.310 (0,39%), di tahun 2018 jumlah kasus terkonfirmasi mengalami kenaikan sejumlah 109.773 (1,66%) dibandingkan tahun sebelumnya, ditahun 2019 kasus terkonfirmasi mengalami penurunan sejumlah 13.942 (0,45) dibandingkan tahun sebelumnya, di tahun 2020 kasus terkonfirmasi sejumlah 11.322 (0,32) mengalami penurunan dibandingkan tahun sebelumnya, dan tahun 2021 kasus terkonfirmasi

sejumlah 2.831 (0,32) mengalami penurunan dibandingkan tahun sebelumnya. Menurut data Dinkes per tahun 2021 menunjukkan ada sekitar 328 ribu kasus penyakit tidak menular di mana sebanyak 993 kasus adalah pasien gagal ginjal.

Tindakan hemodialisa dapat menimbulkan kecemasan. Kecemasan pada pasien gagal ginjal kronik muncul akibat berbagai stresor yang mereka alami. Stresor ini dapat berasal dari proses hemodialisis, seperti rasa nyeri saat penusukan fistula, komplikasi intradialisis, serta ketergantungan pada keluarga. Kecemasan respons emosional yang tidak menyenangkan terhadap berbagai stresor, baik yang jelas maupun yang tidak teridentifikasi, yang ditandai dengan perasaan khawatir, takut, dan terancam. (Ningsih, Inayati, 2024).

Penyakit gagal ginjal yang tidak ditatalaksanakan dengan baik dapat memperburuk kearah penyakit ginjal stadium akhir yang membutuhkan terapi pengganti ginjal permanen berupa hemodialysis atau transplantasi ginjal. Kompleksitas masalah yang muncul selama perjalanan gagal ginjal kronis dapat menimbulkan rasa takut pada pasien. Gangguan mental sering terlihat pada pasien gagal ginjal kronis meliputi depresi, kecemasan, tidak terpenuhinya gizi dan pengobatan. Keterbatasan gaya hidup dan ancaman hidup dapat memperburuk kondisi banyak pasien dan keluarga yang membutuhkan dukungan emosional untuk menghadapi penyakit tersebut (Kusuma et al. 2024).

Kecemasan yang tidak diatasi pada pasien Chronic Kidney Disease (CKD) yang sedang menjalani hemodialisa dapat sangat serius. Kecemasan yang berkepanjangan dapat memperburuk kondisi fisik pasien, meningkatkan tekanan darah, dan memperburuk fungsi ginjal. pasien mungkin mengalami kesulitan tidur, kehilangan nafsu makan, dan penurunan kualitas hidup secara keseluruhan (Cornelia, 2024).

Penderita penyakit ginjal kronik yang menjalani hemodialisis sering mengalami kecemasan. Kecemasan yang dialami pasien memerlukan adaptasi dan upaya penanganan pasien agar tercipta kecemasan yang adaptif. Salah satunya dengan mengetahui usia, jenis kelamin, pendidikan, pengetahuan dan rasa takut pasien penyakit ginjal kronik menjalani hemodialisis. Faktor psikososial juga menjadi dampak kecemasan pada pasien penyakit ginjal kronik, dimana kondisi fisik menjadi lemah dan ketergantungan terhadap dialisis berlangsung seumur hidup, sehingga memungkinkan terjadinya penyesuaian diri secara terus menerus. Selama hidupnya, keadaan ini dapat menimbulkan perasaan tertekan dan gejala-gejala, bahkan berujung pada timbulnya stres. Mengalami Cemas, depresi, seperti rasa tidak berharga, merasa seperti di rumah sendiri, merasa tidak berdaya (Noviati, 2022). Kecemasan yang tidak di tangani dengan baik dapat menimbulkan adanya perubahan fisik maupun psikologis yang akhirnya dapat meningkatkan kerja saraf simpatis dan akan terjadi peningkatan denyut jantung, Frekuensi nafas, tekanan darah, keringat dingin, merasa mulas, gangguan perkemihan, dan secara umum mengurangi tingkat

enegi pada pasien sehingga merugikan pasien itu sendiri merupakan gejala yang paling sering (Rahmat, 2025).

Aromaterapi adalah salah satu teknik pengobatan yang menggunakan aroma yang berasal dari minyak esensial aromaterapi lavender, Minyak lavender memiliki potensi besar karena memiliki beragam kandungan, seperti hidrokarbon monoterpen, alkena, limonene, alkohol linolenat, lavandulol, nerol, dan terutama mengandung linalool dan linalool asetat, yang kandungannya hampir sama dengan berat minyak total. Pemberian aromaterapi dengan menggunakan teknik inhalasi (dihirup), Mekanisme kerja minyak esensial yang dikandung dalam bentuk aromaterapi ini secara langsung akan menstimulasi otak melalui saraf olfaktori yang ada di hidung. Minyak esensial yang terhirup akan menstimulasi sel reseptor olfaktori di dalam hidung dan mempercepat efek penghambatan yang mengendalikan keseimbangan sehingga dapat meningkatkan mood. Setelah terstimulasi, sinyal dibawa menuju system limbik dan hipotalamus di otak melalui saraf olfaktori (Inayati, 2024).

Manfaat Aromaterapi lavender sebagai relaksasi, menunjukkan bahwa dapat menjadikan minyak esensial dari bunga lavender dapat memberikan manfaat relaksasi (carminative), sedatif, mengurangi kecemasan, memberikan kenyamanan dan relaksasi pada seseorang, Lavender tidak menyebabkan alergi atau toksik bagi kulit karena lavender bersifat antikonvulsan, antidepresi, anxiolytic dan bersifat menenangkan Aromaterapi melalui inhalasi akan langsung memberikan efek terhadap

sistem saraf pusat dan mempengaruhi keseimbangan korteks serebri serta saraf-saraf yang terdapat pada otak (Pratiwi, 2023).

Kandungan Aromatherapy lavender memiliki sifat yang menenangkan, merangsang tidur, efek anxyolitik (anti cemas) dan efek psikologis lainnya. Selain itu minyak lavender mempunyai kandungan seperti minyak essensial (1-3%), alpha-phine 90.22%), limonene (1,06%), linanool (26,12%), borneol (1,21%), linalyl, acetoacetate (26,32%) dan geranyl acetate (2,4%). Kandungan utama lavender, seperti linalool dan linacetate, memiliki sifat antibakteri, antijamur, dan antivirus yang efektif saat mengatasi infeksi saluran pernapasan, reproduksi, kulit. Aromaterapi lavender menciptakan perasaan yang menenangkan pikiran yang rileks. Kandungan lavender dapat berinteraksi dengan sistem saraf pusat, memberikan efek menenangkan yang mengurangi rasa takut. (Purhadi, 2024). Penggunaan Aromaterapi sebagai metode non farmakologis, dieksploitasi dalam banyak penelitian karena penggunaannya yang tidak berbahaya dan nyaman. Banyak penelitian telah membahas efek anti-nyeri, antianxiety dan antidepresan, dan peningkatan tidur. Beberapa peneliti percaya bahwa lavender memberikan efek psikologisnya melalui efek pada sistem limbik, terutama amigdala dan hippocampus, Penggunaan minyak lavender secara inhalasi telah menarik perhatian banyak peneliti karenakan teknik mudah dilakukan dan dilaporkan memiliki efek positif terhadap beberapa keluhan yang dirasakan pasien, khususnya pasien hemodialisis (Mutiara, 2021)

Penelitian yang dilakukan oleh (Jasmine, 2024) menunjukkan bahwa pemberian terapi aroma lavender kepada pasien hemodialisa dapat mengontrol dan mengurangi kecemasan secara efektif dan terdapat pengaruh terapi aroma lavender terhadap tingkat kecemasan pasien hemodialisa. Penelitian yang dilakukan oleh (Muda, 2024) membuktikan bahwa terapi aroma lavender terbukti efektif dalam menurunkan tingkat kecemasan pasien yang menjalankan terapi hemodialisa. Penggunaan minyak lavender dalam menurunkan kecemasan pada pasien hemodialisis yaitu penggunaan minyak lavender bisa menjadi salah satu intervensi yang dapat dilakukan oleh perawat untuk menurunkan kecemasan pada pasien hemodialisis.

Penelitian yang dilakukan (Sari, 2021) dengan judul Pengaruh pemberian aromaterapi inhalasi terhadap penurunan nilai kecemasan pada pasien gagal ginjal kronik yang menjalani hemodialisa di RS Grandmed. Penelitian menunjukkan bahwa pemberian aromaterapi inhalasi lavender dapat menurunkan tingkat kecemasan pada pasien gagal ginjal kronik yang menjalani hemodialisis. Setelah menghirup aroma lavender, molekulnya masuk melalui saluran pernapasan dan diterima oleh reseptor saraf sebagai sinyal positif. Sinyal ini kemudian diproses oleh sistem limbik otak, yang berperan dalam pengaturan emosi, sehingga menghasilkan perasaan rileks. Dengan perasaan tenang, pasien mampu mengelola stres dengan lebih baik, yang mendukung terciptanya strategi coping yang adaptif.

Berdasarkan hasil studi pendahuluan di ruang Hemodialisa Rumah Sakit dr. Gondo Suwarno Ungaran pada tanggal 8 April 2025 didapatkan pada bulan Januari 2025 diperoleh data jumlah pasien yang menjalani tindakan hemodialisa terdapat 411 pasien yang menjalani hemodialisa, bulan Februari terdapat 339 pasien dan bulan Maret terdapat 299 pasien, pasien rata-rata menjalani hemodialisa sebanyak 2 kali seminggu selama 4-5 jam per kunjungan. Berdasarkan hasil wawancara 6 pasien didapatkan hasil 3 pasien mengatakan cemas dikarenakan penyakitnya harus menjalani cuci darah seminggu 2x, pasien mengatakan aktivitas fisik terbatas dan tidak dapat kembali bekerja dan 2 pasien mengatakan pasrah dengan penyakitnya dan khawatir dengan penyakitnya yang harus menjalani hemodialisa secara terus menerus seumur hidup, pasien mengatakan khawatir saat menjalani hemodialisa karena sering merasa lemas, kram, pusing dan 1 pasien mengatakan belum bisa menerima keadaan dan menyalahkan dirinya karena tidak dapat menjaga kesehatannya, pasien selalu memikirkan hal buruk yang belum terjadi kedepannya, sering merasa cemas gejala kecemasan yang sering muncul seperti merasa tegang, kepala pusing, mudah berkeringat, merasa lemas, jantung berdebar lebih cepat sebelum tindakan hemodialisa berlangsung, pasien menerima terapi hemodialisa sebagai salah satunya terapi yang bisa memulihkan keadaannya dan mengurangi rasa cemas terhadap dirinya.

Dari latar belakang tersebut penulis tertarik untuk meneliti “Penerapan Aroma Terapi Lavender Untuk Menurunkan Kecemasan Pasien Hemodialisa”

1.2 Rumusan Masalah

Terapi Hemodialisis sebuah prosedur yang memanfaatkan mesin hemodialisa, dimana terjadi difusi dari partikel terlarut dan udara secara pasif melalui darah menuju ruang cairan dialisat melalui membran semi permeabel yang ada pada dializer. Tujuan dari terapi hemodialisis ini adalah untuk menghilangkan zat-zat nitrogen yang berbahaya dari darah serta mengeluarkan kelebihan udara. Pasien yang sudah lama menjalani tindakan hemodialisa tetap masih mengalami kecemasan. Hal ini dikarenakan individu dengan hemodialisis jangka panjang sering merasa khawatir akan kondisi sakitnya yang tidak dapat diramalkan dan gangguan dalam kehidupannya. Dengan keluhan bahwa pasien merasa cemas dan khawatir dengan penyakit dan keadaan dirinya yang harus menjalani hemodialisa secara terus menerus dengan gejala kecemasan yang sering muncul seperti jantung berdebar lebih cepat sebelum tindakan hemodialisa. Salah satu terapi non farmakologis yang dapat digunakan untuk menurunkan kecemasan pasien yang menjalani terapi hemodialisis adalah terapi aroma lavender untuk menurunkan tingkat kecemasan pada pasien hemodialisa. Aromatherapy lavender memiliki sifat yang menenangkan, merangsang tidur, efek anxyolitik (anti cemas) dan efek psikologis, Aromaterapi lavender dapat meningkatkan gelombang alfa di dalam otak dan gelombang

untuk menciptakan keadaan yang rileks terdapat kandungan linalool yang dapat menimbulkan efek relaks dan mengurangi kecemasan.

1.3 Tujuan Penelitian

a. Tujuan Umum

Penelitian ini untuk mengetahui penerapan aroma terapi lavender untuk menurunkan kecemasan pasien hemodialisa di Rumah Sakit dr. Gondo Suwarno Ungaran.

b. Tujuan Khusus

- 1) Mendeskripsikan karakteristik responden meliputi nama, usia, jenis kelamin, Pendidikan terakhir.
- 2) Mendeskripsikan tingkat kecemasan sebelum diberikan penerapan aroma terapi lavender untuk menurunkan kecemasan pada pasien hemodialisa di Rumah Sakit dr. Gondo Suwarno Ungaran.
- 3) Mendeskripsikan tingkat kecemasan sesudah diberikan penerapan aroma terapi lavender untuk menurunkan kecemasan pasien hemodialisa di Rumah Sakit dr. Gondo Suwarno Ungaran.
- 4) Menganalisis sebelum dan sesudah penerapan aroma terapi lavender untuk menurunkan kecemasan pada pasien hemodialisa di Rumah Sakit dr. Gondo Suwarno Ungaran.

1.4 Manfaat Penelitian

1) Bagi Institusi Pendidikan

Penelitian diharapkan dapat menjadi informasi untuk Pengembangan ilmu pengetahuan mahasiswa keperawatan bahwa intervensi yang tepat sangatlah penting bagi penurunan penerapan aromaterapi lavender untuk menurunkan kecemasan pasien hemodialisa.

2) Bagi Perawat

Penelitian ini diharapkan untuk mengevaluasi menjadikan sumber informasi untuk mengembangkan ilmu keperawatan agar lebih proaktif dan dapat menginformasikan kepada masyarakat tentang faktor yang berhubungan maupun yang beresiko untuk menurunkan kecemasan pada pasien hemodialisa.

3) Bagi Peneliti

Hasil Penelitian diharapkan bermanfaat sebagai ilmu pengetahuan menjadikan pedoman bagi penulis untuk meningkatkan pengetahuan dan ketrampilan serta menambah wawasan efektifitas dari penerapan aroma terapi lavender untuk menurunkan kecemasan pada pasien hemodialisa.