

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Gagal ginjal merupakan kondisi medis saat ginjal tidak mampu menyaring limbah, racun, dan kelebihan cairan secara efektif, yang dapat mengakibatkan penumpukan zat-zat berbahaya dalam tubuh. Berdasarkan (Webber, 2021), gagal ginjal terbagi menjadi dua jenis, yaitu gagal ginjal akut yang muncul secara tiba-tiba dan gagal ginjal kronis (GGK) yang berkembang perlahan dan bersifat menetap (Tiara Dhewanti, 2022). GGK memerlukan penanganan medis jangka panjang karena penurunan fungsi ginjal terjadi secara progresif hingga tahap akhir, di mana ginjal tidak lagi dapat menjalankan fungsinya secara optimal. Dalam kondisi ini, terapi pengganti ginjal seperti hemodialisa sangat dibutuhkan untuk menjaga keseimbangan cairan dan elektrolit tubuh, (Sinurat et al., 2022).

Hemodialisa adalah prosedur medis yang menggantikan fungsi ginjal dengan cara menyaring darah pasien melalui mesin dialisis untuk menghilangkan limbah dan kelebihan cairan, lalu mengembalikannya ke tubuh. Prosedur ini dilakukan secara rutin, biasanya tiga kali seminggu dengan durasi 3–5 jam per sesi, tergantung kondisi pasien (Putri & Fadilah, 2022). Selama prosesnya, darah mengalir melalui dialyzer yang menyaring racun dan menjaga keseimbangan elektrolit tubuh (Margoretty, 2020). Meskipun hemodialisa membantu meningkatkan kualitas hidup, prosedur ini memiliki risiko seperti

tekanan darah rendah, kram otot, dan gangguan pada akses vaskular, sehingga diperlukan pengelolaan dan pemantauan yang baik. Selain itu, pendekatan terapi tambahan seperti terapi tertawa juga penting untuk mendukung kesejahteraan pasien selama menjalani hemodialisa (Hermawati & Silvitasari, 2020).

Gagal ginjal merupakan masalah kesehatan global yang serius, dengan lebih dari 850 juta orang di dunia mengalami berbagai bentuk penyakit ginjal, termasuk gagal ginjal kronis, yang dapat menyebabkan morbiditas tinggi dan kematian jika tidak ditangani. Prevalensi gagal ginjal terus meningkat, seiring dengan tingginya kasus diabetes dan hipertensi, menjadikannya salah satu penyebab utama kematian, terutama di negara dengan akses terbatas terhadap layanan kesehatan. Untuk mengatasi tantangan ini, berbagai upaya dilakukan secara global, termasuk meningkatkan kesadaran, mendorong pencegahan, serta mengembangkan dan mengevaluasi strategi pengobatan, seperti terapi tambahan termasuk terapi tertawa, guna mendukung kesejahteraan pasien (WHO, 2021)

Di Indonesia, prevalensi gagal ginjal cukup mengkhawatirkan dengan sekitar 4 juta penderita dan lebih dari 40.000 orang membutuhkan hemodialisa rutin, yang menunjukkan beban besar bagi sistem kesehatan nasional. Banyak pasien mengalami keterlambatan diagnosis dan perawatan, terutama di daerah terpencil dengan akses terbatas terhadap terapi, sehingga memperburuk kondisi mereka. Kondisi ini menekankan pentingnya pengembangan metode tambahan

yang dapat meningkatkan kualitas hidup pasien secara lebih merata dan efektif (Dinkesprop Jateng, 2020).

Peningkatan jumlah pasien gagal ginjal di Indonesia memerlukan perhatian serius dari pembuat kebijakan dan penyedia layanan kesehatan. Penelitian tentang terapi tambahan yang dapat mendukung pengelolaan gagal ginjal, seperti terapi tertawa, dapat memberikan kontribusi signifikan dalam mengatasi tantangan ini dan meningkatkan hasil perawatan. Di Jawa Tengah, data dari Dinas Kesehatan setempat menunjukkan bahwa jumlah pasien gagal ginjal juga meningkat. Sekitar 10% dari total pasien gagal ginjal di Indonesia berasal dari provinsi ini. Peningkatan jumlah pasien ini menunjukkan kebutuhan mendesak untuk penelitian dan intervensi lokal yang dapat meningkatkan perawatan dan kualitas hidup pasien. Dinas Kesehatan Jawa Tengah (2019) melaporkan bahwa provinsi ini menghadapi tantangan dalam penyediaan layanan kesehatan yang memadai bagi pasien gagal ginjal. Terdapat kebutuhan untuk meningkatkan fasilitas hemodialisa dan akses ke perawatan medis yang berkualitas di wilayah ini. Penelitian lokal dapat membantu mengidentifikasi solusi yang sesuai untuk konteks Jawa Tengah (Tengah, 2019). Di tingkat daerah, Kota Pekalongan juga mengalami tren peningkatan jumlah kasus gagal ginjal. Berdasarkan data internal dari RSUD Bendan, sebagai rumah sakit rujukan di wilayah ini, tercatat lebih dari 60 pasien rutin menjalani hemodialisa setiap bulannya. Jumlah ini terus bertambah, dengan rerata penambahan 1–2 pasien baru per bulan, menandakan tingginya beban pelayanan.

Dalam menghadapi peningkatan prevalensi gagal ginjal di Jawa Tengah, penting untuk mengevaluasi berbagai pendekatan perawatan dan dukungan tambahan. Terapi tertawa, sebagai metode non-farmakologis, mungkin menawarkan manfaat tambahan bagi pasien hemodialisa di wilayah ini dan dapat menjadi fokus penelitian yang berharga (Tengah, 2019).

Terapi tertawa adalah pendekatan non-farmakologis yang menggunakan tertawa sebagai alat untuk meningkatkan kesejahteraan fisik dan mental. Menurut Dewi (2018), terapi tertawa dapat merangsang produksi endorfin, yang dikenal sebagai hormon bahagia, serta mengurangi kadar kortisol, hormon stres. Terapi ini telah terbukti efektif dalam meningkatkan mood dan mengurangi stres pada berbagai populasi, termasuk pasien dengan kondisi medis kronis (Dewi, 2018).

Dalam terapi tertawa, teknik-teknik seperti sesi tertawa kelompok atau latihan tertawa yang terstruktur dapat diterapkan untuk merangsang respon tertawa. Bete, dkk (2022) menunjukkan bahwa tertawa dapat meningkatkan aliran darah, relaksasi otot, dan meningkatkan perasaan umum kesejahteraan. Terapi ini juga dapat mengurangi gejala fisik dan psikologis yang terkait dengan stres dan ketidaknyamanan. (Bete et al., 2022)

Terapi tertawa tidak hanya memberikan manfaat psikologis tetapi juga dapat berkontribusi pada kesehatan fisik pasien. Studi menunjukkan bahwa tertawa dapat meningkatkan fungsi jantung dan pernapasan serta menurunkan tekanan darah. Hal ini menjadikannya sebagai tambahan yang bermanfaat dalam perawatan pasien dengan kondisi kronis seperti gagal ginjal. Tekanan

darah adalah ukuran kekuatan yang diterapkan oleh darah terhadap dinding arteri saat jantung memompa darah. Tekanan darah tinggi atau hipertensi adalah kondisi medis yang dapat menyebabkan berbagai komplikasi serius seperti penyakit jantung dan stroke. Pengukuran tekanan darah terdiri dari dua angka: tekanan sistolik dan diastolik, yang menggambarkan tekanan saat jantung berkontraksi dan saat jantung beristirahat (Risnah et al., 2021).

Tekanan darah tinggi sering kali tidak menimbulkan gejala, tetapi dapat menyebabkan kerusakan organ yang serius jika tidak dikelola dengan baik. (Risnah et al., 2021) menjelaskan bahwa kontrol tekanan darah yang efektif penting untuk mencegah komplikasi jangka panjang dan meningkatkan kualitas hidup pasien. Penanganan hipertensi termasuk pengobatan dan modifikasi gaya hidup, yang dapat dipadukan dengan terapi tambahan seperti terapi tertawa. Tekanan darah yang stabil sangat penting bagi pasien gagal ginjal, yang sering mengalami fluktuasi tekanan darah sebagai akibat dari terapi hemodialisa. Memantau dan mengelola tekanan darah dengan efektif dapat membantu mengurangi risiko komplikasi dan meningkatkan hasil perawatan (Dahlan, 2019).

Stres adalah respons tubuh terhadap situasi yang dianggap menantang atau mengancam. Stres yang berkepanjangan dapat mempengaruhi kesehatan secara signifikan, termasuk meningkatkan risiko gangguan jantung dan penurunan kekebalan tubuh. Penilaian tingkat stres melibatkan pengukuran psikologis dan fisiologis, termasuk penggunaan kuesioner dan pemantauan hormon stres. Stres dapat mempengaruhi pasien dengan kondisi medis kronis

seperti gagal ginjal, yang dapat memperburuk kondisi fisik dan emosional mereka. Intervensi yang efektif untuk mengelola stres, seperti terapi tertawa, dapat membantu mengurangi dampak negatif stres pada kesehatan pasien. Pengurangan stres dapat memperbaiki kualitas hidup dan dukungan dalam proses penyembuhan (Kintan et al., 2023).

Terapi tertawa dapat berfungsi sebagai metode yang bermanfaat dalam mengurangi tingkat stres pasien hemodialisa. Dengan meningkatkan respon relaksasi dan mengurangi ketegangan otot, terapi ini dapat membantu mengelola stres dengan lebih baik. Penelitian lebih lanjut diperlukan untuk mengevaluasi dampak spesifik terapi tertawa pada pasien dengan kondisi seperti gagal ginjal. (Risnah et al., 2021)

Penelitian menunjukkan bahwa terapi tertawa dapat memberikan dampak positif pada tekanan darah. Nuri Wulandari (2024) menemukan bahwa sesi tertawa dapat menurunkan tekanan darah dengan meningkatkan aliran darah dan merelaksasi dinding arteri. Terapi ini dapat menjadi metode tambahan yang efektif untuk mengelola tekanan darah pada pasien hemodialisa. Studi menunjukkan bahwa tertawa dapat berfungsi sebagai vasodilator, yang membantu memperlebar pembuluh darah dan mengurangi tekanan darah (Nuri Wulandari, 2024). Penggunaan terapi tertawa sebagai bagian dari program perawatan hemodialisa dapat menawarkan manfaat tambahan dalam mengelola tekanan darah, khususnya bagi pasien yang mengalami fluktuasi tekanan darah selama proses dialisis.

Pengaruh terapi tertawa pada tekanan darah juga dapat berkontribusi pada pencegahan komplikasi kardiovaskular pada pasien gagal ginjal. Dengan mengurangi tekanan darah secara efektif, terapi ini dapat membantu memperbaiki hasil perawatan jangka panjang dan kualitas hidup pasien (Nuri Wulandari, 2024).

Terapi tertawa juga telah terbukti efektif dalam mengurangi tingkat stres. Wulandari (2024) melaporkan bahwa terapi tertawa dapat menurunkan kadar kortisol, hormon stres, dan meningkatkan perasaan kesejahteraan umum. Pengurangan stres yang efektif dapat mendukung proses penyembuhan dan meningkatkan kualitas hidup pasien dengan kondisi medis kronis (Nuri Wulandari*, Ririn Isma Sundari, 2024).

Tertawa merangsang produksi endorfin, yang berfungsi sebagai penghilang rasa sakit alami dan dapat meningkatkan mood Faleni, (2023). Dalam konteks pasien hemodialisa, terapi tertawa dapat mengurangi ketegangan emosional dan memberikan dukungan psikologis tambahan, membantu pasien merasa lebih rileks dan lebih siap menghadapi perawatan mereka. Dengan mengintegrasikan terapi tertawa dalam program perawatan hemodialisa, ada potensi untuk mengurangi stres dan meningkatkan kesejahteraan emosional pasien. Penelitian lebih lanjut dapat mengevaluasi seberapa efektif terapi ini dalam konteks spesifik pasien hemodialisa dan bagaimana ia berkontribusi pada manajemen stres yang lebih baik (Faleni, 2023).

Studi pendahuluan di RSUD Bendan menunjukkan bahwa dari 5 pasien gagal ginjal yang diamati, 3 pasien mengalami tekanan darah tinggi dan tingkat stres yang tinggi. Temuan ini mengindikasikan adanya kecenderungan bahwa pasien gagal ginjal mungkin mengalami masalah tekanan darah dan stres, sehingga kondisi tersebut perlu mendapatkan perhatian lebih dalam perencanaan pengelolaan dan intervensi pasien secara menyeluruh.. Temuan ini menggarisbawahi perlunya intervensi tambahan yang dapat membantu mengelola tekanan darah dan stres pada pasien hemodialisa. Terapi tertawa mungkin menawarkan manfaat tambahan yang dapat memperbaiki kesejahteraan pasien dan mendukung perawatan hemodialisa yang lebih efektif. Studi lebih lanjut diperlukan untuk mengevaluasi efek spesifik terapi tertawa pada kelompok pasien ini (Studi Pendahuluan, 2024). Berdasarkan hasil studi pendahuluan, peneliti tertarik untuk melakukan penelitian dengan judul Pengaruh terapi tertawa terhadap tekanan darah dan tingkat stres pasien hemodialisa di RSUD Bendan Kota Pekalongan

B. Rumusan masalah

Gagal ginjal merupakan kondisi medis serius yang mempengaruhi kemampuan ginjal untuk menyaring limbah dari darah. Hemodialisa adalah terapi pengganti ginjal yang penting bagi pasien gagal ginjal kronis, tetapi seringkali diiringi dengan masalah tekanan darah tinggi dan stres. Terapi tertawa, yang melibatkan sesi tertawa untuk meningkatkan kesejahteraan emosional dan fisik, telah menunjukkan potensi dalam mengurangi tekanan darah dan tingkat stres pada berbagai populasi. Penelitian ini bertujuan untuk

mengevaluasi pengaruh terapi tertawa terhadap tekanan darah dan tingkat stres pada pasien hemodialisa di RSUD Bendan, dengan harapan menemukan intervensi tambahan yang bermanfaat untuk meningkatkan kualitas hidup pasien.. Berdasarkan uraian diatas, rumusan masalah yang peneliti lakukan adalah “Bagaimanakah Pengaruh terapi tertawa terhadap tekanan darah dan tingkat stres pasien hemodialisa di RSUD Bendan Kota Pekalongan?

C. Tujuan Penelitian

1. Tujuan umum

Untuk mengevaluasi pengaruh terapi tertawa terhadap tekanan darah dan tingkat stres pada pasien hemodialisa di RSUD Bendan, serta menilai efektivitasnya sebagai intervensi tambahan dalam perawatan hemodialisa.

2. Tujuan khusus

- a. Mendeskripsikan karakteristik responden berdasarkan umur, jenis kelamin, tingkat stres dan tingkat tekanan darah pasien
- b. Mendeskripsikan tekanan darah pasien hemodialisa di RSUD Bendan Kota Pekalongan sebelum pemberian intervensi
- c. Mendeskripsikan tekanan darah pasien hemodialisa di RSUD Bendan Kota Pekalongan setelah pemberian intervensi
- d. Mendeskripsikan tingkat stres pasien hemodialisa di RSUD Bendan Kota Pekalongan sebelum pemberian intervensi
- e. Mendeskripsikan tingkat stres pasien hemodialisa di RSUD Bendan Kota Pekalongan setelah pemberian intervensi

- f. Menganalisis pengaruh terapi tertawa terhadap tekanan darah dan tingkat stres pasien hemodialisa di RSUD Bendan Kota Pekalongan

D. Manfaat Penelitian

1. Bagi Rumah Sakit:

Penelitian ini dapat memberikan informasi tentang metode tambahan yang efektif untuk mengelola tekanan darah dan stres, yang dapat meningkatkan kualitas perawatan yang diberikan oleh RSUD Bendan.

2. Bagi Perawat:

Memberikan wawasan baru kepada perawat tentang manfaat terapi tertawa dan cara mengimplementasikannya dalam rutinitas perawatan pasien hemodialisa.

3. Bagi Pasien:

Terapi tertawa dapat membantu pasien hemodialisa merasa lebih rileks dan mengurangi stres serta ketidaknyamanan yang dialami selama proses perawatan.

4. Bagi Peneliti Selanjutnya:

Menyediakan data awal dan wawasan yang dapat digunakan sebagai dasar untuk penelitian lebih lanjut mengenai terapi tambahan dalam pengelolaan gagal ginjal.

