

BAB IV

HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN

A. Gambaran Umum Lokasi

Penelitian ini dilakukan di RS Rumah Sehat Terpadu Dompot Dhuafa yang berada di Jalan Raya Parung No. KM 42, Jampang Kecamatan Kemang Kabupaten Bogor. Lokasi Rumah Sakit tepat berada di sisi jalan raya sehingga sangat mudah untuk diakses. Rumah Sakit Dhuafa terdiri dari 3 lantai dengan fasilitas ruangan yaitu terdiri dari 2 ruang rawat inap biasa, 2 ruang bedah, 3 ruang anak, 1 ruang rawat inap kelas 1, 5 ruang isolasi covid-19, 1 ruang isolasi khusus anak, 1 ruang isolasi TB, 1 ruang HCU, 3 ruang bersalin, 1 ruang anak, 1 ruang VIP, dan 1 ruang hemodialisa. Peneliti melakukan penelitian tepat di ruang hemodialisa. Dimana kurang lebih terdapat 70 klien yang menjalani hemodialisa setiap minggunya, yang terbagi menjadi 2 shift setiap harinya yaitu pada pagi dan siang hari, dan setiap shift terdiri dari 10 – 12 klien yang menjalani hemodialisa.

B. Gambaran Umum Responden

Klien pertama yang dijadikan responden adalah Ny. S.A berusia 55 tahun berasal dari Parung, Bogor. Pendidikan terakhir klien adalah SLA. Klien sudah melakukan hemodialisa selama kurang lebih 1 tahun yaitu mulai dari bulan Mei

tahun 2021. Klien biasa melakukan hemodialisa pada hari senin dan kamis pada siang hari. Klien memiliki riwayat HHD (*Hypertensive Heart Disease*) yaitu suatu kondisi penyakit jantung yang disebabkan oleh tekanan darah tinggi sehingga klien mengonsumsi obat ISDN. Gambaran umum fisik Ny. S.A yaitu kulit berwarna sawo matang dan terlihat kering, bagian kedua kaki terlihat kehitaman, dan terdapat asites di bagian abdomen.

Berdasarkan Pengkajian pada Ny. S.A didapatkan data bahwa klien mengatakan aktivitas sehari-hari saat ini dibantu oleh anak-anaknya, klien mengatakan saat tidur malam hari tidak nyenyak karena merasa gelisah dan banyak memikirkan keadaannya saat ini yang sudah tua dan memiliki penyakit ginjal dan harus menjalani hemodialisa seumur hidup. Klien mengatakan ada ketakutan pada kematian karena untuk kesehatan kedepannya tidak ada yang tahu.

Klien kedua yang dijadikan responden yaitu Ny. S.M yang berusia 41 tahun dengan alamat di Kp. Jampang, Tajur halang. Pendidikan terakhir klien adalah SD. Klien kurang lebih sudah 11 bulan menjalani hemodialisa yaitu dimulai dari bulan Juli 2021. Klien biasa melakukan hemodialisa di hari selasa dan jum'at pagi hari. Klien memiliki riwayat hipertensi dan edema paru. Klien terlihat lemas dan lesu. Masalah yang dirasakan klien yaitu klien mengatakan sering merasa sesak dan begah setelah makan walaupun makannya hanya sedikit, sesaknya juga kadang dirasakan malam hari sehingga tidurnya tidak nyenyak, dan tidak ada edema di ekstremitas atau asites di abdomen.

Setelah melakukan hemodialisa Ny.S.M mengatakan sudah tidak bisa melakukan pekerjaan rumah sehari-hari dan digantikan oleh anaknya yang pertama. Klien mengatakan takut berumur pendek dan hidupnya tidak lama lagi. Klien mengatakan tidurnya tidak nyenyak karena sering memikirkan keadaannya saat ini karena akhir-akhir ini sudah 14 kali rawat inap karena sesak, mimisan, dan Hb nya yang sulit untuk naik. Klien juga mengatakan memikirkan suaminya yang sudah bekerja keras untuknya dan keluarganya, dan klien tidak bisa membantu apa-apa.

Klien ketiga yang dijadikan responden yaitu Ny. R yang berusia 46 tahun. Alamat klien yaitu di Kp. Tajur, Parung, Pamegarsari. Pendidikan terakhir klien yaitu SLA. Klien kurang lebih sudah menjalani hemodialisa selama 1 tahun 8 bulan yaitu dimulai dari Agustus 2020. Klien biasa melakukan hemodialisa pada hari rabu dan sabtu pagi hari. Klien memiliki riwayat hipertensi. Klien mengatakan penyakitnya ini sudah berada di stadium 5 sesuai informasi dari dokter. Terlihat ada asites pada abdomen dan edema di kedua kaki bagian bawah. Terlihat kulit kehitaman di kedua kaki. Klien mengatakan bingung karena Hbnya sulit untuk naik walaupun sudah mengikuti saran dokter. Klien terlihat menangis saat menceritakan keadaannya saat ini yang sedang sakit dan tidak bisa melakukan banyak hal seperti sebelumnya, klien tidak bisa pergi kemana-mana dan hanya diam di rumah, klien mengatakan jika meninggal tidak ingin merepotkan keluarganya.

Berdasarkan hasil wawancara, observasi, dan dokumentasi dari rekam medik klien, didapatkan bahwa ketiga klien mengalami masalah yang sama yaitu

kecemasan terhadap kondisi penyakitnya dan harus menjalani hemodialisa seumur hidup, cemas akan masalah kesehatan kedepannya, maupun cemas akan masalah dalam keluarga seperti masalah peran, ekonomi, dan kehidupan sosialnya.

C. Hasil Penelitian

Penelitian ini dilakukan pada tanggal 04 April sampai 09 April 2022. Ny. S.A berusia 55 tahun dan sudah 1 tahun menjalani hemodialisa. Saat dilakukan pengkajian klien mengalami kecemasan dengan gejala yang muncul lesu, tidak bisa istirahat dengan tenang, mudah terkejut dan menangis, gelisah, sulit untuk tidur, dan tidurnya tidak nyenyak. Saat pengkajian klien mengeluh jantungnya berdebar dan cepat. Klien terlihat gelisah, tidak tenang, kening berkerut dan muka terlihat tegang.

Ny. S.M usia 41 tahun sudah melakukan hemodialisa selama 11 bulan. Saat dilakukan pengkajian klien mengalami kecemasan dengan gejala klien memiliki firasat buruk dan takut akan pikirannya sendiri akan kesehatannya saat ini karena klien memiliki penyakit edema paru dan juga gagal ginjal yang akhir-akhir ini sesaknya sering kambuh dan lagi Hb klien sulit untuk naik, klien juga terlihat lesu, tidak bisa istirahat dengan tenang, terbangun malam hari sehingga tidurnya tidak nyenyak. Saat wawancara klien terlihat gelisah dan muka terlihat tegang.

Ny. R usia 46 tahun dengan lama menjalani hemodialisa yaitu 1 tahun 8 bulan. Saat dilakukan pengkajian klien mengalami kecemasan dengan gejala

cemas dan takut akan pikirannya sendiri mengenai penyakitnya dan kesehatan kedepannya. Klien mengatakan sering terbangun malam hari sehingga tidurnya tidak nyenyak. Saat wawancara klien cukup tenang saat menjawab.

Tabel 4.1

Perbandingan Tingkat Kecemasan Sebelum Dan Sesudah Dilakukan Relaksasi Benson Pada Ny. S.A, Ny. S.M, Dan Ny. R Di Ruang Hemodialisa

Nama	Sebelum Relaksasi		Sesudah Relaksasi	
	Nilai	Kategori	Nilai	Kategori
Ny. S.A	24	Cemas sedang	19	Cemas ringan
Ny. S.M	22	Cemas sedang	16	Cemas ringan
Ny. R	21	Cemas sedang	14	Cemas ringan

Sumber : data primer

Berdasarkan tabel diatas diketahui bahwa setelah dilakukan relaksasi benson dengan 2 kali intervensi selama 10 menit setiap intervensinya, terjadi penurunan tingkat kecemasan pada klien dari sebelum dilakukan relaksasi benson menggunakan kuesioner HARS. Pada Ny. S.A tingkat kecemasan menurun dari skor 24 (cemas sedang) menjadi 19 (cemas ringan) dengan selisih 5, untuk Ny. S.M dari skor 22 (cemas sedang) menjadi 16 (cemas ringan) dengan selisih skor 6, dan untuk Ny. R menurun dari skor 21 (cemas sedang) menjadi 14 (cemas ringan) dengan selisih skor 7.

D. Pembahasan

Pada bab ini peneliti akan melakukan pembahasan lebih lanjut. Pembahasan ini dibuat dengan tujuan menginterpretasikan data hasil penelitian dan akan dibandingkan dengan konsep teori yang ada dari peneliti sebelumnya mengenai judul yang dibuat oleh peneliti.

1. Karakteristik Responden

Karakteristik responden berdasarkan data hasil wawancara menggunakan kuesioner A menunjukkan bahwa ketiga responden memiliki rentang usia antara 40 – 55, ketiga responden adalah ibu rumah tangga. Rata-rata lama responden menjalani hemodialisa dibawah 2 tahun. Diketahui bahwa lamanya responden menjalani hemodialisa mempengaruhi tingkat kecemasan yang dirasakan. Hal ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan Farida, (2018) dengan hasil menunjukkan bahwa diperoleh nilai *p-value* $0,000 < (\alpha = 0,05)$ yang menunjukkan bahwa ada keterkaitan antara lamanya menjalani hemodialisa dengan tingkat kecemasan klien gagal ginjal kronis. Sebagian besar klien yang sudah menjalani hemodialisa lebih dari 6 bulan memiliki tingkat kecemasan sedang, ringan, hingga tidak cemas.

Penelitian lain yang dilakukan oleh Badriah et al., (2017) menunjukkan hasil bahwa penderita gagal ginjal kronis terbanyak pada rentang usia 41-50 sebanyak 15 orang (30%) dan pada rentang usia 51-60 sebanyak 14 orang (28%). Hal itu karena usia 40 tahun keatas fungsi ginjal akan menurun dan penyerapan makanan oleh ginjal akan berkurang, dikarenakan mulai dari usia

40 tahun ginjal mulai kehilangan beberapa nefron yang menjadi tempat penyaringan dalam ginjal.

2. Hasil Pengukuran Tingkat Kecemasan Sebelum Melakukan Relaksasi Benson

Berdasarkan Pengkajian pada Ny. S.A, klien mengatakan saat tidur malam hari tidak nyenyak karena merasa gelisah dan banyak memikirkan keadaannya saat ini yang sudah tua dan memiliki penyakit ginjal dan harus menjalani hemodialisa seumur hidup. Klien mengatakan ada ketakutan pada kematian. Sedangkan untuk Ny. S.M, Klien mengatakan takut berumur pendek dan hidupnya tidak lama lagi. Klien mengatakan tidurnya tidak nyenyak karena sering memikirkan keadaannya saat ini karena akhir-akhir ini sudah 14 kali rawat inap karena sesak, mimisan, dan Hb nya yang sulit untuk naik. Klien juga mengatakan memikirkan suaminya yang sudah bekerja keras untuknya dan keluarganya, dan klien tidak bisa membantu apa-apa. Kemudian untuk Ny.R, klien terlihat menangis saat menceritakan keadaannya saat ini yang tidak bisa pergi kemana-mana dan hanya diam di rumah karena klien mengatakan dirinya sedang sakit, Klien mengatakan sering terbangun malam hari sehingga tidurnya tidak nyenyak. Klien mengatakan jika meninggal tidak ingin merepotkan keluarganya.

Dari pengkajian di atas dilakukan pengukuran tingkat kecemasan menggunakan kuesioner HARS (*Hamilton Anxiety Rating Scale*) dan didapatkan hasil bahwa ketiga responden berada di tingkat cemas sedang.

Dari kuesioner tersebut didapatkan data bahwa responden mengalami kecemasan dengan gejala yang muncul untuk setiap responden berbeda-beda.

Hasil diatas sesuai dengan penelitian Farida, (2018) yang menunjukkan bahwa terjadi perubahan peran pada klien gagal ginjal kronis setelah menjalani hemodialisa lebih banyak waktu untuk istirahat dan kegiatan fisik berkurang yang memperparah keadaan kesehatannya. Peran yang sebelumnya sebagai pencari nafkah ataupun sebagai ibu rumah tangga, tidak bisa dijalankan sehingga menyebabkan krisis peran yang menimbulkan kecemasan.

Penelitian yang dilakukan oleh Ardianto, (2019) menunjukkan bahwa terdapat hubungan tingkat kecemasan dengan kualitas tidur yang dialami klien. Didapatkan hasil $p \text{ value} = 0,001$ ($0,001 < 0,005$) sehingga H_0 ditolak, yang artinya terdapat hubungan tingkat kecemasan dengan kualitas tidur. Kecemasan dapat meningkatkan kadar norepinefrin dalam darah melalui saraf simpatis, perubahan tersebut membuat kurangnya waktu tidur dan menyebabkan lebih sering terbangun. sehingga klien hemodialisa yang memiliki tingkat kecemasan ringan memiliki kualitas tidur yang baik pula.

Penelitian lain yang dilakukan oleh Lestari, (2017) mengatakan bahwa kecemasan pada klien gagal ginjal kronis dapat berasal dari rasa nyeri di daerah penusukan saat akan hemodialisa, masalah dalam ekonomi keluarga, dalam pekerjaan, cemas akan penyakit kronisnya, dan ada ketakutan pada kematian. Hasil Penelitian lain mengatakan bahwa klien gagal ginjal yang

menjalani hemodialisa memiliki kecemasan terhadap penyakitnya, cemas tidak bisa sembuh, tidak bisa kembali bekerja seperti semula, cemas tidak bisa melanjutkan pendidikan, dan cemas memikirkan penyakitnya saat ini (Agustiya et al., 2020).

3. Hasil Pengukuran Tingkat Kecemasan Sesudah Direlaksasi Benson

Hasil yang didapatkan setelah dilakukan penerapan relaksasi benson dengan 2 kali intervensi selama 10 menit pada setiap responden, terbukti dapat menurunkan tingkat kecemasan pada klien. Pada Ny. S.A relaksasi benson cukup efektif untuk dilakukan. Tingkat kecemasan sebelum melakukan relaksasi benson yaitu 24 (cemas sedang) menjadi 19 (cemas ringan). Ny. S.A mengatakan kata yang sering digunakan untuk relaksasi benson yaitu “ Subhanallah”. Respon klien saat pertama kali melakukan relaksasi benson yaitu perasaannya lebih tenang dan rasa berdebar karena aritmia nya sedikit berkurang. Pada pertemuan kedua respon klien sesudah melakukan relaksasi yaitu perasaannya lebih tenang, nafasnya lebih ringan, lebih nyaman.

Pada Ny. S.M tingkat kecemasan sebelum melakukan relaksasi benson yaitu 22 (cemas sedang) setelah dilakukan relaksasi benson turun menjadi 16 (cemas ringan), sehingga cukup efektif untuk dilakukan. Kata yang sering dibaca yaitu “Astagfirullah”, respon klien setelah melakukan relaksasi benson yang pertama yaitu perasaannya lebih tenang, lebih rileks dan rasa berdebar

sebelumnya hilang. Pada pertemuan kedua respon klien setelah melakukan relaksasi benson yaitu lebih tenang dan nafasnya lebih mudah diatur.

Pada Ny. R tingkat kecemasan sebelum melakukan relaksasi benson yaitu 21 (cemas sedang) kemudian turun menjadi 14 (cemas ringan). Kata yang biasa diucapkan yaitu “subhanallah” dan “Astagfirullah”. Klien mengatakan sudah terbiasa berdzikir sebelumnya sehingga cukup efektif saat dilakukan. Respon klien setiap setelah melakukan relaksasi benson yaitu klien menjadi mengantuk, badannya menjadi rileks, perasaannya lebih tenang, dan sakit kepalanya hilang.

Penelitian yang dilakukan oleh Kevin & Wihardja, (2022) mengatakan relaksasi benson dapat mengatur pernapasan dan kinerja otak dengan baik sehingga dapat memberikan efek tenang dan rileks dalam tubuh. Klien menjadi rileks saat menarik nafas melalui hidung masuk kedalam tubuh sehingga aliran udara lancar dan digabungkan dengan keyakinan klien dan sikap pasrah pada Tuhan yang menambah efektifitas relaksasi benson. Penelitian lain yang dilakukan oleh Faruq et al., (2020) menyatakan bahwa relaksasi benson cukup efektif untuk membuat klien tenang dan rileks, dimana gelombang otak mulai melambat yang akhirnya membuat klien dapat istirahat dengan tenang.

4. Perbandingan Sebelum Dan Sesudah Melakukan Relaksasi Benson

Penerapan relaksasi benson yang dilakukan dengan 2 kali intervensi , dimana setiap intervensi dilakukan selama 10 menit, didapatkan hasil pada

tingkat kecemasan Ny. S.A sebelum melakukan relaksasi benson 24 sesudah melakukan relaksasi nilainya menjadi 19 pada hari keempat.. Kemudian pada Ny. S.M tingkat kecemasan sebelum melakukan relaksasi benson 22 sesudah melakukan relaksasi benson selama 4 hari menjadi 16. Sama halnya pada Ny. R tingkat kecemasan sebelum melakukan relaksasi benson yaitu 21 turun menjadi 14. Dapat disimpulkan bahwa tingkat kecemasan pada klien menurun sesudah melakukan relaksasi benson selama 4 hari dengan berkurangnya gejala kecemasan dari sebelumnya.

Hal ini sejalan dengan hasil penelitian yang dilakukan (Mulyani et al., 2022) bahwa tingkat kecemasan pada klien sebelum melakukan relaksasi benson berada di cemas sedang dengan skor 30 dan 34, sedangkan setelah dilakukan relaksasi benson mengalami penurunan menjadi cemas ringan dengan skor 18 dan 20. Penelitian lain yang dilakukan oleh Vijayanti et al., (2019) pada 50 orang responden yang menjalani hemodialisa didapatkan bahwa 34 orang (68%) berada di cemas sedang dan setelah dilakukan relaksasi benson digabungkan dengan dzikir responden yang mengalami cemas menurun menjadi 30 orang (60%) dengan nilai signifikan $P 0,002 < 0,05$.

E. Keterbatasan

Keterbatasan yang dialami peneliti yaitu terkadang ketika akan dilakukan pengkajian ataupun saat akan melakukan relaksasi benson responden sedang dalam keadaan yang kurang baik contohnya seperti aritmianya sedang kambuh

atau sedang sesak, sehingga peneliti melakukan kontrak waktu kembali dengan responden saat keadaannya sudah lebih baik dan bisa mengikuti proses pengambilan data atau melakukan relaksasi benson.