

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Penyakit Ginjal Kronik adalah masalah kesehatan masyarakat global dengan prevalens dan insiden yang cenderung meningkat, prognosis yang buruk dan biaya yang tinggi. Prevalensi gagal ginjal kronik meningkat seiring meningkatnya jumlah penduduk usia lanjut dan kejadian penyakit diabetes mellitus serta hipertensi (Kemenkes RI, 2017)

Angka kejadian gagal ginjal di dunia telah diakui sebagai masalah kesehatan masyarakat terkemuka di seluruh dunia. Prevalensi global PGK adalah 13,4% (11,7-15,1%). Dilihat dari efeknya pada risiko kardiovaskular, PGK secara langsung mempengaruhi beban global morbiditas dan mortalitas di seluruh dunia (Ji-Cheng Lv, 2019). Angka kejadian gagal ginjal di dunia secara global lebih dari 500 juta orang yang menderita penyakit sekitar 1,5 juta orang harus menjalani hidupnya bergantung pada mesin Hemodialisa (Purnomo et al, 2020).

Pada 2015, beban ekonomi global terkait dengan diabetes mencapai US \$ 1,31 triliun, dan ini menjadi beban ekonomi global yang cukup besar. Sementara di Indonesia, perawatan penyakit ginjal merupakan ranking kedua pembiayaan terbesar dari BPJS kesehatan setelah penyakit jantung. Berdasarkan pada Riset Kesehatan Dasar (Riskesdas) tahun 2018 prevalensi penyakit PGK sebanyak 499.800 orang (2%), Prevalensi tertinggi terdapat di Maluku dengan jumlah sebanyak 4351 orang (0,47%) (Riskesdas, 2018). Pada tahun 2017 Jumlah pasien

aktif hemodialisa di Indonesia 77.892, tahun 2018 Berjumlah 132.142, dan pada tahun 2019 Berjumlah 185.901 (Endra Kurniawan, 2021).

Hemodialisis merupakan suatu bentuk terapi pengganti fungsi ginjal dengan bantuan mesin dializer. Hemodialisis dapat dilakukan 1 sampai 3 kali dalam satu minggu sesuai dengan derajat kerusakan ginjal dan membutuhkan waktu 3-5 jam setiap kali menjalani hemodialisis. Kegiatan ini berlangsung secara rutin dan terus menerus sepanjang hidup (Mailani & Andriani, 2017)

Pasien PGK yang menjalani pengobatan Hemodialisa akan merasakan Cemas dan Stress baik mengenai pengobatan yang dijalani maupun kondisi kesehatan yang ia alami. Stress merupakan reaksi dari tubuh saat menghadapi situasi yang berbahaya atau sulit. Keadaan stress dapat membuat tubuh memproduksi lebih hormon adrenalin yang memiliki fungsi untuk mempertahankan diri. Disaat tubuh memproduksi lebih, hormone ini akan menyebabkan penderitanya rawan dengan penyakit fisik sesuai pada kondisi masing masing. Penerimaan diri di perlukan untuk menyatukan tubuh, pikiran dan jiwa. Penerimaan diri merupakan sikap positif dimana individu dapat mengatasi keadaan emosionalnya (Siti Nurkhalizah, Siti Rochmani, 2021).

Pada penelitian oleh Tengku Syahrizal, Terdapat 47 responden pasien hemodialisa dengan Stress Sangat Berat 27 orang (57,5%), Stress Berat 5 orang (10,6%), Stress Sedang 10 orang (21,3%) dan Stress Ringan 5 orang (10,6) (Syahrizal et al., 2020). Penatalaksanaan stress pada pasien gagal ginjal perlu dilakukan dengan baik. Stress jika tidak dikelola dengan baik akan berpengaruh buruk pada kesehatan fisik dan psikis. Stress yang tidak ditangani dengan baik pun

akan menyebabkan depresi dan rasa cemas berlebih. Disaat seseorang mengalami stress berat, pikiran seseorang akan sulit bekerja dan menjadi depresi. Pikiran kita akan mengalami penurunan fungsi secara signifikan (Vennesa Mellissa, 2018). Terdapat beberapa Teknik untuk Penatalaksanaan stress meliputi Tarik Nafas Dalam, Hipnosis 5 jari, Relaksasi Otot Progresif. Salah satu metode penatalaksanaan stress tersebut yaitu Relaksasi Otot Progresif.

Relaksasi Otot Progresif / *Progressive Muscle Relaxation* (PMR) merupakan suatu terapi relaksasi yang diberikan dengan menegangkan otot-otot tertentu dengan terbagi di beberapa tahap. Relaksasi Otot Progresif tidak hanya menunjukkan efek mengurangi stres, tetapi juga menunjukkan pengaruh positif pada depresi dan kecemasan. (Toussaint et al., 2021).

Pada penelitian dengan 20 responden pasien hemodialisa oleh Cahyo Pramono, saat pretest terdapat 20 responden mengalami stress ringan (100%). Sedangkan setelah dilakukan terapi Relaksasi Otot Progresif jumlah responden yang mengalami stress mendapat penurunan yaitu hanya 6 responden (30%). Berdasarkan penelitian tersebut dapat disimpulkan bahwa terdapat penurunan tingkat stress pada pasien hemodialisa setelah dilakukan terapi Relaksasi Otot Progresif (Pramono et al., 2019).

Berdasarkan banyaknya Pasien Hemodialisa yang mengalami stress pada pengobatan maupun karna memikirkan penyakitnya, Penulis tertarik untuk melaksanakan Studi Kasus dengan judul “Penerapan Relaksasi Otot Progresif Untuk Menurunkan Tingkat Stress Pada Pasien Hemodialisa di RS Islam Kota Bogor”

B. Rumusan Masalah

Berdasarkan uraian diatas, rumusan masalah pada Studi Kasus ini adalah “Bagaimana Penerapan Relaksasi Otot Progresif Untuk Menurunkan Tingkat Stress Pada Pasien Hemodialisa di RS Islam Kota Bogor”

C. Tujuan Studi Kasus

1. Tujuan Umum

Studi Kasus ini bertujuan untuk memberikan Intervensi kepada Klien dengan tingkat stress ringan hingga sangat berat pada pasien PGK yang menjalani Hemodialisa

2. Tujuan Khusus

- a. Bagaimana Tingkat Stress pada pasien PGK yang menjalani Hemodialisa sebelum diberikan intervensi *Relaksasi Otot Progresif*
- b. Bagaimana Tingkat Stress pada pasien PGK yang menjalani Hemodialisa setelah diberikan intervensi *Relaksasi Otot Progresif*
- c. Bagaimana respon pemberian intervensi *Relaksasi Otot Progresif* untuk menurunkan Tingkat Stress pada pasien PGK yang menjalani Hemodialisa

D. Manfaat Studi Kasus

1. Institusi Pendidikan

Diharapkan bahwa hasil dari studi kasus ini dapat digunakan sebagai acuan bahan bacaan mahasiswa keperawatan khususnya keperawatan jiwa, dalam memberikan intervensi Relaksasi Otot Progresif pada Pasien PGK yang menjalani Hemodialisa

2. Institusi Pelayanan Kesehatan

Diharapkan RS Islam Kota Bogor dapat mengaksis hasil studi kasus ini untuk dijadikan sebagai acuan dalam pemberian Relaksasi Otot Progresif pada Pasien PGK yang menjalani Hemodialisa

3. Profesi Keperawatan

Sebagai bahan informasi yang dapat dijadikan acuan untuk menentukan pendekatan model keperawatan yang cocok untuk menurunkan Tingkat Stress pada pasien PGK yang menjalani Hemodialisa