BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Penyakit ginjal kronik (PGK) merupakan suatu kerusakan yang terjadi pada ginjal yang terus berlangsung dan tidak dapat diperbaiki,hal ini disebabkan oleh adanya sejumlah kondisi dan bisa menyebabkan gangguan multisystem. penyakit ginjal kronik ini didefinisikan sebagai penurunan fungsi ginjal yang biasa ditandai dengan adanya laju filtrasi glomerulus (LFG), yang biasa terjadi selama lebih dari 3 bulan atau adanya tanda tanda kerusakan pada ginjal abnormlitas, dan bisa dilihat melalui albuminuria, terdapatnya abnormalitas sedimen urin, ketidak normalan elektrolit, terdeteksinya abnormalitas ginjal secara histologi ataupun penvitraan (imaging) dan adanya riwayat transplantasi . (Depkes,2017)

Penyakit ginjal kronik saat ini sedang mengalami peningkatan dan telah menjadi masalah kesehatan yang serius didunia. Hasil penelitian dari *global burden of disease* ditahun 2010 penyakit ginjal keronik ini merupakan penyebab kematian terbesar dengan pringkat ke-27 didunia pada tahun 1990 dan meningkat menjadi urutan ke-18 pada tahun 2010 , lebih dari 2 juta penduduk didunia mendapatkan perawatan dengan metode dialysis atau transplatasi ginjal dan hanya 10 % yang benar benar memiliki

kesempatan untuk melakukan perawatan tersebut (Badan penelitian dan pengembangan kemenkes RI 2018)

Berdasarkan dari *united states renal data system* (USRDS 2018) proporsi pasien yang mengalami penyakit ginjal kronik sebelumnya 2,7% pada tahun 2000 dan bertambah menjadi 13,8% pada tahun 2016 .prevelensi penyakit gagal ginjal kronik (GGK) yang terjadi di amerika serikat pertahun. Menurut alam dan hadibroto (2007) jumlah pasien yang menderita penyakit ginjal kronik ini sekitar 80.000 orang, dan ditahun 2010 meningkat sebanyak 660.000 orang/pasien . berdasarkan data yang ada dari riskesda (2018) prevelensi penyakit ginjal kronik yang terjadi diindonesia mengalami beberapa peningkatan sebanyak 0,38% .

Berdasarkan *Indonesian renal registry* (IRR) 2017, setiap tahun jumlah pasien yang menjalankan hemodialisa terus bertambah tercatat dari mulai 2015 dengan jumlah pasien baru dan aktif sebanyak 21.050 dan 30.554 angka ini meningkat hingga 2 dan 5 kali lipat dibandingkan data yang didapat 2015 oleh (IRR) dan terjadi lagi peningkatan yang cukup signifikan pada tahun 2016 dan 2017 dengan jumlah pasien baru yang menjalankan hemodialisa mencapai 20.831 dan jumlah pasien aktif sebanyak 77.892. peningkatan ini mencapai 1,5 kali dan 2,6 kli dibandingkan pda tahun 2015. Peningkatan jumlah ini membuktikan bahwa hemodialisa dapat memperpanjang umur pasien penyakit ginjal kronik (PGK) (10 th *report of Indonesia renal registry*,Indonesia,2017) di tahun 2017, IRR melaporkan bahwa laki laki memiliki kecenderungan

lebih besar mengalami penyakit ginjal kronik (PGK) dibandingkan dengan wanita dengan rentan usia sekitar 45 tahun lebih aktif dalam menjalankan hemodialisa sebanyak 72% dari total pasien aktif,penyakit yang menjadi resiko adalah hipertensi,diabetes,nefropati, dan penyakit kardiovaskular (10 *th report of Indonesia renal registry*,Indonesia,2017)

Di indonesia sendiri pembiayaan untuk perawatan penyakit ginjal kronik ini masuk kedalam ranking ke2 pembiayaan terbesar dari bpjs kesehatan setelah penyakit jantung (infodatin 2017), terapi hemodialisa cukup berdampak bagi gaya hidup pasien yang menjalankannya. Karna terapi ini membutuhkan waktu yang cukup lama (price & Lorraine dalam sasmita,2015) lama idealnya hemodialisa memakan waktu 10-12 jam perminggu dan dilakukan dalam 2/3 kali/minggunya selama 5-6 jam. Ketergantungan pasien kepada terapi hemodialisa ini dilakukan seumur hidup dan dilakukan secara rutin hal ini menyebabkan perubahan peran bagi penderitanya dan ini sangat berpengaruh pada kehidupan sosial dan pendapatan yang bisa menyebabkan stressor yang bisa menimbulkan kecemasan terhadap pasien hemodialisa (farida 2010 dikutip oleh maulaya 2018)

Cemas adalah perasaan gugup atau gelisah. Gangguan kecemasan merupakan salah satu gangguan yang cukup serius. Kondisi ini dapat disebabkan oleh adanya masalah pada fungsi otak yang mengatur rasa takut dan emosi. Ada beberapa faktor yang dapat membuat seseorang lebih berisiko terkena gangguan kecemasan, yaitu: Pengalaman negatif yang

menyebabkan stres atau trauma psikologis,Keturunan,Gangguan kepribadian,Efek samping obat atau zat tertentu, termasuk kafein dan narkoba,Penyakit tertentu, seperti gangguan irama jantung dan penyakit tiroid

Mindfulness adalah suatu kesadaran yang diperkuat malalui perhatian secara berkelanjutan dan khusus yang disengaja, pada saat sekarang tampa menghakimi keadaan (wilianms & kabat zinn,2013) *mindfulness* bisa diartikan sebagai pemfokusan perhatian dari suatu peristiwa masa kini,disini dan sekarang terjadi. Pasien yang *mindful*, adalah ia yang bisa terbuka pada pengalaman negative atau positif yang belum dan sudah terjadi. Tapi sebaliknya orang yang *mindless*, adalah orang yang diatur oleh aturan,kebiasaan rutinitas atau gambaran norma pada dirinya sehingga bisa mempengaruhi sudut pandangnya yang berdasarkan dari pengalaman masa lalunya (dong,miles,abell & Martinez 2018)

Mindfulness attention to breath (ATB) efektif dalam pengaturan regulasi emosi yang kurang menyenangkan, menurunkan aktivasi amigdala dan bisa meningkatkan *integrase prefrontal*, (Doll Anselm,Et al 2016). Upaya yang dilakukan akan memaksimalkan manfaat dari terapi *mindfulness* pendekatan spiritual ini juga bisa dilakukan dengan penerapan konsep dan teori keperawatan adaptasi dari sister callista roy. Konsep spiritual *mindfulness based on breathing exercise* yang berfokus kepada

aspek psikologis yang berupa pelaksanaan pernafasan secara sadar disertai dengan pemberian motivasi berupa kalimat kalimat pendukung dan keyakinan yang kemungkinan terjadi dan diharapkan akan mengurangi kecemasan saat menjalankan Hemodialisa

Seseorang yang terbuka baik itu terhadap pengalaman positif ataupun pengalaman negative dari dirinya adalah seseorang yang mampu melihat dirinya dari segi objektif,tidak menyalahkan dirinya sendiri atas apa yang telah terjadi dimasa lalu, *mindfulness* ini dapat membantu seseorang untuk melakukan penerimaan terhadap pikiran dan perasaannnya,

Menurut (sun,wang,wan, & huang 2019) menyatakan *mindfulness* bisa membuat pengaruh terhadap penerimaan seseorang, selain itu menurut penelitian dari (Jannah 2019) mengatakan bahwa terdapat hubungan positif antara *mindfulness* dengan penerimaan diri.

Menurut data sebagian pasien penderita penyakit ginjal kronik yang sedang menjalankan hemodialisa diketahui 54,2% mengalami gangguan kecemasan ringan sedangkan 42,4 % pasien tidak mengalami gangguan kecemasan dan 3,4% pasien mengalami gangguan kecemasan sedang,(Asri lestari 2017) . begitu juga dengan data yang diambil didapatkan hasil 100% pasien penyakit ginjal kronik yang sedang menjalani hemodialisa mengalami gangguan kecemasan ringan (kamil et al 2018)

Berdasarkan dari masalah dan data diatas maka penulis mengambil judul “Penerapan Mindfulnes Terhadap Kecemasan Pada Pasien Penyakit Ginjal Kronik (PGK) Yang Menjalankan Hemodialisa di RSUD Kota Bogor .”

B. Rumusan Masalah

Berdasarkan uraian latar belakang diatas, maka peneliti membuat rumusan masalah sebagai berikut :

"Bagaimanakah penerapan mindfulnes terhadap kecemasan pada pasien penyakit ginjal kronik (PGK) yang menjalankan hemodialisa di RSUD Kota Bogor "

C. Tujuan Penelitian

1. Tujuan umun

   Mengetahui Efektifitas penerapan mindfulnes terhadap kecemasan pada pasien penyakit ginjal kronik (PGK) yang menjalankan hemodialisa di rsud kota Bogor .

2. Tujuan khusus

   a. Diketahui karakteristik pasien terhadap kecemasan saat menjalankan hemodialisa di RSUD Kota Bogor.

   b. Diketahui gambaran tingkat kecemasan sebelum dilakukannya penerapan mindfulnes pada pasien ginjal kronik (PGK) yang menjalankan hemodialisa di RSUD Kota Bogor.

c. Diketahui tingkat kecemasan setelah dilakukannya penerapan mindfulnes pada pasien ginjal kronik (PGK) yang menjalankan hemodialisa di RSUD Kota Bogor.

D. Manfaat Penelitian

1. Bagi peneliti

   a. Bisa menambah wawasan dan meningkatkan pengetahuan tentang proses dan cara-cara penelitian deksriptif. Melatih kemampuan peneliti dengan melaksanakan penelitian studi kasus tentang pengaruh tindakan keperawatan mindfulness pada pasien ginjal kronik (PGK) yang menjalankan hemodialisa di RSUD Kota Bogor.

2. Bagi Institusi Program Studi

   a. Sebagai bahan informasi bagi mahasiswa kesehatan khususnya mahasiswa Keperawatan Jiwa mengenai penerapan dilakukannya penerapan mindfulnes pada pasien ginjal kronik (PGK) yang menjalankan hemodialisa di RSUD Kota Bogor dan bisa dijadikan sebagai bahan acuan atau referensi untuk peneliti selanjutnya.

3. Bagi Pasien

Mendapatkan pengetahuan tentang mindfulnes terhadap kecemasan pada pasien ginjal kronik (PGK) yang menjalankan hemodialisa di RSUD Kota Bogor