

BAB 1

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Ginjal merupakan organ penting yang berfungsi menjaga komposisi darah dengan mencegah menumpuknya limbah dan mengendalikan keseimbangan cairan dalam tubuh, menjaga level elektrolit seperti sodium, potasium dan fosfat tetap stabil, serta memproduksi hormon dan enzim yang membantu dalam mengendalikan tekanan darah, membuat sel darah merah dan menjaga tulang tetap kuat. Penyakit ginjal kronis (PGK) merupakan masalah kesehatan masyarakat global dengan prevalens dan insidens gagal ginjal yang meningkat, prognosis yang buruk. Sekitar 1 dari 10 populasi global mengalami PGK pada stadium tertentu. (Hill et al., 2016).

Menurut data WHO tahun 2017 angka kejadian gagal ginjal di dunia secara global lebih dari 500 juta orang dan yang harus menjalani hidup dengan bergantung pada cuci darah (hemodialisis) 1,5 juta orang. Gagal ginjal kronis menempati posisi kesembilan dari 15 penyebab utama kematian yang terjadi di Amerika Serikat pada tahun 2015 (Murphy, Kochanek, Curtin, & Aries, 2017). Berdasarkan data *Centers for Disease Control and Prevention* (CDC) tahun 2017, diperkirakan sebesar 15% orang dewasa di Amerika Serikat memiliki gagal ginjal kronis yaitu sekitar 30 juta orang. Menurut Pusat Data kementerian Kesehatan Indonesia jumlah berdasarkan data IRR dari 249 renal unit yang melapor, tercatat 30.554 pasien aktif menjalani dialysis (Kemenkes RI, 2018). Di Jawa Tengah

penderita gagal ginjal menempati urutan nomor tiga dengan jumlahnya mencapai 2.192 penderita (Infodatin, 2017).

Hemodialisis adalah terapi pengganti yang dipakai pada ginjal dilakukan selama 2-3 kali dalam seminggu dengan lama 4-5 jam, dengan tujuan untuk mengeluarkan sisa-sisa metabolisme protein, mengoreksi gangguan keseimbangan cairan dan elektrolit. umumnya akan menimbulkan stres fisik pada pasien setelah hemodialisis. Pasien akan merasakan kelelahan, sakit kepala dan keluar keringat dingin akibat tekanan darah yang menurun, sehubungan dengan efek hemodialisis. Adanya status nutrisi yang buruk juga dapat menyebabkan penderita mengeluh *malaise* dan *fatigue*. Selain itu kadar oksigen rendah karena anemia akan menyebabkan tubuh mengalami kelelahan yang ekstrem (*fatigue*) dan akan memaksa jantung bekerja lebih keras untuk mensuplay oksigen yang dibutuhkan (Sakitri, 2017).

Fatigue adalah gejala yang umum terjadi pada pasien yang menjalani hemodialisis, fatigue didefinisikan sebagai perasaan subjektif dari kelelahan yang merupakan pengalaman tidak menyenangkan dan menyulitkan dalam kehidupan (Sri, Siti, Cronic, & Disease, 2018) *Fatigue* sebutan lain kelelahan adalah salah satu masalah dengan prevalensi yang cukup tinggi diantara efek tindakan hemodialisis yang diterima pasien dengan penyakit ginjal tahap akhir. Beberapa penelitian menunjukkan bahwa 71,0 % sampai 92,2% pengalaman pasien dengan kelelahan dan bahwa kelelahan adalah

kondisi yang paling penting untuk diobservasi pada pasien dengan penyakit ginjal kronik (Murphy et al., 2017)

Penanganan secara farmakologis terdiri atas pemberian obat yang bersifat diuretic, *beta bloker*, *calcium channel blockers* dan vasodilatator dengan memperhatikan tempat, mekanisme kerja dan kepatuhan. Pengobatan secara non-farmakologis dapat dilakukan dengan mengubah gaya hidup yang lebih sehat dan melakukan terapi rendam kaki menggunakan air hangat yang dapat dilakukan setiap saat. Efek rendam kaki air hangat sama dengan berjalan dengan kaki telanjang selama 30 menit (Sulaiman, 2015)

Penelitian yang dilakukan oleh Wanda (2018) yaitu Analisis Praktik Klinik Keperawatan Pada Pasien CKD (*Chronic Kidney Disease*) dengan intervensi Rendam Kaki Air Hangat terhadap Kelelahan di Ruang Hemodialisa yang dilakukan pemberian tindakan keperawatan inovasi terapi progresif rendam kaki air hangat dengan dilakukan sebanyak 3 kali pertemuan dengan hasil penurunan tingkat kelelahan yang signifikan.

Relaksasi benson adalah pengembangan metode responden relaksasi dengan melibatkan faktor keyakinan pasien, yang dapat menciptakan suatu lingkungan internal sehingga dapat membantu pasien mencapai kesehatan dan kesejahteraan yang lebih tinggi. (Hulfa, 2015) Teknik relaksasi benson adalah teknik penyembuhan yang alami dan merupakan bagian dari strategi *holistic self care* untuk mengatasi berbagai keluhan seperti kelelahan, nyeri, gangguan tidur, stress dan kecemasan. Secara fisiologis latihan nafas dalam akan menstimulasi sistem syaraf parasimpatik sehingga meningkatkan

produksi *endorphin*, menurunkan *heart rate*, meningkatkan ekspansi paru sehingga dapat berkembang maksimal dan otot-otot menjadi rileks. Saat kita melakukan latihan nafas dalam, oksigen mengalir ke dalam pembuluh darah dan seluruh jaringan tubuh, membuang racun dan sisa metabolisme yang tidak terpakai, meningkatkan metabolisme dan memproduksi energi. Latihan nafas dalam akan memaksimalkan jumlah oksigen yang masuk dan disuplai ke seluruh jaringan sehingga tubuh dapat memproduksi energi dan menurunkan level kelelahan. (Yustina,2016)

Hasil study pendahuluan yang dilakukan di Rumah Sakit Islam Sultan Agung Semarang didapatkan data pasien 120. Berdasarkan hasil wawancara dari 20 pasien 5 dari mereka mengalami fatigue pasien yang mengalami fatigue mereka mengatasinya dengan tarik nafas dalam dan sebagian dari mereka membiarkan dan dibuat tidur. Perbedaan penelitian dengan penelitian sebelumnya adalah penelitian sebelumnya hanya menggunakan satu variabel dan juga membandingkan tetapi belum ada yang menggunakan kombinasi terapi benson dan terapi rendam kaki air hangat.

B. Perumusan Masalah

Apakah ada pengaruh terapi kombinasi benson dan rendam kaki air hangat terhadap fatigue pada pasien gagal ginjal kronik diruang hemodialisa di Rumah Sakit Islam Sultan Agung Semarang?

C. Tujuan Penelitian

1. Tujuan Umum

Mengetahui pengaruh terapi kombinasi benson dan rendam kaki air hangat terhadap fatigue pada pasien gagal ginjal kronik diruang hemodialisa di Rumah Sakit Islam Sultan Agung Semarang.

2. Tujuan khusus

- a. Mengetahui gambaran karakteristik diantaranya adalah umur, jenis kelamin, pendidikan dan lamanya menjalani hemodialisa.
- b. Mengetahui fatigue pasien gagal ginjal kronik yang menjalani hemodialisis sebelum diberikan teknik terapi benson dan rendam kaki air hangat.
- c. Mengetahui fatigue pasien gagal ginjal kronik yang menjalani hemodialisis setelah diberikan teknik terapi benson dan rendam kaki air hangat.
- d. Mengetahui pengaruh kombinasi terapi benson dan rendam kaki air hangat.

D. Manfaat Penelitian

1. Bagi Profesi Keperawatan

Penelitian ini dapat digunakan sebagai bahan pembelajaran, informasi, bahan diskusi untuk tenaga medis dan perawat tentang kombinasi terapi benson dan rendam kaki air terhadap fatigue pada pasien gagal ginjal kronik diruang Hemodialisa.

2. Bagi Masyarakat

Memeberikan informasi yang bermanfaat bagi masyarakat untuk menangani fatigue dengan menggunakan terapi kombinasi benson dan rendam kaki air hangat terhadap fatigue pada pasien gagal ginjal kronik.

3. Bagi Institusi Pendidikan Keperawatan.

Informasi yang bermanfaat untuk pengembangan ilmu bidang keperawatan dan sebagai bahan evaluasi serta dapat dijadikan referensi bagi rekan mahasiswa perawat.