

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Hidronefrosis ialah dilatasi dan distensi sistem pengumpulan ginjal di salah satu atau kedua ginjal yang disebabkan oleh adanya sumbatan di aliran urin distal pelvis ginjal, yaitu ureter, kandung kemih, dan uretra. Pelebaran ureter akibat obstruksi aliran keluar urin disebut hydroureter (Thotakura, et al., 2021). Hidronefrosis merupakan salah satu masalah urologi yang sering dikenal dengan pembengkakan ginjal yang terjadi pada salah satu atau kedua ginjal ditandai dengan penumpukan cairan di dalam ginjal karena adanya obstruksi aliran urin. Pembengkakan ginjal ini bukan termasuk penyakit tersendiri melainkan suatu gejala atau komplikasi yang muncul akibat penyakit lain yang diderita oleh pasien. Pembengkakan terjadi akibat adanya gangguan pada saluran kemih yang letaknya ada di bawah dari ginjal dan penyebabnya bermacam-macam. Apabila terjadi gangguan dari saluran kemih maka aliran urin akan terhambat sehingga akan menggenangi ginjal dan menyebabkan pelebaran dari saluran-saluran yang ada di dalam ginjal (Patel & Batura, 2020).

Hidronefrosis dapat disebabkan oleh beberapa faktor. Berbagai macam faktor penyebab dapat dikelompokkan sebagai faktor intrinsik dan ekstrinsik. Faktor intrinsik meliputi batu ginjal atau nephrolithiasis, keganasan, struktur ureter, kista ginjal, dan katup uretra posterior. Faktor ekstrinsik antara lain pembesaran prostat, kehamilan, keganasan, dan trauma (Tummalapalli et al, 2021).

Angka kejadian hidronefrosis mencapai 5-12% dengan puncak kejadian terjadi pada usia 35-55 tahun. Di Amerika Serikat, prevalensi hidronefrosis meningkat dua kali lipat sejak 1964-1972 dan mulai stabil sejak awal 1980, mencapai 3,1%, pada Wanita 2,9%, dan pada pria 3,3%. Peningkatan prevalensi ini juga terjadi di beberapa negara seperti Jerman, Spanyol, Italia, dan Taiwan. Angka kejadian hidronefrosis di Indonesia pada tahun 2015 mencapai 34% kemudian meningkat menjadi 85%. Pada keberhasilan tindakan operasi angka kejadian mengalami penurunan dari 85% menjadi 50% (Yang, 2021).

Nefrolitiasis atau batu ginjal merupakan penyakit saluran kemih yang sering menjadi penyebab hidronefrosis. Berdasarkan data Kementerian Kesehatan Republik Indonesia pada hari ginjal sedunia tahun 2018, jumlah penderita nefrolitiasis di Indonesia sebanyak 1.499.400 orang dengan prevalensi sebesar 6% tertinggi pada kelompok umur 55-64 tahun (1,3%), menurun sedikit pada kelompok umur 65-74 tahun (1,2%) dan umur ≥ 75 tahun (1,1%). Prevalensi lebih tinggi pada laki-laki (0,8%) dibandingkan Perempuan (0,4%) (Kemenkes RI, 2018).

Obstruksi dan hidronefrosis yang parah, dan urin berlebih mungkin perlu dikeluarkan memakai kateter untuk mengeluarkan urin dari kandung kemih atau urin dari ginjal menggunakan tabung khusus yaitu nefrostomi. Kunci pengobatannya yaitu dengan secepatnya mengatasi hal tersebut agar tidak terjadi kerusakan persisten pada ginjal. Masalah saluran kemih dan hidronefrosis yang parah bisa merusak ginjal dan dapat menimbulkan gagal ginjal. Apabila timbul gagal ginjal, penyembuhan yang diperlukan ialah dengan dialysis atau transplantasi ginjal. Akan tetapi, mayoritas orang sembuh dari hidronefrosis apabila segera mungkin diobati (National Kidney Foundation, 2015).

Gejala yang dialami oleh pasien hidronefrosis bermacam-macam tergantung dari penyebabnya. Hidronefrosis akan menyebabkan koliks ginjal (nyeri yang luar biasa di daerah antara tulang rusuk dan tulang punggung) pada sisi ginjal yang terkena. Selain itu, gejala hidronefrosis antara lain hematuria, sering ditemukan infeksi saluran kemih, demam, nyeri di area kandung kemih dan ginjal, mual, muntah, nyeri abdomen, dysuria, dan menggigil (Bare, B. G., & Smeltzer S. C., 2005).

Nyeri dapat terjadi akibat dari fenomena *neuro-biochemical* di dalam tubuh manusia, yang dipicu oleh faktor-faktor lain. Agar masalah nyeri pada pasien dapat teratasi, dalam keperawatan tugas perawat memberikan intervensi yaitu dapat berupa terapi farmakologis dan non farmakologis. Terapi non farmakologi merupakan intervensi keperawatan secara mandiri untuk mengurasi rasa nyeri diantaranya dengan teknik relaksasi, massage, kompres hangat/ dingin, terapi

music, murrotal, distraksi, dan guided imagery (Butcher et al., dalam Prihanto & Caecilia, 2020).

Dari berbagai jenis tindakan non farmakologi tersebut salah satu terapi komplementer yang dapat dilakukan untuk mengurangi nyeri adalah teknik relaksasi otot progresif. Teknik relaksasi otot progresif yaitu terapi yang digunakan untuk menurunkan ketegangan otot seseorang. Prinsip dari terapi ini adalah melakukan latihan penegangan otot setelah dilakukan relaksasi otot. Terapi ini merupakan terapi yang menghemat biaya, dapat dilakukan di rumah dengan atau tanpa pendampingan seseorang yang ahli seperti perawat. Keuntungan terapi ini selain mengurangi nyeri adalah meningkatkan kualitas hidup, menurunkan tingkat stress, dan kecemasan seseorang (Butcher et al., dalam Prihanto & Caecilia, 2020).

Teknik relaksasi otot progresif tidak memiliki efek samping, sangat mudah dilakukan, dan salah satu metode relaksasi termurah yang ada saat ini. Terapi relaksasi otot progresif adalah terapi relaksasi dengan gerakan mengencangkan dan melemaskan otot-otot pada satu waktu untuk memberikan perasaan relaksasi secara fisik. Teknik relaksasi otot progresif merupakan sebuah metode yang bisa dilakukan untuk mengatasi intensitas nyeri pada punggung. Kebanyakan nyeri punggung bawah disebabkan oleh salah satu dari berbagai masalah muskuloskeletal. Penyebab lainnya meliputi obesitas, gangguan ginjal, masalah pelvis, tumor retroperineal, aneurisma abdominal dan masalah psikosomatik (Widyasari et al., 2014).

Berdasarkan hasil penelitian (Al Hasbi et al., 2019) dengan judul “*Progressive Muscle Relaxation to Reduces Chronic Pain in Hemodialysis Patient*” didapatkan hasil bahwa terjadi penurunan tingkat nyeri setelah diberikan intervensi relaksasi otot progressive dari skala 6 (nyeri sedang) ke skala 3 (nyeri ringan). Penelitian lain oleh (Almanda et al., 2024) dengan judul “Pengaruh Relaksasi Otot Progressive Terhadap Perubahan Nyeri Punggung Bawah pada Ibu Hamil” menunjukkan hasil bahwa relaksasi otot progresif berpengaruh terhadap

penurunan nyeri punggung bawah pada ibu hamil di Puskesmas Mariat Kabupaten Sorong.

RSUP Dr. Sardjito berstatus sebagai Badan Layanan Umum (BLU) yang merupakan Unit Pelaksana Teknis Kementerian Kesehatan dan menjadi rumah sakit rujukan nasional. RSUP Dr. Sardjito juga merupakan rumah sakit pendidikan (RSP) kelas A. Salah satu ruang rawat inap yang tersedia yaitu Paviliun Indraprasta 2 yang berada di Pusat Jantung Terpadu. Ruang ini merupakan ruang rawat inap dewasa kelas I dengan kasus penyakit dalam yang mayoritas pasiennya menderita Kanker. Di Paviliun Indraprasta 2 RSUP Dr. Sardjito, jumlah kasus hidronefrosis pada bulan Januari – Desember 2024 terdapat 5 kasus. Berdasarkan wawancara terhadap perawat di ruangan, teknik yang diberikan selama ini untuk mengurangi pasien dengan nyeri yaitu dengan teknik farmakologis dan non farmakologis. Teknik non farmakologis yang digunakan di ruangan tersebut yaitu teknik relaksasi napas dalam. Berdasarkan hasil observasi di Ruang Indraprasta 2 belum terdapat SOP terkait manajemen nyeri secara non farmakologi khususnya dengan teknik relaksasi otot progresif.

Berdasarkan data hasil studi pendahuluan dan informasi terkait hidronefrosis dan relaksasi otot progresif, serta pentingnya memberikan rasa aman nyaman nyeri, maka penulis tertarik untuk menuangkan hal tersebut di dalam Karya Ilmiah Akhir Ners (KIAN) sehingga diharapkan dapat lebih memahami dan meningkatkan mutu asuhan keperawatan pada pasien hidronefrosis secara holistik dan komprehensif dengan judul “Penerapan Relaksasi Otot Progresif dalam Pemenuhan Kebutuhan Rasa Aman Nyaman Nyeri pada Pasien Hidronefrosis di Ruang Indraprasta 2 RSUP Dr. Sardjito”

B. Tujuan

1. Tujuan Umum

Mampu menerapkan relaksasi otot progresif untuk mengurangi nyeri dalam asuhan keperawatan pemenuhan rasa aman nyaman nyeri pada pasien dengan hidronefrosis di Ruang Indraprasta 2 RSUP Dr. Sardjito.

2. Tujuan Khusus

Diharapkan penulis mampu:

- a. Melakukan pengkajian keperawatan dalam asuhan keperawatan pemenuhan kebutuhan rasa aman nyaman nyeri pada pasien dengan hidronefrosis di Ruang Indraprasta 2 RSUP Dr. Sardjito
- b. Menegakkan diagnosa keperawatan dalam asuhan keperawatan pemenuhan kebutuhan rasa aman nyaman nyeri pada pasien dengan hidronefrosis di Ruang Indraprasta 2 RSUP Dr. Sardjito
- c. Menyusun perencanaan keperawatan dengan penerapan relaksasi otot progresif dalam pemenuhan kebutuhan rasa aman nyaman nyeri pada pasien dengan hidronefrosis di Ruang Indraprasta 2 RSUP Dr. Sardjito
- d. Melakukan implementasi keperawatan dengan penerapan relaksasi otot progresif dalam pemenuhan kebutuhan rasa aman nyaman nyeri pada pasien dengan hidronefrosis di Ruang Indraprasta 2 RSUP Dr. Sardjito
- e. Melakukan evaluasi keperawatan dengan penerapan relaksasi otot progresif dalam pemenuhan kebutuhan rasa aman nyaman nyeri pada pasien dengan hidronefrosis di Ruang Indraprasta 2 RSUP Dr. Sardjito
- f. Menganalisis pengaruh relaksasi otot progresif kepada dua kasus kelolaan dengan hidronefrosis di Ruang Indraprasta 2 RSUP Dr. Sardjito.

C. Manfaat

1. Manfaat Teoritis

Laporan ini dapat dijadikan sebagai bahan referensi dan evaluasi dalam pengembangan ilmu keperawatan medical bedah khususnya mengenai penerapan relaksasi otot progresif dalam pemenuhan kebutuhan rasa aman nyaman nyeri pada pasien dengan hidronefrosis.

2. Manfaat Praktis

a. Bagi Penulis

Memberikan pengalaman nyata dan informasi bagi penulis untuk menerapkan relaksasi otot progresif dalam pemenuhan kebutuhan rasa aman nyaman nyeri pada pasien dengan hidronefrosis.

b. Bagi Pasien dan Keluarga

Menerapkan relaksasi otot progresif untuk mengurangi nyeri pada pasien dengan hidronefrosis.

c. Bagi Perawat Ruang Indraprasta 2 RSUP Dr. Sardjito

Memberikan informasi penerapan relaksasi otot progresif dalam pemenuhan kebutuhan rasa aman nyaman nyeri pada pasien dengan hidronefrosis.

d. Bagi Prodi Pendidikan Profesi Ners Poltekkes Kemenkes Yogyakarta

Menjadi referensi mengenai penerapan relaksasi otot progresif dalam pemenuhan kebutuhan rasa aman nyaman nyeri pada pasien dengan hidronefrosis.

D. Ruang Lingkup

KIAN ini merupakan laporan dari penerapan relaksasi otot progresif pada dua kasus kelolaan dengan pemenuhan kebutuhan rasa aman nyaman nyeri pada pasien hidronefrosis, yaitu termasuk bagian dari Keperawatan Medikal Bedah (KMB) khususnya pada sistem eliminasi.