

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Chronic kidney disease (CKD) merupakan penyakit tidak menular yang membahayakan jiwa ditandai dengan penurunan fungsi ginjal (Noviana, 2024). Menurut *Global Burden of Disease* (2023) diperkirakan sekitar 788 juta orang dewasa di dunia hidup dengan CKD dan jumlah kematian meningkat mencapai 41,5% pada tahun 2040. Menurut Hustrini (2025) prevalensi pasien CKD di Indonesia berada pada 17,1% dengan insiden 10 per 100 orang setiap tahunnya. Prevalensi pasien CKD di Jawa Tengah pada penduduk usia ≥ 18 tahun tercatat sebesar 0,42%, menunjukkan sekitar 4 dari setiap 1.000 orang mengalami CKD, dan angka ini diperkirakan akan terus meningkat.

CKD merupakan penyakit *irreversible* yang dapat berkembang hingga stadium terminal atau *end-stage renal disease* (ESRD). Fungsi ginjal pada tahap ini mengalami penurunan berat sehingga diperlukan terapi pengganti ginjal, salah satunya hemodialisis. Menurut *Report Of Indonesia Renal Registry* (2023) jumlah pasien CKD yang menjalani hemodialisis di Indonesia menunjukkan tren peningkatan sebanyak 2.754 pasien pada tahun 2020 dan meningkat menjadi 3.551 pasien pada tahun 2023. Penatalaksanaan hemodialisis merupakan proses penyaringan darah menggunakan membran semipermeabel untuk membuang sisa-sisa metabolisme dalam sirkulasi darah.

Proses hemodialisis yang bersifat invasif dan dilakukan secara rutin dapat berpotensi mengganggu pemenuhan kebutuhan dasar manusia, khususnya kebutuhan rasa nyaman. Ketidaknyamanan yang dialami pasien tidak hanya

beban fisik seperti ketidakseimbangan cairan elektrolit dan anemia, tetapi juga beban psikologis berupa kecemasan (Noviana, 2024). Menurut Hijratun (2022) dari 18 pasien CKD yang menjalani hemodialisis, sebanyak 17 pasien (94%) mengalami kecemasan sedang dan 1 pasien mengalami kecemasan berat. Kecemasan yang berlebih pada pasien dapat berdampak pada peningkatan respons fisiologis seperti peningkatan denyut nadi dan tekanan darah, penurunan nafsu makan dan gangguan pola tidur. Oleh karena itu, penatalaksanaan kecemasan melalui intervensi keperawatan menjadi penting dalam pemenuhan kebutuhan rasa nyaman guna menurunkan kecemasan.

Penanganan kecemasan pada pasien CKD dengan hemodialisis dapat dilakukan melalui pendekatan farmakologis dan nonfarmakologis. Pendekatan farmakologis umumnya melibatkan pemberian obat antidepresan, namun penggunaan jangka panjang berisiko menimbulkan efek samping dan ketergantungan. Oleh karena itu, intervensi nonfarmakologis menjadi pilihan yang direkomendasikan karena aman dan mudah diterapkan. Berbagai terapi nonfarmakologis yang efektif menurunkan kecemasan, seperti terapi musik, aromaterapi dan terapi relaksasi, salah satunya terapi relaksasi otot progresif yang dapat mengurangi kadar stres dan meningkatkan produksi serotonin (Anggraini, 2024).

Terapi relaksasi otot progresif merupakan teknik relaksasi yang dikembangkan oleh Edmund Jacobson dengan prinsip menegangkan dan melemaskan otot. Menurut Andan (2022) terapi relaksasi otot progresif efektif menurunkan kecemasan pada pasien CKD dengan hemodialisis sebesar 80%

yang mengalami kecemasan sedang hingga berat menjadi kecemasan ringan. Terapi ini mampu mengaktifkan sistem saraf parasimpatis, menurunkan tekanan darah dan detak jantung. Menurut Wu *et al.* (2025) pelaksanaan terapi relaksasi otot progresif secara rutin pada pagi hari lebih efektif karena aktivitas sistem saraf parasimpatis aktif bekerja dan penggunaan protokol standar berupa 15 gerakan meliputi tangan, wajah, bahu, perut, punggung, hingga kaki dapat memberikan efek relaksasi optimal.

Berdasarkan wawancara perawat di ruang penyakit dalam RSUP Dr. Soeradji Tirtonegoro Klaten, pasien CKD dengan hemodialisis sebanyak 4-5 pasien setiap minggunya dan penatalaksanaan pasien cemas selama ini hanya dilakukan edukasi lisan sederhana. Sehubungan hal tersebut, penulis tertarik mengambil judul "Penerapan terapi relaksasi otot progresif dalam pemenuhan kebutuhan rasa nyaman: kecemasan pada pasien *Chronic Kidney Disease* di RSUP Soeradji Tirtonegoro Klaten".

B. Tujuan

1. Tujuan Umum

Mendapatkan pengalaman nyata penerapan terapi relaksasi otot progresif dalam pemenuhan kebutuhan rasa nyaman: kecemasan pada pasien CKD dengan hemodialisis di RS Soeradji Tirtonegoro Klaten.

2. Tujuan Khusus

- a. Diketuainya asuhan keperawatan meliputi pengkajian, penetapan diagnosis, perencanaan, implementasi, dan evaluasi keperawatan dalam

pemenuhan kebutuhan rasa nyaman: kecemasan pasien CKD dengan hemodialisis.

- b. Teridentifikasi dan diperoleh gambaran mengenai perbedaan respon kedua pasien dalam penerapan terapi relaksasi otot progresif dalam pemenuhan kebutuhan rasa nyaman: kecemasan pasien CKD dengan hemodialisis.

C. Manfaat

1. Manfaat Teoritis

KIAN ini diharapkan dapat berkontribusi pada pengembangan ilmu mengenai penerapan terapi relaksasi otot progresif dalam pemenuhan kebutuhan rasa nyaman: kecemasan pasien CKD dengan hemodialisis.

2. Manfaat Praktis

a. Bagi pasien

Mendapatkan terapi relaksasi otot progresif untuk membantu mengatasi kecemasan pada pasien CKD dengan hemodialisis.

b. Bagi perawat

Hasil ini diharapkan dapat menjadi dasar *evidence-based nursing* dalam penyusunan SOP intervensi keperawatan untuk mengatasi kecemasan.

c. Bagi peneliti selanjutnya

Dapat dimanfaatkan sebagai masukan untuk penelitian berikutnya dalam menurunkan kecemasan.

D. Ruang Lingkup

KIAN ini berada dalam lingkup keperawatan medikal bedah, yaitu asuhan keperawatan pada dua pasien CKD dengan hemodialisis di ruang rawat inap penyakit dalam meliputi pengkajian, penetapan diagnosis, intervensi, implementasi, evaluasi, dan dokumentasi keperawatan.