

BAB 1

PENDAHULUAN

1.1 Latar Belakang

Ginjal adalah organ yang sangat penting dalam sistem urinaria yang berperan besar dalam menjaga keseimbangan tubuh secara keseluruhan. Fungsi ginjal antara lain mengatur keseimbangan cairan dan elektrolit, menjagakeseimbangan asam dan basa, membuang produk sisa metabolisme, serta menghasilkan hormon-hormon seperti prostaglandin, eritropoietin, dan renin. Kerusakan ginjal dapat menyebabkan penurunan fungsinya, yang berujung pada gagal ginjal (Yesinta et., al 2024). Pasien yang GGK harus menjalani hemodialisa.

Hemodialisa adalah prosedur medis yang digunakan untuk menggantikan fungsi ginjal yang rusak pada pasien dengan gagal ginjal. Proses ini melibatkan penggunaan mesin dialisis yang menyaring darah pasien untuk menghilangkan limbah, kelebihan cairan, dan elektrolit yang tidak seimbang. Darah pasien dialirkan melalui mesin dialisis yang memiliki membran semipermeabel, yang memungkinkan molekul limbah dan cairan berlebih untuk berpindah ke dalam cairan dialisis, sementara zat-zat penting tetap berada dalam darah. Hemodialisa dilakukan secara rutin, biasanya tiga kali seminggu, dengan durasi 3 hingga 5 jam per sesi, tergantung pada kondisi pasien. Prosedur ini membantu pasien untuk mempertahankan keseimbangan kimia tubuh dan mengurangi gejala yang disebabkan oleh gagal ginjal, seperti kelelahan dan pembengkakan (Yesinta et., al 2024).

Pada tahun 2019, Organisasi Kesehatan Dunia (WHO) melaporkan bahwa jumlah kasus GGK di seluruh dunia mencapai 850 juta orang (WHO 2023). Di Amerika Serikat, menurut data United States Renal pada tahun 2018, terdapat 132.000 orang yang menderita penyakit ginjal stadium akhir, dengan angka kejadian mencapai 390 per juta penduduk. Sementara itu, menurut Global Burden of Disease Study, angka kematian akibat GGK meningkat sebesar 31,7% dalam 10 tahun terakhir, menjadikannya sebagai penyebab kematian ketiga terbanyak di dunia. Peningkatan jumlah pasien GGK ini juga berpengaruh pada jumlah pasien

yang menjalani terapi hemodialisis, yang diperkirakan mencapai 1,5 juta orang di seluruh dunia, dengan angka pertumbuhan tahunan sekitar 8% (Alba et al., 2023).

Prevalensi pasien gagal ginjal kronik di Indonesia tercatat sebesar 0,38% dari jumlah penduduk Indonesia, yang setara dengan 713.783 jiwa dari total 252.124.458 jiwa dan 134.057 orang adalah yang menjalankan hemodialisa . Berdasarkan data tersebut, penderita gagal ginjal kronik lebih banyak ditemukan pada laki-laki dengan prevalensi 0,42%, sedangkan pada perempuan prevalensinya adalah 0,35% (Melati et al., 2024). Dan ketika melihat pada bagian Indonesia timur, juga menyumbang data pasien GGK.

Pada tahun 2018, Provinsi Nusa Tenggara Timur (NTT) menempati urutan ke-10 dengan prevalensi GGK sebesar 0,33%, dengan interval kepercayaan 95% antara 0,25-0,44. Proporsi Hemodialisis (HD) di provinsi ini tercatat sebesar 9,94% (Badan Penelitian dan Pengembangan Kesehatan, 2018). menurut penelitian DINKES 2018 ada 200 orang pasien hemodialisa. Penderita aktif penyakit ginjal kronis harus menjalani Hemodialisis (Dinkes 2018).

Hasil penelitian dari Parmin et al., 2024 menunjukkan bahwa pasien GGK yang aktif harus menjalani hemodialisa dengan jadwal 2 minggu sekali dan membutuhkan waktu pelaksanaan 4 sampai 5 jam sekali terapi. Hal ini sejalan dengan penelitian Mulia et al., 2018 yang mengatakan bahwa pasien gagal ginjal kronis yang tidak menjalani hemodialisis, akan mengalami akumulasi racun dan limbah metabolisme dalam tubuh, seperti urea dan kreatinin, yang seharusnya dikeluarkan oleh ginjal dan dapat menyebabkan berbagai gejala fisik, termasuk kelelahan yang ekstrem, mual, pembengkakan, dan sesak napas akibat penumpukan cairan bahkan komplikasi serius, seperti serangan jantung dan kegagalan organ lainnya, meningkat, yang dapat berujung pada angka kematian yang tinggi. Menurut Yesinta et al. 2024 hemodialisis adalah terapi yang digunakan untuk menggantikan fungsi ginjal dengan cara mengalirkan darah ke dalam mesin ginjal buatan yang berfungsi seperti nefron, dengan tujuan untuk menghilangkan limbah metabolisme tubuh serta menyeimbangkan elektrolit dan cairan antara kompartemen dializat dan darah melalui membran semipermeabel. Salah satu gangguan psikologis yang sering muncul pada penderita GGK yang menjalani hemodialisis adalah kecemasan.

Menurut Soniawati et al., 2023 kecemasan yang dialami pasien yaitu akibat ketidakpastian kondisi kesehatan, keterbatasan aktivitas, serta ketergantungan pada perawatan medis jangka panjang. Kehadiran keluarga dan teman dekat juga menjadi hal penting dalam membantu proses menjalani hemodialisa. Oleh karena itu, terapi *foot massage* menjadi alternatif yang efektif untuk mengurangi kecemasan. Terapi ini dapat membuat pasien menjadi lebih rileks dan nyaman.

Terapi *foot massage* adalah salah satu terapi pendamping yang aman dan mudah untuk dilakukan, serta memiliki efek yang dapat meningkatkan sirkulasi darah, membuang sisa metabolisme, meningkatkan pergerakan sendi, menghilangkan nyeri, mengendurkan otot dan memberikan perasaan menyenangkan pada pasien hemodialisa (Abdi et al., 2024). Perasaan menyenangkan ini yang membuat pasien tidak lagi memikirkan kecemasan atau kekhawatiran terhadap pengobatannya. Hal ini didukung oleh penelitian dari Yesinta et al., 2024 bahwa terapi *foot massage* dapat meredakan kecemasan terlihat dari hasil penelitian eksperimental yang menunjukkan dampak positif yaitu penurunan kecemasan. Dan penelitian dari Amaludin et al 2020 pun mengungkapkan bahwa terapi *foot massage* pada 40 pasien berhasil mengurangi skor kecemasan mereka dengan penurunan rata-rata sebesar 2,75. Terapi *foot massage* juga dapat dikombinasikan dengan minyak agar dalam proses pijatan hasilnya lebih maksimal dan memuaskan bagi pasien. Minyak yang dimaksudkan adalah minyak Zaitun.

Menurut Melati et al., 2024 minyak zaitun adalah salah satu minyak yang dapat digunakan dalam terapi *foot massage* yaitu dengan kandungan asam oleat, linoleat, dan linolenatnya dapat memberikan efek pelembab, relaksasi otot, peningkatan sirkulasi darah, peredaan nyeri, dan pencegahan kejang otot serta mempengaruhi kolagen kulit pasien. Dengan menggunakan minyak zaitun ini pasien akan lebih rileks dan nyaman dalam proses terapi *foot massage*. Hal ini didukung oleh penelitian dari (Nurdina et al., 2023) yang mengatakan bahwa pemijatan yang dilakukan dengan menggunakan minyak zaitun dengan gerakan yang dilakukan secara berurutan dari tumit hingga jari kaki, memicu aktivasi sistem limbik. Stimulasi ini mendorong produksi Corticotropin-Releasing Factor (CRF),

yang selanjutnya memicu pelepasan hormon endokrin dan pro-opiomelanocortin dari kelenjar pituitari. Kombinasi ditambah dengan terapi musik adalah kombinasi yang baik. Dengan adanya pemberian musik sembari melakukan pijat kaki dapat membuat pasien lebih tenang dan rileks serta lebih nyaman.

Teknik distraksi melalui musik terbukti efektif untuk mengalihkan perhatian seseorang dari kecemasan yang berlebihan (Afif et. Al 2023). Selain itu, musik dapat mengurangi rasa sakit, depresi, pergolakan, dan agresi, serta meningkatkan relaksasi dan suasana hati yang baik. Musik klasik telah digunakan sebagai terapi untuk mengurangi kecemasan pada pasien yang menjalani hemodialisa. Menurut penelitian Ismar et. Al pada tahun 2024 pengaruh terapi musik klasik dalam mengurangi kecemasan pada pasien hemodialisa dengan gagal ginjal kronik, pemberian terapi musik klasik membuat pasien hemodialisa merasa relaks dan nyaman, sehingga dapat menurunkan tingkat keemasannya. Proses pengurangan kecemasan pada pasien hemodialisis yang diakibatkan oleh terapi musik klasik dimulai dengan rangsangan musik klasik yang didengar oleh pasien, yang dapat mengaktifkan jalur-jalur spesifik di beberapa area otak, seperti sistem limbik yang berkaitan dengan perilaku emosional. Musik dapat mengaktifkan sistem limbik ini, sehingga orang tersebut menjadi rileks.

Oleh karena itu dalam penanganan pasien hemodialisa, identifikasi dini terhadap faktor kecemasan menjadi langkah penting dalam meningkatkan kenyamanan dan kualitas perawatan. Kombinasi *foot massage* dengan minyak zaitun serta terapi musik klasik dapat menjadi pendekatan nonfarmakologis yang efektif dalam menurunkan kecemasan, di mana *foot massage* membantu relaksasi fisik dan terapi musik memberikan efek menenangkan secara psikologis. Dengan demikian, penerapan kombinasi ini diharapkan dapat mengurangi tingkat kecemasan pasien selama prosedur hemodialisa serta meningkatkan kualitas pelayanan kesehatan di Puskesmas Sikumana.

1.2 Rumusan Masalah

Bagaimana pengaruh penerapan kombinasi *foot massage* dengan minyak zaitun dan terapi music klasik terhadap tingkat kecemasan pada pasien hemodialisa di Puskesmas Sikumanaberdasarkan latar belakang di atas penulis.

1.3 Tujuan Penelitian

1.3.1 Tujuan Umum

Mampu menerapkan kombinasi tindakan *foot massage* dengan minyak zaitun dan terapi musik klasik terhadap tingkat kecemasan pada pasien hemodialisa di Puskesmas Sikumana.

1.3.2 Tujuan Khusus

1. Untuk menggambarkan tingkat kecemasan pasien hemodialisa sebelum diberikan kombinasi terapi *foot massage* dengan minyak zaitun dan terapi musik klasik di Puskesmas Sikumana.
2. Untuk menggambarkan perubahan tingkat kecemasan setelah diberikan kombinasi terapi *foot massage* dengan minyak zaitun dan terapi musik klasik di Puskesmas Sikumana.
3. Untuk menggambarkan pengaruh kombinasi terapi *foot massage* dengan minyak zaitun dan terapi musik klasik terhadap penurunan kecemasan pada pasien hemodialisa di Puskesmas Sikumana.

1.4 Manfaat Penelitian

1.4.1 Manfaat Teoritis

Secara teori penelitian ini diharapkan dapat bermanfaat dan dapat membuktikan manfaat praktis dari penerapan kombinasi *foot massage* dan terapi musik untuk penurunan kecemasan.

1.4.2 Manfaat Praktis

1. Manfaat Bagi Pasien

Diharapkan penelitian ini dapat memberikan pemahaman tentang manfaat terapi *foot massage* dengan minyak zaitun dalam mengurangi kecemasan pada pasien gagal ginjal kronis yang menjalani hemodialisa, sehingga pasien dapat merasa lebih tenang dan nyaman selama proses pengobatan.

2. Manfaat Bagi Tenaga Kesehatan

Penelitian ini diharapkan dapat menjadi sumber informasi tambahan bagi tenaga kesehatan mengenai metode terapi non-farmakologis, khususnya *foot massage* dengan minyak zaitun, untuk membantu mengurangi kecemasan pasien yang menjalani hemodialisa.

3. Manfaat Bagi Rumah Sakit

Hasil penelitian ini dapat memberikan masukan kepada rumah sakit, khususnya dalam pengembangan metode terapi alternatif untuk membantu mengurangi kecemasan pada pasien gagal ginjal kronis yang menjalani hemodialisa, sehingga dapat meningkatkan kualitas layanan kesehatan di rumah sakit.

4. Manfaat Bagi Institusi Pendidikan

Penelitian ini dapat menjadi referensi untuk meningkatkan pengajaran di bidang keperawatan dan kesehatan, khususnya mengenai terapi non-farmakologis yang dapat diterapkan untuk mendukung pengobatan medis konvensional, serta mendorong penelitian lebih lanjut di bidang terapi alternatif.

5. Manfaat Bagi Penulis

Penulis dapat memperoleh pengetahuan, pengalaman, dan keterampilan dalam mengembangkan dan menerapkan terapi *foot massage* dengan minyak zaitun untuk mengurangi kecemasan pada pasien gagal ginjal kronis yang menjalani hemodialisa, yang akan memperkaya wawasan dalam bidang keperawatan dan terapi non-farmakologi.