

BAB 1

PENDAHULUAN

A. LATAR BELAKANG

Gagal Ginjal Kronik (GGK) merupakan masalah kesehatan masyarakat global dengan prevalensi gagal ginjal yang meningkat, prognosis yang buruk dan biaya yang tinggi. Prevalensi GGK meningkat seiring meningkatnya jumlah penduduk usia lanjut dan kejadian penyakit diabetes melitus serta hipertensi. Pada tahap awal, GGK belum menimbulkan tanda dan gejala, hingga laju filtrasi glomerulus sebesar 60% pasien masih asimtomatik tetapi kadar ureum dan kreatinin serum meningkat (Nurhayati & Ritianingsih, 2022). Gagal ginjal kronik didefinisikan sebagai kerusakan ginjal yang terjadi lebih dari 3 bulan berupa kelainan struktur ataupun fungsi dengan atau tanpa penurunan laju filtrasi glomerulus yang ditandai dengan kelainan patologis, tanda kelainan ginjal, kelainan komposisi darah dan urin, atau kelainan dalam imaging test. Laju filtrasi pada gagal ginjal kronik biasanya kurang dari 60 ml/menit/1,73m² selama 3 bulan dengan atau tanpa kerusakan ginjal (Nasution et al., 2020).

Menurut World Health Organization (WHO) pada tahun 2018 menjelaskan bahwa terdapat 1/10 penduduk dunia yang diidentikan dengan penyakit gagal ginjal dan diperkirakan 5 sampai 10 juta pasien gagal ginjal kronis meninggal setiap tahunnya, serta diperkirakan 1,7 juta pasien meninggal setiap tahunnya diakibatkan kerusakan ginjal akut (Syahputra et al., 2022). Angka kejadiannya diperkirakan meningkat 8% setiap tahunnya. GGK menempati penyakit kronis dengan angka kematian tertinggi ke- 20 di dunia.

Berdasarkan *National Chronic Kidney Disease Fact Sheet* (2017), di Amerika Serikat terdapat 30 juta orang dewasa atau 15% dari populasi yang mengalami penyakit gagal ginjal kronis. Menurut *Center for Disease Control and Prevention*, pada tahun 2012 prevalensi gagal ginjal kronis di Amerika Serikat mencapai lebih dari 10% atau lebih dari 20 juta orang (Syahputra et al., 2022). Dalam survei Riskesdas 2018, prevalensi gagal ginjal kronis berdasarkan diagnosis dokter di Indonesia mencapai 3,8%. Angka prevalensi tertinggi terdapat di Kalimantan Utara sebesar 0,64%, sedangkan angka terendah ada di Sulawesi Barat sebesar 0,18%. Gagal ginjal kronis tertinggi terjadi pada usia 65-74 tahun sebesar 0,823%; pada usia 75 tahun ke atas sebesar 0,748%; pada usia 55-64 tahun sebesar 0,564%; pada usia 35-44 tahun sebesar 0,331%; pada usia 25-34 tahun sebesar 0,228%; dan pada usia 15-24 tahun sebesar 0,133%. Data dari Ruang HD RS Bethesda tahun 2025, didapatkan sejak dari Januari sampai dengan Juli Tahun 2025. Jumlah pasien dengan GGK Stadium V sebanyak 132 kasus yang rutin melakukan HD dalam seminggu 2 kali.

Terapi hemodialisis (HD) adalah salah satu metode untuk mengganti fungsi ginjal pada pasien yang menderita gagal ginjal kronik (GGK).

Tujuan utama dari terapi HD adalah menggantikan peran ginjal sehingga dapat memperpanjang hidup pasien serta meningkatkan kualitas hidupnya. Jika pasien GGK tidak menjalani HD, maka ia hanya dapat bertahan selama beberapa hari hingga minggu. Karena itu, pasien GGK tergantung pada hemodialisis (Manurung, 2018). Meskipun terapi HD dapat memperpanjang usia pasien, tetapi tidak bisa mengubah penyebab dasar penyakit ginjal dan

juga tidak bisa mengembalikan fungsi ginjal secara lengkap. Pasien tetap akan mengalami berbagai masalah dan komplikasi (Putri & Afandi, 2022).

Sistem neurologi dapat mengalami efek stres psikologis dan fisik akibat hemodialisis, seperti kelelahan, kelemahan, kecemasan, penurunan konsentrasi, disorientasi, tremor, kejang, kelemahan pada lengan, nyeri pada telapak kaki, dan perubahan tingkah laku. Beberapa komplikasi yang sering dialami pasien hemodialisis antara lain hipotensi, emboli udara, nyeri dada, gangguan keseimbangan selama dialisis, mual dan muntah, kram otot yang nyeri, dan peningkatan kadar uremik (Wahyudi et al., 2019). Pada umumnya pasien yang menjalani hemodialisis sering merasa lelah. Tingkat kelelahan pada pasien penyakit ginjal kronis yang menjalani terapi hemodialisis dalam jangka panjang berkisar antara 60% hingga 97% (Tayebbi, 2020). Perasaan tidak nyaman yang dirasakan seluruh tubuh secara terus-menerus disebut kelelahan, yang dapat mengganggu kemampuan seseorang untuk melakukan fungsi sehari-hari dengan cara yang biasa mereka lakukan (Buaya et al., 2022).

Rasa capek, yang merupakan pengalaman yang tidak menyenangkan dan sulit dalam kehidupan, disebut kelelahan. Ketergantungan terhadap mesin dialisis seumur hidup, malnutrisi dan anemia pada pasien hemodialisis menyebabkan kelelahan. Faktor-faktor yang mempengaruhi kelelahan meliputi faktor sosiodemografi, faktor klinis, faktor regimen pengobatan, faktor biokimia hematologi, serta faktor psikososial dan kognitif. Faktor psikososial dan kognitif sangat penting dalam memprediksi kelelahan pasien hemodialisis (Listiani & Hartanti, 2021).

Pasien yang menjalani hemodialisis dapat mengalami kelelahan secara fisik atau perilaku. Ini tergantung pada jenis terapi yang diterima dan karakteristik unik setiap pasien. Pasien yang merasa lelah perlu mendapat penanganan yang tepat agar kondisi ini tidak berlangsung terus-menerus, karena hal ini bisa memengaruhi kualitas hidup mereka. Kelelahan bisa diatasi dengan cara non farmakologis, seperti memberikan massage kaki atau pijat kaki. Untuk pasien gagal ginjal yang menjalani hemodialisis, terapi pijat kaki ini sangat efektif dalam mengatasi kelelahan, karena saat melakukan pijat kaki, pasien akan merasa lebih nyaman dan rileks (Sharifi et al., 2018).

Dampak dari kelelahan bisa memengaruhi perubahan di bagian fisik dan mental, mengurangi kualitas hidup, serta membahayakan nyawa. Kelelahan dapat menyebabkan stres, penurunan kualitas hidup, dan masalah jantung dan pembuluh darah. Karena itu, diperlukan cara penanganan yang tepat untuk mengurangi kelelahan. Cara mengatasi kelelahan dapat dilakukan melalui pendekatan farmakologi dan nonfarmakologi (Bai et al, 2019). Penanganan kelelahan terdiri dari dua cara, yaitu penanganan dengan obat dan tanpa obat, seperti terapi *foot massage* dan terapi *music natural relaxation*.

Pijat kaki adalah salah satu cara untuk merelaksasi, berdasarkan beberapa penelitian, pijat kaki dianggap sebagai salah satu metode terapi komplementer yang paling umum, yaitu pijat serta pijat refleksi adalah pendekatan terapi manual yang digunakan untuk memfasilitasi penyembuhan, kesehatan dan dapat digunakan oleh perawat di hampir setiap layanan perawatan. *foot massage* pada pasien hemodialisa dapat membantu penurunan kadar

kelelahan pada pasien yang menjalani hemodialisa (Latif et al., 2021). Terapi pemijatan kaki sering dilakukan karena tidak memiliki efek samping dan dianggap aman, serta tidak menyebabkan dampak jangka panjang. *Foot massage* merupakan jenis perawatan yang sudah ada sejak lama, didasarkan pada teknik pemijatan yang ilmiah dan berkembang sejak zaman Tiongkok kuno dan Mesir. Gambar ilmiah tentang pijat refleksi yang paling penting ditemukan di makam Ankhmahor di Mesir pada tahun 2500 SM (Latif et al., 2021).

Terapi musik adalah upaya yang dilakukan oleh profesional untuk meningkatkan kualitas fisik dan mental melalui rangsangan suara yang terdiri dari melodi, ritme, harmoni, timbre, bentuk, dan gaya yang disusun secara terencana sehingga tercipta musik yang baik untuk kesehatan fisik dan mental.

Musik merupakan gelombang atau getaran yang beresonansi dengan sistem saraf dan menimbulkan emosi yang dapat menenangkan atau merangsang. Musik mampu memodifikasi suasana hati dan memfasilitasi *homeostasis* tubuh, (Nilsson, 2019). *Natural Relaxation Music* adalah salah satu jenis terapi musik yang menggunakan suara alam untuk tujuan relaksasi. *Natural sound* atau suara alam adalah suara yang dihasilkan oleh fenomena alam seperti angin, hujan, laut, sungai, binatang, dan burung. Manusia memiliki hubungan yang erat dengan alam, dan kontak dengan alam memberikan manfaat bagi kesehatan (Chiang, 2012). Suara melalui saluran telinga mencapai membran basilar di koklea dan memberi stimulus pada sel-sel rambut pada membran basilar. Sel-sel rambut bagian dalam membantu memperkuat suara dan meningkatkan selektivitas frekuensi. Sinyal-sinyal dari sel-sel rambut bagian dalam ditransmisikan melalui *spinal ganglion*.

Perawat sebagai salah satu anggota tim kesehatan memiliki peran dalam melakukan asuhan keperawatan kepada pasien yang mencakup peran promotif, preventif, kuratif, dan rehabilitatif. Perawat bertanggung jawab untuk memberikan pendidikan kesehatan yang mencakup pemahaman tentang penyebab, tanda, dan gejala penyakit untuk membantu mencegah peningkatan jumlah penderita. Dalam upaya preventif, perawat memberikan pendidikan kesehatan tentang cara-cara pencegahan agar pasien tidak tertular penyakit dengan membiasakan pola hidup sehat. Dalam upaya kuratif, perawat berperan dalam memberikan tindakan perawatan sesuai dengan masalah dan respons pasien terhadap penyakit yang diderita, seperti memberikan istirahat fisik dan psikologis serta mengelola pemberian terapi oksigen. Sedangkan dalam upaya rehabilitatif, perawat memberikan pendidikan kesehatan kepada pasien yang sudah terkena penyakit agar tidak terjadi komplikasi yang tidak diinginkan (Herlina, 2022).

Berdasarkan hasil wawancara yang dilakukan pada beberapa pasien GGK di ruang Hemodialisa RS Bethesda sejak tanggal 4 Agustus – 6 Agustus 2025, Pertemuan dua kali seminggu terkait dampak dari prosedur hemodialisa., salah satunya adalah kelelahan atau rasa lemas yang dialami pasien gagal ginjal kronik stage V. berdasarkan uraian tersebut, peneliti tertarik untuk merumuskan masalah yaitu "bagaiman asuhan keperawatan pada pasien dengan keluhan utama kelelahan sebelum dan sesudah hemodialisa dengan menggunakan intervensi keperawatan berupa terapi relaksasi foot massage dan terapi music natural relaxation?"

Berdasarkan masalah diatas, peneliti melakukan penelitian tentang Efektivitas Terapi Relaksasi: *Foot massage* Dan Terapi Natural *Relaxation* Musik Untuk Menurunkan Tingkat Kelelahan pada pasien GGK Stage V Yyang menjalani hemodialisa Di Ruang Hemodialisa Rs Bethesda Yogyakarta Tahun 2025.

B. RUMUSAN MASALAH

Sesuai dengan latar belakang yang ada, maka rumusan masalah dalam penelitian ini adalah “Apakah ada pengaruh penggunaan terapi non farmakologi: *Foot massage* Dan Terapi Natural *Relaxation* Musik Untuk Menurunkan Tingkat Kelelahan pada pasien GGK Stage V yang menjalani Hemodialisa Di Ruang Hemodialisa Rumah Sakit Bethesda Yogyakarta Tahun 2025”?

C. TUJUAN PENELITIAN

1. Tujuan Umum

Mampu menganalisis Penerapan penggunaan terapi non farmakologi: *Foot massage* Dan Terapi Natural *Relaxation* Musik Untuk Menurunkan Tingkat Kelelahan pada pasien GGK Stage V Yang menjalani hemodialisa di Rumah sakit Bethesda Yogyakarta 2025.

2. Tujuan Khusus

- a. Melakukan pengakajian keperawatan pada pasien dengan GGK Stadium V dengan penerapan terapi *foot massage* dan terapi Natural *Relaxation* Musik di RS Bethesda Yogyakarta Tahun 2025.
- b. Menetapkan diagnosis keperawatan pada pasien GGK Stadium V dengan penerapan terapi *foot massage* dan terapi Natural *Relaxation*

Musik untuk menurunkan tingkat kelelahan di RS Bethesda Yogyakarta Tahun 2025.

- c. Merencanakan asuhan keperawatan pada pasien GIK Stadium V dengan penerapan terapi *foot massage* dan terapi *Natural Relaxation* Musik untuk menurunkan tingkat kelelahan di RS Bethesda Yogyakarta Tahun 2025.
- d. Melakukan tindakan keperawatan pada pasien GIK Stadium V dengan penerapan terapi *foot massage* dan terapi *Natural Relaxation* Musik untuk menurunkan tingkat kelelahan di RS Bethesda Yogyakarta Tahun 2025.
- e. Melakukan evaluasi keperawatan pada pasien GIK Stadium V dengan penerapan terapi *foot massage* dan terapi *Natural Relaxation* Musik untuk menurunkan tingkat kelelahan di RS Bethesda Yogyakarta Tahun 2025.
- f. Melakukan analisis Penerapan pada pasien GIK Stadium V dengan penerapan terapi *foot massage* dan terapi *Natural Relaxation* Musik untuk menurunkan tingkat kelelahan di RS Bethesda Yogyakarta Tahun 2025.

D. MANFAAT PENELITIAN

1. Teoritis

Karya ilmiah ini dapat digunakan sebagai acuan dalam meningkatkan ilmu dan pengetahuan di bidang keperawatan, khususnya yang berkaitan dengan “Efektivitas Terapi Relaksasi: *Foot massage* Dan Terapi Musik *Natural Relaxation* Untuk Menurunkan Tingkat Kelelahan Pada Pasien Gik Stage V

Yang Menjalani Hemodialisa Di Ruang Hemodialisa Rs Bethesda Yogyakarta
Tahun 2025”

2. Praktis

a. Bagi klien dan keluarga

Klien dan keluarga belajar tentang prosedur *terapi foot massage* dan terapi *music natural relaxation* untuk mengurangi tingkat kelelahan pada pasien yang menjalani hemodialisa.

b. Bagi Rumah Sakit Bethesda Yogyakarta

Karya ilmiah terakhir ini berfungsi sebagai intervensi tambahan bagi perawat dan tenaga kesehatan yang bekerja di ruang hemodialisa untuk membantu pasien yang mengalami kelelahan setelah dilakukan cuci darah.

c. Bagi peneliti selanjutnya

Karya ilmiah ini dapat digunakan sebagai referensi dalam menulis karya ilmiah keperawatan lainnya atau metode penelitian tentang *terapi foot massage* dan terapi *music natural relaxation* sebagai intervensi untuk mengurangi tingkat kelelahan pada pasien yang menjalani hemodialisa.