

BAB 1

PENDAHULUAN

Latar Belakang

Hemodialisis merupakan masalah medis umum yang sangat signifikan, selain biaya perawatan dan terapi yang sangat mahal. Pasien yang menjalani hemodialisa dalam jangka waktu panjang harus menghadapi berbagai masalah, seperti kesulitan untuk bekerja dan dorongan seksual yang menurun (Pardede et al., 2021). Hemodialisis sering digunakan sebagai terapi untuk menyelamatkan nyawa banyak pasien dengan *End-Stage Renal Disease*, juga untuk meningkatkan kelangsungan hidup pasien yang rendah (Bian et al., 2019).

Berdasarkan *United States Renal Data System* pada tahun 2018 terdapat 132.000 orang. Amerika 390 per juta penduduk mencapai penyakit ginjal stadium akhir *End-Stage Kidney Disease*, dari jumlah tersebut terdapat 113.000 (86%) dimulai dengan hemodialisis di pusat dan sekitar 15.000 (11%) dimulai dengan dialisis peritoneal atau hemodialisis di rumah (Nal, 2021). Pada akhir tahun 2018 terdapat 485.052 pasien yang menjalani hemodialisis di pusat naik 2,3% dari tahun 2017 Amerika Serikat, dan lebih dari 10.000 pasien yang melakukan hemodialisis di rumah diakhir tahun, dengan peningkatan sebesar 8,8% (Johansen et al., 2021).

Berdasarkan data Riset Kesehatan Dasar (2018) prevalensi tertinggi DKI Jakarta 38,71% disusul oleh Bali 37,04% dan DI Yogyakarta 35,51% sedangkan prevalensi terendah Sulawesi Tenggara 1,99% (Badan Litbang Kesehatan, Kementerian Kesehatan RI, 2018). Menurut Indonesia Renal Registry (IRR), (2020), seluruh Indonesia pasien baru 66.433 dan pasien aktif 132.142. Berdasarkan informasi, ada 2.754.409 orang yang melakukan hemodialisa, penderita gagal ginjal persisten di Sumut sebanyak 4.076 orang. Pasien hemodialisa juga mengalami berbagai kesulitan yang bahkan berujung pada gelar menggelikan di Indonesia.

Penelitian Hibatullah (2019), pasien mengalami komplikasi hemodialisis (91,7%) berupa gatal (51,2%), sakit kepala (46,9%), kram otot (28,7%), mual (21,9%), hipertensi intradialisis (16,3%), hipotensi intradialisis (10,6%), muntah (6,9%), menggigil (6,9%), nyeri dada (3,8%), dan demam (1,9%). Komplikasi intradialisis lainnya berupa efek hemodialisis kronik yaitu fatigue, fatigue memiliki

kesamaan yang tinggi pada populasi pasien dialisis yang mencapai 60-97%. Pada pasien yang menjalani hemodialisis dalam waktu lama, simptom fatigue dialami 82% sampai 90% pasien, fatigue mulai dialami pasien dialisis rata-rata 6-8 bulan pertama dan fatigue meningkat di akhir kunjungan dialisis (Sajidah et al., 2021).

Kram otot merupakan kontraksi yang dialami oleh sekelompok otot secara terus menerus sehingga menyebabkan timbulnya rasa nyeri (Boskoro et al., 2018). Penelitian Widyaningrum (2019), pasien yang pernah mengalami kram otot di RSUD Tugurejo Semarang mengatakan bahwa sebelumnya belum pernah diberikan terapi yang bersifat mandiri dengan non farmakologi untuk mengatasi kram otot yang dialami oleh pasien. Hasil penelitian menunjukkan bahwa kram otot sebelum mediasi memiliki skor normal 11,2 (kejang parah) dan setelah intersesi berkurang menjadi 4,2 (masalah sedang).

Salah satu pengobatan nonfarmakologis yang sampai saat ini banyak digunakan adalah terapi relaksasi napas dalam dan relaksasi otot progresif Ekarini et al., (2019). Terapi ini sebagai salah satu metode alternatif bagi lanjut usia untuk meningkatkan kekuatan otot dan kualitas tidur, sehingga relaksasi otot progresif dapat berhasil digunakan sebagai terapi suportif pengobatan pasien disfungsi Muhith et al., (2020). Teknik relaksasi otot progresif lebih efektif dilakukan sebelum kanulasi atau tindakan hemodialisa karena kecemasan tertinggi terjadi sebelum pasien melakukan tindakan dibandingkan sesudah tindakan hemodialisa (Pihut et al., 2019).

Menurut penelitian Faridah et al. (2020), adalah salah satu cara yang bisa digunakan untuk mengurangi rasa sedih dengan menggunakan metode relaksasi otot sedang atau otot progresif atau *Progresive Muscle Relaxation* (PMR). Penelitian Sabar dan Lestari (2020), menunjukkan bahwa penderita hipertensi yang diberikan terapi *Progressive Muscle Relaxation* selama 5 hari berturut-turut memperlihatkan perubahan tekanan darah sistolik dan diastolik yang bermakna antar sebelum dan setelah melakukan PMR.

Berdasarkan hasil observasi di lapangan ditemukan data pasien hemodialisa sebanyak 38 orang. Hasil wawancara didapatkan pasien hemodialisa sering mengalami kram otot pada pasien hemodialisa di RSU Royal Prima Medan. Kram otot dapat mempengaruhi kesehatan pada pasien. Ada banyak cara yang dapat

dilakukan untuk menurunkan kram otot yaitu relaksasi otot progresif ini meliputi 15 gerakan pada seluruh tubuh, yaitu gerakan pada otot tangan, bahu, wajah, leher, punggung, dada, perut dan kaki. Oleh karena itu peneliti tertarik melakukan penelitian tentang terapi relaksasi otot progresif karena relaksasi otot progresif dapat menurunkan kram otot pada pasien hemodialisa di RSU Royal Prima Medan.

Rumusan Masalah

Berdasarkan uraian dalam latar belakang masalah di atas, dapat di rumuskan pertanyaan peneliti sebagai berikut. Apakah pengaruh terapi relaksasi otot progresif terhadap penurunan kram otot pada pasien hemodialisa di RSU Royal Prima Medan tahun 2021?

Tujuan Penelitian

Tujuan Umum

Mengetahui terapi relaksasi otot progresif terhadap penurunan kram otot pada pasien hemodialisa.

Tujuan Khusus

1. Mengetahui kram otot pada pasien hemodialisa sebelum dilakukan terapi relaksasi otot progresif
2. Mengetahui kram otot pada pasien hemodialisa setelah dilakukan terapi relaksasi otot progresif
3. Mengetahui pengaruh terapi relaksasi otot progresif terhadap penurunan kram otot pada pasien hemodialisa.

Manfaat Penelitian

Institusi Pendidikan

Hasil penelitian ini dapat digunakan sebagai upaya peningkatan pengetahuan mahasiswa/i tentang terapi relaksasi otot progresif serta dapat menerapkannya dalam pemberian Asuhan Keperawatan, terutama penanganan penurunan kram otot pada pasien hemodialisa.

Tempat Penelitian

Bagi RSU Royal Prima Medan dapat meningkatkan mutu pelayanan kesehatan dalam mengatasi kram otot dengan menggunakan terapi relaksasi otot progresif sehingga penurunan kram otot pada pasien hemodialisa di RSU Royal Prima Medan dapat teratasi.

Bagi Perawat

Sebagai sumber pedoman dan informasi bagi perawat untuk dapat melakukan terapi relaksasi otot progresif dalam mengatasi masalah-masalah penurunan kram otot yang terjadi pada pasien hemodialisa serta dapat mengaplikasikannya dalam Asuhan Keperawatan.

Bagi Penelitian Selanjutnya

Sebagai sumber informasi dan memperluas wawasan untuk memahami lebih lanjut tentang efektivitas terapi relaksasi otot progresif terhadap penurunan kram otot pada pasien hemodialisa serta dapat digunakan sebagai informasi untuk pembaca dan peneliti selanjutnya.