

BAB I

PENDAHULUAN

Latar Belakang

Gagal ginjal Kronik (GGK) didefinisikan sebagai penurunan fungsi ginjal yang persisten (minimal tiga bulan) dan berdampak negatif pada kesehatan serta kelangsungan hidup. Untuk mengatasi kondisi ini, diet rendah protein telah lama direkomendasikan kepada pasien GGK untuk memperlambat progresivitas menuju penyakit ginjal stadium akhir (ESKD) dan menunda kebutuhan akan terapi pengganti ginjal (Hahn et al., 2020).

Secara global, penyakit ginjal menunjukkan tren peningkatan signifikan, dengan jumlah kematian akibat penyakit ginjal meningkat 95% antara tahun 2000 dan 2021, menjadikannya penyebab kematian kesembilan di dunia (WHO, 2024).

Di Indonesia, Penyakit Ginjal Kronis (PGK) juga merupakan salah satu penyebab kematian utama. Data Kementerian Kesehatan menunjukkan bahwa lebih dari 700.000 orang di Indonesia menderita PGK. Peningkatan prevalensi ini berdampak serius pada pembiayaan kesehatan pada tahun 2023, pengobatan 1,5 juta penderita gagal ginjal menghabiskan biaya 2,92 triliun rupiah, dan diperkirakan akan terus meningkat seiring bertambahnya jumlah pasien (Kemenkes, 2024).

Prevalensi Gagal Ginjal Kronik (GGK) di Sumatera Utara pada tahun 2018 dilaporkan mencapai 0,33% dari total sekitar 36.410 individu, yang menunjukkan adanya peningkatan signifikan dari tahun sebelumnya (Nurtandhee, 2023). Berdasarkan hasil survei awal yang dilakukan di Rumah Sakit Royal Prima Medan pada November 2024, didapatkan total pasien dengan *Chronic Kidney Disease* (CKD) yang menjalani terapi Hemodialisis (HD) adalah sebanyak 127 orang (Halawa et al., 2025).

Hemodialisis merupakan intervensi utama dalam penanganan gagal ginjal kronik (GGK) stadium akhir. Meskipun demikian, hemodialisis tidak bertujuan untuk menyembuhkan atau memulihkan fungsi ginjal, juga tidak menggantikan

fungsi endokrin atau metabolisme ginjal yang hilang. Selain itu, GSK dan pengobatannya ini dapat mempengaruhi sistem kekebalan tubuh pasien, yang berpotensi mengurangi daya tahan tubuh dan meningkatkan risiko infeksi (Sukmawati et al., 2022).

Hasil penelitian oleh Marisi Dame et al. (2022) di RSUD Imelda Pekerja Indonesia menunjukkan adanya hubungan signifikan antara pengetahuan, lama menjalani hemodialisis, dan tingkat kecemasan pada pasien gagal ginjal kronik yang menjalani terapi tersebut. Studi juga menyimpulkan bahwa lama menjalani hemodialisis merupakan faktor yang paling dominan terhadap mempengaruhi tingkat kecemasan. Jika tidak teratasi, kecemasan ini berpotensi berdampak negatif pada kualitas hidup pasien.

Dua terapi non-farmakologis yang dapat diterapkan adalah relaksasi benson dan teknik *guided imagery*. Relaksasi benson merupakan teknik terapi pernapasan yang didasarkan pada keyakinan klien terhadap kemampuannya menciptakan lingkungan yang nyaman bagi diri sendiri. Pendekatan ini bertujuan untuk membantu klien mencapai tingkat kesehatan dan kesejahteraan yang optimal (Buana et al., 2021).

Guided Imagery (imajinasi terbimbing) didefinisikan sebagai metode untuk membentuk kesan yang menyenangkan tersebut guna mengurangi tingkat kecemasan secara bertahap. Secara fisiologis upaya ini memungkinkan otak untuk mengenali, menganalisis, dan memproses rangsangan imajinasi tersebut di korteks serebri. Dengan demikian, imajinasi yang disukai dan menyenangkan dipersepsikan sebagai sinyal penting, disimpan dalam memori, dan dianggap setara dengan pengalaman sensorik nyata. menjadi sesuatu yang nyata (Zees & Lapradja, 2021).

Penelitian terdahulu telah membuktikan efektivitas relaksasi benson dan teknik *guided imagery* dalam menurunkan kecemasan. Salah satunya, studi oleh (Kevin & Wihardja, 2023) menunjukkan bahwa kedua terapi ini mampu menurunkan tingkat kecemasan pasien secara signifikan, dari kategori berat menjadi ringan.

Berdasarkan uraian latar belakang tersebut, penelitian ini bertujuan untuk menguji “efektivitas relaksasi benson dan teknik *guided imagery* terhadap

kecemasan pasien gagal ginjal kronik yang menjalani hemodialisis di RSU Royal Prima Medan Tahun 2025.”

Rumusan Masalah

Berdasarkan latar belakang yang telah diuraikan, perumusan masalah dalam penelitian ini adalah “bagaimana efektivitas kombinasi relaksasi benson dan *guided imagery* terhadap tingkat kecemasan pasien GGK yang menjalani Hemodialisis di RSU Royal Prima Medan Tahun 2025.

Tujuan Penelitian

Adapun tujuan dari penelitian ini terbagi atas tujuan umum dan tujuan khusus, yaitu:

Tujuan Umum

Tujuan umum dari penelitian ini adalah untuk menganalisis efektivitas kombinasi relaksasi benson dan teknik *guided imagery* dalam menurunkan tingkat kecemasan pada pasien yang menjalani hemodialisis.

Tujuan Khusus

1. Mengidentifikasi karakteristik kecemasan pada pasien gagal ginjal kronik (GGK) selama menjalani hemodialisis.
2. Melihat tingkat kecemasan pada pasien gagal ginjal kronik yang menjalani hemodialisis sebelum penerapan teknik relaksasi benson dan *guided imagery*.
3. Melihat tingkat kecemasan pada pasien gagal ginjal kronik yang menjalani hemodialisis setelah diberikan intervensi relaksasi benson dan teknik *guided imagery*.

Manfaat Penelitian

1. Bagi Manajemen Rumah Sakit

Menyediakan rekomendasi intervensi keperawatan tambahan berupa kombinasi Relaksasi Benson dan Guided Imagery yang dapat diterapkan untuk mengurangi tingkat kecemasan pada pasien selama menjalani perawatan hemodialisis.

2. Bagi Responden

Memberikan sumber informasi dan keterampilan yang berguna untuk mengatasi kecemasan selama proses hemodialisis.

3. Bagi Peneliti Selanjutnya

Menjadi bahan referensi ilmiah yang relevan terkait konsep dan penerapan terapi relaksasi benson dan *guided imagery*, kecemasan, serta penatalaksanaan Gagal Ginjal Kronik (GGK).