

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Penyakit Gagal Ginjal Kronis (GGK) atau *Chronic Kidney Disease* (CKD) merupakan penyakit yang bersifat ireversibel dengan kelainan struktur maupun fungsi ginjal. Gagal ginjal kronis dapat menyebabkan penumpukan zat yang tidak dapat dikeluarkan dari tubuh. Penatalaksanaan gagal ginjal kronis dengan pemberian terapi obat dan terapi hemodialisis (Cahyani *et al.*, 2022). Hemodialisa merupakan penatalaksanaan gagal ginjal kronis dengan prosedur menyaring limbah dan air di darah menggantikan fungsi ginjal (Hassivaini *et al.*, 2025). Hemodialisis juga membantu menyeimbangkan mineral penting, seperti kalsium, kalium, dan natrium serta mengontrol tekanan darah (Abdillah *et al.*, 2025).

Pasien gagal ginjal kronis di dunia berjumlah 15% dari populasi dan telah menyebabkan 1,2 juta kasus kematian. Jumlah kasus kematian akibat gagal ginjal kronis sebanyak 254.028 kasus. Serta data pada tahun 2022 sebanyak lebih 843,6 juta, dan diperkirakan jumlah kematian akibat gagal ginjal kronis akan meningkat mencapai 41,5% pada tahun 2040. Angka yang tinggi ini menunjukkan bahwa gagal ginjal kronis menempati urutan ke-12 di antara semua penyebab kematian. Sementara itu pasien GGK yang menjalani hemodialisis (HD) diperkirakan mencapai 1,5 juta orang di seluruh dunia.

Angka kejadiannya diperkirakan meningkat 8% setiap tahunnya (WHO, 2023).

Data hasil Kementerian Kesehatan Republik Indonesia (2023) penyakit ginjal kronik mengalami peningkatan dan menjadi masalah kesehatan serius. Angka kejadian penduduk Indonesia yang menderita penyakit ginjal kronik sebanyak 499.800 orang. Sedangkan Angka kejadian hemodialisa di Indonesia dengan total 66.433 orang, serta 132.142 pasien aktif dalam terapi hemodialisa di Indonesia. Di Bangka Belitung angka kejadian Penyakit Ginjal Kronik terus meningkat dari tahun ke tahun (Badan Penelitian dan Pengembangan Kesehatan Kementrian RI, 2023). Data dari *Registry Indonesia Renal* tahun 2019, menunjukkan jumlah pasien hemodialisis di Jawa Tengah mencapai 1.075 pasien baru dan 1.236 pasien aktif, sedangkan data di RSUD Diponegoro Dua Satu Klaten tahun 2024 sebanyak 130 pasien yang menjalani hemodialisis dan 88 diantaranya menjalani hemodialisis rutin sebanyak dua kali dalam satu minggu.

Hemodialisis merupakan salah satu cara yang digunakan sebagai upaya menjaga kualitas hidup. Masalah yang jarang menjadi perhatian pada pasien dengan hemodialisis adalah masalah psikologis diantaranya masalah kecemasan, stress, dan depresi (Kuling, Widyawati dan Makhfudli, 2024). Stress pada pasien yang menjalani hemodialisa disebabkan berbagai perubahan yang menyebabkan berbagai kesenjangan seperti kesenjangan peran, pekerjaan, aktivitas sosial, bertambahnya beban ekonomi, semakin

tinggi kesenjangan terjadi semakin tinggi pula tingkat stress yang dialami individu (Prasetyo dan Putri, 2024).

Berbagai upaya yang dapat dilakukan perawat untuk menurunkan tingkat stress pasien yang menjalani hemodialisa diantaranya dengan memberikan intervensi yang dapat menurunkan tingkat stress. Senam intradialisis atau *Intradialytic exercise* didefinisikan sebagai latihan yang dilakukan oleh pasien saat menjalani hemodialisa (Sakitri et al, 2017). *Intradialytic exercise* merupakan aktifitas fisik yang dilakukan secara terencana dan terstruktur dalam rangka untuk memperbaiki dan memelihara kebugaran fisik dan mental (Orti, 2021). Aktivitas fisik seperti senam intradialisis saat hemodialisis dapat merangsang produksi endorphen yang dikenal sebagai hormon kebahagiaan. Endorfin dapat membantu mengurangi rasa cemas, memperbaiki suasana hati, dan memberikan rasa nyaman, sehingga membantu menurunkan tingkat stress (Triesnawati, Nuryani dan Lindasari, 2023).

Pasien yang didiagnosa Gagal Ginjal Kronis (GGK) dan harus menjalani terapi hemodialisis menyebabkan perubahan fisik maupun psikologis. Perubahan yang terjadi menimbulkan stressor bagi penderita. Setelah diberikan intervensi latihan fisik intradialisis terdapat penurunan skor stres berdasarkan hasil uji Wilcoxon pada kelompok intervensi $p= 0,021$, sedangkan pada kelompok kontrol didapatkan $p= 0,164$ berdasarkan uji paired T test. Hasil Penelitian memperlihatkan tidak terdapat perbedaan dari kelompok intervensi dan kelompok kontrol berdasarkan uji Mann Whitney $p= 0,731$ sehingga disimpulkan ada pengaruh latihan fisik intradialisis terhadap

tingkat stres pasien yang menjalani hemodialisis (Lestari, Herman dan Mita, 2020).

Studi pendahuluan yang dilakukan peneliti pada tanggal 28 Februari 2025 pada pasien yang sedang menjalani hemodialisa sebanyak 10 pasien di ruang hemodialisis RSUD Diponegoro Dua Satu Klaten menggunakan Teknik wawancara didapatkan hasil bahwa 9 dari 10 pasien mengatakan merasa sering lelah, bosan, tidak nafsu makan, khawatir sebelum berangkat hemodialisa. Pasien juga mengatakan stress karena lamanya proses hemodialisa karena meninggalkan beberapa peran, pekerjaan, dan aktivitas lainnya. Upaya yang dilakukan perawat untuk mengatasi masalah tersebut adalah dengan memberikan dukungan dan motivasi positif, belum memberikan intervensi mengalihkan perhatian supaya pasien tidak stress dalam menjalani hemodialisa,

Latar belakang tersebut mendasari peneliti mengembangkan intervensi senam intradialisis terhadap penurunan tingkat stress pada pasien yang menjalani hemodialisis di ruang hemodialisis RSUD Diponegoro Dua Satu Klaten.

B. Rumusan Masalah

Rumusan masalah pada penelitian ini yaitu “apakah ada pengaruh senam intradialisis terhadap penurunan tingkat stress pada pasien yang menjalani hemodialisis di ruang hemodialisis RSUD Diponegoro Dua Satu Klaten”.

C. Tujuan Penelitian

1. Tujuan Umum

Tujuan umum penelitian ini adalah mengetahui pengaruh senam intradialisis terhadap penurunan tingkat stress pada pasien yang menjalani hemodialisis di ruang hemodialisis RSUD Diponegoro Dua Satu Klaten”.

2. Tujuan khusus

Tujuan khusus penelitian ini adalah sebagai berikut:

- a. Mengetahui karakteristik pasien hemodialisa di ruang hemodialisis RSUD Diponegoro Dua Satu Klaten.
- b. Mengetahui tingkat stress pada pasien yang menjalani HD di ruang hemodialisis di RSUD Diponegoro Dua Satu Klaten sebelum dilakukan intervensi senam intradialisis
- c. Mengetahui tingkat stres pada pasien yang menjalani HD di ruang hemodialisis di RSUD Diponegoro Dua Satu Klaten setelah dilakukan intervensi senam intradialisis
- d. Menganalisis pengaruh senam intradialisis terhadap penurunan tingkat stress pada pasien yang menjalani hemodialisis di ruang hemodialisis RSUD Diponegoro Dua Satu Klaten.

D. Manfaat Penelitian

Manfaat yang diharapkan oleh penulis pada penelitian ini adalah sebagai berikut :

1. Manfaat teoritis

Sebagai sumber informasi pengembangan ilmu penegathuan di bidang ilmu keperawatan dalam hal pengaruh senam *intradialisis* terhadap penurunan tingkat stress pada pasien yang menjalani hemodialisis di ruang hemodialisis RSUD Diponegoro Dua Satu Klaten.

2. Manfaat praktis

a. Bagi Responden

Diharapkan responden dapat menerapkan senam *intradialisis* untuk menurunkan tingkat stress pada saat menjalani hemodialisis di ruang hemodialisis RSUD Diponegoro Dua Satu Klaten.

b. Bagi Perawat

Diharapkan penelitian yang dilakukan oleh peneliti bisa menjadi solusi alternatif bagi pearawat untuk membantu dalam melakukan senam *intradialisis* yang bertujuan untuk menurunkan tingkat stress pada pasien yang menjalani hemodialisis

c. Bagi Rumah sakit

Diharapkan rumah sakit/manajemen rumah sakit dapat menjadi tambahan wawasan pengembangan ilmu keperawatan tentang senam *intradialisis* dan penurunan tingkat stress

d. Bagi Pendidikan

Diharapkan bisa sebagai tambahan referensi berkaitan dengan pengaruh senam intradialisis terhadap penurunan tingkat stress pada pasien yang menjalani hemodialisis di ruang hemodialisis RSUD Diponegoro Dua Satu Klaten

e. Bagi peneliti

Diharapkan dapat mengembangkan intervensi yang efektif sehingga dapat membantu untuk menurunkan tingkat stress pada pasien yang menjalani hemodialisis di ruang hemodialisis RSUD Diponegoro Dua Satu Klaten

f. Bagi penelitian selanjutnya

Diharapkan bisa menjadi tambahan ilmu pengetahuan dan sebagai acuan atau dasar penelitian lanjutan terkait dengan judul pengaruh senam *intradialisis* terhadap penurunan tingkat stress pada pasien yang menjalani hemodialisis di ruang hemodialisis RSUD Diponegoro Dua Satu Klaten.

E. Keaslian penelitian

Tabel 1.1 Keaslian penelitian

No	Penulis, judul penelitian, tahun penelitian	Metode	Hasil	Persamaan Perbedaan
1	Judul penelitian Pengaruh penerapan murottal dan dzikir terhadap tingkat stres pada pasien gagal ginjal kronik yang menjalani hemodialisa di ruang hemodialisa RSUD dr. Moewardi tahun artikel penelitian 2024 Peneliti Agung Budi Prasetyo Diyanah Syolihan Rinjani Putri	Pendekatan pre-test dan post-test without control group design yaitu menggunakan cara pengamatan awal (pretest) yang dilakukan sebelum intervensi, pengamatan akhir (post-test) setelah dilakukan intervensi pada suatu kelompok tanpa melibatkan kelompok pembanding Populasi dalam penelitian ini adalah semua pasien Gagal Ginjal Kronik yang menjalani Hemodialisa rawat jalan di Ruang Hemodialisa RSUD Dr. Moewardi.	Terdapat pengaruh penerapan murottal dan dzikir terhadap tingkat stress pasien Gagal Ginjal Kronik yang menjalani hemodialisa di RSUD Dr. Moewardi	Persamaan 1. Variabel dependen tingkat stres pada pasien gagal ginjal kronik yang menjalani hemodialisa 2. Menggunakan pre-test dan post-test without control group design Perbedaan 1. Variabel independent penelitian sebelumnya menggunakan intervensi murottal dan dzikir, sedangkan penelitian yang akan dilakukan menggunakan intervensi senam intradialisis 2. Tempat penelitian terdahulu di ruang hemodialisa RSUD dr. Moewardi, penelitian yang akan dilakukan di ruang hemodialisis RSU Diponegoro Dua Satu Klaten
2	Pengaruh teknik relaksasi lima jari terhadap kualitas tidur, kecemasan, dan stres pada pasien gagal ginjal kronik dengan hemodialisis di	Jenis penelitian quasi experiment dengan pendekatan pretest dan posttest with control group design yang melibatkan 40 pasien terbagi kedalam kelompok kontrol dan	Terdapat pengaruh teknik relaksasi lima jari terhadap kualitas tidur, kecemasan, dan stres pada	Persamaan Variabel dependen tingkat stres pada pasien gagal ginjal kronik yang menjalani hemodialisa Perbedaan 1. Variabel independent

No	Penulis, judul penelitian, tahun penelitian	Metode	Hasil	Persamaan Perbedaan
	Ruang Dialisis Tahun terbit artikel 2024 Peneliti Rosliana Dewi	intervensi masing-masing sebanyak 20 orang dengan teknik pengambilan sampel yaitu total sampling.	pasien gagal ginjal kronik dengan hemodialisis, dan terdapat perbedaan kualitas tidur, kecemasan, dan stres pada kelompok kontrol dan intervensi pasien gagal ginjal kronik	penelitian sebelumnya menggunakan intervensi teknik relaksasi lima jari, sedangkan penelitian yang akan dilakukan menggunakan intervensi senam intradialisis 2. Jenis penelitian terdahulu menggunakan enis penelitian quasi experiment dengan pendekatan pretest dan posttest with control group design, sedangkan penelitian ini menggunakan pre ekperimental pre-test dan post-test without control group design 3. Tempat penelitian penelitian berbeda dengan penelitian yang akan dilakukan di ruang hemodialisis RSUD Diponegoro Dua Satu Klaten