

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Ginjal merupakan salah satu organ penting didalam tubuh, yang berfungsi untuk menyaring (filtrasi) dan mengeluarkan zat-zat sisa metabolisme (racun) dari darah menjadi urin (Utami & Musyarofah, 2021). Pada keadaan gagal ginjal kronis (GGK) terjadi penurunan fungsi ginjal secara progresif dan tidak dapat pulih kembali (Black, M. Joyce, dan Hawks, Hokanson 2014).

Penderita penyakit gagal ginjal kronik ini sangat banyak dan cenderung meningkat dari tahun ke tahun, berdasarkan hasil systematic review dan mendapatkan prevalensi secara global gagal ginjal kronik sebesar 13,4% dari seluruh dunia (Al-Shdaifat & Manaf, 2013). Data Riset Kesehatan Dasar tahun 2013 prevalensi penderita gagal ginjal kronik sebanyak 2%, ditahun 2018 meningkat menjadi 3,8% (Kemenkes RI, 2018). Provinsi Sumatera barat juga mengalami peningkatan pasien gagal ginjal kronik, tahun 2013 sebanyak 2% dan tahun 2018 meningkat menjadi 3,8% (Kemenkes RI, 2018). Prevalensi pasien yang pernah/sedang hemodialisis provinsi Sumatera Barat 18,3% (Kemenkes RI, 2018)

Dari hasil penelitian Darmawan et al., (2019) pasien gagal ginjal kronik yang menjalani terapi hemodialisis yang mengalami fatigue sebanyak 29%. Hal ini sesuai dengan penelitian Eri Purba Utomo, (2021) didapatkan bahwa pasien gagal ginjal kronik mengalami fatigue

sebanyak 90,9% dan yang tidak mengalami fatigue sebanyak 9,1%. Berdasarkan hasil penelitian Maesaroh, (2020) diperoleh responden yang menjalani hemodialisis sebagian besar mengalami fatigue tingkat sedang. Hal ini sesuai dengan penelitian Suparti & Nurjanah, (2018) bahwa sebagian besar responden mengalami tingkat fatigue sedang (67%) diikuti fatigue ringan dan berat (16,5%).

Hemodialisa adalah metode yang paling banyak dipilih pasien yang mengalami gagal ginjal kronik Saglimbene et al., (2017). Hemodialisa (HD) adalah suatu terapi pengganti ginjal yang menggunakan alat khusus dengan tujuan mengatasi gejala dan tanda akibat laju filtrasi glomerulus yang rendah sehingga dapat memperpanjang usia dan meningkatkan kualitas hidup pasien (Dirjen biyanmed Depkes RI, 2008). Hemodialisa suatu proses pertukaran zat terlarut dan produk sisa tubuh Aisara et al., (2018).

Hemodialisis merupakan terapi pengganti ginjal yang dilakukan 2-3 kali seminggu dengan lama waktu 4-5 jam, yang bertujuan untuk mengeluarkan sisa-sisa metabolisme protein dan mengoreksi gangguan keseimbangan cairan dan elektrolit Septiwi, (2013). Terapi hemodialisis yang berlangsung lama atau seumur hidup dapat menimbulkan berbagai macam komplikasi, masalah, serta berbagai perubahan pada bentuk fungsi sistem tubuh, salah satu masalah yang timbul saat klien menjalani hemodialisis adalah fatigue. Jhamb et al., (2011).

Fatigue adalah satu keadaan dimana pasien merasa lelah baik fisik maupun mental (Shantanam & Mueller, 2018). Penyebab munculnya fatigue pada pasien gagal ginjal kronik yang menjalani hemodialisis dikarenakan proses terapi hemodialisis membutuhkan waktu selama 5 jam, umumnya akan menimbulkan stres fisik pada pasien setelah hemodialisis. Pasien akan merasakan kelelahan, sakit kepala dan keluar keringat dingin akibat tekanan darah yang menurun, sehubungan dengan efek hemodialisis. Adanya status nutrisi yang buruk juga dapat menyebabkan penderitaan mengeluh malaise dan fatigue, selain itu kadar oksigen yang rendah karena anemia akan menyebabkan fatigue yang ekstrem (fatigue) dan akan memaksa jantung bekerja lebih keras untuk mensuplai oksigen yang dibutuhkan. (Septiwi, 2013).

Salah satu terapi nonfarmakologi yang terbukti dapat mengatasi fatigue adalah terapi Slow deep breathing (Septiwi, 2013). Slow deep breathing adalah relaksasi yang disadari untuk mengatur pernapasan secara dalam dan lambat (Pertiwi & Prihati, 2020). Terapi relaksasi napas dalam adalah pernapasan abdomen dengan frekuensi lambat atau perlahan, berirama dan nyaman dilakukan saat memejamkan mata (Brunner & Suddart, 2002 dalam Setyoadi, 2011). Slow deep breathing merupakan bagian strategi holistik self-care untuk mengatasi berbagai keluhan salah satunya fatigue karena secara fisiologis, Slow deep breathing akan menstimulasi saraf parasimpatis sehingga meningkatkan produksi endorfin, menurunkan heart rate,

meningkatkan ekspansi paru sehingga dapat berkembang maksimal, dan otot-otot menjadi rileks (Pertiwi & Prihati, 2020)

Teknik Slow deep breathing membuat tubuh mendapatkan oksigen yang adekuat, dimana oksigen memegang peran penting dalam sistem respirasi dan sirkulasi tubuh. Saat melakukan Slow deep breathing oksigen akan masuk ke dalam pembuluh darah dan seluruh jaringan tubuh, membuang racun dan sisa metabolisme yang tidak terpakai yang akan meningkatkan energi yang kemudian akan memaksimalkan jumlah oksigen yang masuk dan disuplai ke seluruh jaringan sehingga tubuh memproduksi energi dan menurunkan level fatigue. Sehingga ada pengaruh signifikan latihan relaksasi Slow deep breathing dalam mengurangi fatigue pada pasien gagal ginjal (Jafar, 2019).

Menurut penelitian yang dilakukan oleh Utami & Musyarofah (2021) yang berjudul Slow deep breathing berpengaruh terhadap fatigue pada pasien dengan gagal ginjal kronik yang menjalani hemodialisis. Hasil penelitian menunjukkan terdapat 37 dari 56 responden mengalami fatigue berat. Hal ini menunjukkan hasil bahwa terdapat perubahan signifikan skor fatigue pada kelompok intervensi dimana skor rata-rata fatigue sebelum dilakukan Slow deep breathing 25,79 menjadi 35,00 dimana hal tersebut menunjukkan terjadinya penurunan fatigue Utami & Musyarofah, (2021).

Didukung oleh penelitian Petiwi & Prihatihun (2020) tentang Slow deep breathing untuk menurunkan keletihan pada pasien gagal ginjal kronik. Hasil penelitian menunjukkan bahwa Slow deep breathing mampu mengurangi keletihan 100% responden yang mengalami penurunan level fatigue (Petiwi & Prihati, 2020)

Menurut penelitian Azhari (2020) tentang efek relaksasi pernapasan terhadap fatigue pada pasien penyakit ginjal kronis menjalani hemodialisa, hasil penelitian menunjukkan rata-rata skor fatigue sebelum (50,18) dan setelah dilakukan teknik relaksasi pernapasan adalah (46,45) dengan nilai $p = 0,043$ ($< 0,05$). Teknik relaksasi nafas dalam berpengaruh terhadap penurunan fatigue pada pasien penyakit ginjal kronik yang menjalani hemodialisis di RSUD Raden Matther Jambi (Azhari, 2020). Penyebab fatigue dapat dibedakan menjadi tiga kategori utama, yaitu faktor gaya hidup, isumedis, dan isukehatan mental.

Sedangkan menurut penelitian Safruddin & Asnani tahun 2019 yang berjudul pengaruh Slow deep breathing fatigue terhadap level fatigue pasien gagal ginjal yang menjalani hemodialisis. Hasil penelitian menunjukkan bahwa level fatigue pada pasien yang menjalani hemodialisis sebelum diberikan adalah 41,16 dengan standar deviasi 4,571 dimana rata-rata level fatigue berada pada level berat sedangkan sesudah diberikan Slow deep breathing fatigue mengalami penurunan menjadi 26,36 dengan standar deviasi 3,999 dimana rata-rata level fatigue berada pada level sedang. Hasil tersebut dapat disimpulkan bahwa terdapat pengaruh

Slow deep breathing fatigue terhadap penurunan level fatigue yang dapat dilihat dari adanya perbedaan yang signifikan antara pre-test dan post-test sehingga dapat diketahui bahwa Slow deep breathing fatigue dapat menjadi terapi non farmakologi pada pasien yang menjalani hemodialisis di RSUD Labuang Baji Makassar untuk menurunkan level fatigue (Safruddin & Asnaniar, 2019)

Berdasarkan survey awal yang dilakukan terhadap 6 orang pasien gagal ginjal kronik yang dirawat di ruang interne pria dan wanita RSUP. Dr. M. Djamil Padang berdasarkan hasil wawancara pada semua pasien tersebut mengalami fatigue sepanjang hari dan pada umumnya pasien yang menjalani perawatan tidak mengetahui cara mengatasi fatigue tersebut. Rata-rata pasien sering mengeluhkan fatigue kepada perawat ruangan, namun selama ini hanya terapi medis saja yang diberikan, padahal rasa Lelah masih dialami oleh pasien, sehingga perawat perlu menerapkan terapi relaksasi Slow deep breathing dalam upaya menurunkan fatigue pasien.

Berdasarkan fenomena di atas, maka peneliti tertarik untuk melakukan penelitian terkait pengaruh latihan slow deep breathing terhadap tingkat fatigue pada pasien gagal ginjal kronik yang menjalani hemodialisis di ruang penyakit dalam RSUP DR. M. Djamil Padang.

B. Rumusan Masalah

Berdasarkan latar belakang di atas, maka rumusan masalah dalam penelitian ini adalah “apakah ada pengaruh latihan slow deep breathing terhadap tingkat fatigue pada pasien gagal ginjal kronik yang menjalani hemodialisa di ruang penyakit dalam RSUP Dr.M.Djamil Padang?”

C. Tujuan Penelitian

1. Tujuan Umum

Untuk mengetahui pengaruh Latihan Slow deep breathing terhadap tingkat fatigue pada pasien gagal ginjal kronik yang menjalani hemodialisa di ruang penyakit dalam RSUP Dr.M.Djamil Padang.

2. Tujuan Khusus

a. Mengetahui nilai rata-rata fatigue pasien gagal ginjal kronik yang menjalani hemodialisa sebelum diberikan intervensi latihan Slow deep breathing pada kelompok intervensi dan kelompok kontrol di ruang penyakit dalam RSUP Dr.M.Djamil Padang.

b. Mengetahui nilai rata-rata fatigue pasien gagal ginjal kronik yang menjalani hemodialisa setelah diberikan intervensi latihan Slow deep breathing pada kelompok intervensi dan kelompok kontrol di ruang penyakit dalam RSUP Dr.M.Djamil Padang.

c. Mengetahui pengaruh latihan Slow deep breathing terhadap fatigue pada pasien gagal ginjal kronik di ruang penyakit dalam RSUP Dr.M.Djamil Padang

D. Manfaat Penelitian

1. Bagi Rumah Sakit

Latihan Slow deep breathing terhadap fatigue pada pasien gagal ginjal kronik, akan memberikan manfaat bagi pelayanan Kesehatan sebagai strategikhusus untuk mengurangi atau bahkan menghilangkan fatigue pada pasien GGK.

2. Bagi Institusi Pendidikan

Penelitian ini dapat memberikan tambahan referensi bahan bacaan di perpustakaan yang dapat memberikan masukan dan menambah wawasan bagi mahasiswa dan juga dapat digunakan sebagai data dasar untuk penelitian selanjutnya.

3. Bagi Profesi Keperawatan

Penelitian ini diharapkan dapat menjadi acuan dan perbandingan dalam melakukan penelitian lebih lanjut.