

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

CKD merupakan penyakit ginjal kronis yang terjadi karena adanya penurunan kemampuan ginjal dalam mempertahankan keseimbangan tubuh. Penurunan kemampuan ginjal tersebut menyebabkan keseimbangan dalam tubuh terganggu, penumpukan sisa metabolisme seperti ureum, dan terganggunya keseimbangan cairan dan elektrolit di dalam tubuh. (Irene et al., 2022). Pada CKD yang telah mencapai stadium akhir, ginjal sudah tidak dapat berfungsi lagi sebagaimana mestinya sehingga perlu cara lain untuk membuang zat-zat beracun dari dalam tubuh seperti dengan terapi cuci darah (hemodialisis), Continous Ambulatory Peritoneal Dialysis (CAPD), dan transplantasi ginjal (Sari et al., 2022)

Penyakit ginjal kronik menurut data *chronic kidney disease on global health* pada tahun 2021 telah menyebabkan kematian sebanyak 786.000 orang disetiap tahunnya. Angka tersebut menunjukkan bahwa CKD menduduki peringkat ke12 tertinggi sebagai penyebab angka kematian didunia (Ngara et al., 2022). Menurut data RISKESDAS didapatkan bahwa angka kejadian CKD di Indonesia yaitu sebesar 0,38% (RISKESDAS, 2023).

Menurut Pertiwi (2020) salah satu tanda dan gejala yang di rasakan pasien CKD adalah *fatigue* (keletihan/kelelahan). Keletihan didefenisikan sebagai perasaan keletihan yang luar biasa baik saat istirahat, saat beraktifitas,

kekurangan energi yang menghambat tugas sehari-hari, kurang daya tahan, atau kehilangan kekuatan yang bisa mengganggu aktivitas fisik dan sosial. *Fatigue* (kelelahan/kelelahan) pada pasien gagal ginjal kronik dapat disebabkan oleh berbagai faktor diantaranya proses dialisis, uremia, dukungan sosial yang kurang, depresi, cemas, kurang asupan nutrisi, fisiologi yang tidak normal dan kurang tidur (Davey et al, 2019).

Penurunan fungsi ginjal yang disebabkan penyakit gagal ginjal kronik menyebabkan ginjal tidak dapat bekerja dengan baik, termasuk salah satu tugas pentingnya yaitu memproduksi hormon eritropoetin yang berfungsi dalam pembentukan eritrosit. Penurunan produksi hormone eritropoetin ini lah yang menyebabkan produksi eritrosit menjadi berkurang Akibatnya jumlah sel darah merah akan menurun atau yang disebut anemia (Fatresia et al., 2020). Dimana pasien akan mengalami lelah letih, lesu yang merupakan gejala (*fatigue*) kelelahan (Nur Maqrifah et al., 2020). Selain itu kadar oksigen yang rendah karena anemia dapat menyebabkan tubuh mengalami kelelahan yang ekstrim (*fatigue*) dan akan memaksa jantung bekerja lebih keras untuk mensuplay oksigen yang dibutuhkan tubuh (Putra et al., 2021).

Sebelum terjadi kondisi lebih lanjut dan sebelum menjalani hemodialisa pasien CKD diberikan terapi melalui obat-obatan oral antara lain; pemberian anti hipertensi, eritropoetin, suplemen besi, agens pengikat posfat dan suplemen kalsium dan furosemid. Pemberian antihipertensi diindikasikan agar tekanan darah pasien tetap dalam batas normal agar tidak memperberat kerja ginjal (Reny, 2023). Salah satu terapi nonfarmakologi yang bisa mengatasi kelelahan

adalah terapi relaksasi nafas dalam. *Slow deep breathing* adalah relaksasi yang disadari untuk mengatur pernafasan secara lambat dan dalam, berirama, dan nyaman (Pertiwi & Prihati, 2020). *Slow deep breathing* merupakan teknik pernapasan yang berfungsi meningkatkan relaksasi yang dapat menurunkan tingkat kelelahan, menurunkan tekanan darah, mengurangi kecemasan, membantu meredakan stres, ketegangan otot, dan nyeri (Almayrs et al., 2024).

Secara fisiologi terapi relaksasi nafas dalam lambat (slow deep breathing) akan menstimulasi saraf parasimpatik sehingga meningkatkan produksi endorfin, menurunkan heart rate, meningkatkan ekspansi paru sehingga dapat berkembang secara maksimal dan otot-otot akan menjadi rileks (Almayrs et al., 2024). Teknik relaksasi nafas dalam lambat membuat tubuh kita mendapatkan input oksigen yang adekuat, dimana oksigen merupakan yang memegang peran penting dalam respirasi dan sirkulasi tubuh. Saat kita melakukan teknik relaksasi nafas dalam lambat oksigen akan mengalir ke pembuluh darah dan seluruh jaringan tubuh akan membuang racun dan sisa metabolisme yang tidak terpakai, meningkatkan metabolisme dan memproduksi energi yang kemudian akan memaksimalkan jumlah oksigen yang masuk dan disuplai keseluruhan jaringan tubuh sehingga tubuh dapat memproduksi energi serta menurunkan kelelahan atau kelelahan (Pertiwi & Prihati, 2020).

Berdasarkan hasil penelitian yang dilakukan oleh Hasanah (2021) pada penelitian pada pasien gagal ginjal kronik yang mengalami kelelahan didapatkan bahwa adanya perbedaan signifikan skor *fatigue* sebelum dan setelah dilakukan terapi relaksasi *slow deep breathing* dengan pvalue 0,000. Teknik relaksasi nafas

dalam lambat akan menstimulus sistem saraf simpatik sehingga meningkatkan endorphen, menurunkan hate rate, meningkatkan ekspansi paru sehingga dapat berkembang maksimal, dan otot-otot menjadi rileks sehingga dapat mengurangi kelelahan.

Didukung hasil penelitian yang dilakukan oleh Putra (2021), pada penelitiannya pada pasien gagal ginjal kronik bahwa penerapan terapi relaksasi *slow deep breathing* mampu mengurangi kelelahan dimana tingkat kelelahan yang awalnya skor tingkat kelelahan/kelelahan yang tadinya 29 (*fatigue*) menjadi 35 (tidak kelelahan). Teknik relaksasi nafas dalam lambat yang akan menstimulasi sistem saraf parasimpatik sehingga meningkatkan produksi endorpin, menurunkan *heart rate*, meningkatkan ekspansi paru sehingga dapat berkembang maksimal, dan otot-otot menjadi rileks.

Chronic Kidney Disease Stage V menjadi penyakit terbanyak pertama yang ada di RSUP Dr. M. Djamil Padang, dengan jumlah pasien sebanyak 12.027 pasien pada tahun 2023. Pada bulan Mei – November 2024 terdapat 212 pasien penyakit ginjal kronis yang di rawat di Ruang Interne Pria A dan menjalani hemodialisa di unit hemodialisis RSUP Dr. M. Djamil Padang.

Berdasarkan survey awal yang dilakukan terhadap 3 orang pasien gagal ginjal kronik yang dirawat di ruang interne pria RSUP M. Djamil Padang berdasarkan hasil wawancara pada semua pasien tersebut mengalami kelelahan sepanjang hari dan pada umumnya pasien yang menjalani perawatan tidak mengetahui cara mengatasi kelelahan tersebut. Rata-rata pasien sering mengeluhkan rasa lelah kepada perawat ruangan ataupun dokter. Namun

selama ini hanya terapi medis saja yang diberikan dan menganjurkan pasien untuk istirahat, padahal rasa lelah masih dialami oleh pasien. Penatalaksanaan *fatigue* di RSUP Dr. M. Djamil Padang khususnya pada ruangan Interne Pria tidak pernah melakukan intervensi terapi relaksasi *slow deep breathing*. Padahal dalam penelaksanaan intervensi ini tidak memerlukan energi dan biaya yang besar, serta intervensi ini juga dapat terus dilakukan ketika dirumah. Tindakan keperawatan pada pasien CKD yang dilakukan pada ruangan Interne Pria RSUP Dr. M. Djamil Padang adalah membatasi minum pasien, memantau intake output pasien, pemberian diuretik dan hemodialisa.

Berdasarkan penjelasan diatas, maka penulis tertarik untuk menyusun laporan Ilmiah Akhir tentang Asuhan Keperawatan Pasien Chronic Kidney Disease Stage V On HD dengan Penerapan Terapi Relaksasi Slow Deep Breathing Dalam Penurunan *Fatigue* Di Ruang Interne Pria RSUP Dr. M. Djamil Padang.

B. Tujuan

1. Tujuan Umum

Memberikan asuhan keperawatan pada pasien CKD serta mengetahui pengaruh penerapan terapi relaksasi *slow deep breathing* dalam penurunan *fatigue* di ruang Interne Pria RSUP Dr. M. Djamil Padang

2. Tujuan Khusus

- a. Menganalisis hasil pengkajian pada pasien CKD di ruang Interne Pria RSUP Dr. M. Djamil Padang.

- b. Menganalisis diagnosa keperawatan pada pasien CKD di ruang Interne Pria RSUP Dr. M. Djamil Padang.
- c. Menganalisis intervensi keperawatan pada pasien CKD di ruang Interne Pria RSUP Dr. M. Djamil Padang.
- d. Menganalisis implementasi keperawatan pada pasien CKD dengan penerapan terapi relaksasi slow deep breathing dalam penurunan *fatigue* di ruang Interne Pria RSUP Dr. M. Djamil Padang.
- e. Mengevaluasi asuhan keperawatan pada pasien CKD dengan penerapan terapi relaksasi slow deep breathing dalam penurunan *fatigue* di ruang Interne Pria RSUP Dr. M. Djamil Padang.

C. Manfaat Penulisan

1. Bagi Rumah Sakit (Profesi Keperawatan)

Hasil dari karya ilmiah akhir ini diharapkan menjadi referensi dan alternatif dalam upaya meningkatkan manajemen dan pemberian asuhan keperawatan pada pasien CKD dengan penerapan terapi relaksasi slow deep breathing dalam penurunan *fatigue* di ruang Interne Pria RSUP Dr. M. Djamil Padang.

2. Bagi Institusi Pendidikan

Hasil dari karya ilmiah akhir ini diharapkan dapat menjadi referensi dan masukan dalam menyusun asuhan keperawatan khususnya pada pasien CKD dengan penerapan terapi relaksasi slow deep breathing dalam penurunan *fatigue* di ruang Interne Pria RSUP Dr. M. Djamil Padang.

3. Bagi Peneliti Selanjutnya

Hasil dari karya ilmiah akhir ini diharapkan untuk menambah wawasan dalam mempersiapkan, mengumpulkan, mengolah, menganalisa dan menginformasikan data, meningkatkan pengetahuan dalam bidang keperawatan serta dapat menjadi bahan masukan bagi penulis ilmiah lainnya.

