

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Chronic Kidney Disease (CKD) merupakan salah satu isu kesehatan global yang signifikan dan terus menjadi perhatian karena kontribusinya terhadap peningkatan angka morbiditas, disabilitas, dan mortalitas. Secara global, diperkirakan terdapat sekitar 700 hingga 850 juta individu yang hidup dengan CKD. Namun, angka ini kemungkinan masih belum mencerminkan jumlah sebenarnya akibat rendahnya tingkat deteksi dini dan keterbatasan diagnosis pada tahap awal penyakit (Kovesdy, 2022)

Prevalensi penyakit ginjal kronik (*Chronic Kidney Disease/CKD*) secara global diperkirakan mencapai 13,0% (95% CI: 11,3–14,8), berdasarkan data dari populasi dewasa di berbagai negara selama periode 2014–2022. Temuan ini diperoleh melalui studi meta-analisis terbaru oleh Duff et al., (2024), yang menunjukkan beban CKD secara global masih tinggi dan memerlukan perhatian serius. Berdasarkan data dari *World Health Organization*, (2020), CKD menyebabkan sekitar 1,2 juta kematian setiap tahunnya dan jumlah ini diproyeksikan akan meningkat sebesar 41,5% pada tahun 2040. Saat ini, CKD menduduki peringkat ke-12 sebagai penyebab kematian terbanyak di dunia dan diperkirakan akan naik menjadi peringkat kelima apabila tidak dilakukan intervensi dan penanganan secara komprehensif (Kementerian Kesehatan RI, 2023).

Chronic Kidney Disease (CKD) merupakan kondisi yang progresif dan tidak dapat disembuhkan, serta seringkali tidak menimbulkan gejala pada tahap awal. Banyak pasien baru terdiagnosis ketika sudah memasuki stadium lanjut, sehingga memerlukan terapi pengganti ginjal seperti dialisis atau transplantasi (Rossing et al., 2024). Penanganan CKD sangat mahal, terlebih lagi pada stadium lanjut, serta dapat menimbulkan komplikasi berat seperti *Chronic Kidney Disease-Mineral and Bone Disorder* (CKD-MBD) serta penyakit kardiovaskular, yang secara signifikan memperburuk kondisi klinis pasien (KDIGO, 2023).

Di Indonesia, hasil Survei Kesehatan Indonesia (SKI) tahun 2023 menunjukkan bahwa prevalensi *Chronic Kidney Disease* (CKD) sebesar 0,18%, atau sekitar 638.178 orang berusia ≥ 15 tahun yang pernah didiagnosis oleh tenaga kesehatan (Kementerian Kesehatan RI, 2023).

Salah satu bentuk penanganan utama pada pasien *Chronic Kidney Disease* (CKD) stadium akhir adalah terapi hemodialisis, yang hingga saat ini menjadi metode paling umum digunakan di Indonesia. Berdasarkan data *Indonesian Renal Registry* (IRR) tahun 2021, tercatat sebanyak 132.142 pasien aktif menjalani hemodialisis, dengan lebih dari 70% pasien menjalani prosedur ini dua kali per minggu sebagai bentuk terapi pengganti ginjal yang berkelanjutan (*Indonesian Renal Registry*, 2021).

RSUP Dr. M. Djamil Padang sebagai rumah sakit rujukan utama di Provinsi Sumatera Barat memiliki sebanyak 27 mesin hemodialisis, yang secara rutin melayani sekitar 44 hingga 50 pasien setiap harinya, terbagi dalam

dua sesi terapi (RSUP Dr. M. Djamil, 2023). Durasi pelaksanaan hemodialisis bervariasi antara 2 hingga 5 jam per sesi, tergantung pada kondisi klinis masing-masing pasien. Berdasarkan hasil penelitian yang dilakukan pada tahun 2023, ditemukan bahwa mayoritas pasien yang menjalani hemodialisis di rumah sakit tersebut mengalami berbagai keluhan fisik maupun psikologis, seperti *fatigue*/ kelelahan, nyeri, gangguan tidur, serta penurunan kualitas hidup (Rifdatunnisa, 2023).

Fatigue merupakan salah satu keluhan yang paling sering dan paling mengganggu pada pasien *Chronic Kidney Disease* (CKD), terutama pada mereka yang menjalani terapi hemodialisis. Kelelahan ini bersifat kronik, tidak membaik dengan istirahat, dan berdampak pada aspek fisik, emosional, serta psikososial pasien. Beberapa faktor yang menyebabkan terjadinya *fatigue* antara lain anemia, gangguan tidur, akumulasi toksin uremik, serta efek samping dari prosedur hemodialisis itu sendiri (Jafari et al., 2020).

Fatigue yang tidak ditangani secara optimal dapat berdampak pada rendahnya kepatuhan pasien terhadap terapi, meningkatnya ketergantungan terhadap orang lain, isolasi sosial, hingga penurunan kualitas hidup secara keseluruhan. Oleh karena itu, dibutuhkan intervensi keperawatan yang efektif, aman, dan mudah diterapkan guna membantu mengurangi keluhan *fatigue* pada pasien hemodialisis (Franco et al., 2023).

Beberapa intervensi non-farmakologis yang telah digunakan untuk mengatasi *fatigue* pada pasien dengan *Chronic Kidney Disease* (CKD) antara lain terapi aktivitas fisik ringan seperti senam ringan atau berjalan kaki

(Baghai-Ravary et al., 2021), terapi musik (Gomes et al., 2022), dan latihan pernapasan dalam (Sung et al., 2020). Meskipun masing-masing intervensi memiliki manfaat, namun berdasarkan bukti yang ada, *Progressive Muscle Relaxation* (PMR) merupakan salah satu intervensi yang paling efektif dalam menurunkan tingkat keletihan karena mudah diterapkan, tidak membutuhkan alat khusus, dan dapat dilakukan secara mandiri oleh pasien (Franco et al., 2023; Nasiri et al., 2021)). PMR merupakan teknik relaksasi otot bertahap yang dikembangkan oleh Edmund Jacobson, dilakukan dengan cara menegangkan dan melemaskan kelompok otot tubuh secara sistematis untuk menurunkan ketegangan fisik dan psikologis (Hofmann et al., 2021).

Studi sebelumnya telah membuktikan bahwa *Progressive Muscle Relaxation* (PMR) efektif dalam menurunkan tingkat kelelahan pada pasien dewasa dengan *Chronic Kidney Disease* (CKD) yang menjalani hemodialisis. Penelitian oleh Marselina, Samangilailai, dan Suprapti (2025) menunjukkan bahwa intervensi PMR selama 10–20 menit yang dilakukan selama dua hari pada empat pasien CKD stadium V yang menjalani terapi hemodialisis di ruang rawat inap RS St. Carolus memberikan dampak signifikan terhadap penurunan tingkat kelelahan. Skor kelelahan yang semula berada pada kategori berat (>35) dan sedang (33–34), menurun menjadi kategori ringan (23–32) dan sedang setelah dilakukan PMR. Hasil ini membuktikan bahwa PMR merupakan intervensi non-farmakologis yang efektif dan dapat diterapkan oleh perawat secara mandiri dalam membantu pasien mengatasi *fatigue*. Penelitian yang dilakukan oleh Hudhani Nora Dwipa dan rekan (2023) yang menerapkan

teknik PMR selama 10–15 menit sekali sehari selama 5 hari pada satu pasien dewasa CKD di RSUD Abdul Moeloek Lampung. Hasilnya menunjukkan penurunan skor kelelahan dari 17 (kategori berat) menjadi 31 (kategori ringan) pada hari ke-5, membuktikan efektivitas PMR dalam mengurangi tingkat *fatigue* (kelelahan) pada pasien hemodialisis.

Meskipun *Progressive Muscle Relaxation* (PMR) telah terbukti efektif dalam menurunkan tingkat kelelahan, kecemasan, serta meningkatkan kualitas tidur pada pasien *Chronic Kidney Disease* (CKD), implementasinya di layanan kesehatan masih belum optimal. Sampai saat ini, PMR belum menjadi bagian dari intervensi keperawatan standar dan penerapannya masih terbatas pada studi berskala kecil atau inisiatif individu perawat (Utami et al., 2023)

Berdasarkan latar belakang tersebut, maka peneliti tertarik untuk melakukan asuhan keperawatan dan penulisan laporan akhir dengan judul “Asuhan Keperawatan pada Pasien dengan *Chronic Kidney Disease* (CKD) yang Menjalani Hemodialisis Dengan Penerapan Terapi *Progressive Muscle Relaxation* (PMR) untuk Mengurangi Tingkat *Fatigue* di RSUP Dr. M. Djamil Padang”

B. Rumusan Masalah

Berdasarkan latar belakang masalah yang telah diuraikan, maka rumusan masalah dalam karya ilmiah akhir ini adalah: “Bagaimana Asuhan Keperawatan pada Pasien dengan *Chronic Kidney Disease* (CKD) yang Menjalani Hemodialisis Dengan Penerapan Terapi *Progressive Muscle*

Relaxation (PMR) untuk Mengurangi Tingkat *Fatigue* di RSUP Dr. M. Djamil Padang?”

C. Tujuan Penelitian

a. Tujuan Umum

Penulisan karya ilmiah akhir ini bertujuan untuk menerapkan asuhan keperawatan pada pasien dewasa dengan *Chronic Kidney Disease* (CKD) yang menjalani hemodialisis dengan penerapan terapi *Progressive Muscle Relaxation* (PMR) untuk mengurangi tingkat *fatigue* di RSUP Dr. M. Djamil Padang.

b. Tujuan Khusus

- 1) Melakukan pengkajian keperawatan pada pasien dewasa dengan CKD yang menjalani hemodialisis.
- 2) Menegakkan diagnosa keperawatan pada pasien dewasa dengan CKD yang menjalani hemodialisis.
- 3) Merencanakan intervensi keperawatan yang tepat pada pasien dewasa dengan CKD yang menjalani hemodialisis.
- 4) Melaksanakan implementasi asuhan keperawatan pada pasien dewasa dengan CKD yang menjalani hemodialisis.
- 5) Menerapkan *Progressive Muscle Relaxation* (PMR) sebagai EBN untuk mengurangi gejala *fatigue* pada pasien dewasa dengan CKD yang menjalani hemodialisis.

- 6) Melakukan evaluasi hasil asuhan keperawatan pada pasien dewasa dengan CKD yang menjalani hemodialisis setelah dilakukan terapi *Progressive Muscle Relaxation* (PMR)

D. Manfaat Penelitian

1. Bagi Profesi Keperawatan

Karya ilmiah akhir ini diharapkan dapat menjadi referensi praktik dalam meningkatkan mutu asuhan keperawatan pada pasien dewasa dengan CKD yang menjalani hemodialisis melalui terapi *Progressive Muscle Relaxation* (PMR) untuk mengurangi *fatigue*.

2. Bagi Rumah Sakit

Karya ilmiah akhir ini diharapkan dapat menjadi acuan dalam pengembangan intervensi non-farmakologis dalam praktik keperawatan, khususnya pada pasien CKD di ruang rawat inap interne, dengan fokus pada pengurangan *fatigue*.

3. Bagi Institusi Pendidikan

Karya ilmiah ini diharapkan dapat menjadi bahan referensi bagi mahasiswa keperawatan dalam menyusun dan menerapkan asuhan keperawatan pada pasien dengan CKD yang menjalani hemodialisis, serta memahami penerapan terapi *Progressive Muscle Relaxation* (PMR).