

BAB I

PENDAHULUAN

1.1 Latar Belakang

Ginjal merupakan organ penting dalam struktur tubuh manusia. Fungsi esensial ginjal adalah untuk mempertahankan volume, komposisi, dan distribusi cairan tubuh. Selain untuk mempertahankan volume cairan tubuh, ginjal mempunyai fungsi lain yang sangat penting, yaitu menghasilkan hormon-hormon misalnya eritropoitin dan vitamin D3 aktif. Ginjal juga membersihkan toksin hasil metabolisme dalam darah serta memegang peranan untuk mengontrol tekanan darah (Indanah et al., 2018).

Gagal Ginjal Kronik (GGK) merupakan rusaknya ginjal melebihi kurun waktu 3 bulan, abnormalitas struktur, maupun fungsi ginjal. Gangguan fungsi ginjal ditandai oleh meningkatnya kadar ureum dan kreatinin, kelainan sedimen urine, elektrolit, histologi, dan struktur ginjal. Kondisi ini termasuk salah satu penyebab utama kematian dan disabilitas di seluruh dunia, dengan prevalensi 242 kasus per satu juta penduduk, yang terus meningkat dengan laju tahunan sebesar 70 %. Opsi pengobatan untuk penyakit ginjal tahap akhir meliputi dialisis jangka panjang dan transplantasi ginjal. Meskipun transplantasi ginjal dianggap sebagai pengobatan paling efektif, kekurangan donor ginjal di banyak negara menyebabkan hemodialisis sering menjadi modalitas pengobatan utama (Sukmawati et al., 2022).

Berdasarkan data dari Riset Kesehatan dasar (Riskesdas, 2018), prevalensi penyakit gagal ginjal kronik berdasarkan umur, pada umur 15 tahun berdasarkan diagnosis dari Ikatan Dokter Indonesia (IDI), dari tahun 2013 sebesar 2,0 per mil naik menjadi 3,8 per mil, sedangkan berdasarkan klasifikasi diagnosis, pada diagnosis penyakit gagal ginjal kronik sebesar 90%, kemudian diikuti penyakit gagal ginjal akut atau ARF sebesar 8%. Sedangkan data dari (Indonesia *Renal Registry*, 2018), jumlah penderita baru dan aktif yang menjalani hemodialisis meningkat setiap tahunnya dimana pada tahun 2015 sejumlah 21.050 orang, kemudian mengalami peningkatan pada tahun 2016

sejumlah 25.446 orang. Provinsi Jawa Tengah menempati urutan keenam dari 23 provinsi di Indonesia, dengan jumlah tindakan hemodialisis rutin pertahun sejumlah 65.755 (RI, 2018).

Selain itu, kompleksitas rejimen pengobatan dan penyesuaian gaya hidup yang diperlukan semakin mempersulit kesejahteraan psikososial pasien. Di antaranya adalah proses hemodialisis yang dijalannya. Lama, durasi, dan frekuensi hemodialisa berkaitan erat dengan kualitas hidup pasien gagal ginjal. Penyakit berkepanjangan, pengobatan yang terus-menerus, dan sistem pendukung yang tidak memadai dapat menghambat kemampuan pasien untuk mengatasi stres, sehingga memperburuk kecemasan mereka. Akibatnya, individu yang menjalani hemodialisis sering mengalami stres, kecemasan, dan depresi yang signifikan, dengan respons emosional ini menjadi salah satu manifestasi paling mencolok dari kondisi mereka (Indanah et al., 2018).

Kecemasan merupakan masalah psikologis yang umum pada pasien dengan penyakit ginjal tahap akhir. Kecemasan meliputi keadaan emosional yang tidak nyaman, ditandai dengan kekhawatiran dan kegelisahan, sering kali disertai dengan gejala fisik seperti berkeringat, sakit kepala, gelisah, dan jantung berdebar. Meskipun tingkat kecemasan normal dapat dikelola, namun dapat meningkat menjadi gangguan mental yang lebih parah, membuat beberapa pasien berjuang dengan kecemasan yang berlebihan (Karadag & Samancioglu Baglama, 2019).

Menurut WHO, pada tahun 2021 sekitar 100 juta dari 870 juta orang di Eropa mengalami kecemasan dan depresi, dengan prevalensi gangguan kecemasan 17,7% dalam 12 bulan. Angka seumur hidup gangguan kecemasan adalah 30,5% untuk wanita dan 19,2% untuk pria. Di antara pasien hemodialisis, prevalensi kecemasan berkisar antara 20% hingga 60%. Kementerian Kesehatan menyatakan bahwa kondisi kecemasan pada akhir tahun 2021 di Indonesia meningkat 6,8% dari tahun sebelumnya, berdasarkan data Kemenkes sepanjang tahun 2020 masyarakat Indonesia sebanyak 18.373 jiwa mengalami gangguan kecemasan. Stres berdampak signifikan pada pasien hemodialisis, meningkatkan penyakit, tingkat kematian, frekuensi rawat inap, dan biaya

perawatan, serta menghambat kepatuhan terhadap diet dan terapi, yang berdampak negatif pada perawatan diri dan hasil pengobatan. Stres juga meningkatkan risiko bunuh diri di antara pasien ini (Zhang et al., 2023).

Kecemasan berlebih dapat mengganggu kualitas hidup seseorang dan berpotensi membuat individu tersebut sulit untuk menjalani aktivitas sehari-hari. Penatalaksanaan gangguan kecemasan bisa dilakukan dengan metode konvensional seperti terapi kognitif perilaku (CBT) dan pengobatan psikotropika, terapi kognitif perilaku dapat memberikan hasil jangka panjang yang signifikan dalam mengurangi gejala kecemasan, namun sering kali memerlukan waktu dan konsistensi yang lebih tinggi. Di sisi lain, obat-obatan mungkin cepat untuk mengatasi kecemasan, namun dapat memunculkan efek samping yang membuat banyak pasien ragu untuk terus mengonsumsinya. Sementara itu, Salah satu pendekatan alternatif yang mulai menarik perhatian adalah aromaterapi, aromaterapi menawarkan pendekatan alternatif yang lebih damai dan tanpa efek samping farmakologis (Abdullah et al., 2024).

Aromaterapi merupakan praktik alternatif yang memanfaatkan minyak atsiri dari tumbuhan untuk memberikan efek terapeutik bagi kesehatan fisik dan mental. Penggunaan aromaterapi dalam konteks pengobatan gangguan cemas semakin menarik perhatian, dengan tujuan untuk menciptakan lingkungan yang mendukung proses penyembuhan. Dalam seni aromaterapi, aroma dari minyak yang dihasilkan dapat memengaruhi sistem limbik di otak, yang berperan dalam pengaturan emosi dan perilaku (Abdullah et al., 2024).

Aromaterapi, salah satu bentuk pengobatan komplementer, Untuk mengatasi masalah tersebut, berbagai intervensi telah dicari, salah satunya adalah aromaterapi. Aromaterapi telah mendapat perhatian yang signifikan dalam pengobatan alternatif, terutama dalam konteks gangguan cemas. Sejumlah studi telah dilakukan untuk mengeksplorasi efek dari pemberian minyak esensial, baik dalam bentuk lilin aromaterapi maupun bentuk lainnya, terhadap gejala cemas (Abdullah et al., 2024).

Penelitian tentang aromaterapi penting dilakukan karena beberapa alasan utama. Pertama, gangguan cemas merupakan masalah kesehatan mental

yang umum di seluruh dunia, dan pengobatannya sering kali memerlukan pendekatan yang komprehensif (Kartikasari et al., 2024).

Kedua, banyak individu yang mengalami efek samping dari pengobatan konvensional, seperti terapi obat, terutama bagi pasien gagal ginjal, dimana pasien gagal ginjal disarankan untuk tidak mengonsumsi obat secara berlebihan atau sembarangan karena dapat memperburuk kondisi ginjal mereka, sehingga diterapkan alternatif yang lebih alami dan minim efek negatif, salah satunya melalui penggunaan aromaterapi, dengan menawarkan pendekatan non-invasif yang dapat dipertimbangkan untuk meningkatkan kesejahteraan mental tanpa risiko interaksi obat yang merugikan (Abdullah et al., 2024).

Penelitian awal menunjukkan bahwa inhalasi minyak esensial tertentu, seperti lavender, dapat mengurangi kecemasan dan meningkatkan rasa relaksasi. Sebuah studi yang dilakukan oleh Field et al., (2016) menemukan bahwa partisipan yang terpapar aroma lavender selama sesi terapi menunjukkan penurunan yang signifikan dalam tingkat kecemasan dibandingkan dengan kelompok kontrol yang tidak terpapar aroma (Abdullah et al., 2024).

Di samping itu, penelitian lain juga menjelaskan mekanisme kerja aromaterapi di otak, dimana aroma minyak atsiri diproses di dalam sistem limbik—bagian otak yang berperan dalam regulasi emosi. Sebuah kajian sistematis oleh Lee dan Kim (2020) menggarisbawahi bahwa kombinasi antara teknik pernapasan dan aromaterapi dapat memperkuat efek relaksasi, menunjukkan bahwa penerapan aromaterapi tidak hanya berfungsi sebagai terapi mandiri tetapi juga dapat diintegrasikan dengan metode terapeutik lainnya (Abdullah et al., 2024).

Dalam penelitian ini, peneliti menggunakan metode yang digunakan sesuai dengan penelitian yang telah dilakukan oleh Abdullah yaitu pemberian aromaterapi lavender dengan cara meneteskan dua tetes minyak esensial lavender pada kapas, yang kemudian diletakkan di sekitar area tempat tidur pasien selama 30 menit pasca-hemodialisis (Abdullah et al., 2024). Penelitian ini juga didukung oleh hasil penelitian Lee & Kim yang menyatakan adanya pengaruh aromaterapi lavender terhadap Tingkat kecemasan pasien

hemodialisis. Metode ini dipilih karena praktis, mudah diterapkan, dan telah terbukti efektif dalam menciptakan efek relaksasi melalui sistem limbik otak yang mengatur emosi (Lee & Kim, 2020).

Oleh karena itu, peneliti melakukan penelitian yang bertujuan untuk menggambarkan implementasi aromaterapi lavender terhadap tingkat kecemasan pasien selama proses hemodialisis dan berharap dapat memberikan kontribusi positif bagi pengelolaan kecemasan pada pasien.

1.2 Rumusan Masalah

Berdasarkan latar belakang di atas, rumusan masalah dalam penelitian ini adalah bagaimana pengaruh implementasi aromaterapi lavender terhadap tingkat kecemasan pasien hemodialisis?

1.3 Tujuan Penelitian

1.3.1 Tujuan Umum

Tujuan umum dari penelitian ini adalah untuk mengetahui gambaran implementasi aromaterapi lavender terhadap tingkat kecemasan pasien yang menjalani hemodialisis di RSUD Kardinah Kota Tegal.

1.3.2 Tujuan Khusus

1. Mampu melakukan pengkajian terhadap tingkat kecemasan pasien yang menjalani hemodialisis.
2. Mampu menetapkan diagnosis keperawatan yang tepat pada pasien yang mengalami kecemasan selama hemodialisis.
3. Mampu menyusun perencanaan pemberian aromaterapi lavender terhadap pasien yang mengalami kecemasan selama hemodialisis di RSUD Kardinah Kota Tegal.
4. Mampu melaksanakan implementasi aromaterapi lavender terhadap pasien yang mengalami kecemasan selama hemodialisis di RSUD Kardinah Kota Tegal.
5. Mampu mengevaluasi hasil pemberian aromaterapi lavender terhadap penurunan tingkat kecemasan pasien selama hemodialisis di RSUD Kardinah Kota Tegal.

6. Mampu mendokumentasikan hasil intervensi aromaterapi lavender terhadap pasien yang mengalami kecemasan selama hemodialisis di RSUD Kardinah Kota Tegal.

1.4 Manfaat Penelitian

- 1.4.1 Bagi Pasien: Memberikan alternatif non-farmakologis untuk mengurangi kecemasan selama hemodialisis.
- 1.4.2 Bagi Tenaga Kesehatan: Menambah wawasan dan pengetahuan tentang penggunaan aromaterapi dalam praktik keperawatan.
- 1.4.3 Bagi Institusi: Menjadi referensi untuk pengembangan layanan kesehatan yang lebih *holistic* dan komprehensif.