



PENGARUH RELAKSASI GENGAM JARI TERHADAP TINGKAT KECEMASAN PASIEN GAGAL GINJAL KRONIK DENGAN TERAPI HEMODIALISIS DI RSUD. R. SYAMSUDIN, SH. KOTA SUKABUMI

Sopar ER¹, Tohri T², Ramadhan A³

¹²³Fakultas Keperawatan Institut Kesehatan Rajawali Bandung
[e-mail: ekyrizkia2910@gmail.com](mailto:ekyrizkia2910@gmail.com)

ABSTRAK

Latar Belakang: Hemodialisis merupakan terapi pengganti ginjal utama disamping peritoneal dialisis dan transplantasi ginjal di sebagian besar negara di dunia. Efek samping dan gejala yang ditimbulkan dari proses hemodialisis merupakan stressor yang dapat menimbulkan kecemasan. Relaksasi genggam jari adalah terapi komplementer yang bertujuan mengurangi tingkat kecemasan bagi pasien yang menjalani terapi hemodialisis.

Tujuan: Penelitian ini dilaksanakan untuk mengetahui pengaruh relaksasi genggam jari terhadap tingkat kecemasan pada pasien gagal ginjal kronik dengan terapi hemodialisis di RSUD. R. Syamsudin, SH. Kota Sukabumi.

Metodologi Penelitian: Penelitian ini menggunakan desain *Quasi eksperimen pre test and post test with control group*. Sampel yang digunakan adalah *total sampling* sebanyak 40 responden dibagi menjadi kelompok kontrol dan intervensi. Instrumen penelitian menggunakan SPO Terapi relaksasi genggam jari, dan kuesioner *Zung Self Anxiety-rate Scale*.

Hasil: Analisis bivariante menggunakan uji wilcoxon didapatkan data *post test* pada kelompok kontrol menunjukkan nilai 0,102 ($> 0,05$) artinya, tidak ada penurunan tingkat kecemasan pada kelompok kontrol, sedangkan pada kelompok intervensi menunjukkan nilai 0.000 ($< 0,05$) artinya, terdapat pengaruh relaksasi genggam jari terhadap tingkat kecemasan pasien gagal ginjal kronik dengan terapi hemodialisis.

Simpulan: Terdapat pengaruh relaksasi genggam jari terhadap tingkat kecemasan pasien gagal ginjal kronik dengan terapi hemodialisis di RSUD. R. Syamsudin, SH. Kota Sukabumi.

Kata kunci : Gagal ginjal kronik, Hemodialisis, Kecemasan, Relaksasi Genggam Jari
Kepustakaan : 2010-2020

**THE EFFECT OF FINGER GRIP RELAXATION ON ANXIETY LEVEL
CHRONIC KIDNEY FAILURE PATIENTS WITH HEMODIALYSIS THERAPY
AT RSUD. R. SYAMSUDDIN, SH. SUKABUMI CITY**

Sopar ER¹, Tohri T², Ramadhan A³
¹²³Fakultas Keperawatan Institut Kesehatan Rajawali Bandung
[e-mail: ekyrizkia2910@gmail.com](mailto:ekyrizkia2910@gmail.com)

ABSTRAK

Background: Hemodialysis is the main renal replacement therapy in addition to peritoneal dialysis and kidney transplantation in most countries in the world. Side effects and symptoms caused by the hemodialysis process are stressors that can cause anxiety. Finger grip relaxation is a complementary therapy that aims to reduce anxiety levels for patients undergoing hemodialysis therapy.

Purpose: This study was conducted to determine the effect of finger grip relaxation on the level of anxiety in patients with chronic kidney failure with hemodialysis therapy in hospitals. R. Syamsudin, SH. Sukabumi City.

Research Methodology: This study used a quasi-experimental pre-test and post-test design with a control group. The sample used is a total sampling of 40 respondents divided into control and intervention groups. The research instrument used SPO finger grip relaxation therapy, and the Zung Self Anxiety-rate Scale questionnaire.

Results: Bivariate analysis using the Wilcoxon test showed that the post-test data in the control group showed a value of 0.102 (> 0.05), meaning that there was no decrease in the level of anxiety in the control group, while the intervention group showed a value of 0.000 (< 0.05), meaning that there was a the effect of finger grip relaxation on the anxiety level of chronic renal failure patients with hemodialysis therapy.

Conclusion: There is an effect of finger grip relaxation on the anxiety level of chronic kidney failure patients with hemodialysis therapy at the RSUD. R. Syamsudin, SH. Sukabumi City.

Keywords: Chronic kidney failure, Hemodialysis, Anxiety, Finger Grip Relaxation
Literature: 2010-2020

PENDAHULUAN

Ginjal mempunyai peran yang sangat penting dalam menjaga kesehatan tubuh secara menyeluruh karena ginjal adalah salah satu organ vital dalam tubuh. Bila ginjal tidak bekerja sebagaimana mestinya maka akan timbul masalah kesehatan yang berkaitan dengan penyakit ginjal kronik. Bila seseorang mengalami penyakit ginjal kronik pada stadium 5, maka orang tersebut mengalami gagal ginjal kronik (Cahyaningsih, 2018). Gagal ginjal kronik adalah suatu keadaan klinis yang ditandai dengan penurunan fungsi ginjal yang ireversibel, pada suatu derajat yang memerlukan terapi pengganti ginjal yang tetap, berupa dialisis atau transplantasi ginjal (Suwitra, 2014).

Menurut *World Health Organization* (WHO), penyakit gagal ginjal kronis berkontribusi pada beban penyakit dunia dengan angka kematian sebesar 850.000 jiwa per tahun (Pongsibidang, 2016). Angka kejadian gagal ginjal kronik meningkat dari tahun ke tahun. Menurut WHO (2018) jumlah penderita gagal ginjal mencapai 10% dari populasi. Di Indonesia, prevalensi Gagal Ginjal Kronik meningkat seiring bertambahnya usia, didapatkan meningkat tajam pada kelompok umur 25-44 tahun (0,3%). Data Riset Kesehatan Dasar (Riskesdas) tahun 2018 menunjukkan bahwa

prevalensi penduduk Indonesia yang menderita Gagal Ginjal Kronik sebesar 3,8%, meningkat dari tahun 2013. Berdasarkan Indonesian Renal Registry (IRR) tahun 2018, menyebutkan sebanyak 98% penderita gagal ginjal menjalani terapi hemodialisis dan 2% menjalani terapi Peritoneal Dialisis (PD). Pasien yang melakukan hemodialisis pada penderita yang berusia ≥ 15 tahun yaitu sebesar 19,3%.

Terapi pengganti ginjal dilakukan pada penyakit ginjal kronik stadium 5, yaitu pada laju filtrasi glomerulus kurang dari 15 ml/mnt. Terapi pengganti tersebut berupa Hemodialisis, Peritoneal Dialisis atau Transplantasi Ginjal (Suwitra, 2014). Hemodialisis (HD) masih merupakan terapi pengganti ginjal utama disamping peritoneal dialisis dan transplantasi ginjal di sebagian besar Negara di dunia. Terdapat lebih dari 2 juta pasien yang saat ini menjalani HD diseluruh dunia (Suhardjono, 2014).

RSUD. R. Syamsudin, SH. Kota Sukabumi adalah Rumah Sakit Daerah di Kota Sukabumi Provinsi Jawa Barat yang memberikan pelayanan kesehatan dibidang kesehatan ginjal dengan menyediakan terapi hemodialisis. Berdasarkan pada data Rumah Sakit bahwa jumlah kunjungan pasien yang menjalani hemodialisis di RSUD. R.

Syamsudin, SH. dari tahun 2017 mengalami peningkatan, walaupun sempat mengalami penurunan di tahun 2019, namun pada tahun 2020 terjadi lagi peningkatan jumlah kunjungan pasien hemodialisis. Pada tahun 2017 kunjungan pasien hemodialisis yaitu sebanyak 19.426 dan meningkat menjadi 20.481 kunjungan pada tahun 2018. Pada tahun 2019 kunjungan pasien hemodialisis menurun menjadi 19.561 dan meningkat kembali pada tahun 2020 menjadi 21.234 pasien sampai dengan bulan November 2020.

Pada pasien yang baru menjalani tindakan hemodialisis rata-rata yang didapatkan adalah tingkat kecemasan berat, pasien merasa berputus asa dan tidak dapat sembuh seperti sediakala. Setelah terapi berkelanjutan pasien mulai dapat beradaptasi dengan baik serta tingkat kecemasan mulai sedang dan ringan. Tingkat kecemasan di pengaruhi oleh bagaimana pasien menjalani tindakan hemodialisis (Musa, 2015).

Hasil wawancara dengan beberapa pasien Gagal Ginjal Kronik dengan terapi hemodialisis yang dirawat di ruang Penyakit Dalam RSUD. R. Syamsudin, SH. Kota Sukabumi, pasien mengatakan merasa cemas karena takut dengan tindakan yang akan dilakukan. Tidak hanya pasien yang baru menjalani terapi hemodialisis, bahkan pasien yang sudah rutin menjalani terapi

inipun masih mengalami gangguan kecemasan. Hal ini di tandai dengan tekanan darah pasien yang meningkat, akral dingin ketika mau dilakukan insersi, respirasi menjadi cepat, nadi cepat, pasien tampak tegang.

Menurut Nurhidayah (2018) dalam penelitiannya menyebutkan teknik relaksasi adalah salah satu cara non farmakologi yang banyak digunakan dalam mengatasi gangguan psikologi seperti kecemasan. Ada beberapa teknik relaksasi yang dapat dilakukan untuk mengatasi kecemasan seperti teknik relaksasi autogenic, teknik relaksasi lima jari, terapi musik, aroma terapi dan teknik relaksasi genggam jari. Diantara jenis relaksasi tersebut teknik relaksasi genggam jari merupakan salah satu teknik yang dapat mengatasi gejala kecemasan.

Tindakan yang dilakukan perawat untuk mengurangi tingkat kecemasan pasien adalah dengan memberikan edukasi atau pendidikan kesehatan dengan media leaflet namun jarang dilakukan tindakan non farmakologis yang lain untuk mengatasi hal tersebut. Berdasarkan uraian di atas peneliti tertarik untuk meneliti pengaruh relaksasi genggam jari terhadap tingkat kecemasan pasien gagal ginjal kronik dengan terapi hemodialisis.

METODOLOGI

Jenis penelitian yang digunakan dalam penelitian ini adalah *experiment research*. *Experiment research* adalah kegiatan percobaan (eksperimen) yang bertujuan untuk mengetahui suatu gejala atau pengaruh yang timbul sebagai akibat dari adanya perlakuan tertentu (Notoatmodjo, 2018). Eksperimen yang akan digunakan adalah *quasi eksperiment* dimana rancangannya adalah rancangan *pretest posttest* dengan kelompok kontrol (*pretest posttest kontrol group*). *Pretest* ini juga digunakan untuk menyaring responden, jika hasil *pretest* menunjukkan tidak ada kecemasan atau kecemasan berat maka pasien tidak akan dijadikan responden.

Populasi dalam penelitian ini adalah seluruh pasien gagal ginjal kronik yang telah beberapa kali menjalani terapi hemodialisis dan mengalami kecemasan dengan tingkatan ringan sampai sedang, berusia > 15 tahun dan dirawat di ruang perawatan Penyakit Dalam RSUD. R. Syamsudin, SH. Kota Sukabumi selama bulan maret sebanyak 40 orang. Sample menggunakan total sampling, jumlah sampel yang akan diteliti sebanyak 40 pasien dibagi menjadi dua kelompok yaitu kelompok perlakuan dan kelompok kontrol masing-masing 20 pasien dengan penentuan kelompok secara random.

Pengumpulan data pada penelitian ini menggunakan metode kuesioner.

Instrumen penelitian yang digunakan untuk mengukur tingkat kecemasan adalah menggunakan kuesioner *Zung Self-rating Anxiety Scale* dimana kuesioner ini dirancang untuk mengukur tingkat kecemasan yang mencakup perubahan tingkat kecemasan sebelum dan sesudah diberikan teknik relaksasi genggam jari.

HASIL

Analisis Univariat

Tabel 1

Hasil pengukuran pertama tingkat kecemasan pasien gagal ginjal kronik kelompok kontrol

Tingkat Kecemasan	Frekuensi	Persentase
Tidak cemas	5	25%
Ringan	5	25%
Sedang	10	50%
Total	20	100

Tabel 2

Hasil pengukuran kedua tingkat kecemasan pasien gagal ginjal kronik kelompok kontrol

Tingkat Kecemasan	Frekuensi	Persentase
Tidak cemas	5	25%
Ringan	6	30%
Sedang	9	45%
Total	20	100

Tabel 3

Hasil pengukuran tingkat kecemasan pasien gagal ginjal kronik sebelum dilakukan relaksasi genggam jari kelompok intervensi

Tingkat Kecemasan	Frekuensi	Persentase
Tidak cemas	2	10%
Ringan	8	40%
Sedang	10	50%
Total	20	100

Tabel 4

Hasil pengukuran tingkat kecemasan pasien gagal ginjal kronik setelah dilakukan relaksasi genggam jari kelompok intervensi

Tingkat Kecemasan	Frekuensi	Persentase
Tidak cemas	10	50%
Ringan	10	50%
Sedang	0	0%
Total	20	100

Analisis bivariat

Tabel 5

Hasil uji Wilcoxon pengaruh relaksasi genggam jari terhadap pasien gagal ginjal kronik dengan terapi hemodialisis kelompok kontrol

Analisis Statistik	Nilai Z	P-Value
Uji Wilcoxon	-1.633 ^b	0.102

Tabel 6

Hasil uji Wilcoxon pengaruh relaksasi genggam jari terhadap pasien gagal ginjal

kronik dengan terapi hemodialisis kelompok intervensi

Analisis Statistik	Nilai Z	P-Value
Uji Wilcoxon	-3.934 ^b	0.000

PEMBAHASAN

Tingkat kecemasan pada pasien gagal ginjal kronik dengan terapi hemodialisis pada pengukuran pertama kelompok kontrol didapatkan pasien dengan tingkat kecemasan sedang sebanyak 10 pasien (50%), pasien dengan tingkat kecemasan ringan sebanyak 5 pasien (25%), dan pasien tidak cemas sebanyak 5 pasien (25%). tingkat kecemasan pada pasien gagal ginjal kronik dengan terapi hemodialisis pada pengukuran kedua kelompok kontrol didapatkan pasien dengan tingkat kecemasan sedang sebanyak 9 pasien (45%), pasien dengan tingkat kecemasan ringan sebanyak 6 pasien (30%), dan pasien tidak cemas sebanyak 5 pasien (25%). Tidak terdapat perbedaan tingkat kecemasan yang signifikan dari hasil pengukuran pertama dan kedua pada kelompok kontrol pasien gagal ginjal kronik dengan terapi hemodialisis di RSUD. R. Syamsudin, SH. Kota Sukabumi. Dimana sebagian besar responden mengalami tingkat kecemasan yang tetap atau sama, hal ini ditunjukkan dengan hasil uji *Wilcoxon*

dimana $p = 0,102$ sehingga didapatkan nilai $0,102 (p \geq \alpha)$ dimana $\alpha = 0,05$. Maka dapat disimpulkan tidak ada penurunan tingkat kecemasan pasien gagal ginjal kronik dengan terapi hemodialisis pada kelompok kontrol.

Hasil penelitian pada pasien gagal ginjal kronik dengan terapi hemodialisis sebelum diberikan relaksasi genggam jari didapatkan hasil dengan tingkat kecemasan sedang sebanyak 10 pasien (50%), sedangkan untuk pasien yang mengalami kecemasan ringan sebanyak 8 pasien (40%), pasien yang tidak cemas sebanyak 2 pasien (10%). Tingkat kecemasan pasien gagal ginjal kronik dengan terapi hemodialisis setelah diberikan relaksasi genggam jari didapatkan tingkat kecemasan ringan dan tidak cemas masing-masing sebanyak 10 pasien (50%), jika dilihat dari tingkat kecemasan setelah diberikan relaksasi genggam jari didapatkan hasil tingkat cemas responden mengalami penurunan. Hasil uji *Wilcoxon* didapatkan $p = 0,000$ sehingga didapatkan nilai $0,000 (p \leq \alpha)$ dimana $\alpha = 0,05$ maka H_0 ditolak. Maka dapat disimpulkan bahwa ada pengaruh relaksasi genggam jari terhadap tingkat Kecemasan pasien gagal ginjal kronik dengan terapi hemodialisis di RSUD. R. Syamsudin, SH. Kota Sukabumi.

SIMPULAN

Berdasarkan hasil dan pembahasan penelitian tentang pengaruh relaksasi genggam jari terhadap tingkat kecemasan pasien gagal ginjal kronik di RSUD. R. Syamsudin, SH. Kota Sukabumi, dapat diambil simpulan sebagai berikut:

- a. Tingkat kecemasan pasien gagal ginjal kronik dengan terapi hemodialisis pada kelompok kontrol pengukuran pertama didapatkan pasien dengan tingkat kecemasan sedang sebanyak 10 pasien (50%), sedangkan untuk pasien yang mengalami kecemasan ringan sebanyak 5 pasien (25%) dan tidak cemas sebanyak 5 pasien (25%). Sedangkan tingkat kecemasan pasien pada kelompok kontrol pengukuran kedua yaitu pasien dengan kecemasan sedang sebanyak sebanyak 9 pasien (45%), pasien yang mengalami kecemasan ringan sebanyak 6 pasien (30%) dan tidak cemas sebanyak 5 pasien (25%).
- b. Hasil uji *Wilcoxon* pada kelompok kontrol didapatkan p value $0,102$ dimana jika p values $> 0,05$, maka H_0 diterima. Sehingga dapat disimpulkan tidak terdapat penurunan tingkat kecemasan pada kelompok kontrol pasien gagal ginjal kronik dengan terapi hemodialisis

di RSUD. R. Syamsudin, SH. Kota Sukabumi.

- c. Tingkat kecemasan pada pasien gagal ginjal kronik dengan terapi hemodialisis pada kelompok intervensi sebelum diberikan terapi relaksasi genggam jari didapatkan pasien dengan tingkat kecemasan sedang sebanyak 10 pasien (50%), pasien yang mengalami tingkat kecemasan ringan sebanyak 8 pasien (40%), dan pasien yang tidak cemas sebanyak 2 pasien (10%).
- d. Tingkat kecemasan pada pasien gagal ginjal kronik dengan terapi hemodialisis setelah diberikan terapi relaksasi genggam jari didapatkan pasien dengan tingkat kecemasan ringan sebanyak 10 pasien (50%), tidak cemas sebanyak 10 pasien (50%) dan tidak ada pasien yang mengalami kecemasan sedang.
- e. Hasil uji *Wilcoxon* pada kelompok kontrol didapatkan *p value* 0,000 dimana jika *p values* < 0,05 maka H_0 ditolak dan H_1 diterima. Sehingga dapat disimpulkan terdapat pengaruh relaksasi genggam jari terhadap tingkat kecemasan pasien gagal ginjal kronik dengan terapi hemodialisis di RSUD. R. Syamsudin, SH. Kota Sukabumi.

Referensi

- Alfianur. Hubungan antara kecerdasan spiritual dengan tingkat kecemasan pasien gagal ginjal kronik yang menjalani hemodialisa. *JOM*. 2015 Oktober [cited 2020 Dec]; 2(2): 1106-1107.
- Arikunto S. Prosedur penelitian suatu pendekatan praktik. Jakarta: Rineka Cipta; 2019.
- Cahyaningsih ND. Hemodialisis (cuci darah). Jogjakarta: Mitra Cendikia Press; 2018.
- Cohen et al. Anxiety in hemodialysis patients. *Clin j am soc nephrol*. 2016 Desember [cited 2020 Dec]; 11(1): 2250.
- Dahlan S. Statistik untuk kedokteran dan kesehatan. Jakarta: Epidemiologi Indonesia; 2018.
- Haryono R. Keperawatan medikal bedah: sistem perkemihan. Yogyakarta: Rapha Publishing; 2013.
- Indonesian Renal Registry: 11th annual report of Indonesian renal registry 2018. Perhimpunan Nefrologi Indonesia. 2018 [cited 2020 Nov 10].
- Kurniawan. Pengaruh Latihan Kekuatan terhadap Restless Legs Syndrome. *JKP*. 2017 April [cited 2020 Dec]; 5 (1): 48-53.
- Musa. Hubungan tindakan hemodialisa dengan tingkat kecemasan klien gagal ginjal di ruangan dahlia rsup prof dr. r. kandou manado. *ejournal Keperawatan (e-Kp)* 2015 Februari [cited 2020 Dec]; 3(1): 1-2.

Muttaqin A, Sari K. Asuhan keperawatan Suwitra K. Penyakit ginjal kronik dalam gangguan sistem perkemihan. Jakarta: buku ajar ilmu penyakit dalam. 6th ed. Salemba Medika; 2012. Jakarta: Interna Publishing; 2014.

Ningsih. Pengaruh terapi relaksasi spiritual terhadap tingkat stres pasien gagal ginjal kronis yang menjalani hemodialisis. *Journal of Nursing Care & Biomolecular*. 2018 [cited 2020 Dec]; 3(2): 71-2.

Notoatmodjo S. Metodologi penelitian kesehatan. Jakarta: Rineka Cipta; 2018.

Nurchayanti. Hubungan kecemasan dengan kualitas hidup pasien penyakit ginjal kronik yang menjalani hemodialisis. *Jurnal Keperawatan Jiwa*. 2016 Mei [cited 2020 Dec]; 4(1): 1-2.

Nursalam. Metodologi penelitian ilmu keperawatan pendekatan praktis. 5th ed. Jakarta: Salemba Medika; 2020.

Riyanto A. Aplikasi metodologi penelitian kesehatan. Yogyakarta: Nuha Medika; 2017.

Smeltzer SC. Keperawatan medikal bedah vol 2. 8th ed. Jakarta: EGC; 2015.

Stuart GW. Buku saku keperawatan jiwa. 5th ed. Jakarta: EGC; 2018.

Sugiyono. Metode penelitian kuantitatif kualitatif & RND. Bandung: Alfabeta; 2018.

Suhardjono. Hemodialisis; prinsip dasar dan pemakaian kliniknya dalam buku ajar ilmu penyakit dalam. 6th ed. Jakarta: Interna Publishing; 2014.