

PENERAPAN RELAKSASI DZIKIR TERHADAP STRESS PADA PASIEN GAGAL GINJAL DI RUANG HEMODIALISA

Retno Widyastuti¹ Maulidta Karunianingtyas W²

¹ Mahasiswa DIII Keperawatan AKPER Widya Husada Semarang

² Staff Pengajar Prodi DIII Keperawatan AKPER Widya Husada Semarang

Email: retnowidyastuti897@gmail.com

ABSTRAK

Salah satu permasalahan psikologis yang paling sering ditemukan pada pasien gagal ginjal kronik yang menjalani hemodialisa adalah stress. Stress yang tidak teratasi dapat mengakibatkan dampak negatif untuk pasien. Salah satu intervensi yang dapat mengurangi stress yaitu dengan teknik relaksasi. Tehnik relaksasi yang digunakan penelitian ini adalah relaksasi dzikir. Tujuan penelitian ini adalah menyusun resume asuhan keperawatan meliputi (pengkajian, diagnosis, perencanaan keperawatan, implementasi dan evaluasi) dalam pemberian terapi relaksasi dzikir terhadap stress pada pasien gagal ginjal kronik yang menjalani hemodialisa. Metode penelitian yang digunakan adalah metode deskriptif dengan pendekatan studi kasus dengan jumlah sampel adalah 2 responden. Penelitian ini mengukur skore stress dengan menggunakan instrument lembar observasi DASS 42 aspek penilaian dengan 14 pertanyaan tingkat stress. Pengukuran tingkat stress pada pasien 1 sebelum dilakukan relaksasi dzikir adalah 23 setelah dilakukan relaksasi dzikir adalah 15 sedangkan pada pasien 2 sebelum dilakukan relaksasi dzikir adalah 25 setelah dilakukan relaksasi dzikir adalah 17. Terdapat pengaruh pemberian relaksasi dzikir terhadap stress pada kedua responden yang awalnya mengalami stres sedang menjadi stres ringan. Relaksasi dzikir berdampak positif dalam menurunkan tingkat stress pada pasien gagal ginjal kronik yang menjalani hemodialisa. Pengaruh terapi tersebut dapat mempengaruhi penurunan tingkat stress pada pasien gagal ginjal kronik yang menjalani hemodialisa.

Kata Kunci : gagal ginjal, hemodialisa, stress, relaksasi dzikir

APPLICATION OF DHIKR RELAXATION ON STRESS ON KIDNEY FAILURE PATIENTS IN THE HEMODIALYSIS ROOM

ABSTRACT

One of the psychological problems most often found in patients with chronic kidney failure who undergo hemodialysis is stress. Unresolved stress can have a negative impact on the patient. One intervention that can reduce stress is by relaxation techniques. The relaxation technique used in this study is relaxation of dhikr. The purpose of this study is to compile a nursing care resume including (assessment, diagnosis, nursing planning, implementation and evaluation) in the provision of dhikr relaxation therapy for stress in patients with chronic renal failure undergoing hemodialysis. The research method used is descriptive method with a case study approach with the number of samples is 2 respondents. This study measures stress scores by using the DASS observation sheet 42 aspects of assessment with 14 stress level questions. Measurement of stress level in patient 1 before dhikr relaxation is 23 after dhikr relaxation is 15 while in patient 2 before dhikr relaxation is 25 after dhikr relaxation is done 17. There is an effect of giving dhikr relaxation to stress on both respondents who initially experience moderate stress become mild stress. Dhikr relaxation has a positive impact on reducing stress levels in patients with chronic renal failure undergoing hemodialysis. The effect of these therapies can affect the decrease in stress levels in patients with chronic renal failure undergoing hemodialysis.

Key Words : Kidney Failure, Hemodialysis, stress, dhikr relaxation

PENDAHULUAN

Cronic Kidney Disease (CKD) atau gagal ginjal kronis adalah suatu proses patofisiologis yang memiliki etiologi beragam yang menyebabkan kegagalan

fungsi ginjal untuk mempertahankan metabolisme dan keseimbangan cairan dan elektrolit sehingga terjadi uremia. Data dari *Global Burden of Disease* tahun 2010 menunjukkan bahwa penyakit gagal ginjal

kronis merupakan penyebab kematian ke-27 di dunia tahun 1990 dan meningkat menjadi urutan ke-18 pada tahun 2010. Lebih dari 2 juta penduduk di dunia mendapatkan perawatan dengan dialisis atau transplantasi ginjal hanya sekitar 10% yang benar mengalami. Kementerian Kesehatan Republik Indonesia tahun 2017 mengatakan kematian pada pasien yang menjalani hemodialisa selama tahun 2015 tercatat sebanyak 1.243 orang dengan lama hidup hemodialisa 1-317 bulan. Proporsi terbanyak pada pasien dengan lama hidup dengan hemodialisa 6-12 bulan.

Penatalaksanaan pada penderita gagal ginjal kronis dapat mengurangi angka kematian dengan salah satu terapi untuk kelangsungan hidupnya adalah dilakukan hemodialisa. Hemodialisa adalah pengalihan darah pasien dari tubuhnya melalui dialiser yang terjadi secara difusi dan ultrafiltrasi, kemudian darah kembali lagi kedalam tubuh pasien. Hemodialisa memerlukan akses ke sirkulasi darah pasien dengan suatu mekanisme untuk membawa darah pasien ketempat terjadinya pertukaran cairan, elektrolit, dan zat sisa tubuh yang bertujuan untuk menghasilkan hormon yang membantu untuk memproduksi sel darah merah. Gejala psikologis umum yang menjalani hemodialisa dalam jangka panjang terjadi pada pasien gagal ginjal dengan terjadinya stress(Baradero, 2009).

Salah satu strategi efektif untuk mengatasi tingkat stress yaitu dengan terapi dzikir. Menurut Setyoadi (2011) Terapi dzikir (terapi spiritual) adalah mengingat Tuhan dengan segala kesalahan-Nya.yang mengandung unsur spiritual yang dapat membangkitkan harapan dan rasa percaya diri pada diri seseorang yang sedang sakit sehingga kekebalan tubuh serta proses penyembuhan dapat meningkat. Terapi di

dunia kesehatan berkembang kearah pendekatan keagamaan dari berbagai penelitian menunjukkan bahwa tingkat keimanan seseorang erat hubungannya dengan kekebalan dan daya tahan tubuh dalam menghadapi berbagai masalah kehidupan yang merupakan stressor psikologi. *World Health Organization* (WHO) menetapkan unsur agama sebagai salah satu dari empat unsur kesehatan, keempat unsur kesehatan tersebut adalah sehat fisik, sehat psikis, sehat sosial, dan sehat spiritual.

Penelitian lain menurut Romadoni Siti dkk, (2017) bahwa hasil penelitian ini bertujuan untuk mengetahui adanya pengaruh relaksasi dzikir Asmaul Husna terhadap tingkat stress pada pasien yang menjalani hemodialisa dengan pengambilan sampel menggunakan total sampling dengan jumlah sampel 23 responden yang menggunakan instrument skala DASS dengan 42 aspek penilaian.

Hasil penelitian yang pernah dilakukan oleh Rahayu Fitri dkk, (2018) bahwa penelitian ini untuk mengetahui hubungan frekuensi hemodialisa dengan tingkat stress pada pasien gagal ginjal kronik yang menjalani hemodialisa dengan penelitian yang bertujuan untuk menjelaskan masing-masing variabel yang diteliti. Hasil penelitian menunjukkan bahwa terdapat hubungan yang signifikan antara frekuensi hemodialisis terhadap tingkat stress pada pasien gagal ginjal kronik dengan total 67 responden yang hampir sebagian besar responden mengalami tingkat stress sedang.

Hasil penelitian yang pernah dilakukan oleh Kusumastuti Wanodya dkk, (2017) menyatakan bahwa dalam penelitian ini digunakan untuk menurunkan tingkat stress dengan menggunakan Teknik afirmasi positif dan stabilisasi dzikir

vibrasi. Teknik pengambilan sampel dalam penelitian ini menggunakan purposive sampling yang sesuai dengan kriteria. Pada pasien dihemodialisa berjumlah 22 orang yang diambil 12 orang dengan menjalani hemodialisa pada jadwal pagi. Dari 12 orang hanya 7 orang beresponden yang bersedia mengikuti proses penelitian. Kriteria tersebut beresponden beragama islam yang mengalami kecemasan dengan kriteria sedang dan berat yang sebelumnya sudah diukur. Hasil penelitian menunjukkan enam orang pasien hemodialisa yang mendapatkan teknik afirmasi positif dan stabilisasi dzikir vibrasi mengalami penurunan stress, sedangkan satu orang pasien mengalami peningkatan stress dengan kondisi tersebut disebabkan karena pasien kurang aktif dalam mempraktikkan terapi stabilisasi dzikir vibrasi secara rutin.

Berdasarkan uraian diatas peran perawat sangat dibutuhkan untuk memberikan Asuhan Keperawatan dalam bentuk penerapan relaksasi dzikir pada pasien dengan gagal ginjal kronis terhadap gejala stress pada pasien gagal ginjal.

Diharapkan studi kasus ini dapat menjawab penerapan dzikir terhadap stress pada pasien gagal ginjal kronik sehingga mudah di terapkan oleh perawat secara praktis, efisien, dan efektif.

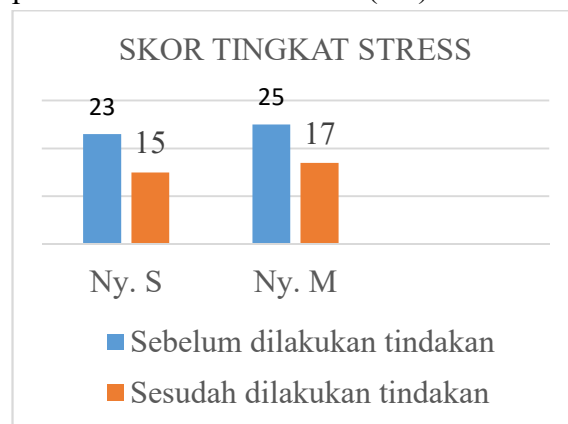
METODE

Studi kasus dilakukan dengan cara meneliti suatu permasalahan melalui suatu kasus dengan menggunakan bentuk rancangan *one group pretest posttest*. Jenis penelitian ini adalah deskriptif dengan menggunakan metode pendekatan studi kasus. Studi kasus ini menggunakan asuhan keperawatan pendekatan pasien dengan tingkat stress pada pasien gagal ginjal kronis dengan diberikan terapi

dzikir. Subjek studi kasus yang akan diteliti adalah pasien yang akan di jadikan sebagai responden adalah terbatas hanya 2 orang responden sebagai kelompok perlakuan dengan gagal ginjal yang dilakukan terapi dzikir yang sedang menjalanihemodialisa di RSUD Dr. Adhyatma, MPH yang sesuai dengan kriteria inklusi dan eksklusi. Kriteria insklusi dalam penelitian ini adalah pasien yang menjalani hemodialisa 2 kali dalam satu minggu, pasien yang beragama islam, pasien sadar penuh, pasien kooperatif, pasien yang mengalami stress ringan sedang, pasien yang tidak pernah melakukan penerapan terapi dzikir, pasien bersedia menjadi responden.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Grafik 1. Tingkat stress pada pasien di RSUD Dr. Adhyatma MPH Semarang pada bulan November2018 (n:2)



Penelitian yang dilakukan oleh Romadoni Siti dkk, (2018) menyatakan bahwa hasil penelitian ini bertujuan untuk mengetahui adanya pengaruh terapi relaksasi dzikir asmaul husna terhadap tingkat stress pada pasien yang menjalani hemodialisa dengan menggunakan total sampling yang berjumlah sampel 32 responden. Dalam penelitian ini yang mengalami tingkat stress ringan (30-59) sebanyak 30 responden dan yang mengalami stress sedang (60-89) sebanyak 2 responden.

Skore intervensi terapi dzikir pada pasien gagal ginjal dapat mengalami penurunan lebih besar skore ringan dari pada skore sedang.

Hasil penelitian yang pernah dilakukan oleh Kusumastuti Wanodya dkk, (2017) menyatakan bahwa dalam penelitian ini digunakan untuk menurunkan stress dengan menggunakan Teknik afirmasi positif dan stabilisasi dzikir vibrasi. Teknik pengambilan sampel dalam penelitian ini menggunakan purposive sampling yang sesuai dengan kriteria. Pada pasien dihemodialisa berjumlah 22 orang yang diambil 12 orang dengan menjalani hemodialisa pada jadwal pagi. Dari 12 orang hanya 7 orang beresponden yang bersedia mengikuti proses penelitian. Kriteria tersebut beresponden beragama islam yang mengalami stress dengan kriteria sedang dan berat yang sebelumnya sudah diukur. Hasil penelitian menunjukkan enam orang pasien hemodialisa yang mendapatkan teknik afirmasi positif dan stabilisasi dzikir vibrasi mengalami penurunan stress, sedangkan satu orang pasien mengalami peningkatan stress dengan kondisi tersebut disebabkan karena pasien kurang aktif dalam mempraktikkan terapi stabilisasi dzikir vibrasi secara rutin.

Pengkajian hasil skore stress sebelum dan sesudah diberikan terapi dzikir pada pasien yang menjalankan hemodialisa dengan Ny.S dan Ny.M. Pada Ny.S pengkajian kecemasan dengan menggunakan skore stress DASS dengan hasil skore stress dari yang awalnya 23 (stress sedang) menjadi 15 (stress ringan) dan pada Ny.M pengkajian stress dengan menggunakan skore DASS dengan hasil skore stress dari awalnya 25 (stress sedang) sekarang menjadi 17 (stress ringan).

Hasil pengkajian karakteristik pada kedua pasien didapatkan data pengkajian. Pada Ny.S berusia 56 tahun, pendidikan SMA yang bekerja sebagai Ibu Rumah Tangga. Sedangkan pada Ny.M berusia 46 tahun, pendidikan SMA yang bekerja sebagai Buruh Tani. Berdasarkan data yang diperoleh kedua responden pekerjaan memiliki latar belakang berbeda Ny.S berpendidikan SMA, pekerjaan sekarang menjadi seorang ibu rumah tangga sehingga responden kurang terpapar dengan informasi tentang penyakit gagal ginjal kronik secara mendalam dan sesuai dengan SOP dan pada Ny.M berpendidikan SMA dan pasien bekerja sebagai buruh tani sehingga responden juga kurang terpapar dengan informasi tentang penyakit gagal ginjal kronik yang dialaminya sekarang secara mendalam dan sesuai SOP. Kedua responden belum pernah mendapatkan penerapan terapi dzikir untuk menurunkan tingkat stress pada penyakit gagal ginjal kronik dengan hemodialisa yang benar sesuai dengan SOP.

Terapi dzikir tersebut diberikan kepada 2 responden yaitu Ny.S dan Ny.M, dalam pemberian terapi dzikir dilakukan dengan cara yang sama yaitu sebelum dilakukan hemodialisa pasien diukur tingkat stress menggunakan lembar observasi DASS dengan 42 aspek dengan 14 pertanyaan, penilaian kemudian saat menjalani hemodialisa berlangsung pasien menerapkan terapi dzikir untuk menurunkan stress dengan menggunakan tasbeih dan melafalkan *astaghfirullahaladhimdan Laa ilaha illallah* sampai hemodialisa berlangsung, setelah hemodialisa selesai pasien diukur kembali tingkat stress menggunakan alat ukur lembar observasi DASS dengan 42 aspek penilaian dalam 14 pertanyaan.

Tingkat stress pada Ny.S dan Ny.M sebelum diberikan terapi dzikir dengan menggunakan tasbih pada pasien gagal ginjal yang menjalani hemodialisa yaitu stress sedang yang masing-masing mempunyai skore 23 dan 25 sedangkan tingkat stress sesudah dilakukan terapi dzikir dengan menggunakan tasbih pada pasien gagal ginjal yang menjalani hemodialisa yaitu mengalami penurunan yang signifikan pada masing – masing responden dengan skore penurunan tingkat stress pada kedua responden yaitu 15 dan 17. pada pasien I dengan skore sebelum dilakukan terapi dzikir adalah 23 (stress sedang), setelah dilakukan terapi dzikir mengalami penurunan menjadi 15 (stress ringan). Sedangkan pada pasien II sebelum dilakukan terapi dzikir adalah 25 (stress sedang), setelah dilakukan terapi dzikir pasien II mengalami penurunan tingkat stress menjadi 17 (stressringan).

Hasil kesimpulan pada pasien I dan pasien II adalah kedua responden mengalami penurunan tingkat stress. Pada kedua responden mengalami penurunan tingkat stress yang signifikan dengan rata-rata skore sama yaitu penurunan tingkat stressnya delapan, hal ini sama dengan penelitian yang dilakukan oleh Romadoni Siti (2017) bahwa terapi dzikir pada pasien gagal ginjal sangat efektif untuk menurunkan tingkat stress pada pasien yang menjalani hemodialisa.

Faktor-faktor yang mempengaruhi tingkat stress menurut penelitian Nurbeti Novie dkk, (2016) menjelaskan bahwa stress merupakan respon tubuh yang sifatnya nonspesifik terhadap setiap tuntutan beban atasnya. Proporsi tenaga kesehatan di RS UNTAN yang memiliki tingkatan stress dibagi menjadi ringan (34%), sedang (0%), dan berat (0%) yang dipengaruhi oleh faktor yang berbeda-beda dari setiap

individu dengan metode penelitian menggunakan dekriptif. Data yang digunakan adalah data primer yang diperoleh melalui kuesioner dengan hasil tingkat stress tenaga kesehatan sebagian besar dalam kategori tidak stress (66%). Didapatkan juga faktor-faktor yang mempengaruhi tingkat stress yaitu faktor kemampuan individu yang mempersepsikan stressor (84%), faktor intensitas terhadap stimulus (88%), faktor jumlah stressor yang harus dihadapi dalam waktu yang sama (68%), faktor lamanya pemaparan stressor (74%), faktor pengalaman masa lalu (82%), dan faktor tingkat perkembangan (78%).

Hasil penelitian yang dilakukan oleh Rahmat Ibrahim dkk, (2010) menyatakan bahwa penelitian ini bertujuan untuk mengetahui pengaruh bimbingan dzikir terhadap tingkat kecemasan pada pasien gagal ginjal kronik yang menjalani hemodialisa dengan jenis penelitian eksperimen dengan jumlah sampel pada penelitian ini adalah 54 responden yang terdiri dari 27 responden kelompok intervensi dan 27 responden kelompok kontrol yang masing-masing dilakukan penelitian eksperimen sebelum diberikan dan sesudah diberikan yang dilakukan di RS PKU Muhammadiyah Yogyakarta.

Penelitian lain menurut Perwitaningrum Citra Y dkk, (2016) bahwa hasil penelitian ini bertujuan untuk mengungkapkan pengaruh terapi dzikir terhadap penurunan tingkat stress pada penderita gagal ginjal kronis. Dalam penelitian ini pada pasien gagal ginjal kronis berjumlah 8 orang yang terbagi dalam 2 kelompok, yaitu 4 orang kelompok eksperimen dan 4 orang kelompok kontrol dengan hasil penelitian menunjukkan kelompok yang diberi terapi dzikir kecemasannya lebih rendah dari

pada kelompok yang tidak diberi terapi dzikir.

Penelitian lain yang dilakukan oleh Mukarromah Indah dkk, (2018) menyatakan bahwa hasil penelitian yang mengalami tingkat stres sebelum diberikan terapi relaksasi spiritual dengan jumlah pasien yang diteliti sebanyak 10 responden yang didapatkan hampir setengahnya 30% yang mengalami stress ringan dan 50% responden yang mengalami stress sedang. Sedangkan tingkat stress setelah diberikan terapi relaksasi spiritual, dari 10 responden yang diteliti hampir seluruhnya tingkat stress mengalami stress ringan (30-69) sebanyak 8 responden dan sebagian kecil yang mengalami stress sedang (60-89) sebanyak 2 responden.

Hasil penelitian yang pernah dilakukan oleh Rahayu Fitri dkk, (2018) bahwa penelitian ini untuk mengetahui hubungan frekuensi hemodialisa dengan tingkat stress pada pasien gagal ginjal kronik yang menjalani hemodialisa dengan penelitian yang bertujuan untuk menjelaskan masing-masing variabel yang diteliti. Hasil penelitian menunjukkan bahwa terdapat hubungan yang signifikan antara frekuensi hemodialisis terhadap tingkat stress pada pasien gagal ginjal kronik dengan total 36 responden yang menjalani terapi hemodialisa di ruang hemodialisa RSUD Arifin Achmad Pekanbaru, didapatkan hasil bahwa kecenderungan keluhan fisik, psikologis, kognitif dan sosial yang dirasakan pada pasien terbanyak adalah sedang 58%, keluhan dirasakan berat adalah sebesar 36%, dan ringan 6%.

KESIMPULAN

Pada kedua responden mengalami penurunan tingkat stress yang signifikan dengan rata-rata skor sama yaitu penurunan tingkat stressnya delapan, hal

ini sama dengan penelitian yang dilakukan oleh Romadoni Siti bahwa terapi dzikir pada pasien gagal ginjal sangat efektif untuk menurunkan tingkat stress pada pasien yang menjalani hemodialisa.

REFERENSI

- Baradero, Mary. (2009). *Klien Gangguan Ginjal : Seri Asuhan Keperawatan*. Jakarta: EGC.
- Kementerian Kesehatan Republik Indonesia. (2018). *Cegah dan Kendalikan Penyakit Ginjal dengan Cerdik dan Patuh*. Jakarta.
- Kusumastuti, Wanodya, dkk. (2017). Efektivitas Afirmasi Positif dan Stabilisasi Dzikir Vibrasi Sebagai Media Terapi Psikologis Untuk Mengatasi Kecemasan Pada Komunitas Pasien Hemodialisa. *Program Studi Psikologi*. Universitas Muhammadiyah Magelang. <http://journal.ummgl.ac.id/index.php/tarbiyatuna/article/view/1618>
- Mukarromah, Indah, dkk (2018). Pengaruh Terapi Relaksasi Spiritual Terhadap Tingkat Stress Pasien Gagal Ginjal Kronis yang Menjalani Hemodialisa. *Journal of Nursing Care & Biomolecular*.
- Nurbeti, Novie, dkk. (2016). Faktor-Faktor yang Mempengaruhi Tingkatan Stres pada Tenaga Kesehatan di RS Universitas Tanjungpura Pontianak Tahun 2015. *Jurnal Cerebellum*.
- Perwitaningrum, Y, Citra, dkk. (2016). *Jurnal Intervensi Psikologi*. Universitas Islam Indonesia Yogyakarta
- Prabowo, Eko. (2014). *Asuhan Keperawatan Sistem Perkemihan*. Sorowajan, Yogyakarta.

Pusat Data dan Informasi Kementerian Kesehatan Republik Indonesia. (2017). *Situasi Penyakit Ginjal Kronis*. Jakarta Selatan.

Rahayu, Fitri, dkk. (2018). Hubungan Frekuensi Hemodialisa dengan Tingkat Stres pada Pasien Gagal Ginjal Kronik yang Menjalani Hemodialisa. *Jurnal Keperawatan Silampari (JKS)*.

Rahmat, Ibrahim, dkk. (2010). Pengaruh Bimbingan Dzikir Terhadap Tingkat Kecemasan Pada Pasien Gagal Ginjal Kronik Yang Menjalani Hemodialisa Di RS PKU Muhammadiyah Yogyakarta. [Http://digilib.unisayogya.ac.id](http://digilib.unisayogya.ac.id)

Romadoni, Siti, dkk. (2017). Pengaruh Terapi Dzikir Asmaul Husna Terhadap Tingkat Stress Pasien Yang Menjalani Hemodialisa. *Seminar Keperawatan Nasional*. <http://conference.unsri.ac.id/index.php/SNK/article/view/776>

Setyoadi. (2011). *Terapi Modalitas Keperawatan pada Klien Psikogeriatrik*. Jakarta: Salemba Medika.