

BAB II

TINJAUAN TEORI

A. Tinjauan Teori

1. Konsep dasar gagal ginjal kronik

a. Definisi Gagal ginjal kronik

Gagal ginjal kronik (GGK) merupakan kerusakan fungsi ginjal tidak dapat membuang racun dan produk sisa darah, ditandai adanya protein dalam urin serta penurunan laju filtrasi glomerulus, berlangsung lebih dari 3 bulan. Penyakit ginjal kronik (PGK) adalah suatu keadaan klinis yang ditandai dengan penurunan fungsi ginjal yang irreversible, sehingga pada derajat tertentu akan memerlukan terapi pengganti fungsi ginjal yang berupa hemodialisis atau transplantasi ginjal (Ningsih et al., 2021).

Gagal ginjal akut atau kronis, dapat ditangani dengan dialysis peritoneal atau hemodialisis. Dialisis dilakukan untuk mempertahankan hidup seseorang yang ginjalnya tidak berfungsi secara adekuat, dan juga untuk orang yang sedang menunggu atau tidak dicalonkan untuk transplantasi ginjal (Naryati dan Nugrahandari, 2021)

b. Etiologi gagal ginjal kronik

Terjadinya penyakit gagal ginjal disebabkan oleh beberapa penyakit serius yang mungkin diderita oleh tubuh yang secara perlahan-lahan menyebabkan kerusakan pada organ ginjal. Adapun penyakit yang berdampak pada kerusakan pada organ ginjal yang diantaranya, penyakit hipertensi, diabetes mellitus,

adanya sumbatan pada saluran kemih, kelainan pada ginjal yang terjadi adanya perkembangan banyak kista pada ginjal, telah rusaknya sel penyaring pada ginjal akibat peradangan oleh infeksi atau dampak dari darah tinggi/glomerulonephritis (Pratama, Pragholapati and Nurrohman, 2020).

Adapun penyakit lainnya yang jika tidak ditangani lebih cepat dapat menyebabkan kegagalan fungsi ginjal antara lain, kehilangan cairan yang banyak secara mendadak (muntaber, pendarahan, luka bakar), serta penyakit lainnya diantaranya penyakit paru (TBC), malaria, hepatitis, sifilis, dan obat-obatan. Pada beberapa kasus, jika mengkonsumsi minuman berenergi ataupun bersoda secara rutin selama 3 bulan akan menyebabkan penyakit gagal ginjal kronis. Namun tidak hanya minuman berenergi dan bersoda saja, akan tetapi dengan mengkonsumsi minuman teh atau kopi yang berlebihan akan menyebabkan kerusakan pada organ ginjal (Sumah, 2020)

c. Klasifikasi gagal ginjal kronik

Klasifikasi Gagal ginjal kronik, menurut (Sumah, 2020) :

Tabel 2. 1 klasifikasi gagal ginjal kronik

Stadium 1 GFR, >90	Kerusakan ginjal dengan GFR normal atau meningkat
Stadium 2 GFR, 60-89	Kerusakan ginjal dengan penurunan ringan
Stadium 3 GFR, 3a=45-59	Kerusakan ginjal dengan penurunan GFR ringan sampai sedang
3b=30-44	Kerusakan ginjal dengan penurunan GFR sedang hingga berat

Stadium 4 GFR, 15-29	Kerusakan ginjal dengan penurun GFR berat
----------------------	---

Stadium 5 GFR, <15	Gagal ginjal kronik
--------------------	---------------------

d. Tanda dan gejala gagal ginjal kronik

Ginjal merupakan organ dengan daya kompensasi tinggi. Jaringan ginjal sehat akan mengamil alih tugas dan pekerjaan jaringan ginjal yang sakit dnegan meningkat perfusi darah ke ginjal dan filtrasi. Bila jaringan ginjal yang rusak mencapai 75-85% maka daya kompensasi tak lagi mencukupi sehingga timbul gejala uremia oleh karena terjadi penumpukan zat-zatyang tidak bisa dikeluarkan dari tubuh oleh ginjal yang sakit (Wellyand Rahmi, 2021).

Gejala sindroma uremia menurut (Wellyand Rahmi, 2021).

adalah :

1) Gastrointestinal

Nafsu makan menurun, mual, muntah, mulut kering, rasa pahit, perdarahan epithet

a) Kulit: Kulit kering, atrofi, warna berubah kering kecoklatan, gatal.

b) Kardiovaskuler: Hipertensi, pembesaran jantung, payah jantung, perikarditis.

c) Darah: Anemi dan asidosis.

d) Neurologi: Apatis, neuropati, perifer, depresi, precoma

e. Hasil kreatinin

1) Gagal ginjal dini : clearance creatinin >30 ml/menit

2) GGK : clearance creatinin 30-5 ml/menit

3) Gagal ginjal terminal : clearance creatini

f. Penatalaksanaan gagal ginjal kronik

Tujuan dari penatalaksanaan gagal ginjal kronik adalah untuk pemulihan diri dan mencegah komplikasi. Penatalaksanaan tersebut meliputi:

- 1) Terapi pengganti ginjal berupa transplantasi ginjal, hemodialisis dan CAPD.
- 2) Penanganan hiperkalemia berupa kurangi asupan tinggi kalium.
- 3) Keseimbangan cairan memantau intake dan output cairan harian serta pantau edema, berat badan, mual muntah.
- 4) Pengaturan diet dengan membatasi protein 1 gr/kgBB/hari, konsumsi tinggi karbohidrat, dan batasi kalium serta fosfat seperti pisang, jeruk, kopi 2gr/hari.
- 5) Anemia dengan memberikan eritroprotein jika HB
- 6) Cairan IV dan diuresis berupa mannitol, furosemide, dan infus albumin.
- 7) Diet rendah protein 0,5-0,7 g/kg BB/hari, pembatasan kalium, masukan tinggi kalori, dan suplemen vitamin.
- 8) Pemantauan berlanjut sampai fase pemulihan.

Menurut Wakhid dan Widodo (2020), penatalaksanaan keperawatan pada pasiendengan GGK dibagi menjadi tiga yaitu:

1) Penatalaksanaan Keperawatan Preventif (Pencegahan)

Pada tahap ini, fokus keperawatan adalah upaya pencegahan agar kondisi gagal ginjal tidak semakin memburuk. Tindakan meliputi edukasi kepada pasien tentang pengelolaan penyakit ginjal, pengendalian faktor risiko

seperti hipertensi dan diabetes, serta memberikan informasi tentang pentingnya pola hidup sehat, seperti diet rendah garam dan pengaturan asupan cairan.

2) Penatalaksanaan Keperawatan Kuratif (Pengobatan)

Penatalaksanaan ini berfokus pada pengobatan dan perawatan untuk memperlambat progresivitas GJK. Perawat memberikan tindakan yang mendukung perawatan medis, seperti pemberian obat yang diresepkan oleh dokter, memonitor tanda-tanda vital, dan memantau fungsi ginjal secara berkala. Perawatan ini juga mencakup pengelolaan gejala yang muncul, seperti edema, gangguan elektrolit, dan anemia

3) Penatalaksanaan Keperawatan Rehabilitatif (Pemulihan)

Pada tahap ini, perawat membantu pasien untuk mengelola penyakitnya dalam jangka panjang. Tindakan keperawatan mencakup pemberian dukungan psikososial, membantu pasien dalam menjalani terapi hemodialisis atau transplantasi ginjal, serta memfasilitasi proses adaptasi terhadap perubahan gaya hidup. Fokus juga diarahkan untuk meningkatkan kualitas hidup pasien dengan GJK agar dapat menjalani aktivitas sehari-hari secara lebih baik.

g. Patofisiologi gagal ginjal kronik

Perjalanan penyakit gagal ginjal kronis bervariasi dan berkembang selama berbulan-bulan hingga bertahun-tahun. Pada tahap awal, sering disebut sebagai gangguan Cadangan ginjal, nefron utuh mengkompensasi nefron yang hilang.

Laju filtrasi glomerulus(GFR) sedikit berkurang dan pasien tanpa gejala dengan BUN dan kreatinin serum normal. Seiring perkembangan penyakit dan penurunan GFR, hipertensi dan beberapa manifestasi gagal ginjal dapat berkembang. Episode selanjutnya yang mempengaruhi ginjal pada tahap ini (misalnya infeksi, dehidrasi, atau obstruksi saluran kemih) dapat mengganggu fungsi dan mempercepat timbulnya gagal ginjal atau uremia berat. Kadar kreatinin dan BUN serum meningkat secara signifikan, pasien menjadi oliguria dan manifestasi uremik muncul. Pada gagal ginjal kronis stadium akhir, GFR kurang dari 10% normal dan terapi pengganti ginjal (dialysis) diperlukan untuk mempertahankan hidup (Astuti & Setiawati, 2022).

h. Manifestasi klinis gagal ginjal kronik

Tanda gejala gagal ginjal kronik yang sering timbul menurut (Gliselda, 2021) yaitu:

- 1) Uremia yang ditandai dengan letargi, mual, muntah, dan nafas bau
- 2) Kardiovaskuler yang terdiri dari hipertensi, pembesaran vena leher, pitting edema.
- 3) Peningkatan creatinine dan BUN
- 4) Dehidrasi yang dapat dinilai dari membran mukosa kering
- 5) Anuria, oliguria, hematuria, albuminuria yang berhubungan dengan perubahan haluan urin
- 6) Hasil abnormalitas dari kalsium dan fosfat
- 7) Hiperkalemia yang menyebabkan distritmia pada jantung.

i. Pemeriksaan penunjang gagal ginjal kronik

Pemeriksaan penunjang pada gagal ginjal kronik dapat dilakukan, sebagai berikut:

1) Kimia darah meliputi

- a) Peningkatan kadar kalium, magnesium, BUN, kreatin, dan asam urat
- b) Penurunan kadar kalsium, karbondioksida, dan natrium

2) Hematologi meliputi

Penurunan hemoglobin, HCT, jumlah eritrosit, peningkatan PT dan PTT

3) Kimia urin meliputi

Albuminuria, proteinuria, peningkatan kadar natrium, silinder, RBC serta WBC, berat jenis melebihi 1.025 dan menetap pada nilai kurang dari 1.010

4) Analisis arterial blood gas (ABG) meliputi

Asidosis metabolic

5) CT scan dan MRI dapat melihat penyebab yang mendasari.

j. Komplikasi gagal ginjal kronik

Komplikasi gagal ginjal kronik menurut (Ayu et al., 2020) meliputi:

- 1) Hiperkalemia yang merupakan keadaan konsentrasi kalium darah lebih dari 6 meq/l,
- 2) Asidosis metabolisme di mana ginjal normal dapat menyerap asam sisa metabolisme dari darah dan ekskresinya dalam urin,

- 3) Hipertensi adalah penyakit sistem peredaran darah yang dapat menyebabkannya peningkatan tekanan darah di atas normal lebih dari 140/90 mm Hg,
- 4) Hiperuremia merupakan peningkatan kadar ureum yang disebabkan oleh pararenal, renal, dan pascarenal,
- 5) Anemia disebabkan karena ketidakmampuan ginjal mengeluarkan Erythropoietin untuk merangsang hematopoiesis,
- 6) Gagal jantung disebabkan karena anemia, sehingga jantung bekerja lebih keras yang mengakibatkan pembesaran bilik kiri jantung dan otot jantung lemah, serta tidak mampu lagi memompa darah sebagaimana mestinya.

2. Konsep dasar hemodialisis

a. Definisi hemodialisis

Hemodialisis adalah prosedur medis yang digunakan untuk membersihkan darah dari zat-zat beracun, limbah, dan kelebihan cairan ketika fungsi ginjal terganggu atau gagal secara permanen. Prosedur ini dilakukan dengan menggunakan sebuah mesin khusus yang disebut dialisis, yang berfungsi sebagai pengganti sementara untuk menghilangkan toksin dan limbah dari darah. Selama hemodialisis, darah dari pasien mengalir melalui sebuah dialiser yang memisahkan zat-zat beracun dan kelebihan cairan dari darah, kemudian darah yang telah dibersihkan kembali dialirkan ke dalam tubuh pasien (Mait, 2021).

Hemodialisis biasanya dilakukan beberapa kali seminggu, tergantung pada keparahan penyakit ginjal dan kebutuhan individu pasien. Prosedur ini

memerlukan akses vaskular yang baik, yang dapat berupa arteriovenous fistula, arteriovenous graft, atau kateter vaskular. Hemodialisis bukanlah pengobatan untuk penyakit ginjal, namun merupakan metode perawatan yang memungkinkan pasien dengan gagal ginjal untuk menjalani kehidupan yang lebih produktif dan nyaman. Dengan menghilangkan zat-zat beracun dari darah secara teratur, hemodialisis membantu mempertahankan keseimbangan elektrolit dan cairan dalam tubuh, serta mengurangi gejala-gejala yang berkaitan dengan gagal ginjal (Pratama, 2020)

b. Faktor faktor yang mempengaruhi hemodialisis

Menurut Kuwa (2022), faktor-faktor yang mempengaruhi hemodialisis meliputi :

1) Kondisi medis pasien

- a) Stadium Gagal Ginjal : Stadium penyakit ginjal kronik menentukan kebutuhan dan frekuensi hemodialisis.
- b) Komorbiditas : Penyakit lain seperti diabetes, hipertensi, dan penyakit jantung dapat mempengaruhi efektivitas dan kebutuhan hemodialisis.
- c) Status Nutrisi : Malnutrisi dapat mempengaruhi respon terhadap hemodialisis dan memperburuk kondisi kesehatan

2) Akses vaskuler

- a) Jenis Akses : Jenis akses yang digunakan (fistula arteriovenosa, graft, atau kateter) mempengaruhi efektivitas hemodialisis dan risiko komplikasi.
- b) Kualitas Akses : Kondisi dan fungsi akses vaskular sangat penting untuk aliran darah yang cukup selama hemodialisis.

- 3) Kepatuhan terhadap terapi
 - a) Kepatuhan Jadwal Dialisis : Kedisiplinan pasien dalam mengikuti jadwal hemodialisis yang direkomendasikan.
 - b) Pengobatan Tambahan : Kepatuhan terhadap obat-obatan tambahan yang diresepkan, seperti pengikat fosfat atau erythropoiesis-stimulating agents (ESAs).
- 4) Faktor sosial dan psikologis
 - a. Dukungan Keluarga dan Sosial : Dukungan dari keluarga dan lingkungan sosial dapat mempengaruhi kepatuhan dan kualitas hidup pasien.
 - b. Kesehatan Mental : Kesehatan mental pasien, termasuk depresi dan kecemasan, dapat mempengaruhi motivasi dan kepatuhan terhadap terapi
- 5) Ketersediaan dan akses layanan kesehatan
 - a) Ketersediaan Fasilitas Dialisis : Jarak dan ketersediaan pusat hemodialisis dapat mempengaruhi akses pasien terhadap perawatan.
 - b) Biaya dan Asuransi Kesehatan : Kemampuan finansial pasien atau cakupan asuransi kesehatan untuk menanggung biaya hemodialisis.
- c. Edukasi HD (Hemodialisa)

Hemodialisis adalah suatu proses medis yang digunakan untuk mengeluarkan limbah dan cairan berlebih dari darah ketika ginjal tidak dapat berfungsi dengan

baik (Ulumy, 2022). Terdapat berbagai inovasi dan perkembangan dalam hemodialisis yang bertujuan untuk meningkatkan kualitas hidup pasien meliputi :

1) Hemodialisis di Rumah (Home Hemodialysis)

Hemodialisis di rumah telah menjadi lebih umum dan memungkinkan pasien untuk melakukan perawatan dalam kenyamanan rumah mereka. Ini memberikan fleksibilitas dalam jadwal perawatan dan dapat meningkatkan kualitas hidup pasien. Mesin hemodialisis yang lebih kecil dan mudah digunakan telah dikembangkan untuk memfasilitasi perawatan di rumah (Siregar, 2020).

2) Dialisis Berfrekuensi Tinggi

Dialisis berfrekuensi tinggi atau "High-Intensity Hemodialysis" adalah metode di mana pasien menjalani dialisis lebih sering, biasanya lima hingga tujuh kali seminggu dengan durasi yang lebih pendek. Ini bertujuan untuk meniru fungsi ginjal normal secara lebih dekat dan dapat mengurangi gejala uremik serta meningkatkan kesehatan kardiovaskular (Siregar, 2020).

3) Teknologi Wearable Dialysis

Pengembangan teknologi dialisis yang dapat dikenakan, seperti wearable artificial kidneys, sedang berlangsung. Alat ini dirancang untuk memberikan hemodialisis terus menerus, memungkinkan pasien untuk menjalani kehidupan yang lebih aktif tanpa harus terikat pada mesin hemodialisis konvensional (Siregar, 2020).

4) Peningkatan Filter Dialisis Filter

Dialisis atau dialyzer juga mengalami peningkatan. Penggunaan bahan biokompatibel dan desain yang lebih efisien telah meningkatkan efektivitas proses filtrasi dan mengurangi risiko komplikasi seperti reaksi inflamasi (Siregar, 2020).

5) Aplikasi dan Monitoring Jarak Jauh

Aplikasi dan teknologi monitoring jarak jauh memungkinkan pasien dan tenaga medis untuk memantau kondisi pasien secara real-time. Ini termasuk pemantauan tekanan darah, berat badan, dan parameter penting lainnya yang dapat membantu dalam penyesuaian perawatan secara tepat waktu (Siregar, 2020).

6) Hemodialisis Regeneratif

Hemodialisis regeneratif adalah pendekatan yang sedang dieksplorasi untuk meningkatkan perbaikan jaringan ginjal yang rusak selama proses dialisis. Penggunaan sel punca dan terapi biologi lainnya merupakan area penelitian yang menjanjikan (Siregar, 2020).

7) Rentang Hemodialisis

Menurut Daryani (2021), rentang hemodialisis mencakup berbagai metode dan frekuensi perawatan yang dapat disesuaikan dengan kebutuhan individu pasien yaitu:

a) Hemodialisis Konvensional

Biasanya dilakukan tiga kali seminggu dengan durasi sekitar 3-5 jam per sesi.

b) Hemodialisis Berfrekuensi Tinggi

Dilakukan lebih sering, bisa lima hingga tujuh kali seminggu dengan durasi yang lebih pendek

c) Hemodialisis Malam

Dilakukan selama tidur malam dengan durasi sekitar 6-8 jam per sesi

d) Hemodialisis di Rumah

Frekuensi dan durasi dapat disesuaikan berdasarkan kebutuhan dan kenyamanan pasien.

d. Jenis terapi Dialysis

Hemodialisis Konvensional Metode hemodialisis yang paling umum. Selama hemodialisis konvensional, pasien biasanya pergi ke pusat dialisis beberapa kali seminggu, di mana mereka duduk atau berbaring selama beberapa jam sambil darah mereka disaring melalui mesin dialisis. Proses ini dilakukan dengan menggunakan akses vaskular yang telah dipersiapkan sebelumnya, seperti arteriovenous fistula atau arteriovenous graft. Hemodialisis konvensional biasanya dilakukan tiga kali seminggu dengan durasi sesi sekitar 3-5 jam tergantung pada kebutuhan pasien (Nurfajri, 2022).

e. Prinsip kerja hemodialisis

1) Prinsip Difusi

Difusi adalah perpindahan zat-zat dari daerah konsentrasi tinggi ke daerah konsentrasi rendah melalui membran semipermeabel. Dalam hemodialisis, darah yang mengandung zat-zat beracun dan limbah dialirkan melalui dialiser, yang memiliki membran semipermeabel. Zat-zat beracun dan limbah dalam darah, seperti urea, kreatinin, dan elektrolit, berdifusi melalui membran dialiser ke dalam larutan dialisis yang mengalir di sepanjang sisi lain membran. Dengan demikian, difusi memungkinkan zat-zat beracun dan limbah untuk disingkirkan dari darah (Siregar, 2020).

2) Prinsip Ultrafiltrasi

Ultrafiltrasi adalah proses di mana cairan bergerak melintasi membran berdasarkan perbedaan tekanan hidrostatik. Selama hemodialisis, tekanan hidrostatik yang dikendalikan oleh mesin hemodialisis digunakan untuk menghasilkan gaya dorong yang memaksa cairan darah melintasi membran dialiser ke dalam cairan dialisis. Hal ini memungkinkan penghilangan kelebihan cairan dari tubuh pasien, yang dapat menyebabkan edema dan tekanan darah tinggi jika tidak diatasi (Siregar, 2020).

3) Prinsip Selektivitas Membran

Membran dialiser dirancang sedemikian rupa sehingga hanya zat-zat tertentu yang dapat melewati melalui saringan. Ini berarti bahwa zat-zat beracun dan limbah dalam darah dapat dipisahkan dan dibuang, sementara elemen-elemen yang diperlukan oleh tubuh, seperti protein dan sel darah, tetap berada dalam sirkulasi darah. Prinsip selektivitas membran ini penting

untuk memastikan bahwa proses hemodialisis tidak menghilangkan zat-zat yang diperlukan oleh tubuh untuk tetap sehat (Siregar, 2020).

f. Komplikasi hemodialisis

Menurut Smeltzer (2020), menjelaskan ada beberapa komplikasi yang dapat terjadi pada hemodialisis yaitu :

- 1) Hipotensi, dapat terjadi selama terapi dialisis ketika cairan dikeluarkan.
- 2) Emboli udara, merupakan komplikasi yang jarang tetapi dapat terjadi jika udara memasuki sistem vaskuler pasien.
- 3) Nyeri dada, dapat terjadi karena pco₂ menurun bersamaan dengan terjadinya sirkulasi darah diluar tubuh.
- 4) Pruritus, dapat terjadi selama terapi dialisis ketika produk akhir metabolisme meninggalkan kulit.
- 5) Gangguan keseimbangan dialisis, terjadi karena perpindahan cairan serebral dan muncul sebagai serangan kejang.
- 6) Kram otot yang nyeri, terjadi ketika cairan dan elektrolit dengan cepat meninggalkan ruang ekstrasel.

g. Tujuan hemodialisis

Menurut Mansjoer (2021), menjelaskan tujuan hemodialisis sebagai berikut :

- 1) Membuang kelebihan air dan nitrogen (toksin).
- 2) Membuang produk metabolisme protein seperti urin, creatinin, dan asam urat.

- 3) Mempertahankan atau mengendalikan guffer tubuh.
- 4) Mempertahankan atau mengendalikan kadar elektrolit tubuh.
- 5) Memperbaiki status kesehatan penderita

3. Konsep dasar kecemasan

a. Definisi kecemasan

kecemasan adalah kondisi psikologis seseorang yang penuh dengan rasa takut dan khawatir, dimana perasaan takut dan khawatir akan sesuatu hal yang belum pasti akan terjadi. Kecemasan berasal dari bahasa Latin (*anxius*) dan dari bahasa Jerman (*anst*), yaitu suatu kata yang digunakan untuk menggambarkan efek negatif dan rangsangan fisiologis (Muyasaroh et al. 2020).

Menurut American Psychological Association (APA) dalam (Muyasaroh et al. 2020), kecemasan merupakan keadaan emosi yang muncul saat individu sedang stress, dan ditandai oleh perasaan tegang, pikiran yang membuat individu merasa khawatir dan disertai respon fisik (jantung berdetak kencang, naiknya tekanan darah, dan lain sebagainya).

Kecemasan merupakan suatu perasaan subjektif mengenai ketegangan mental yang menggelisahkan sebagai reaksi umum dari ketidakmampuan mengatasi suatu masalah atau tidak adanya rasa aman. Perasaan yang tidak menentu tersebut pada umumnya tidak menyenangkan yang nantinya akan menimbulkan atau disertai perubahan fisiologis dan psikologis (Sari 2020).

b. Tingkatan kecemasan

Semua orang pasti mengalami kecemasan pada derajat tertentu, Menurut Peplau, dalam (Muyasaroh et al. 2020) mengidentifikasi empat tingkatan kecemasan, yaitu :

1) Kecemasan Ringan

Kecemasan ini berhubungan dengan kehidupan sehari-hari. Kecemasan ini dapat memotivasi belajar menghasilkan pertumbuhan serta kreatifitas. Tanda dan gejala antara lain: persepsi dan perhatian meningkat, waspada, sadar akan stimulus internal dan eksternal, mampu mengatasi masalah secara efektif serta terjadi kemampuan belajar. Perubahan fisiologi ditandai dengan gelisah, sulit tidur, hipersensitif terhadap suara, tanda vital dan pupil normal.

2) Kecemasan Sedang

Kecemasan sedang memungkinkan seseorang memusatkan pada hal yang penting dan mengesampingkan yang lain, sehingga individu mengalami perhatian yang selektif, namun dapat melakukan sesuatu yang lebih terarah. Respon fisiologi : sering nafas pendek, nadi dan tekanan darah naik, mulut kering, gelisah, konstipasi. Sedangkan respon kognitif yaitu lahan persepsi menyempit, rangsangan luar tidak mampu diterima, berfokus pada apa yang menjadi perhatiaannya.

3) Kecemasan Berat

Kecemasan berat sangat mempengaruhi persepsi individu, individu cenderung untuk memusatkan pada sesuatu yang terinci dan spesifik, serta tidak dapat

berfikir tentang hal lain. Semua perilaku ditujukan untuk mengurangi 15 ketegangan. Tanda dan gejala dari kecemasan berat yaitu : persepsinya sangat kurang, berfokus pada hal yang detail, rentang perhatian sangat terbatas, tidak dapat berkonsentrasi atau menyelesaikan masalah, serta tidak dapat belajar secara efektif. Pada tingkatan ini individu mengalami sakit kepala, pusing, mual, gemetar, insomnia, palpitasi, takikardi, hiperventilasi, sering buang air kecil maupun besar, dan diare. Secara emosi individu mengalami ketakutan serta seluruh perhatian terfokus pada dirinya.

4) Panik

Pada tingkat panik dari kecemasan berhubungan dengan terperangah, ketakutan, dan teror. Karena mengalami kehilangan kendali, individu yang mengalami panik tidak dapat melakukan sesuatu walaupun dengan pengarahan. Panik menyebabkan peningkatan aktivitas motorik, menurunnya kemampuan berhubungan dengan orang lain, persepsi yang menyimpang, kehilangan pemikiran yang rasional. Kecemasan ini tidak sejalan dengan kehidupan, dan jika berlangsung lama dapat terjadi kelelahan yang sangat bahkan kematian. Tanda dan gejala dari tingkat panik yaitu tidak dapat fokus pada suatu kejadian.

c. Gejala Kecemasan

Menurut Cahyani (2020) mengatakan bahwa gejala kecemasan meliputi:

- 1) Khawatir, tidak tenang, ragu dan bimbang
- 2) Berpikir jauh kedepan dengan perasaan khawatir

- 3) Kurang percaya diri, terutama di depan umum
- 4) Sering meyalahkan orang lain dan tidak pernah merasa bersalah
- 5) Tidak suka mengalah
- 6) Gelisah, terutama saat duduk
- 7) Khawatir yang berlebihan terhadap penyakit
- 8) Mudah tersinggung dan suka memperbesar masalah kecil
- 9) Ragu dalam mengambil keputusan
- 10) Sering mengulang pertanyaan
- 11) Saat sedang emosi sering kali bertidak histeris

d. Faktor yang Mempengaruhi Kecemasan

Menurut Cahyani (2020) mengatakan bahwa ada 2 faktor yang mempengaruhi kecemasan individu yaitu:

1) Faktor intrinsik

a. Usia

Kecemasan lebih sering terjadi pada perempuan usia dewasa dengan umur 21-45 tahun

b. Pengalaman

Pengalaman pertama operasi akan menentukan kondisi mental pasien dikemudian hari saat akan melakukan operasi kembali

c. Konsep diri dan peran

Konsep diri adalah pemikiran, kepercayaan dan pendirian seseorang terhadap diri sendiri dan dapat mempengaruhi seseorang untuk

berhubungan dengan orang lain. Sedangkan peran adalah perilaku dan sikap seseorang di masyarakat. Ketidaksesuaian perilaku dan peran dapat mempengaruhi seseorang seperti seseorang yang memiliki peran ganda didalam keluarga dan di masyarakat akan cenderung mengalami kecemasan yang berlebihan akibat terganggunya konsentrasi

d. Pengetahuan

Menurut Fauziah & Novrianda (2022), mengatakan bahwa pendidikan rendah seseorang bukan berarti pengetahuan yang ia miliki juga rendah, karena sumber pengetahuan dari seseorang berbeda. Pengetahuan tidak hanya didapatkan dari pendidikan formal saja melainkan bisa didapatkan dengan cara bercerita dan berkomunikasi dengan orang lain atau petugas kesehatan.

2) Faktor ekstrinsik

a) Kondisi medis

Kondisi medis berpengaruh terhadap kecemasan karena adanya penolakan akan kesehatan yang tidak diinginkan seseorang tetapi dialami sendiri.

b) Tingkat Pendidikan

Tingkat pendidikan dapat merubah pola pikir, tingkah laku dan pengambilan keputusan seseorang. Tingkat pendidikan yang cukup dapat mengatasi stress pada diri sendiri dengan cara sendiri.

c) Akses informasi

Pemberian informasi kepada seseorang dengan tujuan agar seseorang dapat memberitahu pendapat tentang sesuatu yang diketahuinya.

d) Adaptasi

Adaptasi biasanya memerlukan waktu dan bantuan dari seseorang agar merasa nyaman ditempat yang belum pernah dikunjungi seperti di ruang pre operasi, pasien membutuhkan perawat untuk membantu adaptasi pasien.

e) Tingkat sosial ekonomi

Tingkat sosial ekonomi rendah memiliki prevalensi gangguan psikiatri yang lebih banyak sehingga dapat disimpulkan bahwa keadaan ekonomi rendah dapat mempengaruhi tingkat kecemasan seseorang.

f) Tindakan operasi

Tindakan operasi cenderung mengakibatkan kecemasan karena terdapat ancaman pada tubuh dan jiwa seseorang.

g) Lingkungan

Lingkungan tempat tinggal sangat mempengaruhi pola pikir seseorang dan dapat disebabkan oleh pengalaman keluarga, sahabat.

e. Dampak kecemasan

Ketakutan, kekhawatiran dan kegelisahan yang tidak beralasan pada akhirnya menghadirkan kecemasan, dan kecemasan ini tentukan berdampak pada pperubahan perilaku seperti menarik diri dari lingkungan, sulit focus dalam beraktivitas, susah makan, mudah tersinggung, rendahnya pengendalian emosi dan amarah, sensitive, tidak logis dan susah tidur (jurnawi 2020).

4. Konsep dasar terapi audio music

a. Definisi Terapi audio music

Terapi musik adalah usaha meningkatkan kualitas fisik dan mental dengan rangsangan suara yang terdiri dari melodi, ritme, harmoni, timbre, bentuk dan gaya yang diorganisir sedemikian rupa hingga tercipta musik yang bermanfaat untuk kesehatan fisik dan mental. Musik memiliki kekuatan untuk mengobati penyakit dan meningkatkan kemampuan pikiran seseorang. Ketika musik diterapkan menjadi sebuah terapi, musik dapat meningkatkan, memulihkan, dan memelihara kesehatan fisik, mental, emosional, sosial dan spiritual. Hal ini disebabkan musik memiliki beberapa kelebihan, yaitu karena musik bersifat nyaman, menenangkan, membuat rileks, berstruktur, dan universal. Perlu diingat bahwa banyak dari proses dalam hidup kita selalu ber-irama. Sebagai contoh, nafas kita, detak jantung, dan pulsasi semuanya berulang dan berirama.

Terapi musik adalah terapi yang universal dan bisa diterima oleh semua orang karena kita tidak membutuhkan kerja otak yang berat untuk menginterpretasi alunan musik. Terapi musik sangat mudah diterima organ pendengaran kita dan kemudian melalui saraf pendengaran disalurkan ke bagian otak yang memproses emosi (sistem limbik).

Pengaruh musik sangat besar bagi pikiran dan tubuh manusia. Contohnya, ketika seseorang mendengarkan suatu alunan musik (meskipun tanpa lagu), maka seketika orang tersebut bisa merasakan efek dari musik tersebut. Ada musik yang

membuat seseorang gembira, sedih, terharu, terasa sunyi, semangat, mengingatkan masa lalu dan lain-lain.

Salah satu figur yang paling berperan dalam terapi musik di awal abad ke-20 adalah Eva Vescelius yang banyak mempublikasikan terapi musik lewat tulisan-tulisannya. Ia percaya bahwa objek dari terapi musik adalah melakukan penyelarasan atau harmonisasi terhadap seseorang melalui vibrasi. Demikian pula dengan Margaret Anderton, seorang guru piano berkebangsaan Inggris, yang mengemukakan tentang efek alat musik. (khusus untuk pasien dengan kendala psikologis) karena hasil penelitiannya menunjukkan bahwa timbre (warna suara) musik dapat menimbulkan efek terapeutik.

b. Jenis Terapi Musik

Pada dasarnya hampir semua jenis musik bisa digunakan untuk terapi musik. Namun kita harus tahu pengaruh setiap jenis musik terhadap pikiran. Setiap nada, melodi, ritme, harmoni, timbre, bentuk dan gaya musik akan memberi pengaruh berbeda kepada pikiran dan tubuh kita. Dalam terapi musik, komposisi musik disesuaikan dengan masalah atau tujuan yang ingin kita capai.

Musik sangat mempengaruhi kehidupan manusia. Musik memiliki 3 bagian penting yaitu beat, ritme, dan harmony. Beat mempengaruhi tubuh, ritme mempengaruhi jiwa, sedangkan harmony mempengaruhi roh.

Contoh paling nyata bahwa beat sangat mempengaruhi tubuh adalah dalam konser musik rock. Bisa dipastikan tidak ada penonton maupun pemain dalam konser musik rock yang tubuhnya tidak bergerak. Semuanya bergoyang dengan

dahsyat, bahkan cenderung lepas kontrol. Salah satu gerakan yang populer saat mendengarkan music rock adalah "head banger", suatu gerakan memutar-mutar kepala mengikuti irama music rock yang kencang. Dan tubuh itu mengikutinya seakan tanpa rasa lelah.

Jika hati seseorang sedang susah, cobalah mendengarkan musik yang indah, yang memiliki irama (ritme) yang teratur, maka perasaan akan lebih terasa enak dan tenang. Bahkan di luar negeri, pihak rumah sakit banyak memperdengarkan lagu-lagu indah untuk membantu penyembuhan para pasiennya. Itu suatu bukti, bahwa ritme sangat mempengaruhi jiwa manusia.

Sedangkan harmoni sangat mempengaruhi roh. Jika menonton film horor, selalu terdengar harmony (melodi) yang menyayat hati, yang membuat bulu kuduk berdiri. Dalam ritual-ritual keagamaan juga banyak digunakan harmony yang membawa roh manusia masuk ke dalam alam penyembahan. Di dalam meditasi, manusia mendengar harmony dari suara-suara alam di sekelilingnya.

Terapi Musik yang efektif menggunakan musik dengan komposisi yang tepat antara beat, ritme dan harmony yang disesuaikan dengan tujuan dilakukannya terapi musik. Jadi memang terapi musik yang efektif tidak bisa menggunakan sembarang musik.

Ada dua macam metode terapi music, yaitu :

1) Terapi Musik Aktif

Dalam terapi musik aktif pasien diajak bernyanyi, belajar main menggunakan alat musik, menirukan nada-nada, bahkan membuat lagu singkat. Dengan kata

lain pasien berinteraksi aktif dengan dunia musik. Untuk melakukan Terapi Musik aktif tentu saja dibutuhkan bimbingan seorang pakar terapi musik yang kompeten.

2) Terapi Musik Pasif

Ini adalah terapi musik yang murah, mudah dan efektif. Pasien tinggal mendengarkan dan menghayati suatu alunan musik tertentu yang disesuaikan dengan masalahnya. Hal terpenting dalam terapi musik pasif adalah pemilihan jenis musik harus tepat dengan kebutuhan pasien. Oleh karena itu, ada banyak sekali jenis CD terapi musik yang bisa disesuaikan dengan kebutuhan pasien. Beberapa penelitian telah membuktikan bahwa musik memiliki pengaruh yang kuat pada kehidupan manusia. Para ahli mengemukakan bahwa musik berpengaruh pada kecerdasan manusia, kesehatan fisik, mental dan emosional. Penelitian secara lebih sistematis mengenai pengaruh musik terhadap kehidupan manusia terus dikembangkan pada abad ke-19

c. Manfaat terapi musik

Ada banyak sekali manfaat terapi musik, menurut para pakar terapi musik memiliki beberapa manfaat utama, yaitu :

1. Relaksasi,

Mengistirahatkan Tubuh dan Pikiran Manfaat yang pasti dirasakan setelah melakukan terapi musik adalah perasaan rileks, tubuh lebih bertenaga dan pikiran lebih fresh. Terapi musik memberikan kesempatan bagi tubuh dan

pikiran untuk mengalami relaksasi yang sempurna. Dalam kondisi relaksasi (istirahat) yang sempurna itu, seluruh sel dalam tubuh akan mengalami re-produksi, penyembuhan alami berlangsung, produksi hormon tubuh diseimbangkan dan pikiran mengalami penyegaran.

2. Meningkatkan Kecerdasan

Sebuah efek terapi musik yang bisa meningkatkan intelegensia seseorang disebut Efek Mozart. Hal ini telah diteliti secara ilmiah oleh Frances Rauscher et al dari Universitas California. Penelitian lain juga membuktikan bahwa masa dalam kandungan dan bayi adalah waktu yang paling tepat untuk menstimulasi otak anak agar menjadi cerdas. Hal ini karena otak anak sedang dalam masa pembentukan, sehingga sangat baik apabila mendapatkan rangsangan yang positif. Ketika seorang ibu yang sedang hamil sering mendengarkan terapi musik, janin di dalam kandungannya juga ikut mendengarkan. Otak janin pun akan terstimulasi untuk belajar sejak dalam kandungan. Hal ini dimaksudkan agar kelak si bayi akan memiliki tingkat intelegensia yang lebih tinggi dibandingkan dengan anak yang dibesarkan tanpa diperkenalkan pada musik.

3. Meningkatkan Motivasi

Motivasi adalah hal yang hanya bisa dilahirkan dengan perasaan dan mood tertentu. Apabila ada motivasi, semangat pun akan muncul dan segala kegiatan bisa dilakukan. Begitu juga sebaliknya, jika motivasi terbelenggu,

maka semangat pun menjadi luruh, lemas, tak ada tenaga untuk beraktivitas. Dari hasil penelitian, ternyata jenis musik tertentu bisa meningkatkan motivasi, semangat dan meningkatkan level energi seseorang.

4. Pengembangan Diri

Musik ternyata sangat berpengaruh terhadap pengembangan diri seseorang. Musik yang didengarkan seseorang juga bisa menentukan kualitas pribadi seseorang. Hasil penelitian menunjukkan bahwa orang yang punya masalah perasaan, biasanya cenderung mendengarkan musik yang sesuai dengan perasaannya. Misalnya orang yang putus cinta, mendengarkan musik atau lagu bertema putus cinta atau sakit hati. Dan hasilnya adalah masalahnya menjadi semakin parah. Dengan mengubah jenis musik yang didengarkan menjadi musik yang memotivasi, dalam beberapa hari masalah perasaan bisa hilang dengan sendirinya atau berkurang sangat banyak. Seseorang bisa mempunyai kepribadian yang diinginkan dengan cara mendengarkan jenis musik yang tepat.

5. Meningkatkan Kemampuan Mengingat

Terapi musik bisa meningkatkan daya ingat dan mencegah kepikunan. Hal ini bisa terjadi karena bagian otak yang memproses musik terletak berdekatan dengan memori. Sehingga ketika seseorang melatih otak dengan terapi musik, maka secara otomatis memorinya juga ikut terlatih. Atas dasar inilah terapi

musik banyak digunakan di sekolah-sekolah modern di Amerika dan Eropa untuk meningkatkan prestasi akademik siswa. Sedangkan di pusat rehabilitasi, terapi musik banyak digunakan untuk menangani masalah kepikunan dan kehilangan ingatan.

6. Kesehatan Jiwa

Seorang ilmuwan Arab, Abu Nasr al-Farabi (873-950M) dalam bukunya "Great Book About Music", mengatakan bahwa musik membuat rasa tenang, sebagai pendidikan moral, mengendalikan emosi, pengembangan spiritual, menyembuhkan gangguan psikologis. Pernyataannya itu tentu saja berdasarkan pengalamannya dalam menggunakan musik sebagai terapi. Sekarang di zaman modern, terapi musik banyak digunakan oleh psikolog maupun psikiater untuk mengatasi berbagai macam gangguan kejiwaan, gangguan mental atau gangguan psikologis.

7. Mengurangi Rasa Sakit

Musik bekerja pada sistem saraf otonom yaitu bagian sistem saraf yang bertanggung jawab mengontrol tekanan darah, denyut jantung dan fungsi otak, yang mengontrol perasaan dan emosi. Menurut penelitian, kedua sistem tersebut bereaksi sensitif terhadap musik. Ketika kita merasa sakit, kita menjadi takut, frustrasi dan marah yang membuat kita menegangkan otot-otot tubuh, hasilnya rasa sakit menjadi semakin parah. Mendengarkan musik secara teratur membantu tubuh relaks secara fisik dan mental, sehingga

membantu menyembuhkan dan mencegah rasa sakit. Dalam proses persalinan, terapi musik berfungsi mengatasi kecemasan dan mengurangi rasa sakit. Sedangkan bagi para penderita nyeri kronis akibat suatu penyakit, terapi musik terbukti membantu mengatasi rasa sakit.

8. Menyeimbangkan Tubuh

Menurut penelitian para ahli, stimulasi musik membantu menyeimbangkan organ keseimbangan yang terdapat di telinga dan otak. Jika organ keseimbangan sehat, maka kerja organ tubuh lainnya juga menjadi lebih seimbang dan lebih sehat.

Dalam mengatur jadwal terapi musik, kita dapat menentukan sendiri waktu terapi yang tepat, boleh pagi, siang, sore, atau malam. Yang penting, ketika sudah memilih waktunya, maka ibu harus konsisten dengan waktu tersebut. Jika sudah menetapkan dipagi hari, maka selanjutnya harus dipagi hari, jangan diubah-ubah. Pilihlah waktu sesuai kesempatan yang dimiliki. Bagi ibu yang bekerja misalnya, mungkin pagi hari bukanlah waktu yang tepat, sehingga dapat dilakukan pada malam 34 hari atau sela-sela waktu kerjanya. Yang penting adalah berkesinambungan dan konsisten, bila tidak maka hasilnya tidak sesuai dengan yang diharapkan. Selain waktu ibu, waktu janin juga perlu dipertimbangkan. Bagaimanapun juga, akan lebih baik bila terapi dilakukan ketika janin tidak sedang tidur. Pada saat terjaga, janin bisa menyimak rangsangan suara secara aktif. Dengan begitu, daya ingatnya juga ikut terangsang dan bertambah kuat

d. Definisi musik sholawat

shalawat menurut bahasa adalah doa, sedangkan menurut istilah, shalawat adalah shalawat Allah kepada Rasulullah, berupa rahmat dan kemuliaan. Shalawat dari malaikat kepada Nabi berupa permohonan rahmat dan kemuliaan kepada Allah untuk Nabi Muhammad. Shalawat orang-orang beriman yakni manusia dan jin adalah permohonan rahmat dan kemuliaan kepada Allah untuk Nabi.

e. Manfaat terapi sholawat

Manfaat Shalawat Dalam buku Shalawat untuk jiwa oleh Rima Olivia menyatakan bahwa terdapat manfaat ketika kita bershalawat yaitu dapat memberikan manfaat lahir, batin dan rohani kita. Bagi pelaku shalawat yang melakukan secara rutin dapat merasakan manfaatnya secara nyata. Seperti halnya saat kondisi stress dapat diatasi dengan bershalawat yang dapat memberikan ketenangan bagi pelaku shalawat. Ketika kita bershalawat pusatkan perhatian pada suatu hal yang positif, maka akan timbul rasa rileks dalam diri seseorang. bershalawat juga tidak hanya berhubungan dengan aktivitas mental yang memusatkan pikiran yang berulang saja, melainkan juga mengakses segenap folder yang tersimpan dalam gudang ingatan manusia tentang apa dan bagaimana Rasulullah Saw. Shalawat akan memberikan efek vibrasi dengan gelombang pemusatan pikiran dari miliaran manusia.

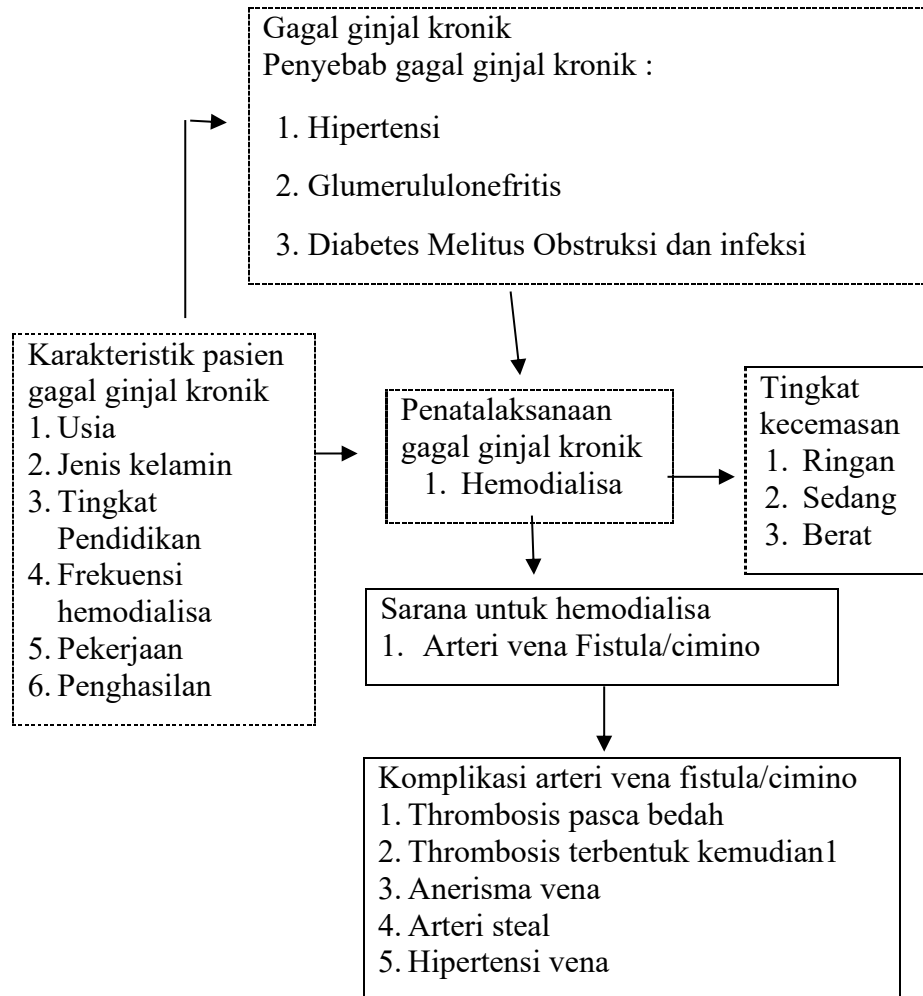
Selain itu, shalawat dapat mengubah sudut pandang, cara berpikir, perilaku dan perasaan kita. 11 Salah satunya shalawat akan membawa efek perubahan mood (Perasaan) seseorang. Pengulangan yang dilakukan dapat membuat jeda

dengan tekanan pikiran yang kita alami sehingga kita tidak terkuasai oleh perasaan itu sendiri. Dalam mood yang lebih mampu dikendalikan, maka kesejahteraan emosi lebih mudah tercapai dengan baik. Shalawat dapat memberikan efek ketenangan yaitu ketika seseorang rutin dalam bershalawat akan mengalami kondisi medium trance, yaitu keadaan seseorang yang ditandai dengan halusinasi positif. Shalawat juga termasuk latihan meditasi yang akan memberikan pengaruh rasa nyaman sehingga ketenangan akan dapat dirasakan. Sementara itu pengulangan dalam ucapan shalawat diperlukan karena dapat melatih otak berfungsi lebih kuat dan lebih sehat. Sesuai dengan Donald Hebb bapak keilmuan neuropsikologi, mengatakan bahwa neuron yang terpicu bersama akan terikat bersama, maka pengulangan dalam pengucapan shalawat ini diperlukan dalam pelepasan emosi, sehingga dengan bershalawat seseorang sedang melakukan penyalarsan emosi negative.

Sholawat Nabi berisi syair-syair yang bercerita tentang kehidupan Nabi dan sholawat untuk Nabi yang akan menambah kedekatan kita kepada Allah. (E. Amalia et al., 2022). Shalawat merupakan doa yang berkaitan dengan keagungan pribadi Nabi atau sirah kehidupan Nabi, namun shalawat berkembang menjadi syair-syair yang berkaitan dengan keagungan pribadi Nabi atau sirah kehidupan Nabi. Hingga saat ini, kreativitas dalam shalawat diinterpretasikan berdasarkan kaidah islam seperti kalangan seni Islam tradisional (Budiman et al., 2022). Terapi Dzikir atau Sholawat dapat diterapkan untuk meningkatkan Phsycological well being terhadap kecemasan.

B. KONSEP TEORI

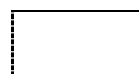
Gambar 2. 1 konsep teori (yuwono, 2020)



Keterangan :



Tidak diteliti



Diteliti

Teori pengaruh terapi audio musik sholawat terhadap kecemasan pasien hemodialisa di RSUD Dr.R Soedjati Soemodiardjo Purwodadi.