

Implementasi Self Healing Untuk Mengatasi Kecemasan pada Pasien Gagal Ginjal Kronik Yang Menjalani Hemodialisa di Rs Permata Medika Semarang

Dwi Nur Aini¹, Maulidta Karunianingtyas Wirawati², Menik Kustriyani³, Arifianto⁴, Mariyati⁵, Mohammad Arifin Noor⁶, Desi Ramadhani⁷, Muhammad Azkanni'am⁸

^{1,2,3,4,5}Dosen Keperawatan Universitas Widya Husada Semarang

⁶Dosen Keperawatan Universitas Islam Sultan Agung Semarang

^{7,8}Mahasiswa Keperawatan Universitas Widya Husada Semarang

Korespondensi Penulis : dwi.nuraini00@gmail.com

Article History:

Received: 10 Mei 2023

Revised: 12 Juni 2023

Accepted: 13 Juli 2023

Keywords: Anxiety, Chronic Kidney Failure, Self Healing.

Abstract. HD room nurses are health workers who play an active role in managing nursing care starting from assessment, both physically and psychologically. Determine nursing problems that arise in patients based on the results of the assessment, determine interventions, carry out implementation according to the plans that have been determined and evaluate the actions / implementations that have been carried out. In accordance with the problems experienced by these partners, the efforts made include implementing self-healing in chronic kidney failure patients undergoing hemodialysis therapy who experience anxiety. The specific target of this PKM activity is to teach self-healing therapy in the prevention and treatment of anxiety, especially in chronic kidney failure patients undergoing hemodialysis therapy at Permata Medika Hospital, Semarang. Teaching chronic kidney failure patients undergoing hemodialysis therapy how to do self-healing. Demonstration of self-healing therapy according to SOP. The result of this service activity is that the level of knowledge of chronic kidney failure patients undergoing hemodialysis therapy at Permata Medika Hospital in Semarang increases after being given material on self-healing management with five finger hypnosis, besides that the patient is able to carry out a simulation on how to reduce anxiety with five finger hypnosis.

Abstrak. Perawat ruang HD merupakan tenaga kesehatan yang berperan aktif dalam pengelolaan asuhan keperawatan mulai dari pengkajian, baik secara fisik dan psikologis. Menentukan masalah keperawatan yang muncul pada pasien berdasarkan hasil pengkajian, menentukan intervensi, melaksanakan implementasi sesuai dengan perencanaan yang telah ditentukan dan melakukan evaluasi dari tindakan/ implementasi yang telah dilakukan. Sesuai dengan permasalahan yang dialami oleh mitra tersebut, upaya yang dilakukan antara lain dengan menerapkan implementasi self healing pada pasien gagal ginjal kronik yang menjalani terapi hemodialisa yang mengalami kecemasan. Target khusus dari kegiatan PKM ini adalah

mengajarkan terapi self healing dalam pencegahan dan penanganan kecemasan, khususnya pada pasien gagal ginjal kronik yang menjalani terapi hemodialisa di RS Permata Medika Semarang. Mengajarkan pasien gagal ginjal kronik yang menjalani terapi hemodialisa cara melakukan self healing Metode yang digunakan dalam kegiatan PKM ini adalah menerapkan implementasi self healing pada pasien gagal ginjal kronik yang menjalani terapi hemodialisa yang mengalami kecemasan. Demonstrasi terapi self healing yang sesuai dengan SOP. Hasil dari kegiatan pengabdian ini adalah tingkat pengetahuan pasien gagal ginjal kronik yang menjalani terapi hemodialisa di RS Permata Medika Semarang meningkat setelah diberikan materi tentang manajemen self healing dengan hypnosis lima jari, selain itu pasien mampu melakukan simulasi tentang cara menurunkan kecemasan dengan hypnosis lima jari

Kata kunci : Kecemasan, Gagal ginjal kronik, Self Healing

PENDAHULUAN

Gagal ginjal kronik merupakan gangguan fungsi ginjal dalam mengatur keseimbangan cairan dan elektrolit serta kehilangan daya dalam proses metabolisme yang dapat menyebabkan terjadinya uremia karena penumpukan zat-zat yang tidak bisa dikeluarkan dari tubuh oleh ginjal yang mengarah pada kerusakan jaringan ginjal yang progresif dan reversibel (Kamil et al., 2018).

Survey yang dilakukan oleh Perhimpunan Nefrologi Indonesia terdapat 18 juta orang di Indonesia menderita penyakit ginjal kronik (Haryanti & Berawi, 2015). Presentase penyakit gagal ginjal kronik di Indonesia untuk Kalimantan Selatan berada pada peringkat keempat yakni 0,2% (Haryanti & Berawi, 2015). Tindakan medis yang dilakukan pada pasien yang mengalami Gagal Ginjal Kronik yaitu hemodialisis atau di masyarakat menyebutnya dengan cuci darah (Price Sylvia & Wilson Lorraine, 2012). Pasien gagal ginjal kronik yang menjalani hemodialisis rutin melakukan tindakan setiap 4 atau 5 hari. Dalam proses hemodialisis membutuhkan waktu 4-6 jam untuk setiap kali terapi (Hardiani, 2020). Kondisi sakit berdampak pada perubahan psikologis pasien dalam menyesuaikan dirinya, salah satunya adalah kecemasan (Hardiani, 2020).

Saat cemas respon sistem saraf otonom yakni serabut saraf simpatis memberikan tanda pertahanan yang selanjutnya kelenjar adrenal melepaskan adrenalin (epinefrin) dan menyebabkan peningkatan pada tekanan arteri serta denyut jantung menjadi lebih tinggi. Pembuluh perifer berkonstriksi saat darah dialirkan dari gastrointestinal yang meningkatkan pemecahan glukosa lebih cepat pada otot dan sistem saraf pusat yang mengakibatkan kekuatan tubuh melemah secara cepat (Badra & Susantie, 2017). Hal ini dikaitkan dengan komplikasi intradialitik yang cukup dikenal % pada pasien gagal ginjal kronik yang menjalani hemodialisis secara rutin dengan insidensi 5-15 dimana pasien yang mengalami hipertensi saat hemodialisis

memiliki peluang untuk dirawat inap dan potensi kematian lebih tinggi hingga sebesar 43% (Naysilla & Partiningrum, 2012).

Dari hasil wawancara 5 dari 10 pasien mengatakan merasa cemas dan khawatir dengan penyakit dan keadaan dirinya yang harus menjalani hemodialisis secara terus menerus, dengan gejala kecemasan yang sering muncul seperti jantung berdebar lebih cepat sebelum tindakan hemodialisis, sulit tidur serta sering terbangun di malam hari. Hal ini yang menjadi alasan penulis untuk melakukan PKM tentang penerapan implementasi self helaing pada pasien gagal ginjal kronik yang menjalani terapi hemodialisa, khususnya yang mengalami kecemasan.

METODE

Metode pendekatan dengan mitra dengan melakukan survey awal terlebih dahulu dengan membawa surat perijinan dari Universitas Widya Husada. Menyampaikan maksud dan tujuan kepada Kepala Instalasi Dialisis dan Kepala Ruang Hemodialisa di RS Permata Medika Semarang. Melakukan skrining/ pengkajian psikologis pada pasien untuk menentukan pasien yang mengalami kecemasan. Bekerja sama dengan Perawat ruangan dalam melakukan penerapan implementasi terapi self healing untuk menangani kecemasan pada pasien gagal ginjal kronik yang menjalani terapi hemodialisa

Tim PKM berkoordinasi dengan Rumah Sakit dan kepala ruang HD untuk mempersiapkan media pembelajaran berupa modul tentang terapi self healing untuk disampaikan kepada pasien gagal ginjal kronik yang menjalani terapi hemodialisa guna meningkatkan pengetahuan dan kemampuan dalam melakukan terapi self helaing. Tim PKM bersama mahasiswa mengadakan pertemuan perawat HD untuk memberukan informasi tentang penerapan implementasi terapi self healing untuk menangani kecemasan pada pasien gagal ginjal kronik yang menjalani terapi hemodialisa. Tim PKM melakukan evaluasi hasil dari kegiatan. Perawat berkoordinasi dengan pihak Rumah Sakit untuk mengusulkan teapi self healing dimasukkan dalam implementasi untuk menangani kecemasan khususnya pada pasien gagal ginjal kronik yang menjalani terapi hemodialisa

HASIL DAN PEMBAHASAN

Kegiatan Pengabdian Masyarakat dilaksanakan selama 3 kali dalam waktu selama 2 (dua) bulan. Kegiatan pengabdian ini dilaksanakan di RS Permata Medika Semarang. Rumah

Sakit Permata Medika terdiri dari instalasi darurat, instalasi rawat jalan, instalasi rawat inap, instalasi fisioterapi, instalasi kamar bersalin (FK), instalasi bedah sentral, instalasi gizi, instalasi farmasi, instalasi laboratorium, instalasi radiologi, instalasi rawat intensif, instalasi hemodialisa, instalasi rekam medik & pendaftaran.

Kegiatan awal pengabdian dilakukan sebelum memberikan penyuluhan, yaitu melakukan koordinasi dengan pihak Rumah Sakit Permata Medika Semarang khususnya ruang Hemodialisa. Setelah mendapat ijin dari Rumah Sakit Permata Medika Semarang kemudian melakukan koordinasi dengan Kepala Instalasi Dialisis sekaligus menanyakan terkait jumlah pasien gagal ginjal kronik yang menjalani hemodialisa di RS Permata Medika Semarang. Setelah mendapatkan data dari Rumah Sakit Permata Medika Semarang kemudian melakukan koordinasi dengan kepala ruang Hemodialisa RS Permata Medika Semarang terkait pelaksanaan pengabdian yang akan diberikan sekaligus kesepakatan waktu

Pelaksanaan kegiatan pengabdian sesi 1 dengan memberikan materi penyuluhan tentang cara pencegahan kecemasan dengan melakukan self healing. Materi yang di sampaikan meliputi pengertian kecemasan, penyebab kecemasan, tanda dan gejala kecemasan dan cara mengatasi kecemasan. Media yang dipakai dalam penyuluhan ini menggunakan LCD, laptop dan juga leaflet. Kegiatan penyuluhan ini diikuti oleh semua pasien gagal ginjal kronik yang sedang menjalani terapi hemodialisa dan diikuti dengan sangat antusias, hal ini ditunjukkan dengan sering bertanya selama proses pemberian materi.

Kegiatan pengabdian sesi 2 adalah dengan memberikan simulasi atau demonstrasi tentang cara menurunkan kecemasan dengan hypnosis 5 jari. Kegiatan ini langsung diberikan kepada pasien yang sedang menjalani terapi hemodialisa di Rumah Sakit Permata Medika Semarang. Materi yang diberikan dalam simulasi adalah langkah-langkah hypnosis 5 jari, yang diawali dengan menenangkan pikiran, kemudian menggunakan ibu jari untuk menunjuk jari yang lain. Satukan ujung ibu jari dengan jari telunjuk, ingat kembali saat anda sehat. Anda bisa melakukan apa saja yang anda inginkan, Satukan ujung ibu jari dengan jari tengah, ingat kembali momen momen indah ketika anda bersama dengan orang yang anda cintai (orang tua/suami/istri/ataupun seseorang yang dianggap penting). Satukan ujung ibu jari dengan jari manis, ingat kembali ketika anda mendapatkan penghargaan atas usaha keras yang telah anda lakukan. Satukan ujung ibu jari dengan jari kelingking, ingat kembali saat anda berada di suatu tempat terindah dan nyaman yang pernah anda kunjungi. Luangkan waktu anda untuk mengingat kembali saat indah dan menyenangkan itu.

Kegiatan akhir dari proses pengabdian masyarakat ini adalah melakukan evaluasi dari kegiatan yang telah dilakukan sebelumnya. Kegiatan evaluasi ini meliputi apakah pasien sudah paham tentang materi yang diberikan dengan menanyakan kembali materi yang telah disampaikan dan meminta pasien untuk melakukan demonstrasi cara melakukan hypnosis 5 jari untuk menurunkan tingkat kecemasan. Dibuktikan dengan adanya dokumentasi kegiatan. Hemodialisa merupakan proses perubahan komposisi solut dalam darah oleh larutan lain (cairan dialisat) melewati membran semipermeabel, yang dimana terjadi proses penggabungan dari proses difusi dan ultrafiltrasi yang bertujuan untuk membuang sisa-sisa metabolisme dalam darah (Black & Hawks, 2014). Hemodialisa dilakukan dengan bantuan mesin dialyzer, yang dimana tindakan hemodialisa mampu menurunkan resiko kerusakan organ-organ vital dampak dari akumulasi zat toksik. Proses hemodialisa dilakukan secara menetap sepanjang hidup pasien yang biasanya dilakukan 3 sampai 4 jam pengobatan dalam 2 hari seminggu (Umami et al., 2019).

Hemodialisa berproses secara rutin dan terus menerus selama hidup. Hemodialisa mencegah kematian dan memperpanjang umur harapan hidup, tetapi hemodialisa tidak menyembuhkan serta pasien akan tetap mengalami banyak permasalahan dan komplikasi (Brunner et al., 2014). Kekuatan bertahan hidup pasien yang melakukan hemodialisa dipengaruhi oleh beraneka macam sebab, seperti derajat keparahan penyakit yang diderita, keadaan macam sistem tubuh yang terhalang, pengendalian intake cairan serta makanan, sampai ketaatan pasien mengikuti rencana terapi hemodialisa (Wijayanti et al., 2017). Dengan adanya dampak yang ditimbulkan dari terapi hemodialisa salah satunya dampak psikologis yaitu pasien akan mengalami kecemasan.

Kecemasan yaitu perilaku alamiah yang diderita setiap manusia sebagai cara dalam mengalami masalah yang berupa ketidaknyamanan, khawatir yang tidak pasti dan tidak berdaya sehingga mengharuskan seseorang memilih kegiatan untuk mengambil tindakan untuk memecahkan masalah (Nisa et al., 2019). Tingkat kecemasan pada pasien hemodialisa satu dengan yang lainnya berbeda-beda yang dipengaruhi oleh upaya mengendalikan kecemasan serta suport dari orang sekitar. Kecemasan yang berlarut-larut dan berlangsung secara terus-menerus mampu membuat stress yang mengganggu kegiatan sehari-hari. Pada umumnya tahap kecemasan pada pasien yang melakukan hemodialisa mampu dipengaruhi oleh beberapa situasi, salah satunya yaitu kemampuan coping pada pribadi itu sendiri.

Kemampuan coping yaitu upaya yang dilakukan seseorang dalam mengatasi perkara, menyesuaikan diri dengan modifikasi serta respons terhadap kondisi yang mengancam baik secara serebral maupun sikap, yang dimana perbedaan kekuatan yang dimiliki tiap-tiap orang

akan menghasilkan kemampuan coping yang berlainan (Nasir et al., 2011). Berdasarkan (KOPING, 2021) kemampuan coping berlandaskan kategorinya dibagi menjadi dua, yaitu kemampuan coping adaptif dan kemampuan coping maladaptif. Semakin adaptif kemampuan coping pasien maka derajat gangguan psikologis semakin rendah, akan tetapi bila kemampuan coping pasien maladaptif maka derajat gangguan psikologisnya semakin berat. Fakta yang ada dimasyarakat tidak seluruh penerimaan stress seperti yang diinginkan, bahkan tidak banyak pasien yang memakai kemampuan coping yang adaptif. Penolakan, ketidakpatuhan melakukan hemodialisa, kasar serta percobaan bunuh diri merupakan beberapa respon maladaptif yang berlangsung pada pasien hemodialisa (Nasir et al., 2011)

Penelitian yang dikemukakan oleh (Tagang & Aty, 2019) pada pasien yang melakukan terapi hemodialisa membuktikan bahwa responden yang memakai coping adaptif 27 orang (45,8%), sedangkan yang memakai coping maladaptif 32 orang (54,2%). Maka dapat disimpulkan bahwa pasien yang melakukan terapi hemodialisa lebih banyak memakai kemampuan coping maladaptif. Begitu juga dengan hasil penelitian yang dikemukakan (Luana et al., 2012) sebagian besar pasien gagal ginjal kronik yang melakukan hemodialisa diketahui 47,5% mengalami kecemasan ringan sedangkan 3,75% tidak mengalami kecemasan serta sisanya mengalami kecemasan sedang sampai sangat berat.



Gambar 1:TIM PkM



Gambar 2 : Demonstrasi cara melakukan hypnosis 5 jari

SIMPULAN

Pasien gagal ginjal kronik yang menjalani terapi hemodialisa di RS Permata Medika Semarang membutuhkan materi tentang cara menurunkan kecemasan dengan cara self healing. Tingkat pengetahuan Pasien gagal ginjal kronik yang menjalani terapi hemodialisa di RS Permata Medika Semarang meningkat setelah diberikan materi tentang cara menurunkan kecemasan dengan cara self healing. Pasien gagal ginjal kronik yang menjalani terapi hemodialisa di RS Permata Medika Semarang mampu menjelaskan pengertian kecemasan, penyebab kecemasan, tanda dan gejala kecemasan dan cara menurunkan tingkat kecemasan. Pasien gagal ginjal kronik yang menjalani terapi hemodialisa di RS Permata Medika Semarang mampu melakukan simulasi tentang cara melakukan hypnosis 5 jari yang diawali dengan menenangkan pikiran, kemudian menggunakan ibu jari untuk menunjuk jari yang lain. Satukan ujung ibu jari dengan jari telunjuk, ingat kembali saat anda sehat. Anda bisa melakukan apa saja yang anda inginkan, Satukan ujung ibu jari dengan jari tengah, ingat kembali momen momen indah ketika anda bersama dengan orang yang anda cintai (orang tua/suami/istri/ataupun seseorang yang dianggap penting). Satukan ujung ibu jari dengan jari manis, ingat kembali ketika anda mendapatkan penghargaan atas usaha keras yang telah anda lakukan. Satukan ujung ibu jari dengan jari kelingking, ingat kembali saat anda berada di suatu tempat terindah dan nyaman yang pernah anda kunjungi. Luangkan waktu anda untuk mengingat kembali saat indah dan menyenangkan itu. Tersedianya Media penyuluhan seperti

power point yang bisa digunakan sebagai media dalam penyampaian materi Tersedianya modul pelatihan tentang cara melakukan hypnosis 5 jari, tersedia Video tentang demonstrasi cara melakukan hypnosis 5 jari dengan benar

DAFTAR PUSTAKA

- Anul, K. (2022). *SELF HEALING PASIEN DALAM PROSES PEMULIHAN DAN IMPLIKASI TERHADAP BIMBINGAN KONSELING ISLAM*. Universitas Muhammadiyah Sumatera Barat.
- Badra, I. W., & Susantie, N. L. G. (2017). Analisis Faktor-Faktor Yang Mempengaruhi Tingkat Kecemasan Keluarga Pasien Terhadap Pelayanan Keperawatan Pada Pasien Yang Dirawat Di Ruang Intensive Care Unit (Icu) Rsud Sele Be Solu Kota Sorong Tahun 2017. *Nursing Arts*, 11(1), 11–22.
- Dewi, N. P. I. S. (2022). Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan Buleleng. *Aplikasi Terapi Komplementer Bagi Tenaga Kesehatan*, 39.
- Hardiani, R. (2020). *GAMBARAN TINGKAT KECEMASAN PASIEN GAGAL GINJAL KRONIK YANG MENJALANI HEMODIALISIS*. STIK Muhammadiyah Pontianak.
- Haryanti, I. A. P., & Berawi, K. N. (2015). erapi Konservatif dan Terapi Pengganti Ginjal sebagai Penatalaksanaan pada Gagal Ginjal Kronik. *Jurnal Majority*, 4(7), 49–54.
- Kamil, I., Agustina, R., & Wahid, A. (2018). Gambaran tingkat kecemasan pasien gagal ginjal kronik yang menjalani hemodialisis di RSUD Ulin Banjarmasin. *Dinamika Kesehatan: Jurnal Kebidanan Dan Keperawatan*, 9(2), 366–377.
- Naysilla, A. M., & Partiningrum, D. L. (2012). *Faktor risiko hipertensi intradialitik pasien penyakit ginjal kronik*. Fakultas Kedokteran.
- Nurriyana, A. M., & Sayira, S. I. (n.d.). MENGATASI KEHILANGAN AKIBAT KEMATIAN ORANG TUA: STUDI FENOMENOLOGI SELF-HEALING PADA REMAJA. *Jurnal Penelitian Psikologi*, 8.
- Price Sylvia, A., & Wilson Lorraine, M. (2012). Patofisiologi: Konsep Klinis Proses-Proses Penyakit. *Jakarta: Egc*.
- Redho, A., Sofiani, Y., & Warongan, A. W. (2019). Pengaruh self healing terhadap penurunan skala nyeri pasien post Op. *Journal of Telenursing (JOTING)*, 1(1), 205–214.

