

BAB 1

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Gangguan tidur lebih sering terjadi pada pasien dengan penyakit ginjal kronis dibandingkan populasi umum lainnya. Gangguan tidur yang sering terjadi termasuk insomnia, sindrom kaki gelisah (*restless legs syndrome* [RLS]), sindroma kesulitan bernapas obstruktif saat tidur (*obstructive sleep apnea syndrom* [OSAS]), kantuk di siang hari yang berlebihan, narkolepsi dan tidur berjalan (Sabryet *al.*, 2010). Gangguan tidur insomnia biasanya berkaitan dengan gangguan pernapasan yang berhubungan dengan tidur (*sleep apnea* [SA]), yang lebih sering terjadi pada pasien dengan penyakit ginjal kronis dan pasien dialisis (Chen *et al.*, 2006). Insomnia dapat berupa insomnia primer dan sekunder. Insomnia primer adalah kesulitan dalam memulai, mempertahankan tidur yang berlangsung selama minimal satu bulan yang menyebabkan distress, gangguan sosial, pekerjaan atau peran penting lainnya. Insomnia sekunder adalah insomnia dimana gejala yang muncul sebagai akibat dari gangguan mental, obat-obatan, penyalahgunaan zat tertentu, gangguan tidur primer seperti sindrom kaki gelisah (*restless legs syndrome*) dan penyakit medis (Endemis, 2013). Insomnia pada pasien hemodialisis (HD) umumnya dikaitkan dengan sindrom kaki gelisah (RLS) atau gerakan anggota badan periodik (PLM) (Chen *et al.*, 2006).

Prevalensi gangguan tidur pada penyakit ginjal kronis adalah 79,5%, dan kelainan tidur yang paling umum adalah insomnia (65,9%), diikuti oleh RLS (42%), OSAS (31,8%), mendengkur (27,3%), EDS (Excessive Daytime Sleepiness (27,3%), narkolepsi (15,9%), dan tidur berjalan (3,4%). Insomnia berkorelasi dengan anemia dan RLS ($r = 0,327$, $p = 0,002$). Selain itu, RLS berkorelasi dengan hipoalbuminemia ($r = 0,41$, $p \leq 0,0001$), anemia ($r = 0,301$, $p = 0,046$), hiperfosfatemia ($r = 0,343$, $p = 0,001$). EDS berkorelasi dengan OSAS ($r = 0,5$, $p \leq 0,0001$), mendengkur ($r = 0,341$, $p = 0,001$), dan kekhawatiran sosial ($r = 0,27$, $p = 0,011$) (Sabry *et al.*, 2010). Menurut Varisella (2016), prevalensi insomnia pada pasien hemodialisis berkisar antara 45-69.1%. Seiring dengan tingginya prevalensi insomnia, pasien dengan hemodialisis sering mengalami beberapa konsekuensi, diantaranya rasa kantuk di siang hari, perasaan depresi, kurang energi, gangguan kognitif, gangguan memori, lekas marah, disfungsi psikomotor dan penurunan kewaspadaan serta konsentrasi.

Penelitian Vitarino *et al.* (2010) untuk mengetahui faktor-faktor yang berhubungan dengan kualitas tidur, menemukan pasien dengan kualitas tidur yang buruk (PSQI > 6) lebih dari setengah (60%) responden. Menurut hasil analisis korelasi Pearson, usia tidak berkorelasi secara signifikan dengan skor PSQI, jenis kelamin, albumin, KtV, indeks masa tubuh, lama dialisis, URR, tekanan darah sistolik, tekanan darah diastolik, hemaglobin. Dari semua pasien, 100% menyatakan bahwa mereka tidak menggunakan obat untuk

meningkatkan tidur mereka. Sebagian besar pasien dengan PSQI>6 adalah laki-laki (70%), dan 20% pasien memiliki riwayat dialisis lebih dari 5 tahun.

Menurut Arab (2016) akupresur merupakan metode pengobatan yang dapat memperbaiki gangguan tidur dengan melepaskan mediator saraf yang mengatur proses fisik, mendorong tubuh untuk menjadi santai dan meningkatkan kualitas tidur. Akupresur adalah cara pengobatan yang berasal dari Cina, yang biasa disebut dengan pijat akupunktur yaitu metode pemijatan pada titik-titik akupunktur (*acupoint*) ditubuh manusia tanpa menggunakan jarum (Endemis, 2013). Akupresur bertujuan untuk mengurangi ketegangan dan kecemasan dengan cara melemaskan otot-otot badan dengan terapi relaksasi akupresur peredaran darah menjadi lancar, dan badan terasa lebih sehat (Varisella, 2016).

Titik-titik akupresur terletak pada kedua telapak dan pada kedua telapak kaki. Di telapak kaki terdapat titik akupresur untuk jantung, paru, ginjal, mata, hati, kelenjar tiroid, pankreas, sinus dan otak (Yunus M, 2016). Pijatan bisa kita lakukan setelah menemukan titik meridian yang tepat, yaitu timbulnya reaksi pada titik pijat berupa rasa nyeri, linu atau pegal. Pijatan bisa dilakukan dengan menggunakan jari tangan (jempol dan jari telunjuk). Semua titik berpasangan kecuali untuk jalur meridian Ren dan Tu. (Yunus M, 2016).

Penelitian Nordio dan Romanelli pada tahun 2008 di Italia yang meneliti efektivitas seperangkat alat akupresur "*H7-Insomnia Control*" yang dipasang pada titik HT 7 (titik dipergelangan tangan sejajar dengan jari) hasil yang didapatkan penelitian dengan alat tersebut efektif dan akupresur dapat

dijadikan sebagai terapi non farmakologi yang ampuh untuk memperbaiki peningkatan kualitas tidur dan mengurangi tingkat kecemasan pada penderita insomnia. Penelitian menurut Wang tahun 2013 yang memfokuskan akupresur pada titik shenmen ditelinga. Hasil penelitian di dinyatakan bahwa akupresur bermanfaat untuk pengobatan insomnia, akupresur juga dapat menurunkan denyut jantung (*heart rate*) dan meningkatkan variabilitas denyut jantung (*heart rate variability*) pada pengidap insomnia (Endemis, 2013). Penelitian yang sama dilakukan di rumah sakit Taipei di Taiwan tahun 2003 yang bertujuan untuk menguji efektivitas pijat acupoints (shenmen, ear shenmen dan yung chuan) pada pasien dengan penyakit ginjal stadium akhir yang mengalami gangguan tidur dan penurunan kualitas hidup dan ternyata hasil penelitian dinyatakan bahwa akupresur merupakan terapi komplementer yang efektif untuk meningkatkan kualitas tidur pada penderita insomnia primer dan insomnia sekunder Endemis (2013).

Akupresur dapat digunakan untuk pasien gagal ginjal kronik yang menjalani hemodialisis dengan insomnia seperti terapi alternatif non farmakologi contohnya terapi akupresur untuk mengobati insomnia. Perawat bisa menggunakan seperti bahan untuk edukasi kepada pasien gagal ginjal kronik yang menjalani hemodialisis dengan insomnia agar dapat melaksanakan terapi akupresur secara periodik dirumah.

B. Rumusan Masalah

Pasien penyakit ginjal kronis (PGK) dengan terapi hemodialisis diindikasikan lebih sering mengalami gangguan tidur dibandingkan dengan populasi lainnya. Prevalensi gangguan tidur pada PGK mencapai 79,5% dengan gangguan paling sering adalah insomnia diikuti RLS, OSAS, mendengkur, EDS, narkolepsi, dan tidur berjalan. Sebagai gangguan tidur yang paling sering terjadi. Insomnia dapat menyebabkan pasien mengalami beberapa konsekuensi, diantaranya rasa kantuk di siang hari, perasaan depresi, kurang energi, gangguan kognitif, gangguan memori, lekas marah, sindroma gelisah, narkolepsi dan tidur berjalan, disfungsi psikomotor dan penurunan kewaspadaan serta konsentrasi. Akupresur atau pijat akupunktur adalah metode pemijatan pada titik-titik akupunktur (*acupoint*) pada tubuh manusia tanpa menggunakan jarum, menurut beberapa hasil penelitian efektif dalam mengatasi gangguan tidur pada PGK dengan hemodialisis. Penelitian studi kasus ini dimaksudkan untuk mengetahui "Bagaimana efek akupresur pada pasien gangguan tidur di Ruang Hemodialisis RSI Purwokerto".

C. Tujuan Studi Kasus

1) Tujuan umum

Mengetahui perbedaan tingkat gangguan tidur setelah di lakukan akupresur pada pasien yang menjalani hemodialisis di RSI Purwokerto.

2) Tujuan khusus

Pada penelitian ini memiliki tujuan khusus untuk mengetahui :

- a. Gambaran pelaksanaan asuhan keperawatan gangguan tidur pada pasien penyakit ginjal kronis dengan hemodialisis di RSI Purwokerto.
- b. Gambaran karakteristik pasien penyakit ginjal kronis dengan hemodialisis di RSI Purwokerto.
- c. Tingkat gangguan tidur sebelum dilakukan terapi akupresur pada pasien penyakit ginjal kronis dengan hemodialisis di RSI Purwokerto.
- d. Tingkat gangguan tidur setelah dilakukan terapi akupresur pada pasien penyakit ginjal kronis dengan hemodialisis di RSI Purwokerto.
- e. Mengetahui perbedaan tingkat gangguan tidur sebelum dan setelah dilakukan akupresur pada pasien penyakit ginjal kronis dengan hemodialisis di RSI Purwokerto.

D. Manfaat Studi Kasus

Hasil dari penelitian ini diharapkan dapat memberikan manfaat bagi semua pihak, yaitu :

1. Manfaat teoritis

Hasil penelitian diharapkan dapat menambah perkembangan ilmu pengetahuan dan memberikan informasi ilmiah tentang perbedaan tingkat gangguan tidur setelah dilakukan akupresur pada pasien penyakit ginjal kronis yang menjalani hemodialisis.

2. Manfaat praktis

- a. Bagi keluarga dan pasien

Penelitian ini diharapkan dapat memberikan dukungan dan motivasi kepada responden yang menjalani terapi hemodialisis dan dapat meminimalkan gangguan tidur pasien terhadap tindakan hemodialisa yang dijalani.

b. Bagi rumah sakit

Penelitian ini diharapkan keluarga dapat memberikan dukungan dan motivasi kepada responden yang menjalani terapi hemodialisis dan dapat meminimalkan gangguan tidur pasien terhadap tindakan hemodialisa yang dijalani. Hasil penelitian dapat digunakan sebagai bahan masuk dalam rangka meningkatkan mutu pelayanan rumah sakit terutama untuk mengatasi gangguan tidur pada pasien hemodialisis.

c. Bagi peneliti

Hasil penelitian ini dapat digunakan sebagai data dasar dalam melaksanakan penelitian lebih lanjut untuk mengetahui efektivitas terapi akupresur terhadap gangguan tidur pada pasien penyakit ginjal kronis yang menjalani hemodialisis