

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang Penelitian

Pasien dengan penyakit ginjal kronis sering mengalami kualitas tidur yang buruk, yang dapat mempercepat progresivitas penyakit ginjal kronis serta berdampak negatif pada kualitas hidup mereka yang berhubungan dengan kesehatan, sehingga meningkatkan risiko morbiditas dan mortalitas. Selain itu, kualitas tidur yang buruk dapat memengaruhi sistem imun, fungsi kognitif, dan kesejahteraan emosional pasien penyakit ginjal kronis, serta berkontribusi terhadap ketidakpatuhan dalam penggunaan obat dan penurunan partisipasi dalam seluruh rencana pengobatan (Gela, Limenh, et al., 2024).

Pasien penyakit ginjal kronis juga berisiko tinggi mengalami gangguan mental umum, yang dapat menyebabkan tingkat kelangsungan hidup lebih rendah, hasil klinis yang buruk, durasi rawat inap lebih lama, peningkatan penggunaan layanan kesehatan, kesulitan dalam kepatuhan terhadap pengobatan, peningkatan risiko menjalani dialisis, serta kualitas hidup yang rendah dan risiko kematian yang lebih tinggi (Gela, Tesfaye, et al., 2024).

Sekitar 700 juta orang diperkirakan menderita penyakit ginjal kronis di seluruh dunia. Ditambah lagi dengan beban global gagal ginjal (termasuk mereka yang menerima dialisis dan penerima transplantasi ginjal), yang meningkatkan prevalensi global penyakit ginjal menjadi ~850 juta, yang berarti prevalensi global >10% (Kovesdy, 2022). Hasil Riset Kesehatan Dasar (Riskesdas) oleh Balitbang Kesehatan menunjukkan bahwa prevalensi Penyakit Ginjal Kronik di Indonesia

sebesar 0,38 % atau 3,8 orang per 1000 penduduk, dan sekitar 60% penderita gagal ginjal tersebut harus menjalani hemodialisis (TEMPO, 2024).

Hemodialisis pada pasien dengan Penyakit Ginjal Kronik dapat menimbulkan komplikasi yang mencakup sejumlah gejala meliputi anemia, kelemahan tubuh, gangguan tidur, kram otot, hipotensi, hipertensi (Kamil & Setiyono, 2018). Gangguan tidur pada pasien Penyakit Ginjal Kronik bisa menyebabkan insomnia, kualitas tidur buruk sekaligus kualitas hidup menurun, serta berdampak bagi psikologis, fisiologis, sosial, fisik, hingga kematian. Kualitas tidur yang buruk akan mempengaruhi hormon melatonin yang berfungsi mengatur ritme tidur (Chu et al, 2018). Hasil observasi peneliti menunjukkan ada beberapa pasien Penyakit Ginjal Kronik mengalami kesulitan untuk tidur akibat sesak napas, gatal-gatal, cemas menjelang cuci darah, dan sering terbangun di malam hari. Gangguan tidur dapat meningkatkan pengaruh negatif terhadap kesehatan, mencakup penurunan kualitas hidup, resiko kecelakaan, malaise, kelelahan, peningkatan resiko jatuh, penurunan kognitif, bahkan kematian (Damayanti & Anita, 2021).

Berdasarkan hasil penelitian yang dilakukan oleh Saraswati, Lestari, dan Putri (2022) bahwa tingkat stres berhubungan dengan kualitas tidur dengan atau dengan kata lain, salah satu hal yang dapat mempengaruhi tidur adalah tingkat stres yang dimiliki oleh pasien itu sendiri. Hasil penelitian Kumar (2003) di India tingkat stres pada pasien yang melakukan hemodialisa adalah 78,3%. Hasil penelitian tim perawat Hemodialisa RSUD Moewardi Surakarta (2007) memperlihatkan bahwa 30% pasien yang melakukan hemodialisa mengalami stres ringan, 40% mengalami

stres sedang dan 30% pasien mengalami stres berat.

Stres pada pasien yang melakukan hemodialisa ini berasal dari keterbatasan aktifitas fisik, perubahan konsep diri, status ekonomi, dan tingkat ketergantungan. Pasien biasanya menghadapi masalah keuangan, kesulitan dalam mempertahankan pekerjaan, dorongan seksual yang menghilang serta impotensi, khawatir terhadap perkawinan dan ketakutan terhadap kematian (Cecilia, 2011). Aromaterapi Lavender jenis *Lavandula angustifolia* merupakan spesies tanaman aromatik yang efektif digunakan dalam praktik aromaterapi karena memiliki efek relaksasi yang signifikan.

Komponen aktif utama seperti *linalool* dan *linalyl acetate* berperan dalam memodulasi aktivitas sistem saraf pusat melalui mekanisme kerja pada neurotransmitter gamma-aminobutyric acid (GABA), sehingga menghasilkan efek sedatif, ansiolitik, serta perbaikan kualitas tidur (Nasiri Lari et al., 2020). Hasil penelitian klinis menunjukkan bahwa inhalasi minyak esensial *Lavandula angustifolia* berpengaruh terhadap peningkatan kualitas tidur dan penurunan stres. *Nasiri Lari et al. (2020)* melaporkan bahwa intervensi aromaterapi menggunakan *Lavandula angustifolia* efektif dalam meningkatkan kualitas tidur, memperbaiki kualitas hidup, serta membantu regulasi metabolic.

Penelitian ini penting untuk mengevaluasi efektivitas aromaterapi *Lavandula Angustifolia* sebagai intervensi non-farmakologis dalam mengurangi stres dan meningkatkan kualitas tidur pasien gagal ginjal. Hasil penelitian ini dapat memberikan bukti ilmiah untuk mendukung penggunaan aromaterapi dalam praktik klinis, sehingga meningkatkan kualitas hidup pasien dengan menurunkan tingkat

stress dan meningkatkan kualitas tidur diantara pasien gagal ginjal.

Berdasarkan studi pendahuluan yang sudah dilakukan jumlah populasi pasien Gagal Ginjal Rawat Inap Hemodialisa di RSUD dr. Soehadi Prijonegoro Sragen Januari-April 2025 adalah 290 orang dengan jumlah mesin Hemodialisa sebanyak 28 unit. Pasien gagal ginjal kronis di Ruang Ranap Hemodialisa menunjukkan bahwa sebagian besar pasien mengeluhkan tingkat stres yang tinggi serta kualitas tidur yang buruk.

Hasil wawancara dengan 10 pasien rawat inap hemodialisa mengindikasikan bahwa 70% di antaranya mengalami kesulitan tidur setiap malam. Penyebab stress pada pasien rawat inap hemodialisa Rumah Sakit Pada pasien rawat inap hemodialisis oleh ritme dialisis dan lingkungan rumah sakit merupakan penyebab terserang stres dan insomnia. Pihak Rumah Sakit sudah menerapkan terapi non farmakologis relaksasi nafas dalam namun belum efektif karena setiap hari jumlah pasien yang mengalami kesulitan tidur dan kecemasan tidak kunjung terjadi penurunan. Kondisi ini menunjukkan perlunya intervensi nonfarmakologis pemberian aromaterapi *Lavandula Angustifolia*, untuk membantu mengurangi stres dan meningkatkan kualitas tidur.

Oleh sebab itu, peneliti tertarik untuk melakukan penelitian tentang pengaruh aromaterapi *Lavandula Angustifolia* terhadap tingkat stress dan kualitas tidur pasien gagal ginjal di RSUD Kabupaten Sragen.

B. Rumusan Masalah

Berdasarkan latar belakang diatas maka rumusan masalah dalam penelitian ini adalah “Bagaimana pengaruh cara relaksasi menggunakan aroma terapi

Lavandula Angustifolia terhadap tingkat stress dan kualitas tidur pasien gagal ginjal di RSUD dr. Soehadi Prijonegoro Sragen?”

C. Tujuan Penelitian

1. Tujuan Umum

Menganalisis pengaruh cara relaksasi sebelum diberikan relaksasi aroma terapi *Lavandula Angustifolia* serta menganalisis relaksasi setelah aromaterapi *Lavandula Angustifolia* terhadap tingkat stress dan kualitas tidur pasien gagal ginjal.

2. Tujuan Khusus

- a. Menganalisis pengaruh sebelum dilaksanakan relaksasi menggunakan aroma terapi *Lavandula Angustifolia* terhadap tingkat stress pasien gagal ginjal
- b. Menganalisis pengaruh sesudah dilaksanakan relaksasi menggunakan aroma terapi *Lavandula Angustifolia* terhadap tingkat stress pasien gagal ginjal
- c. Menganalisis pengaruh sebelum dilaksanakan relaksasi menggunakan aroma terapi *Lavandula Angustifolia* terhadap kualias tidur pasien gagal ginja
- d. Menganalisis pengaruh sesudah dilaksanakan relaksasi menggunakan aroma terapi *Lavandula Angustifolia* terhadap kualias tidur pasien gagal ginjal

D. Manfaat Penelitian

1. Manfaat Praktis

Penelitian ini dapat memberikan pemahaman tentang pengaruh relaksasi aromaterapi *Lavandula Angustifolia* terhadap penurunan tingkat stress dan kualitas tidur pada pasien gagal ginjal. Hal ini akan membantu dalam mengidentifikasi, mencegah, serta menemukan solusi terhadap masalah yang terkait khususnya yang bekerja sebagai tenaga kesehatan.

2. Manfaat Teoritis

Penelitian ini dapat memberikan pemahaman yang lebih mendalam mengenai bagaimana aromaterapi *Lavandula Angustifolia* dapat memengaruhi tingkat stress dan kualitas tidur. Temuan ini diharapkan dapat memberikan kontribusi teoritis yang signifikan serta dapat menjadi referensi bagi praktisi kesehatan dalam mengintegrasikan terapi alternatif seperti aromaterapi dalam praktik klinis, serta memberikan pilihan pengobatan yang lebih beragam dan sesuai dengan kebutuhan pasien

E. Keaslian Penelitian

Tabel 1.1 Keaslian Penelitian

No.	Penulis	Judul	Desain Penelitian	Hasil
1	Karadag & Samancioglu Baglama (2019)	<i>The Effect of Aromatherapy on Fatigue and Anxiety in Patients Undergoing Hemodialysis Treatment</i>	Eksperimen	Aromaterapi lavender meningkatkan kualitas tidur pada pasien hemodialisis dengan gangguan tidur, meningkatkan kesehatan secara keseluruhan dan fungsi sehari-hari.
2	Luthfiana Prisma Martuti et al. (2024)	Pengaruh Aromaterapi Lavender untuk Kualitas Tidur Pada Pasien Hemodialisa RS PKU Muhammadiyah Yogyakarta	Eksperimen	Pada kelompok intervensi, ditemukan perbedaan yang signifikan secara statistik antara skor pretest dan posttest dari Skala Keparahan Kelelahan ($t = 7.177, P = .001$) dan Beck Anxiety Inventory ($t = 10.371, P = .001$).

3	Muz & Taşçı (2017)	<i>Effect of aromatherapy via inhalation on the sleep quality and fatigue level in people undergoing hemodialysis</i>	Eksperimen	Nilai rata-rata kelelahan dan kecemasan menurun secara signifikan setelah aromaterapi dan juga tingkat kelelahan dan kecemasan menurun.
4	Retnaningsih et al. (2024)	<i>The effect of lavender aromatherapy and deep breathing exercise on anxietas level in hemodialysis patients</i>	Eksperimen	Inhalasi aromaterapi dengan minyak jeruk manis dan lavender meningkatkan kualitas tidur dan menurunkan tingkat kelelahan pada pasien hemodialisis.
5	Setyaningrum & Setyawan (2023)	<i>Effectiveness of lavender aromatherapy on sleep quality and anxiety in patients who undergoing hemodialysis</i>	Eksperimen	Dengan p-value 0,000, analisis data menggunakan uji t independen menunjukkan adanya perbedaan intervensi relaksasi nafas dalam dan aromaterapi lavender terhadap stres pasien gagal ginjal kronik yang menjalani emodialisis terdapat peningkatan kualitas tidur dan penurunan tingkat kecemasan pada pasien yang menjalani hemodialisis pada kelompok intervensi (p=0.000)