

RINGKASAN

PENGARUH TERAPI RIMA (*RELAXATION AUTOGENIC, MOVEMENT AND AFFIRMATION*) TERHADAP PENURUNAN NILAI KECEMASAN DAN KADAR KORTISOL DARAH PASIEN *END STAGE RENAL DISEASE*

Oleh : Putu Sintya Arlinda Arsa

Chronic Kidney Disease (CKD) merupakan suatu penyakit dimana fungsi ginjal mulai menurun ditandai dengan ketidakmampuan membuang racun, terdapat protein dalam urine serta adanya penurunan kadar filtrasi glomerulus (GFR) yaitu 60 ml/menit/1,73 m² selama lebih dari 3 bulan (Black & Hawks, 2009). Pasien CKD stage 5 dikenal dengan *End Stage Renal Disease* (ESRD) untuk dapat mengoptimalkan kondisi tubuhnya maka dapat dilakukan tindakan hemodialisis, peritoneal dialisis atau transplantasi ginjal (Korevaar, JC; Jansen, MAM; Merkus, MP; Dekker and EW Krediet 2010. Prevalensi CKD menurut data Riskesdas 2013 populasi umur CKD > 15 tahun sebanyak 0,2 %. Prevalensi meningkat seiring dengan bertambahnya usia, provinsi dengan prevalensi tertinggi adalah Sulawesi Tengah sebesar 0,5% diikuti Aceh, Gorontalo dan Sulawesi Utara masing-masing 0,4% (Pusat Data dan Informasi Kemenkes RI 2017. Menurut penelitian Thin et al. (2015), ditemukan fenomena 12% sampai 15% pasien yang mengalami kecemasan saat menjalani hemodialisis di RS Selonggor, Malaysia.

Data Unit HD RS Lavalette Malang menunjukkan terdapat peningkatan kunjungan pasien ESRD yang menjalani hemodialisis. Pada tahun 2015, diketahui jumlah kunjungan pasien lama sebanyak 13.033 dan jumlah pasien baru sebanyak 115. Sedangkan pada tahun 2016, jumlah kunjungan pasien lama sebanyak 16.841 dan jumlah pasien baru 106. Pada tahun 2017, diketahui jumlah kunjungan pasien lama 25.288 dan jumlah kunjungan pasien baru 178. Data kunjungan pasien 2018 selama 3 bulan terakhir sebanyak 7.157 untuk kunjungan pasien lama dan 56 orang pasien baru. Keadaan ini menunjukkan adanya peningkatan permintaan untuk perawatan diri pasien ESRD yang ingin menjalani hemodialisis. Pasien ESRD yang menjalani hemodialisis mengalami masalah kecemasan dan deficit perawatan diri sebagai akibat dari tanda dan gejala yang timbul dari penyakit ESRD.

Berdasarkan wawancara dan hasil kuisioner Zung yang dilakukan peneliti terhadap 8 pasien ESRD yang menjalani hemodialisis di Unit HD RS Lavalette Malang, terdapat 5 orang pasien mengungkapkan keluhan cemas (data dari kuisioner menunjukkan cemas berat) yang mengganggu aktivitas, lemas dan gangguan tidur. Pasien hanya meminum terapi farmakologi yang diresepkan dokter, dan mengikuti anjuran untuk melakukan hemodilasis sesuai dengan jadwal yang diberikan. Sedangkan 1 orang pasien yang mengungkapkan keluhan cemas (hasil kuisioner menunjukkan cemas sedang) dan cemas ringan namun masih bisa mengatasi keluhan tersebut dan menjalankan terapi hemodialisis sesuai dengan jadwal. Pasien CKD yang menjalani hemodialisis mengalami stres, diantaranya

stres fisik dan psikis. Gejala klinis yang dirasakan pada stres fisik nyeri, kelemahan otot dan edema sedangkan stres psikis pasien cemas saat akan menjalani HD, depresi terdiagnosa ESRD, sulit tidur, perubahan citra diri dan bahkan terjadi penurunan kualitas hidup (Caninsti 2013).

Salah satu upaya untuk pencegahan masalah yang dialami pasien ESRD adalah dengan melakukan terapi RIMA, namun tujuan terapi RIMA terhadap penurunan nilai kecemasan dan kadar kortisol darah belum ada kejelasan sehingga dibutuhkan penelitian lanjutan tentang pengaruh terapi RIMA (*Relaxation Autogenic, Movement and Affirmation*) dan penelitian ini dilakukan dengan menggunakan pendekatan teori keperawatan Roy.

Penelitian ini merupakan penelitian jenis kuantitatif dengan design penelitian quasy experimental dengan pre-post kontrol grup design. Teknik sampling yang digunakan adalah purposive sampling. Tujuan penelitian adalah mengetahui apakah ada pengaruh pemberian terapi RIMA terhadap penurunan nilai kecemasan dan kadar kortisol darah pada pasien ESRD. Penelitian ini dilakukan di Unit HD RS Lavalette Malang, penelitian ini terdiri dari 44 responden dengan perincian 24 orang pada kelompok perlakuan dan 20 orang pada kelompok kontrol. Data dikumpulkan dengan menggunakan kuisioner Zung Self Rating Anxiety Scale (ZSRAS) untuk mengetahui penurunan kecemasan pasien yang menjalani hemodialisis dan pengambilan darah vena untuk pengukuran kadar kortisol darah yang diambil pagi hari sebelum jam 08.00. Kemudian data dialisis secara deskriptif, diuji menggunakan *Chi-Square* untuk mengetahui adanya hubungan karakteristik demografi (usia, jenis kelamin dan pendidikan) dengan kadar kortisol darah. Untuk mengetahui adanya pengaruh dalam kelompok berdistribusi tidak normal dilakukan uji wilcoxon test dan uji mann-whitney untuk mengetahui adanya beda antar kelompok.

Uji antar kelompok *Mann-Whitney Test* pada variabel nilai kecemasan didapatkan nilai $p=0,004$ ($p<0,05$) yang dapat diartikan terdapat perbedaan yang bermakna pada kelompok post perlakuan dan kelompok post kontrol yang diberikan terapi RIMA (*relaxation autogenic, movement and affirmation*) dalam menurunkan nilai kecemasan pada pasien ESRD yang sedang menjalani hemodialisis. Untuk variabel kortisol hasil uji beda antar kelompok dengan uji *Mann-Whitney Test* didapat dari selisih antara pre-post kortisol hasil $p=0,00$ ($p<0,05$) sehingga dapat diartikan terdapat perbedaan yang bermakna pemberian terapi RIMA (*relaxation autogenic, movement and affirmation*) dalam menurunkan kadar kortisol darah pada pasien ESRD yang sedang menjalani hemodialisis.

EXECUTIVE SUMMARY

THE EFFECT OF RIMA (RELAXATION AUTOGENIC, MOVEMENT AND AFFIRMATION) THERAPY ON THE DECLINE RATE OF ANXIETY AND CORTISOL OF BLOOD PATIENT END STAGE RENAL DISEASE

By. Putu Sintya Arlinda Arsa

Chronic Kidney Disease (CKD) is a disease in which kidney function begins to decline marked by the inability to remove toxins, there are proteins in the urine and a decrease in glomerular filtration rate (GFR) of 60 ml / min / 1.73 m² for more than 3 months (Black & Hawks, 2009). CKD stage 5 patients are known as End Stage Renal Disease (ESRD) in order to optimize their body condition, hemodialysis, peritoneal dialysis or renal transplantation (Korevaar, JC, Jansen, MAM, Merkus, MP, Dekker and EW Krediet 2010). CKD prevalence according to data Riskesdas 2013 population age CKD > 15 years senyak 0.2%. Prevalence increases with age, provinces with the highest prevalence are Central Sulawesi at 0.5% followed by Aceh, Gorontalo and North Sulawesi respectively 0.4% (Pusat Data dan Informasi Kemenkes RI 2017). According to research Thin et al. (2015), found the phenomenon of 12% to 15% of patients who experience anxiety while undergoing hemodialysis at a hospital in Selangor, Malaysia.

Data Unit HD RS Lavalette Malang showed an increase in ESRD patient visits who undergo hemodialysis. Data on patient visits in 2015, it is known that the number of visits of the old patients is 13,033 and the number of new patients is 115. While in 2016, the number of visits of the old patients is 16,841 and the number of new patients is 106. Data on patient visits in 2017, it is known that the number of patient visits is 25,288 and the number of patient visits 178. Data on patient visits in 2018 for the last 3 months were 7,157 for old patient visits and 56 new patients. This situation indicates an increased demand for self-care of ESRD patients who wish to undergo hemodialysis. ESRD patients undergoing hemodialysis have anxiety problems and self care deficits as a result of signs and symptoms that arise from ESRD disease.

Based on interviews and Zung questionnaires conducted by researchers on 8 ESRD patients undergoing hemodialysis in HD Unit of Lavalette Hospital Malang, there were 5 patients expressing anxious complaints (data from questionnaire showed a severe anxiety) that interferes with activity, weakness and sleep disturbance. Patients only take the pharmacological therapy prescribed by the doctor, and follow the advice to perform hemodilasis according to the given schedule. While one patient who expressed anxiety (questionnaire results showed moderate anxiety) and mild anxiety but still can overcome the complaint and run hemodialysis therapy in accordance with the schedule. CKD patients undergoing hemodialysis experience stress, including physical and psychological stress. Clinical symptoms are felt on the physical stress of pain, muscle weakness and edema while the patient's psychological stress anxious when going through HD,

depression diagnosed ESRD, sleeplessness, self-image changes and even decreased quality of life (Caninsti 2013).

One of the efforts to prevent problems experienced by patients with ESRD is to do RIMA therapy, but the goal of RIMA therapy to decrease the value of anxiety and blood cortisol levels has not been clarified so that further research is needed on the effects of RIMA (relaxation autogenic, movement and affirmation) therapy and this study done using Roy's nursing theory approach.

This research is a kind of quantitative research with quasy experemental research design with pre-post control group design. The sampling technique used is purposive sampling. The objective of the study was to determine whether there was an effect of RIMA therapy on decreasing anxiety and blood cortisol levels in ESRD patients. This research was conducted in HD Unit of Lavalette Hospital in Malang, this research consisted of 44 respondents with details of 24 people in treatment group and 20 people in control group. Data were collected using a Zung Self Rating Anxiety Scale (ZSRAS) questionnaire to determine the decrease in anxiety of patients undergoing hemodialysis and blood venous taking for measurement of blood cortisol levels taken in the morning before 08.00 WIB. Then dialysis data descriptively, tested using Chi-Square to know the relation of demography characteristic (age, sex and education) with blood cortisol level. To know the influence in abnormally distributed group was tested wilcoxon test and mann-whitney test to know the difference between groups.

Interagency test of Mann-Whitney Test on the anxiety value variable was obtained $p = 0,004$ ($p < 0,05$) which can be interpreted there are significant difference in post treatment group and post control group given RIMA therapy (relaxation autogenic, movement and affirmation) in decreasing anxiety values in ESRD patients undergoing hemodialysis. For the cortisol variable, the results of the different test between the groups with the Mann-Whitney, test were obtained from the difference between the pre-post cortisol results $p = 0.00$ ($p < 0.05$) so that there could be significant differences in RIMA therapy (autogenic relaxation, movement and affirmation) in lowering blood cortisol levels in ESRD patients undergoing hemodialysis. So it can be concluded in this study there is a significant effect of RIMA therapy to decrease the anxiety value and blood cortisol levels of ESRD patients undergoing hemodialysis.

ABSTRAK**PENGARUH TERAPI RIMA (*RELAXATION AUTOGENIC, MOVEMENT AND AFFIRMATION*) TERHADAP PENURUNAN NILAI KECEMASAN DAN KADAR KORTISOL DARAH PASIEN *END STAGE RENAL DISEASE*****Oleh : Putu Sintya Arlinda Arsa**

Pendahuluan. Pasien CKD stage 5 dikenal dengan *End Stage Renal Disease* (ESRD) untuk dapat mengoptimalkan kondisi tubuhnya maka dapat dilakukan tindakan hemodialisis, peritoneal dialisis atau transplantasi ginjal. Pasien ESRD yang menjalani hemodialisis mengalami stres, diantaranya stres fisik dan psikis. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui adanya pengaruh terapi RIMA (*relaxation autogenic, movement and affirmation*) terhadap penurunan nilai kecemasan dan kadar kortisol darah pasien End Stage Renal Disease. **Metode :** Penelitian ini merupakan penelitian kuantitatif, design penelitian quasy experemen dengan pre-post kontrol grup design. Pengambilan sampling menggunakan purposive sampling. Penelitian ini dilakukan di Unit HD RS Lavalette Malang, terdiri dari 44 responden yang dibagi menjadi 2 kelompok yaitu kelompok perlakuan (n=24) dan kelompok kontrol (n=20). Data dikumpulkan dengan kuisisioner Zung Self-Rating Anxiety Scale untuk mengetahui penurunan nilai kecemasan dan pengambilan darah vena untuk pengukuran kadar kortisol darah. Data dianalisis dengan menggunakan uji wilcoxon sign rank test dan mann-whitney. **Hasil dan Analisis:** hasil penelitian pada variabel kecemasan didapatkan nilai $p=0,004$ ($p<0,05$) yang dapat diartikan terdapat perbedaan yang bermakna yang diberikan terapi RIMA (*relaxation autogenic, movement and affirmation*) dalam menurunkan nilai kecemasan pada pasien ESRD yang sedang menjalani hemodialisis. Hasil dari variabel kortisol didapatkan hasil $p=0,00$ ($p<0,05$) sehingga dapat diartikan terdapat perbedaan yang bermakna pada nilai selisih kortisol dalam menurunkan kadar kortisol darah pada pasien ESRD yang sedang menjalani hemodialisis. **Diskusi dan Kesimpulan :** terdapat pengaruh pemberian terapi RIMA (*relaxation autogenic, movement and affirmation*) yang signifikan terhadap penurunan nilai kecemasan dan kadar kortisol darah pada pasien ESRD yang menjalani hemodialisis.

Kata kunci : end stage renal disease, terapi rima, kecemasan, kadar kortisol darah

ABSTRACT

THE EFFECT OF RIMA (RELAXATION AUTOGENIC, MOVEMENT AND AFFIRMATION) THERAPY ON THE DECLINE RATE OF ANXIETY AND CORTISOL OF BLOOD PATIENT END STAGE RENAL DISEASE

By: Putu Sintya Arlinda Arsa

Introduction: CKD stage 5 patients are known as End Stage Renal Disease (ESRD) to optimize their body condition so hemodialysis, peritoneal dialysis or kidney transplant. ESRD patients undergoing hemodialysis experience stress, including physical and psychological stress. The purpose of this study is determine the influence of RIMA therapy (autogenic relaxation, movement and affirmation) to decrease the anxiety and blood cortisol levels of patients End Stage Renal Disease. **Methods:** This research is a quantitative research, design quasy experement research with pre-post control group design. Sampling using purposive sampling. This research was conducted in Unit HD Lavalette Hospital in Malang, consist of 44 respondents divided into 2 groups, treatment group (n = 24) and control group (n = 20). Data were collected with a Zung Self-Rating Anxiety Scale questionnaire to determine the decrease in the value of anxiety and venous blood taking to measure blood cortisol levels. Data were analyzed using wilcoxon sign rank test and mann-whitney test. **Results and Analysis:** The results of the research on the anxiety variables obtained $p = 0.004$ ($p < 0.05$) which can be interpreted there is a significant difference given RIMA therapy (relaxation autogenic, movement and affirmation) in reducing anxiety in ESRD patients who are undergoing hemodialysis. The result of cortisol variable showed that $p = 0,00$ ($p < 0,05$) so that there can be significant difference in cortisol difference in decreasing blood cortisol level in ESRD patients undergoing hemodialysis. **Discussion and Conclusion:** there is a significant effect of RIMA therapy (relaxation autogenic, movement and affirmation) on decreasing anxiety and blood cortisol levels in ESRD patients undergoing hemodialysis.

Keywords: end stage renal disease, RIMA therapy, anxiety, blood cortisol levels