

# BAB 1

## PENDAHULUAN

### 1.1 Latar Belakang

*Chronic Kidney Disease* (CKD) merupakan penyakit kronis yang ditandai dengan penurunan fungsi ginjal secara progresif dan sering disertai dengan komplikasi hipertensi. Salah satu komplikasi yang paling sering terjadi pada pasien CKD adalah hipertensi, yang disebabkan oleh gangguan regulasi cairan, aktivasi sistem renin-angiotensin, serta retensi natrium (Agustina et al., 2022). Hipertensi pada pasien CKD menjadi masalah utama karena tidak hanya memperburuk kerusakan ginjal, tetapi juga meningkatkan risiko komplikasi lain seperti penyakit jantung dan stroke. Selain itu, hipertensi dikenal sebagai silent killer karena sering tidak menimbulkan gejala yang jelas, namun dapat menyebabkan komplikasi serius apabila tidak ditangani dengan baik (Made Yoni Wisudayanti, Mochamad Heri, et al, 2023).

Secara global, CKD merupakan masalah kesehatan yang terus meningkat dan menjadi perhatian serius di dunia. Berdasarkan penelitian Kovesdy (2022), jumlah individu yang menderita CKD stadium 1–5 di seluruh dunia diperkirakan mencapai 843,6 juta orang. Selain itu, menurut data World Health Organization (WHO), penyakit CKD menyebabkan sekitar 850.000 kematian setiap tahun dan menempati peringkat ke-12 sebagai penyebab kematian tertinggi di dunia. Hal ini menunjukkan bahwa CKD memiliki dampak yang besar terhadap angka kesakitan dan kematian secara global (Arie Agus Pambudiarto, Amalia Nur Azizah, 2024).

Sejalan dengan kondisi tersebut, di Indonesia CKD juga menjadi salah satu penyakit kronis yang cukup banyak ditemukan. Berdasarkan hasil Riskesdas tahun 2018, prevalensi CKD sebesar 0,38% dari total diagnosis penyakit, dengan proporsi pasien yang menjalani hemodialisis sebesar 19,33%. Peningkatan kasus CKD ini sejalan dengan meningkatnya penyakit penyerta seperti diabetes mellitus dan hipertensi yang merupakan faktor utama penyebab kerusakan ginjal. Kondisi ini menunjukkan bahwa CKD di Indonesia memerlukan perhatian khusus dalam upaya pencegahan, pengendalian, serta penatalaksanaan yang tepat untuk menurunkan risiko komplikasi (Abrar et al., 2024).

Secara kronologis, peningkatan tekanan darah pada pasien CKD tidak hanya dipengaruhi oleh faktor fisiologis seperti retensi cairan dan gangguan hormonal, tetapi juga dipengaruhi oleh faktor psikologis seperti stres dan kecemasan. Kondisi stres akan mengaktifkan sistem saraf simpatis yang menyebabkan peningkatan denyut jantung dan tekanan darah. Apabila kondisi ini berlangsung terus-menerus tanpa penanganan yang optimal, maka dapat mempercepat progresivitas penyakit dan memperburuk kondisi pasien (Azizah et al., 2021).

Upaya penatalaksanaan hipertensi selama ini lebih banyak berfokus pada terapi farmakologis. Namun, pada kenyataannya masih banyak pasien yang belum mencapai target tekanan darah meskipun sudah mendapatkan pengobatan. Oleh karena itu, diperlukan intervensi tambahan berupa terapi nonfarmakologis yang dapat membantu menurunkan tekanan darah secara efektif dan aman. Salah satu intervensi yang dapat digunakan

adalah Progressive Muscle Relaxation (PMR), yaitu teknik relaksasi dengan cara menegangkan dan melemaskan otot secara sistematis untuk mencapai kondisi relaksasi tubuh dan pikiran.

Terapi PMR diketahui memiliki berbagai manfaat, di antaranya dapat menurunkan ketegangan otot, mengurangi stres dan kecemasan, serta menurunkan tekanan darah sistolik dan diastolik. Selain itu, PMR juga dapat menurunkan frekuensi denyut jantung dan pernapasan, sehingga memberikan efek relaksasi yang menyeluruh pada tubuh. Dengan mekanisme tersebut, PMR dapat menjadi salah satu intervensi keperawatan mandiri yang efektif dalam membantu mengontrol tekanan darah pada pasien dengan penyakit kronis, termasuk CKD (Herlina et al., 2025).

Selain itu, kondisi hipertensi yang tidak terkontrol pada pasien CKD dapat menyebabkan gangguan perfusi perifer akibat terjadinya vasokonstriksi pembuluh darah dan penurunan aliran darah ke jaringan. Perfusi perifer yang tidak efektif dapat ditandai dengan perubahan suhu kulit, pengisian kapiler yang melambat, serta penurunan oksigenasi jaringan. Oleh karena itu, pengendalian tekanan darah menjadi salah satu upaya penting dalam memperbaiki perfusi perifer. Dalam hal ini, intervensi Progressive Muscle Relaxation (PMR) tidak hanya berperan dalam menurunkan tekanan darah, tetapi juga membantu meningkatkan aliran darah ke jaringan melalui efek relaksasi dan vasodilatasi pembuluh darah (Arie Agus Pambudiarto, et. al, 2024).

Berdasarkan fenomena yang ditemukan di Ruang Bougenville RSUD dr. H. Koesnadi Bondowoso, masih terdapat pasien CKD yang mengalami peningkatan tekanan darah meskipun telah mendapatkan terapi medis. Hal ini menunjukkan perlunya penerapan intervensi tambahan yang dapat membantu mengontrol tekanan darah. Oleh karena itu, implementasi Progressive Muscle Relaxation (PMR) menjadi salah satu alternatif solusi yang dapat diterapkan untuk membantu menurunkan tekanan darah pada pasien CKD. Dengan adanya intervensi ini diharapkan dapat meningkatkan kualitas hidup pasien serta mencegah terjadinya komplikasi lebih lanjut. Penelitian ini bertujuan untuk menguji keefektifan pemberian relaksasi otot progresif secara terstruktur dan terukur dalam menurunkan tekanan darah pada pasien CKD

### **1.2 Batasan Masalah**

Masalah yang diangkat pada studi kasus ini adalah implementasi *Progressive Muscle Relaxation* (PMR) terhadap perfusi perifer tidak efektif pada pasien *Chronic Kidney Disease* (CKD) di Ruang Bougenville RSUD dr. H. Koesnadi Bondowoso

### **1.3 Rumusan Masalah**

Bagaimanakah hasil implementasi *Progressive Muscle Relaxation* (PMR) terhadap perfusi perifer tidak efektif pada pasien *Chronic Kidney Disease* (CKD) di Ruang Bougenville RSUD dr. H. Koesnadi Bondowoso?

## 1.4 Tujuan

### 1.4.1 Tujuan Umum

Menganalisis implementasi *Progressive Muscle Relaxation* (PMR) terhadap perfusi perifer tidak efektif pada pasien *Chronic Kidney Disease* (CKD) di Ruang Bougenville RSUD dr. H. Koesnadi Bondowoso.

### 1.4.2 Tujuan Khusus

1. Melakukan pengkajian keperawatan perfusi perifer tidak efektif pada pasien *Chronic Kidney Disease* (CKD) di Ruang Bougenville RSUD dr. H. Koesnadi Bondowoso.
2. Menetapkan diagnosis keperawatan perfusi perifer tidak efektif pada pasien *Chronic Kidney Disease* (CKD) di Ruang Bougenville RSUD dr. H. Koesnadi Bondowoso.
3. Menyusun perencanaan (intervensi) masalah keperawatan perfusi perifer tidak efektif pada pasien *Chronic Kidney Disease* (CKD) di Ruang Bougenville RSUD dr. H. Koesnadi Bondowoso.
4. Memberikan implementasi *Progressive Muscle Relaxation* (PMR) dengan masalah keperawatan perfusi perifer tidak efektif pada pasien *Chronic Kidney Disease* (CKD) di Ruang Bougenville RSUD dr. H. Koesnadi Bondowoso.
5. Melakukan evaluasi keperawatan implementasi *Progressive Muscle Relaxation* (PMR) terhadap perfusi perifer tidak efektif

pada pasien *Chronic Kidney Disease* (CKD) di Ruang Bougenville RSUD dr. H. Koesnadi Bondowoso

## 1.5 Manfaat

### 1.5.1 Manfaat Teoritis

Penelitian studi kasus ini diharapkan dapat menjadi referensi yang bermanfaat dalam keilmuan keperawatan, khususnya sebagai panduan bagi perawat dalam melaksanakan asuhan keperawatan secara efektif melalui implementasi *Progressive Muscle Relaxation* (PMR) pada pasien *Chronic Kidney Disease* (CKD) yang mengalami masalah keperawatan perfusi perifer tidak efektif.

### 1.5.2 Manfaat Praktis

1. Penelitian ini diharapkan mampu menjadi referensi yang bermanfaat dalam keilmuan keperawatan, khususnya sebagai panduan bagi perawat dalam melaksanakan asuhan keperawatan secara efektif melalui implementasi *Progressive Muscle Relaxation* (PMR) pada pasien *Chronic Kidney Disease* (CKD) dengan masalah keperawatan perfusi perifer tidak efektif.
2. Hasil studi ini dapat digunakan sebagai referensi ajar yang memperkaya khazanah keilmuan keperawatan, khususnya dalam bidang keperawatan medikal bedah terkait penerapan terapi nonfarmakologis seperti *Progressive Muscle Relaxation* (PMR) terhadap perfusi perifer tidak efektif dan meningkatkan kualitas praktik asuhan keperawatan di lapangan.

3. Pasien dapat memperoleh manfaat berupa teknik mandiri yang aman dan mudah (*Progressive Muscle Relaxation/PMR*) untuk membantu mengurangi stres dan kecemasan, serta meningkatkan relaksasi sehingga dapat meningkatkan kualitas hidup pada pasien CKD

