

## BAB 1

### PENDAHULUAN

*World Health Organization (WHO)* menyatakan penyakit Gagal Ginjal Kronis (GGK) di dunia setiap tahunnya meningkat lebih dari 30%. Sedangkan di Indonesia, menurut Prevalensi Penyakit Ginjal Kronis (GGK) umur  $\geq 15$  tahun berdasarkan diagnosis dokter dari tahun 2013 penderita gagal ginjal kronis naik menjadi 3,8% pada tahun 2018 (Riskesmas, 2018).

Indonesia tercatat 595.358 pasien penderita gagal ginjal kronis. Provinsi Jawa Tengah menempati urutan keenam dari 34 provinsi, yaitu dengan jumlah penderita sebanyak 65.755 (Riskesmas, 2018). Penyakit Gagal Ginjal Kronis (GGK) di RSUD Ungaran Kabupaten Semarang meningkat 2% setiap bulannya. Pada bulan Mei tahun 2019 jumlah penderita gagal ginjal kronis sebanyak 48 orang, pada bulan Juni sampai bulan Juli dengan jumlah 50 orang, pada bulan Agustus sampai bulan September berjumlah 55 orang, kemudian pada bulan Oktober sampai dengan bulan November berjumlah 65 orang. Menurut hasil penelitian Ningsih (2018) penderita Gagal Ginjal Kronis (GGK) yang mengalami stress sebanyak 10 penderita, 3 orang diantaranya mengalami stress ringan, 5 orang mengalami stress sedang, dan 2 orang mengalami stress berat.

*WHO* menyatakan prevalensi kejadian stress di dunia sebanyak 38-71%. Di Indonesia, kejadian stress semakin bertambah, yaitu dengan prevalensi stress 36,7-71,6%. Sedangkan di Jawa Tengah sendiri, prevalensi stress mencapai 2,2% atau setara dengan 608.000 yang mengalami stress (Dinkes, 2019).

Penyakit Gagal Ginjal Kronis (GGK) merupakan gangguan fungsi ginjal progresif dan tidak dapat pulih kembali (*irreversible*), dimana tubuh tidak akan mampu untuk memelihara metabolisme dan keseimbangan cairan dan elektrolit sehingga akan timbul gejala uremia berupa retensi urea dan juga sampah nitrogen lain di dalam darah yang suatu saat bisa menyebabkan penyakit ginjal stadium akhir (*End Stage Renal Disease/ESRD*) (Argiyati, 2015).

Seseorang dalam masa sakit maupun masa penyembuhan tidak jarang akan mengalami stress yang dipicu oleh rasa khawatirnya terhadap sakit yang sedang dialaminya tersebut, rasa takut karena merasa penyakitnya yang tidak bisa disembuhkan, dan rasa takut mati karena penyakitnya yang semakin parah. Saat

mengalami stress, individu akan mulai mencari dukungan dari keyakinan agamanya. Dukungan ini sangat diperlukan untuk dapat menerima keadaan sakit yang dialaminya, khususnya jika penyakit tersebut memerlukan proses penyembuhan yang lama dengan hasil yang belum pasti. Dan dukungan yang paling efektif adalah dengan mengingat Allah karena tingkat keimanan seseorang mempunyai hubungan erat dengan ketenangan hati saat menghadapi suatu masalah (Purwaningrum & Widaryanti, 2013 dalam Ningsih, 2018).

Salah satu strategi yang cukup efektif untuk mengatasi tingkat stress yaitu dengan menggunakan terapi relaksasi spiritual berdzikir. Terapi spiritual dengan cara berdzikir adalah suatu terapi untuk mengingat Tuhan dengan segala kesalahannya yang mengandung unsur spiritual yang dapat membangkitkan harapan dan rasa percaya diri pada diri seseorang yang sedang sakit sehingga kekebalan dan daya tahan tubuh serta proses penyembuhan dapat meningkat. Terapi di dunia kesehatan saat ini sedang berkembang kearah pendekatan keagamaan, dari berbagai penelitian menunjukkan bahwa tingkat keimanan seseorang erat hubungannya dengan kekebalan dan daya tahan tubuh dalam menghadapi berbagai masalah kehidupan yang merupakan stressor psikologi (Setyoadi, 2011).

Hasil penelitian Sandra (2012) menunjukkan terlihat jelas pengaruh yang signifikan pemberian relaksasi berdzikir terhadap penurunan stress pada pasien Gagal Ginjal Kronis (GGK). Dibandingkan dengan relaksasi nafas dalam dengan tingkat keefektifan 70%, relaksasi berdzikir lebih efektif dengan tingkat keefektifan 80%. Relaksasi ini mampu memelihara kesehatan psikologi sehingga seseorang mampu memajemen stress secara baik dan akan berpengaruh terhadap proses penyembuhan penyakit kronis (Ningsih, 2018).

Berdasarkan paparan diatas, penulis ingin memberikan edukasi melalui pengembangan media KIE dengan mengusung judul Yuk Dzikir Untuk Mengurangi Stress. Penulis menggunakan media *booklet*, seperti pada media cetak umumnya keunggulan media *booklet* adalah dapat digunakan untuk belajar mandiri, pembaca dapat mempelajari isinya dengan santai, informasi dapat dibagikan dengan keluarga dan teman, mudah dibuat, diperbanyak, dan diperbaiki, serta mudah disesuaikan, mengurangi kebutuhan mencatat, dapat dibuat secara sederhana dengan biaya yang murah, awet, dan daya tampung materi yang lebih luas (Hapsari, 2011).

Luaran yang dihasilkan penulis dalam laporan Tugas Akhir ini adalah media *booklet* dengan judul Yuk Dzikir Untuk Mengurangi Stress. Tujuan dari penulisan Tugas Akhir ini adalah untuk mewujudkan hasil luaran berupa pengembangan media Komunikasi Informasi dan Edukasi (KIE) dengan judul Yuk Dzikir Untuk Mengurangi Stress dalam bentuk *booklet*. Penulis memilih media *booklet* karena setelah melakukan tinjauan pustaka belum ditemukan media *booklet* sebagai media komunikasi, informasi dan edukasi pada pasien yang mengalami stress maupun pada penderita gagal ginjal kronis dengan cara berdzikir.

Dengan luaran media *booklet* ini diharapkan dapat bermanfaat untuk memberikan pengetahuan bagi penderita Gagal Ginjal Kronis (GGK) tentang terapi relaksasi berdzikir terhadap tingkat stress pada penderita Gagal Ginjal Kronis (GGK). Manfaat luaran bagi penulis adalah untuk menambah pengetahuan penulis tentang proses pembuatan media *booklet* terapi relaksasi berdzikir bagi penderita Gagal Ginjal Kronis (GGK). Manfaat bagi institusi adalah untuk menambah bahan referensi bagi mahasiswa tentang pengembangan media *booklet* sebagai media edukasi tentang terapi relaksasi berdzikir bagi penderita Gagal Ginjal Kronis (GGK). Manfaat bagi masyarakat adalah sebagai tambahan ilmu pengetahuan tentang doa dan dzikir untuk terapi relaksasi berdzikir bagi penderita Gagal Ginjal Kronis (GGK).