

Efektivitas Terapi Kognitif terhadap Tingkat Kecemasan Pasien Gagal Ginjal yang Menjalani Hemodialisa di RS PKU Muhammadiyah Yogyakarta

Wulandari, Dwi¹, Fitri Arofiati, SKep.,Ns, MAN²

Sarjana Keperawatan, Program Studi Ilmu Keperawatan, Fakultas Kedokteran dan Ilmu Kesehatan, Universitas Muhammadiyah Yogyakarta

INTISARI

Gagal ginjal merupakan penyakit sistemik dan merupakan jalur akhir yang umum dari berbagai penyakit traktus urinarius dan ginjal. Hemodialisis merupakan suatu proses yang digunakan pada dengan penyakit ginjal stadium terminal yang membutuhkan terapi jangka panjang. Namun demikian, hemodialisis tidak menyembuhkan atau memulihkan penyakit ginjal sehingga pasien sering merasa khawatir akan kondisi sakitnya yang tidak dapat diramalkan. Keadaan ketergantungan pada mesin dialisa seumur hidup ini mengakibatkan terjadinya perubahan dalam kehidupan penderita gagal ginjal seperti adanya kekhawatiran tentang masa depan yang berfokus pada hal-hal yang tidak dapat dikendalikan yang dapat memicu terjadinya kecemasan.

Terapi alternatif yang bisa digunakan untuk mengatasi kecemasan salah satunya adalah *Terapi Kognitif*, yaitu terapi terstruktur jangka pendek yang menggunakan kerjasama aktif antara pasien dan terapis untuk membantu klien mengembangkan pola pikirnya yang awalnya negatif menjadi positif. Tujuan penelitian ini adalah untuk mengetahui efektivitas terapi *kognitif* dalam menurunkan tingkat kecemasan pasien gagal ginjal yang menjalani hemodialisa di RS PKU Muhammadiyah Yogyakarta.

Penelitian ini merupakan penelitian *Quasy Experimental* untuk mengetahui perbedaan tingkat kecemasan sebelum dan sesudah pemberian terapi *kognitif* dengan menggunakan desain *Pre-Posttest With Control Group*. Sampel penelitian ini adalah pasien hemodialisa di RS PKU Muhammadiyah Yogyakarta. Tehnik pengambilan sampel dengan *Purposive Sampling*, didapat 20 orang responden. Analisa data yang digunakan adalah uji *Wilcoxon* untuk mengetahui perbandingan hasil *pre-test* dan *post-tes* setelah perlakuan terapi *kognitif*.

Hasil penelitian menunjukkan bahwa terapi *kognitif* mempunyai pengaruh yang bermakna terhadap tingkat kecemasan pasien hemodialisa di RS PKU Muhammadiyah Yogyakarta, dengan nilai Z sebesar -2.282 dan p sebesar 0.023 pada level $p < 0.05$. Kesimpulan penelitian adalah terapi *kognitif* efektif dalam menurunkan tingkat kecemasan pasien gagal ginjal yang menjalani hemodialisa di RS PKU Muhammadiyah Yogyakarta.

Kata kunci: Kecemasan, Terapi *Kognitif*, Gagal Ginjal, Hemodialisa

¹ Mahasiswa Keperawatan, Program Studi Ilmu Keperawatan, Fakultas Kedokteran dan Ilmu Kesehatan, Universitas Muhammadiyah Yogyakarta

² Dosen, Program Studi Ilmu Keperawatan Universitas Muhammadiyah Yogyakarta