

Editorial

Peran Vital Perawat dalam Meredam Kecemasan Pasien Hemodialisis

The Vital Role of Nurses in Alleviating Anxiety in Hemodialysis Patients

La Rakhmat Wabula^{1*}

¹ STIKes Maluku Husada, Maluku, Indonesia

*Corresponding author:

La Rakhmat Wabula

STIKes Maluku Husada, Maluku,

Indonesia

Email:

la.rakhmat.wabula.stikesmh@gmail.com

Abstract

N/A

© The Author(s) 2024

E ISSN : [3089-1590](#)



This is an Open Access article distributed under the terms of the [Creative Commons Attribution-NonCommercial 4.0 International License](#).

Keyword

Anxiety; Chronic Kidney Disease; Nursing Care

Kecemasan menjadi salah satu beban tersembunyi yang kerap dialami pasien gagal ginjal kronik yang menjalani hemodialisis (HD). Ketakutan akan kematian, nyeri saat tindakan, ketergantungan seumur hidup pada mesin, serta ketidakpastian masa depan menjadi pemicu utama munculnya gangguan kecemasan. Prosedur HD yang berlangsung selama 4–5 jam dan dilakukan dua hingga tiga kali seminggu bukan hanya melelahkan secara fisik, tetapi juga menguras energi mental pasien. Sayangnya, dimensi psikologis ini sering kali luput dari perhatian tenaga kesehatan. Banyak pasien merasa tidak dipahami, bahkan dianggap “lemah” ketika mengungkapkan ketakutannya. Padahal, kecemasan yang tidak tertangani dapat memperburuk kualitas hidup dan menurunkan kepatuhan terhadap terapi. Oleh karena itu, pendekatan holistik yang melibatkan peran aktif perawat dalam mendampingi pasien menjadi sangat krusial (Nassar et al., 2023).

Perawat memiliki posisi unik karena merupakan tenaga kesehatan yang paling sering dan paling lama berinteraksi dengan pasien HD. Dalam setiap sesi dialisis, perawat tidak hanya memantau tanda-tanda vital atau memastikan alat berjalan baik, tetapi juga memiliki peluang untuk menciptakan ruang komunikasi yang

suportif. Interaksi yang rutin ini memberi perawat kesempatan untuk membaca ekspresi wajah, nada bicara, dan bahasa tubuh pasien yang mungkin menyimpan kecemasan. Empati dan komunikasi terapeutik menjadi keterampilan penting yang harus dimiliki perawat dalam situasi ini. Dengan membangun hubungan saling percaya, perawat dapat menjadi tempat “bernaung” emosional bagi pasien yang sedang menghadapi tekanan berat. Bahkan, dukungan verbal yang sederhana dapat memberi dampak besar terhadap ketenangan batin pasien. Inilah bentuk keperawatan transformatif yang memanusiakan pelayanan (Abu Maloh et al., 2022).

Dalam berbagai literatur keperawatan, intervensi psikososial terbukti efektif dalam menurunkan tingkat kecemasan pada pasien kronis, termasuk pasien HD. Perawat dapat menginisiasi pendekatan seperti teknik pernapasan dalam, relaksasi otot progresif, hingga guided imagery sebagai bagian dari intervensi non-farmakologis. Selain itu, perawat juga dapat mengedukasi keluarga agar mampu memberikan dukungan emosional di luar fasilitas kesehatan. Namun, semua ini menuntut adanya peningkatan kapasitas perawat melalui pelatihan dan supervisi yang berkelanjutan.

Rumah sakit dan fasilitas layanan kesehatan perlu mengintegrasikan pendekatan ini dalam protokol keperawatan pasien HD. Perawat tidak seharusnya bekerja hanya berdasarkan protap teknis, tetapi juga memiliki ruang untuk mengembangkan empati profesionalnya. Karena pada dasarnya, kesembuhan bukan hanya soal fungsi ginjal, tapi juga tentang rasa aman dan didampingi (Eroglu & Gok Metin, 2022).

Namun demikian, realitas di lapangan menunjukkan tantangan besar yang dihadapi perawat dalam menjalankan peran psikososial tersebut. Keterbatasan jumlah perawat, beban kerja yang tinggi, serta minimnya penghargaan terhadap peran emosional dalam praktik keperawatan menjadi hambatan yang nyata. Ketika perawat dituntut bekerja cepat dan efisien, maka dimensi komunikasi empatik kerap dikorbankan. Padahal, aspek inilah yang justru menjadi jantung dari pendekatan humanistik dalam pelayanan HD. Pemerintah dan manajemen rumah sakit perlu membuka ruang dialog agar pendekatan psikososial menjadi bagian integral dari layanan dialisis. Dibutuhkan kebijakan yang tidak hanya menekankan angka dan indikator klinis, tetapi juga menempatkan kesejahteraan psikologis pasien sebagai indikator mutu layanan. Perubahan paradigma ini akan menguatkan posisi perawat sebagai agen kunci dalam mendampingi pasien secara utuh (Guan & He, 2019).

Perawat perlu didorong untuk mengembangkan kompetensi dalam bidang konseling dasar, manajemen stres, dan komunikasi efektif dalam konteks HD. Pelatihan ini tidak hanya memberi keterampilan teknis, tetapi juga memperkuat kepercayaan diri perawat dalam memberikan dukungan emosional yang tepat. Selain itu, kolaborasi antarprofesi dengan psikolog klinis juga penting untuk memastikan bahwa pasien yang mengalami kecemasan berat mendapat intervensi yang sesuai. Pendekatan tim yang terintegrasi akan membuat pasien merasa diperhatikan secara menyeluruh. Dalam jangka panjang, intervensi psikososial yang difasilitasi perawat terbukti menurunkan angka depresi dan meningkatkan kualitas hidup pasien HD. Penelitian-penelitian terbaru pun menekankan

bahwa pasien lebih cenderung terbuka kepada perawat karena kedekatan relasional yang terjalin secara konsisten. Maka, penguatan peran perawat bukan lagi pilihan, tetapi kebutuhan dalam sistem perawatan dialisis modern (Ozen et al., 2019).

Kecemasan pada pasien hemodialisis bukanlah sekadar reaksi emosional, melainkan fenomena kompleks yang harus direspons dengan pendekatan multidimensional. Di tengah sistem layanan yang kadang masih mekanistik, perawat hadir sebagai figur yang menjembatani kebutuhan fisik dan psikologis pasien. Dengan memperkuat peran perawat sebagai pendamping emosional, kita sedang menanamkan nilai kemanusiaan dalam layanan kesehatan yang sering kali terasa dingin. Sudah saatnya kita menghentikan anggapan bahwa kecemasan adalah hal sepele dalam praktik klinis. Kita membutuhkan sistem yang melihat pasien secara utuh—bukan hanya sebagai data laboratorium atau jadwal terapi. Perawat adalah harapan di balik suara bising mesin dialisis, suara yang membawa ketenangan dalam kecemasan. Dan peran ini harus terus dijaga, diperkuat, dan dihargai oleh seluruh ekosistem pelayanan kesehatan (Thomas et al., 2017).

References

- Abu Maloh, H. I. A., Soh, K. L., AbuRuz, M. E., Chong, S. C., Ismail, S. I. F., Soh, K. G., & Abu Maloh, D. I. (2022). Efficacy of Benson's Relaxation Technique on Anxiety and Depression among Patients Undergoing Hemodialysis: A Systematic Review. *Clin Nurs Res*, 31(1), 122-135.
<https://doi.org/10.1177/10547738211024797>
- Eroglu, H., & Gok Metin, Z. (2022). Benson Relaxation Technique Combined With Music Therapy for Fatigue, Anxiety, and Depression in Hemodialysis Patients: A Randomized Controlled Trial. *Holist Nurs Pract*, 36(3), 139-148.
<https://doi.org/10.1097/hnp.000000000000509>
- Guan, Y., & He, Y.-X. (2019). Effect of advanced care on psychological condition in patients with chronic renal failure undergoing hemodialysis: A protocol of a systematic review. *Medicine (Baltimore)*, 98(10),

e14738-e14738.
<https://doi.org/10.1097/MD.0000000000014738>

Nassar, M. K., Tharwat, S., Abdel-Gawad, S. M., Elrefaey, R., Elsawi, A. A., Elsayed, A. M., . . . Shemies, R. S. (2023). Symptom burden, fatigue, sleep quality and perceived social support in hemodialysis patients with musculoskeletal discomfort: a single center experience from Egypt. *BMC Musculoskeletal Disord*, 24(1), 788.
<https://doi.org/10.1186/s12891-023-06910-z>

Ozen, N., Cinar, F. I., Askin, D., Mut, D., & Turker, T. (2019). Nonadherence in Hemodialysis Patients and Related Factors: A Multicenter Study. *J Nurs Res*, 27(4), e36.
<https://doi.org/10.1097/jnr.0000000000000309>

Thomas, Z., Novak, M., Platas, S. G. T., Gautier, M., Holgin, A. P., Fox, R., . . . Rej, S. (2017). Brief Mindfulness Meditation for Depression and Anxiety Symptoms in Patients Undergoing Hemodialysis: A Pilot Feasibility Study. *Clinical journal of the American Society of Nephrology : CJASN*, 12(12), 2008-2015.
<https://doi.org/10.2215/CJN.03900417>