

BAB I

PENDAHULUAN

1.1 Latar Belakang

Salah satu permasalahan yang sering terjadi pada pasien hemodialisis yaitu Kram Otot, kondisi ini menunjukkan ketegangan pada otot sehingga pasien merasakan rasa kaku, nyeri serta tegang (Nekada,2015). Kram otot ini dapat menyebabkan kondisi tidak nyaman, stress dan dapat mempengaruhi kualitas hidup pasien sehingga dapat memperburuk kondisi pasien bahkan dapat mengakibatkan kematian (Jabloski,2007).

Kram otot selama hemodialisis disebabkan karena rendahnya volume darah akibat penarikan cairan dalam jumlah banyak selama dialysis (Bella,2017). Kram otot adalah merupakan kontraksi otot tertentu yang berlebihan, terjadi secara mendadak tanpa disadari (Nekada,2017). Otot yang mengalami kram sulit untuk menjadi rileks kembali. Bisa dalam hitungan menit bahkan hitungan jam untuk meregangkan otot yang kram itu. Kontraksi dari kram otot sendiri dapat terjadi dalam waktu beberapa detik sampai beberapa menit. Selain itu, kram otot dapat menimbulkan keluhan nyeri. Kram otot dapat mengenai otot bergaris ataupun otot polos yang dapat berkontraksi secara kita sadari. Kram otot dapat terjadi pada tangan, kaki, maupun perut, menurut Basoeki (2009).

Hasil studi systematic review dan meta analisis yang dilakukan oleh Hill dkk (2016) menunjukkan 13,4% penduduk dunia menjalani terapi

Hemodialisis. Berdasarkan data dalam Riskesdas (2013), pasien berusia ≥ 75 tahun menduduki ranking teratas untuk kelompok pasien penyakit ginjal kronis (PGK), yaitu sebesar 0,6% lebih tinggi dari kelompok usia yang lainnya. Sedangkan pada kelompok menurut jenis kelamin, prevalensi pria penderita PGK di Indonesia sebesar 0,3 dimana angka ini lebih tinggi jika dibandingkan dengan penderita PGK pada wanita yaitu 0,2%. Di Indonesia dengan angka penderita menurut data *Indonesian Renal Registry* (2017) sebanyak 77.892 orang yang tersebar di seluruh daerah di Indonesia, dengan terapi hemodialisis rutin mencapai 95 % dari total seluruh tindakan (*Indonesian Renal Registry*, 2017). Di Jawa Timur penderita PGK mengalami kenaikan dan Menempati peringkat ke dua setelah Jawa Barat sebanyak 4828 pasien baru. Data dari Indonesia Renal Registry, jumlah pasien hemodialisis di Indonesia mencapai 2260 orang pada tahun 2018. Terjadi peningkatan 5,2% dari tahun 2007 (Kompas, 2018). Pasien hemodialisis reguler di unit hemodialisis RS Siti Khodijah Muhammadiyah Cabang Sepanjang saat ini sebanyak 48 pasien dengan 3 shift setiap harinya. Pasien yang mengalami kram otot sebanyak 40%.

Hemodialisis merupakan tindakan pengobatan yang dilakukan pada pasien PGK supaya mampu bertahan hidup. Namun demikian, tindakan tersebut mempunyai efek samping pada kondisi fisik serta psikologis penderita PGK (Kemenkes, 2018). Hemodialisis merupakan pengobatan (replacement treatment) pada penderita Penyakit ginjal kronik stadium terminal, jadi fungsi ginjal digantikan oleh alat yang disebut dializer (artificial kidney), pada dialyzer ini terjadi proses pemindahan zat-zat terlarut dalam darah kedalam cairan dialisa atau sebaliknya. Pada umumnya Hemodialisis pada pasien PGK

dilakukan 1 atau 2 kali seminggu dan sekurang-kurangnya berlangsung selama 3 bulan secara berkelanjutan. Beberapa dampak atau resiko Hemodialisis harus dihadapi oleh pasien PGK mengingat tindakan ini merupakan salah satu tindakan yang juga bermanfaat dalam mempertahankan kelangsungan hidupnya (Brunner & Suddarth, 2005).

Pasien yang mengalami kram otot dapat diberikan tindakan farmakologi maupun non farmakologi. Salah satu tindakan keperawatan non farmakologi yang dapat diberikan untuk mengurangi kram otot adalah memberikan intervensi latihan fisik intradialisis . Latihan fisik didefinisikan sebagai pergerakan terencana, terstruktur yang dilakukan untuk memperbaiki atau memelihara satu atau lebih aspek kebugaran fisik (Orti, 2010). Latihan Fisik penting untuk mempertahankan dan meningkatkan kesehatan secara keseluruhan (Fritz, 2005; Potter Perry, 2006). Pada penelitian yang telah dilakukan oleh perkumpulan Nefrologi Canada dinyatakan bahwa dari perspektif fisiologi, latihan fisik dapat meningkatkan aliran darah otot dan peningkatan jumlah area kapiler pada otot yang sedang bekerja sehingga akan menghasilkan aliran urea dan racun-racun yang lainnya dari jaringan ke area vaskuler yang dipindahkan selanjutnya pada dialiser (Clinical rehabilitation, 2009). Penelitian menunjukkan bahwa Latihan fisik selama dialisis dapat bermanfaat untuk mengurangi komplikasi intradialisis seperti kelemahan, kram otot, sakit kepala (Chang et al., 2010 & Henson et al., 2010). Wonget al.(2011), menjelaskan tingkat aktifitas yang rendah dan sedang mampu mengurangi keluhan komplikasi elama hemodialisis. Modifikasi terapi ini tergolong dalam aktivitas fisik yang ringan, karenapasien hemodialisis tetap melaksanakan terapi dalam posisi supine.

Aktifitas fisik yang tepat dan dilakukan selama proses hemodialisis mampu memperbaiki aktifitas metabolisme seluler yang sebelumnya anaerobik menjadi aerobik tanpa efek samping kelelahan.

Berdasarkan uraian di atas, maka dari itu peneliti tertarik untuk membuat Karya Tulis Ilmiah dengan judul “Penerapan Latihan Fisik Terhadap Penurunan Kram Otot pada Pasien Hemodialisis Di Rs Siti Khodijah Muhammadiyah Cabang Sepanjang”.

1.2 Pertanyaan Penelitian

Bagaimana “ Penerapan Latihan Fisik terhadap penurunan Kram Otot Pasien Hemodialisis di Rs Siti Khodijah Muhammadiyah Cabang Sepanjang ? “

1.3 Obyektif

1. Mengidentifikasi Kram otot Sebelum dilakukan Latihan Fisik Pasien Hemodialisis di Rs Siti Khodijah Muhammadiyah Cabang Sepanjang.
2. Mengidentifikasi Respon Pasien Saat Penerapan Latihan Fisik Pasien Hemodialisis di Rs Siti Khodijah Muhammadiyah Cabang Sepanjang.
3. Mengidentifikasi Kram otot Setelah dilakukan Latihan Fisik Pasien Hemodialisis di Rs Siti Khodijah Muhammadiyah Cabang Sepanjang.

1.4 Manfaat Penelitian

1.4.1 Manfaat Teoritis

Penelitian ini dapat digunakan sebagai dasar pengembangan keperawatan medikal bedah serta memberikan pengetahuan kepada masyarakat dalam pemberian Latihan fisik pada pasien Penyakit ginjal kronis pada saat proses hemodialisis

1.4.2 Manfaat Praktis

1. Rumah Sakit

Sebagai masukan bagi rumah sakit dalam mengevaluasi pemberian asuhan keperawatan tentang latihan fisik pada pasien hemodialisis yang di berikan,sehingga dapat di gunakan sebagai dasar perbaikan asuhan keperawatan.

2. Bagi Institusi Pendidikan

Diharapkan dapat di pergunakan sebagai salah satu literatur perpustakaan untuk menambah wawasan bagi mahasiswa khususnya yang terkait dengan penerapan Latihan Fisik pada pasien Penyakit ginjal pada saat proses Hemodialisis.

3. Bagi Perawat

Sebagai masukan bagi perawat yang berada di ruang Hemodialisis khususnya dalam mengevaluasi pemberian asuhan keperawatan tentang komplikasi proses intradialisis dan manfaat latihan fisik pada pasien hemodialisis yang di berikan,sehingga dapat di gunakan sebagai dasar perbaikan asuhan keperawatan.

4. Bagi Pasien

Memberikan manfaat sebagai informasi tentang pengaruh latihan fisik dalam mengatasi kram otot pada saat hemodialisis dan diteruskan latihan mandiri dirumah.