

BAB 1

PENDAHULUAN

1.1 Latar Belakang

Jumlah penderita dengan Gagal ginjal Kronik (GGK) dari tahun ke tahun mengalami peningkatan dan menjadi salah satu penyakit kronik yang sulit disembuhkan (Hasanah et al., 2020). Pada GGK dengan stadium akhir yang membutuhkan hemodialisis ditandai dengan penurunan laju glomerulus (LFG) < 60 ml/menit/1,73 m² selama 3 bulan (Mislina et al., 2022). ESRD disebabkan oleh fungsi renal yang menurun karena produk akhir metabolisme protein tertimbun dalam darah, sehingga mengakibatkan terjadinya uremia dan mempengaruhi seluruh sistem tubuh. Pasien dengan GGK level akhir yang menjalani hemodialisis sering kali memiliki efek samping peningkatan level *fatigue*. Efek samping tersebut yang menjadi faktor penyebab kematian, gagal jantung dan komplikasi lainnya yang disebabkan oleh tindakan hemodialisis.

Gagal ginjal kronis menjadi salah satu penyakit ginjal dengan risiko kematian dan biaya perawatan tinggi, berdasarkan data *Internasional society of neprology (ISN)* tahun 2023 prevalensi penyakit gagal ginjal kronik di seluruh dunia sebesar 9.5%, delapan puluh negara (49,6%) memiliki tingkat prevalensi penyakit gagal ginjal kronis lebih tinggi dari rata-rata global (Gehman, 2023). WHO di dalam Kementerian Kesehatan Republik Indonesia pada tahun 2017 yang dikutip oleh (Novinka et al., 2022) sebanyak 697,5 juta orang mengalami gagal ginjal kronik, dengan 1,2 juta kasus yang meninggal dunia. Penyakit gagal ginjal di Indonesia menjadi penyebab angka kematian utama dan angkanya dikatakan terus mengalami peningkatan signifikan. Angka kejadian gagal ginjal saat ini di Indonesia adalah

713.783, yaitu 0,38% dari total populasi Indonesia (Darmawan, 2019). Jumlah pasien hemodialisis di Indonesia tahun 2018 meningkat sebanyak 92% menjadi 66433 pasien (IRR, 2018). Sementara menurut (Indonesian et al., 2017) melaporkan bahwa prevalensi kasus baru di Indonesia mencapai 30.831 penderita dimana Jawa Timur angka kejadian penyakit gagal ginjal kronis mencapai 1,9% dan angka kejadian berdasarkan mayoritas berusia 65-74 tahun sebesar 8,23% (Riskedas, 2018). Hasil penelitian menunjukan bahwa *fatigue* merupakan salah satu gejala yang paling umum dirasakan oleh pasien yang menjalani hemodialisis dengan prevalensi kejadian *fatigue* antara 60% sampai 97% (Riyana & Nurhalimah, 2023).

Gagal ginjal kronik merupakan gangguan fungsi ginjal yang progresif dan ireversibel dimana ginjal tidak dapat mempertahankan metabolisme dan keseimbangan cairan dan elektrolit. Perkembangan pada penyakit ginjal stadium akhir disebabkan oleh berbagai faktor yang menyebabkan penurunan fungsi ginjal secara bertahap, sehingga mengakibatkan hilangnya fungsi ginjal. (Agustina, 2019). Hilangnya fungsi ginjal mengakibatkan ginjal tidak mampu mengeluarkan racun, menyaring dan mengeluarkan cairan serta elektrolit dari tubuh, sehingga ginjal tidak dapat menjaga keseimbangan cairan dan zat kimia dalam tubuh (Crews et al., 2019).

Namun pasien tetap menghadapi berbagai masalah dan komplikasi. Beberapa komplikasi yang sering dihadapi oleh pasien saat hemodialisis adalah fatigue. Fatigue adalah perasaan subyektif yang tidak menyenangkan, ditandai dengan kelelahan, kelemahan, dan penurunan energi, dan merupakan keluhan utama pada pasien yang menjalani dialisis (Amelia et al., 2021). Fatigue merupakan masalah keperawatan yang perlu penanganan karena dapat memicu gangguan

kardiovaskular, serta memengaruhi aktivitas sehari-hari dan kelangsungan hidup pasien hemodialisis. Dampak kelelahan pada klien yang menjalani hemodialisis dapat menyebabkan konsentrasi menurun, merasa lemah, gangguan tidur, emosional, dan penurunan melakukan aktivitas sehari-hari (Natashia et al., 2020). Fatigue juga dapat diartikan sebagai keadaan kontinum dimana kelelahan dan kepenatan yang pada akhirnya bisa menyebabkan penurunan vitalitas dan energi (Hasanah et al., 2020).

Pasien hemodialisis yang mengalami fatigue biasanya disebabkan oleh faktor fisiologis. Dimana pasien dengan hemodialisis mengalami kondisi anemia dengan HB rendah, kondisi ini yang menjadi penyebab fatigue muncul pada pasien hemodialisis (Sulistini et al., 2021). Selain itu, minimnya aktivitas fisik pada proses hemodialisis yang membutuhkan waktu cukup lama sehingga pasien mudah mengalami fatigue. Selama kegiatan hemodialisis, banyak pasien hemodialisis tidak beraktivitas sama sekali. Sehingga, pasien merasa kelelahan saat proses hemodialisis berlangsung. Fatigue Aktivitas yang biasa dilakukan yaitu makan, berbicara dan tidur. Menurut pasien olahraga tidak diperlukan, meskipun olahraga penting untuk menjaga dan meningkatkan kesehatan (Hutagaol & Trimawang, 2020). Pasien hemodialisis melaporkan tingkat aktivitas fisik yang lebih rendah, yang menunjukkan bahwa masalah terkait dengan latihan aktivitas dapat mengganggu kualitas hidup pasien (Fukushima et al., 2018).

Selain fatigue pada pasien gagal ginjal kronisk (GGK) yang menjalani hemodialisis peningkatan tekanan darah merupakan komplikasi yang sering terjadi dan dapat disebabkan oleh berbagai faktor hal ini dapat dipengaruhi karena peningkatan berat badan melebihi 5% dalam satu periode hemodialisis (HD) atau

yang disebut (IDWG). Hal ini dapat berefek pada penentuan jumlah penarikan cairan dalam sesi hd atau yang disebut ultrafiltrasi goal. Beberapa pasien menginginkan preses ultrafiltrasi dalam jumlah tinggi, yakni lebih dari 5% dari berat badan kering, namun dengan durasi hemodialisis (HD) yang relatif singkat. Dalam pelaksanaan hemodialisis, salah satu aspek penting adalah pengaturan aliran darah per menit atau yang dikenal quick Blood (QB), yang sangat berpengaruh terhadap stabilitas tekanan darah selama prosedur. Selain itu, penggunaan obat antihipertensi juga menjadi faktor penting. Jika tidak dipantau secara tepat, dapat menyebabkan fluktuasi tekanan darah selama dialisis. Kondisi ini dapat memicu perubahan tekanan darah yang signifikan, baik berupa hipertensi intradialitik maupun hipotensi intradialitik.

Latihan aktivitas yang dapat digunakan untuk mengurangi komplikasi fatigue dan tekanan darah pada pasien hemodialisis yaitu dengan cara teknik mengurangi stres, relaksasi, dan latihan fisik (intradialitic exercise) (Sakitri & Makiyah, 2018). Salah satu terapi non farmakologis yaitu intradialitic exercise adalah latihan aktivitas fisik yang gerakannya memiliki efek samping positif yaitu meningkatkan sirkulasi otot, memfasilitasi penyediaan nutrisi ke sel dan memperlebar luas permukaan kapiler yang mengakibatkan peningkatan perpindahan urea dan toksin dari jaringan vaskuler, dan mengurangi manifestasi yang diakibatkan oleh kram otot (Pebrina et al., 2020)

Berdasarkan Hasil penelitian yang dilakukan (Prihati & Pangesti, 2018) menjelaskan bahwa terjadi penurunan tingkat fatigue pada pasien hemodialisis sebelum dan sesudah diberikan intradialitic exercise. Pada penelitian ini diketahui bahwa sebelum dilakukan intradialitic exercise pada hari pertama tingkat fatigue

tertinggi responden adalah (7,57) dan hari kedua (5,76) itu termasuk ke dalam kategori tingkat kelemahan berat. Setelah dilakukan intradialytic exercise pada hari pertama nilai tingkat fatigue responden terendah adalah (5,25) dan pada hari kedua adalah (3,47) termasuk ke dalam kategori tingkat kelemahan sedang. Hasil yang dicapai menunjukkan intradialytic exercise dapat mengurangi tingkat fatigue pada pasien hemodialisis. Hasil penelitian yang dilakukan (Rosaulina & Gurusinga, 2021) menjelaskan bahwa terdapat perbedaan signifikan pada tekanan darah. Pada penelitian ini diketahui bahwa rata rata tekanan darah sistol pasien sebelum dilakukan intradialytic exercise yaitu 141,64 dan setelah diberikan intradialytic exercise menjadi 132,18. Untuk rata rata tekanan darah diastol sebelum dilakukan intradialytic exercise yaitu 96,18 dan setelah dilakukan intradialytic exercise yaitu 87,00. Hasil penelitian ini membuktikan bahwa terdapat pengaruh penurunan tekanan darah saat diberikan intradialytic exercise selama 30 menit.

Berdasarkan hasil studi awal yang dilakukan di RSUD Haji Provinsi Jawa Timur di dapatkan data rekam medis pasien hemodialisis 2 tahun terakhir pada tahun 2023 terdapat 167 pasien , pada tahun 2024 terdapat 159 pasien . Diambil data 1 bulan terakhir pada tahun 2024 jumlah pasien hemodialisis sebanyak 80 pasien, mayoritas pasien berusia 45- 65 tahun. Hasil observasi pada saat di rumah sakit 60% pasien saat menjalani hemodialisis klien hanya tidur, berbincang-bincang dengan pasien lain, makan, minum, bermain gadget, dan menonton televisi tanpa diberikan intervensi apa-apa. Dari hasil wawancara dengan 5 pasien ditemukan bahwa 30% pasien mengalami kelelahan (fatigue) pada saat setelah hemodialisis. Namun, sejauh ini masih belum ada intervensi untuk mengatasi fatigue di RSUD Haji Provinsi Jawa Timur.

Berdasarkan permasalahan yang disampaikan diketahui bahwa pasien yang menjalani terapi hemodialisis sering mengalami komplikasi kelelahan (*fatigue*) yang berlebihan, yang dapat mempengaruhi kualitas hidup mereka. *Fatigue* dan perubahan tekanan darah merupakan masalah umum yang sering dilaporkan oleh pasien hemodialisis, yang disebabkan oleh berbagai faktor seperti ketidakseimbangan cairan, gangguan elektrolit, dan efek samping dialisis itu sendiri. Berdasarkan hal ini *intradialitic exercise* menjadi intervensi yang berpotensi untuk mengurangi tingkat kelelahan dan menstabilkan tekanan darah pada pasien hemodialisis. Maka penulis tertarik untuk meneliti tentang “Pengaruh *Intradialitic Exercise* Terhadap Penurunan Level *Fatigue* dan Tekanan Darah Pasien Yang Menjalani Hemodialisis di RSUD Haji Surabaya”.

1.2 Rumusan Masalah

Apakah terdapat pengaruh *intradialitic exercise* terhadap penurunan level *fatigue* yang menjalani terapi hemodialisis Di RSUD Haji Provinsi Jawa Timur ?

1.3 Tujuan Penelitian

1.3.1 Tujuan Umum

Penelitian ini bertujuan untuk menganalisis pengaruh *intradialitic exercise* terhadap penurunan level *fatigue* pada pasien Gagal Ginjal Kronik setelah menjalani hemodialisis di RSUD Haji Provinsi Jawa Timur.

1.3.2 Tujuan Khusus

1. Mengidentifikasi level *fatigue* pada pasien gagal ginjal kronik sebelum diberikan *intradialitic exercise*.
2. Mengidentifikasi level *fatigue* pada pasien gagal ginjal kronik sesudah diberikan *intradialitic exercise*.

3. Menganalisis pengaruh *intradialytic exercise* terhadap penurunan level *fatigue* pada pasien gagal ginjal kronik yang menjalani hemodialisis di RSUD Haji Provinsi Jawa Timur.

1.4 Manfaat Penelitian

1.4.1 Manfaat Teoritis

Penelitian ini diharapkan dapat menjadi sumber informasi dan menambah wawasan dan pengetahuan mengenai pentingnya *intradialytic exercise* di bidang kesehatan, khususnya dalam perawatan hemodialisis. Hasil penelitian ini dapat menjadi landasan teoritis untuk mengintegrasikan *intradialytic exercise* selama dialisis sebagai bagian dari perawatan pasien dengan penyakit ginjal stadium akhir.

1.4.2 Manfaat Praktis

1. Institusi Pendidikan

Hasil penelitian ini diharapkan menjadi sebuah informasi untuk dapat meningkatkan ilmu pengetahuan bagi profesi keperawatan tentang pentingnya *intradialytic exercise* pada pasien gagal ginjal kronik yang menjalani hemodialisis.

2. Institusi Rumah Sakit

Hasil penelitian ini diharapkan dapat menjadi bahan pertimbangan bagi pihak rumah sakit khususnya perawat HD dapat memberikan *intradialytic exercise* kepada pasien gagal ginjal kronik yang menjalani hemodialisis.

3. Bagi Peneliti

Hasil penelitian ini diharapkan dapat menjadi referensi bagi peneliti lainnya.