

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Gagal ginjal kronis merupakan keadaan fungsi ginjal yang menurun secara bertahap karena kerusakan ginjal. Gagal ginjal terjadi ketika ginjal tidak mampu mengangkut sisa metabolisme tubuh dan menjalankan fungsi normalnya. Zat-zat yang normalnya dikeluarkan melalui urin terakumulasi dalam tubuh akibat dari gangguan ekskresi ginjal sehingga menyebabkan gangguan fungsi endokrin, metabolik, cairan, elektrolit, dan asam basa. (Harmilah, 2020).

Prevalensi global pasien gagal ginjal kronis melebihi 10% dari total populasi dunia, dengan jumlah sekitar 843,6 juta orang (Kovesdy, 2022). Sedangkan itu, berdasarkan (RISKESDAS,2018) terdapat 713.783 jiwa di Indonesia yang menderita gagal ginjal kronis dengan jumlah tertinggi terdapat di Provinsi Jawa Barat sebanyak 131.846 jiwa dan jumlah terendah terdapat di Provinsi Kalimantan Utara sebanyak 1.838 jiwa (KEMENKES RI, 2023). BPJS yang merupakan perusahaan dibawah naungan pemerintah menyatakan bahwa perawatan untuk penyakit ginjal menduduki urutan kedua terbesar di Indonesia (PERNEFRI, 2017).

Penyakit gagal ginjal kronis dibagi menjadi 5 stadium, ditentukan dengan menghitung nilai Laju Filtrasi Glomerulus (LFG). Pada stadium satu kerusakan ginjal dengan nilai LFG lebih dari 90, stadium dua kerusakan ginjal ringan dengan nilai LFG 60-89, stadium tiga kerusakan ginjal sedang dengan nilai LFG 30-59, stadium empat kerusakan ginjal berat dengan nilai LFG 15-29, stadium lima kerusakan ginjal dengan nilai LFG kurang dari 15 dimana pada stadium ini pasien membutuhkan terapi pengganti ginjal, salah satunya yaitu dengan hemodialisa (KEMENKES RI, 2023).

Hemodialisa (HD) atau yang biasa dikenal dengan cuci darah adalah suatu terapi pengobatan yang bertujuan untuk menggantikan fungsi atau kerja ginjal, yaitu

membuang limbah dan kelebihan cairan dalam tubuh untuk menjamin kelangsungan hidup seseorang (Rica, 2021). Namun, jika pasien gagal ginjal kronis yang menjalani hemodialisa dalam jangka waktu yang lama dapat terjadi gejala *fatigue* yang bisa dialami 82% hingga 90% pasien hemodialisa yang bisa disebabkan oleh gagal ginjal kronis ataupun disebabkan oleh hemodialisa. *Fatigue* merupakan keluhan paling umum yang dikeluhkan pasien hemodialisa dan *fatigue* umumnya dilaporkan berhubungan dengan anemia (Nurmansyah & Arofiati, 2019).

Selain dari pada itu, ketergantungan pasien seumur hidup terhadap mesin hemodialisa, perubahan peran, dan kehilangan pekerjaan atau pendapatan juga merupakan stressor yang dapat menyebabkan depresi dan mempengaruhi kondisi fisik pasien hemodialisa. Akibatnya, minat dalam melakukan aktivitas menjadi berkurang yang dapat mempengaruhi tingkat *fatigue* (Hutagaol et al., 2020). Pasien akan mengalami penurunan aktivitas fisik, kemampuan fungsional menurun, dan kelemahan otot secara umum yang menyebabkan rasa lelah. Kelelahan fisik menyebabkan kelemahan otot sedangkan kelelahan mental ditandai dengan kurang konsentrasi dan tidak mampu untuk fokus pada kondisi tertentu (Debnath et al., 2021).

Berdasarkan hasil penelitian (Darmawan et al., 2019) menunjukkan bahwa faktor demografi, fisiologis, dan sosial ekonomi mempengaruhi terjadinya *fatigue* sebesar 71%. Oleh karena itu, *fatigue* yang tidak diobati dapat menyebabkan stress, masalah kardiovaskular, dan penurunan kualitas hidup. Sehingga, diperlukan penanganan yang dapat menurunkan tingkat *fatigue* pada pasien yang menjalani hemodialisa.

Menurut (Djamiludin et al., 2020) latihan fisik yang rutin dilakukan selama hemodialisa dapat meningkatkan luas permukaan kapiler dan aliran darah ke otot, sehingga akan meningkatkan perpindahan urea dan racun lainnya dari jaringan ke pembuluh darah dan mesin dialyzer atau mesin hemodialisa. Selain itu, aktivitas fisik

dapat meningkatkan ketangkasan, fungsi fisiologis, kekuatan fisik, kekuatan otot ekstremitas bawah, dan menurunkan tingkat *fatigue*.

Salah satu cara untuk mengatasi *fatigue* dapat dilakukan dengan *intradialytic exercise* berupa latihan *ROM* yang mampu menurunkan tingkat *fatigue* pada pasien yang menjalani hemodialisa dari kategori *fatigue* berat menjadi kategori *fatigue* sedang (Hutagaol et al., 2020). Pada pelaksanaan *Intradialytic Exercise* yang diberikan berupa latihan *Range Of Motion (ROM)* yang berfokus pada gerakan fleksibilitas dan peregangan pada ekstremitas atas dan bawah. Ini juga termasuk gerakan kepala (seperti ke kanan, ke kiri, ke depan, dan memutar, gerakan tangan (seperti fleksi dan ekstensi jari dan memutar pergelangan tangan searah jarum, fleksi dan ekstensi pergelangan tangan, fleksi dan ekstensi siku, memutar sendi bahu), gerakan kaki (seperti fleksi dan ekstensi jari kaki, fleksi dan ekstensi pergelangan kaki, rotasi pergelangan kaki searah jarum jam, fleksi dan ekstensi sendi lutut, abduksi dan adduksi sendi panggul) (Forwaty et al., 2019).

Dikemukakan oleh (Nurmansyah & Arofiati, 2019) *Intradialytic Exercise* yang teratur dan terencana selama hemodialisa dapat mengurangi gejala *fatigue* (menurunkan tingkat *fatigue*) pada pasien hemodialisa. *Intradialytic Range Of Motion (ROM) exercise* adalah latihan fisik yang memiliki banyak manfaat, aman dan mudah dilakukan pada pasien hemodialisa (Forwaty et al., 2019).

Berdasarkan uraian di atas, maka peneliti tertarik melakukan studi kasus tentang Penerapan *Intradialytic Exercise* Terhadap Tingkat *Fatigue* pada Pasien dengan Gagal Ginjal Kronis yang menjalani Hemodialisa.

B. Rumusan Masalah

Berdasarkan uraian latar belakang di atas, maka peneliti merumuskan masalah dalam penelitian ini sebagai berikut “*Bagaimana Penerapan Intradialytic Exercise pada Tingkat Fatigue Pasien dengan Gagal Ginjal Kronis yang menjalani Hemodialisa ?*”

C. Tujuan

1. Tujuan Umum

Mengetahui Penerapan *Intradialytic Exercise* pada Tingkat *Fatigue* Pasien dengan Gagal Ginjal Kronis yang menjalani Hemodialisa.

2. Tujuan Khusus

- a. Diketahui karakteristik usia, jenis kelamin, tingkat pendidikan, dan status pekerjaan pasien gagal ginjal kronis yang menjalani hemodialisa dengan *fatigue* dalam penerapan *Intradialytic Exercise*
- b. Diketahui tingkat *Fatigue* sebelum dilakukan *Intradialytic Exercise* pada pasien gagal ginjal kronis yang menjalani hemodialisa
- c. Diketahui tingkat *Fatigue* sesudah dilakukan *Intradialytic Exercise* pada pasien gagal ginjal kronis yang menjalani hemodialisa.

D. Manfaat Penelitian

1. Intitusi Pendidikan

Diharapkan hasil penelitian ini bisa bermanfaat untuk bahan acuan atau rujukan, dan masukan, serta bisa dijadikan sebagai bahan referensi untuk penelitian selanjutnya yang akan dilakukan oleh pihak institusi terkait khususnya dalam bidang Keperawatan Medikal Bedah.

2. Institusi Pelayanan Kesehatan/ Tempat Penelitian

Diharapkan institusi pelayanan kesehatan mendapatkan gambaran dari hasil penelitian untuk kemudian dijadikan sebagai pertimbangan atau pengembangan dalam menerapkan *Intradialytic Exercise* terhadap tingkat *fatigue* pada pasien gagal ginjal kronis yang menjalani hemodialisa.

3. Profesi Keperawatan

Diharapkan hasil penelitian ini dapat bermanfaat sebagai informasi atau rujukan tentang Penerapan *Intradialytic Exercise* terhadap tingkat *fatigue* pada pasien gagal ginjal kronis yang menjalani hemodialisa.