

BAB 1

PENDAHULUAN

1.1 Latar Belakang

Gagal Ginjal Kronik dapat diartikan setiap kerusakan ginjal (*kidney damage*) atau penurunan laju filtrasi glomerulus (LFG) / *estimated Glomerular Filtration Rate* (eGFR) < 60 ml/menit / $1,73\text{m}^2$ untuk jangka waktu > 3 bulan, ditandai adanya kelainan patologis, keainan darah serta urin (PERNEFRI, 2011). Gagal ginjal menjadi masalah kesehatan serius dan angka kematian serta berpengaruh pada status kesehatan masyarakat di dunia. Adanya peningkatan ureum dalam batas normal diatas 17-40mg/dl darah merupakan salah satu gejala penyakit gagal ginjal. Gagal ginjal kronis merujuk pada penurunan fungsi ginjal secara perlahan, yang terlihat dari berkurangnya kemampuan ginjal untuk menyaring produk limbah dan cairan berlebih dari darah, yang biasanya dibuang melalui urin. Pada tahap lanjut penyakit ginjal kronis, kondisi ini dapat menyebabkan penumpukan cairan, elektrolit, dan produk limbah yang berbahaya dalam tubuh.

Surat Keputusan Direktur Jenderal Pelayanan Kesehatan Nomor HK.02.02./2/I/3305/2022 mengatur tentang tata laksana dan manajemen klinis gangguan ginjal akut progresif atipikal pada anak di fasilitas kesehatan. Surat keputusan ini diharapkan dapat menjadi pedoman dalam penanganan pasien dengan gagal ginjal akut. Dengan diterbitkannya SK tersebut, diharapkan dapat memberikan petunjuk serta standarisasi dalam penanganan, sekaligus mengurangi angka kematian yang disebabkan oleh gagal ginjal (Kemenkes RI, 2022).

Penyakit gagal ginjal kronis merupakan kondisi progresif yang mempengaruhi lebih dari 10% populasi global, atau sekitar lebih dari 800 juta orang. Penyakit ginjal kronis lebih sering ditemukan pada lansia, wanita, kelompok ras minoritas, serta pada individu yang menderita diabetes melitus dan hipertensi (Kovesdy, 2022). Gagal ginjal kronik diawali dari penderita mengalami stadium gagal ginjal akut, Gagal ginjal akut (GGA) adalah kondisi kerusakan ginjal yang terjadi secara tiba-

tiba, yang dapat berkembang dalam hitungan jam atau hari. Gangguan ginjal akut (GgGA) dapat menyebabkan penumpukan produk limbah atau sisa metabolisme dalam darah dan mempengaruhi kemampuan ginjal untuk menjaga keseimbangan cairan dalam tubuh (Kemenkes RI, 2022).

Gagal ginjal kronis merupakan kerusakan ginjal yang berlangsung minimal selama 3 bulan, yang ditandai dengan adanya kelainan struktural atau fungsional pada ginjal, baik dengan penurunan Laju Filtrasi Glomerular (LFG) maupun tanpa penurunan tersebut. Kondisi ini dapat terlihat melalui kelainan patologis atau kerusakan ginjal, yang meliputi ketidakseimbangan zat dalam darah atau urin, serta perubahan yang terdeteksi melalui pemeriksaan pencitraan (PERNEFRI, 2011). Pendapat lain menyatakan bahwa Gagal Ginjal Kronik (GGK) adalah gangguan fungsi ginjal yang bersifat progresif dan irreversibel, di mana tubuh tidak lagi mampu menjaga metabolisme serta keseimbangan cairan dan elektrolit, yang mengakibatkan peningkatan kadar ureum (Putri et al., 2020).

Berdasarkan data WHO tahun 2022, Gagal Ginjal Kronik (GGK) mempengaruhi 11,7%-15,1% populasi dunia. Sebanyak 4,90 dan 7,08 juta pasien penyakit ginjal stadium akhir memerlukan terapi penggantian ginjal. Gagal ginjal kronik menempatkan sebagai penyebab kematian nomor 10 serta diperkirakan menjadi penyebab utama hilangnya nyawa kelima pada tahun 2040 (WHO, 2022). Kejadian gagal ginjal akut di Asia berdasarkan populasi rawat inap dengan kriteria *Kidney Disease Improving Global Outcome* (KDIGO) tercatat 19,4% terjadi di Asia Timur, 7,5% di Asia Selatan, dan 31,0%, Asia Tenggara dan Asia Tengah sebesar 9,0% dan 16,7% di Asia Barat (Yang, 2016).

Di Indonesia prevalensi gagal ginjal kronis berdasarkan diagnosis dokter pada penduduk umur ≥ 15 Tahun 2018 menurut Provinsi Jawa Barat tercatat sebanyak 713.783 (0,36)

Hasil studi pendahuluan dengan mewawancarai 10 orang pasien yang mengalami hemodialisis di unit hemodialisis Rumah Sakit Umum Daerah (RSUD), Abdul

Radjak Purwakarta, kondisi pasien memburuk karena penghentian hemodialisis, dan gejala pasien mereda setelah hemodialisis. Seorang pasien telah menjalani hemodialisis rutin selama 6 bulan, namun tetap mengalami kelemahan, pusing, dan gangguan tidur bahkan setelah hemodialisis.

Satu pasien mengeluh sesak napas, kaki bengkak, sakit kepala, kram perut, dan kulit gatal pada sesi pertama hemodialisis, namun 7 dari 10 pasien yang menjalani hemodialisis mengalami ketidaknyamanan setelah hemodialisis. Jumlah pasien reguler Penyakit Ginjal Kronis saat ini sebanyak 120 orang, dimana 40 pasien reguler bekerja shift pagi, siang, dan malam setiap harinya

Menurut Pujiastuti et al (2020) *intradialytic exercise* adalah seluruh gerakan aktif dan pasif terutama pada ekstremitas atas dan bawah yang dilakukan pada saat menjalani tindakan hemodialisis. *Intradialytic exercise* didefinisikan sebagai latihan yang dilakukan oleh pasien saat menjalani hemodialisa. Latihan intradialitik didefinisikan sebagai aktivitas fisik yang dilakukan dengan perencanaan, secara teratur, dan terintegrasi dalam upaya menjaga kesehatan, serta menjadi bagian dari program rehabilitasi dan terapi untuk penyakit kronis (Rokhman et al., 2020). *Intradialytic exercise* menjadi salah satu terapi pilihan khususnya bagi pasien hemodialisis dengan tujuan mengurangi atau bahkan menghilangkan kelelahan (*Fatigue*) yang dialaminya.

Keluhan yang sering dirasakan oleh pasien Gagal Ginjal Kronis (GGK) dengan hemodialisis salah satunya adalah terjadinya kelelahan, kelelahan merupakan suatu mekanisme perlindungan agar terhindar dari kerusakan lebih lanjut, sehingga dengan demikian terjadilah pemulihan setelah istirahat (Zainul, 2016). Kelelahan merupakan salah satu keluhan yang paling sering dikeluhkan pasien dialisis dan berhubungan dengan gangguan kualitas hidup (Prihati & pengesti 2018). Pasien yang sedang melakukan hemodialisis akan mengalami kelelahan, keluhan tersebut dapat dikurangi dengan *intradialytic exercise*, didukung pula oleh beberapa penelitian yang terdahulu.

Penelitian oleh Muliani et al. (2021) yang berjudul "*Intradialytic Exercise: Flexibility terhadap Skor Fatigue pada Pasien Penyakit Ginjal Kronis yang Menjalani Hemodialisis*" melibatkan sejumlah responden tertentu dan menggunakan metode penelitian tertentu. Hasil penelitian menunjukkan bahwa nilai rerata pre-test adalah 25,70, sementara post-test mencapai 30,75, yang menunjukkan peningkatan skor *fatigue*. Dengan nilai $p < 0,001$, penelitian ini mengindikasikan adanya pengaruh *intradialytic exercise: flexibility* terhadap skor *fatigue* pada pasien tersebut.

Penelitian Wahida et al (2023) judul,jenis,responden.tentang? *the effectiveness of intradialytic exercise in ameliorating fatigue symptoms in patients with chronic kidney failure undergoing hemodialysis: A systematic literature review and meta-analysis*. Hasil penelitian menunjukkan *intradialytic exercise* efektif mengurangi kelelahan sebesar 81% pada kelompok intervensi. Besaran efek yang paling signifikan adalah sebagai berikut: jenis latihan intradialitik: latihan aerobik (146%); durasi latihan intradialitik: >20 menit (100%); waktu latihan intradialitik: 2 jam pertama (127%); dan frekuensi latihan: <12 sesi (120%)

Studi pendahuluan yang penulis lakukan terhadap 10 pasien dengan gagal ginjal kronis yang sedang menjalani hemodialisis, sebanyak 8 orang (80%) mengatakan bahwa dengan menerapkan relaksasi pergerakan seperti yang diajarkan oleh perawat mengatakan rasa ngantuk dan lelah dapat dikurangi hingga hampir hilang ditandai berkurangnya menguap dan mampu berkonsentrasi setelah hemodialysis berakhir, serta sebanyak 2 orang (20%) mengatakan tidak melakukan pergerakan saat hemodialisis dapat di tanya selagi *intradialytic exercise* yang diajarkan perawat dan setelah prose hemodialysis berakhir merasakan kelelahan yang teramat sangat hingga rasa kantuk selallu menyertainya.

Berdasarkan studi pendahuluan dan penelitian yang ada penulis tertarik untuk melakukan penelitian dengan judul “Pengaruh *Intradialytic exercise* Terhadap

Tingkat *Fatigue* pada Pasien Gagal Ginjal Kronik yang Menjalani Hemodialisis di RS Abdul Radjak Purwakarta

1.2 Rumusan Masalah

Kelelahan mengurangi aktivitas perawatan diri pasien Gagal Ginjal Kronik (GGK) dengan hemodialisis, mengganggu peran pasien dalam keluarga dan sosial dan menurunkan kemampuan untuk melakukan aktivitas rutin harian serta berdampak negatif terhadap kualitas hidup, 60 hingga 97% pasien hemodialisis mengalami tingkat kelelahan tertentu dibandingkan pasien dengan fungsi ginjal normal.

Berdasarkan uraian diatas rumusan masalah dalam penelitian ini adalah “Adakah Pengaruh *Intradialytic exercise* Terhadap Tingkat *Fatigue* pada Pasien Gagal Ginjal Kronik yang Menjalani Hemodialisis di RS Abdul Radjak Purwakarta

1.3 Tujuan Penelitian

1.3.1 Tujuan umum

Tujuan umum dalam penelitian ini adalah untuk mengetahui pengaruh *intradialytic exercise* terhadap tingkat *fatigue* pada pasien gagal ginjal kronik yang menjalani hemodialisis di RS Abdul Radjak Purwakarta.

1.3.2 Tujuan khusus

- a. Mengetahui karakteristik responden (usia, jenis kelamin, pendidikan, serta pekerjaan) yang menjalani hemodialisis di RS dr. Abdul Radjak Purwakarta.
- b. Mengidentifikasi tingkat *fatigue* sebelum dilakukan *intradialytic exercise* kelompok intervensi dan kontrol pada pasien gagal ginjal kronik yang menjalani hemodialisis di RS dr. Abdul Radjak Purwakarta.
- c. Mengidentifikasi tingkat *fatigue* sesudah dilakukan *intradialytic exercise* kelompok intervensi dan kontrol pada pasien gagal ginjal kronik yang menjalani hemodialisis di RS dr. Abdul Radjak Purwakarta .
- d. Mengidentifikasi pengaruh *intradialytic exercise* terhadap tingkat *fatigue* pada pasien gagal ginjal kronik yang menjalani hemodialisis di RS dr. Abdul Radjak Purwakarta.

- e. Menganalisis perbedaan rata-rata nilai *fatigue* sebelum dan sesudah di arsir pada kelompok intervensi pasien.
- f. Menganalisis perbedaan rata-rata nilai *fatigue* sesudah di arsir pada kedua kelompok pada pasien.

1.4 Manfaat Penelitian

1.4.1 Manfaat teoritis

Hasil penelitian ini diharapkan sebagai tambahan kepustakaan ilmu pengetahuan khususnya ilmu keperawatan terutama *intradialytic exercise* berupa jenis Gerakan dan tujuan Gerakan terhadap pengurangan tingkat *fatigue* pada pasien gagal ginjal kronik yang menjalani hemodialisis.

1.4.2 Manfaat Praktis

- a. Bagi institusi pendidikan

Hasil penelitian ini diharapkan menjadi bahan masukan dalam membimbing dan menambah pengetahuan mahasiswa tentang pengaruh *intradialytic exercise* terhadap tingkat *fatigue* pada pasien gagal ginjal kronik yang menjalani hemodialisis di RS Abdul Radjak Purwakarta

- b. Bagi Pelayanan kesehatan

Hasil penelitian ini diharapkan dapat memberikan informasi dan menjadi referensi dalam pembelajaran di dunia Pendidikan khususnya keperawatan. Terkait pengaruh *intradialytic exercise* pada pasien gagal ginjal kronik yang mengalami hemodialisa

- c. Bagi peneliti selanjutnya

Hasil penelitian ini dapat dijadikan sebagai bahan teori, informasi dan acuan untuk melakukan penelitian ilmiah selanjutnya di bidang keperawatan terutama penanganan pasien gagal ginjal kronik di ruangan hemodialisa