

BAB 1

PENDAHULUAN

1.1 Latar Belakang

Kegiatan hemodialisa yang rutin dilakukan oleh penderita CKD memberikan dampak secara fisik dan psikologis. Salah satunya adalah penurunan kapasitas kerja fisik dan mental yang tidak pulih dengan istirahat yang disebut kelelahan atau *fatigue*. Kelelahan, yang umumnya digambarkan sebagai kelemahan dan kekurangan energi, umumnya dialami oleh pasien CKD yang menjalani terapi hemodialisis jangka Panjang (Malini dkk,2022). Salah satu cara yang aman dan efektif untuk mengurangi tingkat kelelahan melakukan latihan selama sesi hemodialisis, yang dikenal sebagai "latihan Intradialitik Range Of Motion (ROM)." Latihan ROM dapat meningkatkan aliran darah otot, meningkatkan aliran darah ke jaringan perifer, memulihkan aktivitas fisiologis dan fisik tubuh. Selain itu, latihan ini mendorong transit urea dari jaringan ke kompartemen vaskular, sehingga menghasilkan efikasi dialisis dan pembersihan urea serum yang optimal.(Wilund dkk., 2021).

Berdasarkan hasil studi yang meneliti prevalensi global CKD, jumlah total individu yang terkena CKD stadium 1–5 di seluruh dunia saat ini diperkirakan mencapai 843,6 juta (Jager KJ Dkk, 2019). WHO *World Health Organization* (2020) Penyakit gagal ginjal kronik mengalami kenaikan dari 1emodi kematian ke-13 menjadi peringkat ke-10 pada dunia. Jumlah angka

kematian mengalami peningkatan semula 813.000 di 2000 serta jadi 1.3 juta di 2019. Prevalensi kejadian gagal ginjal kronik paling tinggi ada dalam Afrika 27%, serta daerah Amerika paling rendah dengan angka 18%. Penderita *Chronic Kidney Disease* (CKD) meningkat secara signifikan di negara berkembang termasuk Indonesia (Abdurahman et al., 2019) Menurut hasil riset kesehatan dasar (RISKESDAS) pada tahun 2018 tercatat di Indonesia terdapat sebesar 0,38% atau setara dengan 3,8 orang per 1000 penduduk yang mengalami gagal ginjal dan tercatat sebanyak 60% penderita gagal ginjal yang menjalani hemodialisa Berdasarkan laporan *Indonesia Renal Registry* (IRR) pada tahun 2018 diketahui terdapat peningkatan PGK yang aktif menjalani hemodialisa dari 77.892 pasien pada tahun 2017 menjadi 132.142 pasien pada tahun 2018. Sementara pasien baru adalah 30.843 orang. Provinsi Jawa Tengah menempati urutan keenam dari 23 provinsi, yaitu dengan jumlah tindakan hemodialysis rutin perbulan sejumlah 65.755 tindakan (PERNEFRI, 2017). Berdasarkan data dari rekam medis RS Amal Sehat Wonogiri Januari –Juni 2025 dengan jumlah pasien hemodialysis rutin 2 kali seminggu sejumlah 65 orang dengan rata-rata perbulan 520 tindakan.

Proses hemodialisis yang membutuhkan waktu selama 5 jam dan seminggu 2 kali, umumnya akan menimbulkan stres fisik pada saat atau setelah hemodialisi pasien akan merasakan kelelahan. Uremia dapat menyebabkan pasien mengalami penurunan nafsu makan, muntah, mual, kehilangan tenaga dan protein sehingga dapat menyebabkan fatigue (Balouchi, Masinaeinezhad, Abdallahimohammad, Firouzkouhi, & Sepehri, 2016). Studi

sebelumnya menemukan bahwa angka kejadian fatigue pada pasien hemodialisis cukup tinggi sekitar 82% sampai 90% (Bicer & Demir, 2017). *Fatigue* mempengaruhi 20%–91% pasien CKD dan prevalensinya meningkat seiring bertambahnya stadium CKD. Dalam penelitian Gregg et al., (2021) mayoritas *fatigue* yang disebutkan berada di level ringan hingga sedang dan sekitar 5%–24% pasien merasakan *fatigue* yang parah. *Fatigue* juga dapat disebabkan oleh produksi eritropoietin yang menurun sehingga pembentukan sel darah merah (eritropoiesis) di sumsum tulang terganggu. pasien yang sedang menjalani hemodialisa akan merasakan *fatigue* apabila kadar hb pasien ≤ 10 gr/dl. Gejala kelelahan yang berkepanjangan berdampak negatif pada pasien hemodialisis misalnya, melalui penurunan produktivitas, kualitas tidur, dan kualitas hidup. Diperjelas oleh Mardiyah & Azmy (2022) dalam penelitiannya dampak *fatigue* pada pasien CKD yaitu pasien merasa lebih cepat lelah sehingga membatasi aktivitas dan beberapa pasien merasa membatasi aktivitasnya karena terpasang akses vaskular.

Latihan rentang gerak (ROM) gerakan yang dilakukan pada sendi dan otot yang dapat dilakukan secara mandiri (ROM aktif) atau dengan bantuan (ROM pasif) (Pattikawa, Arafat and Rachmawaty, 2020). *Range Of Motion* (ROM) dapat mengurangi fatigue pada pasien hemodialisis (Hutagaol, Dkk 2020). Pasien yang di Hemodialisa 50% mengalami penurunan Fatigue setelah dilakukan *Intradialitic Exercise Range Of Motion*. Menurut Samah Elsayed dkk (2022) dalam penelitiannya menyebutkan bahwa latihan Gerak

yang berhubungan dengan 4 bagian tubuh (siku, pergelangan tangan, lutut, dan pergelangan kaki). Latihan intradialis dilakukan selama 20 menit, 3 kali seminggu, selama 2 jam pertama setiap sesi dialisis. Bagian tubuh yang terhubung ke mesin dialisis dikecualikan. Sedangkan menurut Rini Hutagol dan Aji (2020) ROM dilakukan di ekstremitas atas dan ekstremitas bawah dilakukan setelah 2 jam pertama setiap sesi dialisis selama satu minggu dengan frekuensi dua kali dan durasi 15-20 menit mampu menurunkan kelelahan serta meningkatkan aliran darah pada otot dan memperbesar luas permukaan kapiler sehingga meningkatkan perpindahan urea dan toksin dari jaringan ke vaskuler kemudian dialirkan kedializer atau mesin hemodialisis. mampu menurunkan tingkat *fatigue* pasien yang menjalani hemodialisa yang dibuktikan dengan pada kelompok intervensi terjadi penurunan tingkat *fatigue* dari kategori berat ke sedang. Penelitian ini menunjukkan bahwa latihan *Range Of Motion* (ROM) dapat menurunkan tingkat *fatigue* Pada Pasien CKD yg menjalani hemodialisa (Rini Hutagol dan Aji, 2020)

Berdasarkan penjelasan diatas, maka peneliti tergugah untuk melakukan analisis karya ilmiah dengan judul “Penerapan Latihan *Range Of Motion* (ROM) Pada Hemodialisis Dengan Masalah *Fatigue*/kelelahan Di Rumah Sakit Amal Sehat Wonogiri”.

1.2 Rumusan Masalah

Berdasarkan uraian latar belakang di atas maka penulis dapat merumuskan masalah sebagaimana berikut “bagaimana penerapan Latihan

Range Of Motion (ROM) pada pasien Hemodialisis dengan masalah keperawatan *Fatigue*/kelelahan di Rumah Sakit Amal Sehat Wonogiri ?”

1.3 Tujuan Penelitian

1.3.1 Tujuan Umum

Melakukan penerapan latihan *Range Of Motion* (ROM) pada pasien *Cronic Kidney Disease* (CKD) On Hemodialisis dengan masalah keperawatan *Fatigue*/kelelahan di Rumah Sakit Amal Sehat Wonogiri.

1.3.2 Tujuan Khusus

- a. Mengkaji masalah penerapan latihan *Range Of Motion* (ROM) pada pasien hemodialisis dengan masalah keperawatan *Fatigue*/kelelahan di Rumah Sakit Amal Sehat Wonogiri
- b. Merumuskan diagnose keperawatan penerapan latihan *Range Of Motion* (ROM) pada pasien hemodialisis dengan masalah keperawatan *Fatigue*/kelelahan di Rumah Sakit Amal Sehat Wonogiri
- c. Merencanakan intervensi keperawatan penerapan latihan *Range Of Motion* (ROM) pada pasien hemodialisis dengan masalah keperawatan *Fatigue*/kelelahan di Rumah Sakit Amal Sehat Wonogiri

- d. Melakukan implementasi penerapan latihan *Range Of Motion* (ROM) pada pasien hemodialisis dengan masalah keperawatan *Fatigue*/keletihan di Rumah Sakit Amal Sehat Wonogiri
- e. Melakukan evaluasi penerapan latihan *Range Of Motion* (ROM) pada pasien hemodialisis dengan masalah keperawatan *Fatigue*/keletihan di Rumah Sakit Amal Sehat Wonogiri
- f. Melakukan dokumentasi pada asuhan keperawatan penerapan latihan *Range Of Motion* (ROM) pada pasien hemodialisis dengan masalah keperawatan *Fatigue*/keletihan di Rumah Sakit Amal Sehat Wonogiri.

1.4 Manfaat Penelitian

1.4.1 Manfaat teoritis

Hasil dari Karya Ilmiah Akhir ini diharapkan memiliki manfaat untuk pengembangan ilmu pengetahuan terutama tentang penerapan latihan *Range Of Motion* (ROM) dalam mengatasi *fatigue* pada pasien hemodialisis dengan masalah keperawatan *Fatigue*/Keletihan di Rumah Sakit Amal Sehat Wonogiri.

1.4.2 Manfaat praktis

- a. Bagi peneliti

Penelitian ini meningkatkan pengetahuan peneliti tentang penerapan latihan *Range Of Motion* (ROM) dalam mengatasi

fatigue pada pasien hemodialisis dengan masalah keperawatan *Fatigue/Keletihan* di Rumah Sakit Amal Sehat Wonogiri.

b. Bagi FIK Universitas Muhammadiyah Ponorogo

Penelitian ini bermanfaat untuk dijadikan sebagai referensi mahasiswa keperawatan terkait dengan penerapan latihan *Range Of Motion* (ROM) pada pasien hemodialisis dengan masalah keperawatan *Fatigue/Keletihan* di Rumah Sakit Amal Sehat Wonogiri

c. Bagi Rumah Sakit

Penelitian ini dapat di gunakan sebagai bahan evaluasi bagi Rumah Sakit khususnya tentang penerapan latihan *Range Of Motion* (ROM) pada pasien hemodialisis dengan masalah keperawatan *Fatigue/Keletihan* di Rumah Sakit Amal Sehat Wonogiri.

d. Bagi pasien

Penelitian ini dapat bermanfaat bagi pasien yang menjalani hemodialisis dimana terjadi keletihan/fatigue intradialisis atau post dialisis, pasien mampu melakukan tindakan secara mandiri yaitu dengan penerapan latihan *Range Of Motion* (ROM) dalam mengatasi *fatigue/kelelahan*.