



**Kemenkes**  
**Poltekkes Tasikmalaya**

**SKRIPSI**

**PENGARUH *INTRADIALYTIC STRETCHING EXERCISE*  
*TERHADAP RESTLESS LEGS SYNDROME*  
PADA PASIEN YANG MENJALANI HEMODIALISA  
DI RSUD DR. SOEKARDJO KOTA TASIKMALAYA**

**Di Susun oleh :  
NUR NAILA RAHMA DANI  
P20620522026**

**PROGRAM STUDI SARJANA TERAPAN KEPERAWATAN  
DAN PENDIDIKAN PROFESI NERS  
JURUSAN KEPERAWATAN  
POLTEKKES KEMENKES TASIKMALAYA  
TAHUN 2026**



**SKRIPSI**

**PENGARUH *INTRADIALYTIC STRETCHING EXERCISE*  
*TERHADAP RESTLESS LEGS SYNDROME*  
PADA PASIEN YANG MENJALANI HEMODIALISA  
DI RSUD DR. SOEKARDJO KOTA TASIKMALAYA**

**Di Susun oleh :  
NUR NAILA RAHMA DANI  
P20620522026**

**PROGRAM STUDI SARJANA TERAPAN KEPERAWATAN  
DAN PENDIDIKAN PROFESI NERS  
JURUSAN KEPERAWATAN  
POLTEKKES KEMENKES TASIKMALAYA  
TAHUN 2026**

## KATA PENGANTAR

Puji Syukur khadirat Allah SWT ATAS berkat, Rahmat, hidayah dan karunianya yang telah memberikan nikmat sehat serta pertolongan yang tiada henti sehingga penulis dapat Menyusun serta menyelesaikan skripsi ini untuk memenuhi syarat penulisan skripsi yang berjudul **“PENGARUH *INTRADIALYTIC STRETCHING EXERCISE* TERHADAP *RESTLESS LEGS SYNDROME* PADA PASIEN YANG MENJALANI HEMODALISA DI RSUD DR. SOEKARDJO KOTA TASIKMALAYA”** dengan baik dan tepat waktu. Shalawat beserta salam semoga tercurah limpahkan kepada junjungan Nabi besar Muhammad SAW.

Penulis menyadari bahwa skripsi ini masih jauh dari sempurna serta banyak kekurangan. Oleh karena itu penulis sangat mengharapkan kritik dan saran untuk bahan evaluasi penulis demi kesempurnaan untuk penelitian selanjutnya sehingga dapat bermanfaat bagi semua pihak yang membaca.

Dalam penyusunan ini tidak terlepas dari dukungan, bimbingan, dan nasehat dari semua pihak sehingga dapat terselesaikan dengan baik. Penulis banyak mengucapkan terimakasih yang sedalam-dalamnya kepada :

1. Ibu Dr. Dini Mariani, S.Kep., M.Kep., selaku Direktur Politeknik Kesehatan Kementrian Kesehatan Tasikmalaya.
2. Bapak Ridwan Kustiawan, M.Kep., Ners., Sp. Kep.Jiwa., selaku Ketua Jurusan Keperawatan Politeknik Kesehatan Kementrian Kesehatan Tasikmalaya.

3. Bapak Yudi Triguna, S.Kep., Ners., M.Kep., selaku Ketua Program Studi Sarjana Terapan Keperawatan Politeknik Kesehatan Kementerian Kesehatan Tasikmalaya.
4. Ibu Ida Rosdiana, M.Kep., Ns. Sp. Kep. MB. selaku Pembimbing I yang telah membimbing penulis dengan saran, masukan dan motivasi yang membangun selama penyusunan proposal skripsi.
5. Bapak Ns., Arip Rahman, S.ST., M.Tr. Kep., selaku Pembimbing II yang telah membimbing penulis dengan saran, masukan dan motivasi yang membangun selama penyusunan proposal skripsi.
6. Ibu Dewi Ariyanti, S.Kep., Ners., M.Sc., selaku Penguji yang telah memberikan masukan selama sidang dalam proses menyelesaikan proposal skripsi.
7. Seluruh dosen dan staf akademik yang telah memberikan ilmu dan bantuan selama proses perkuliahan.
8. Orang tua dan adik tercinta yang senantiasa memberikan doa, dukungan, serta motivasi tanpa henti.
9. Sahabat-sahabat tercinta penulis (Like Aliesha, Farah Siti, Yunda Alvira dan Putri Salsa) yang telah memberikan semangat dan bantuan dalam penyusunan proposal ini.
10. Seluruh teman-teman Angkatan 4 Politeknik Kesehatan Kementerian Kesehatan Tasikmalaya Jurusan Keperawatan yang memberikan dukungan serta Bersama-sama berjuang melewati 8 semester dengan suka dukanya masing-masing.

11. Terakhir, untuk saya sendiri, Nur Naila Rahma Dani, yang telah berusaha dan bertahan hingga tahap ini, tidak menyerah dalam menghadapi berbagai kesulitan selama proses penyusunan skripsi, serta mampu menyelesaikannya dengan sebaik mungkin, merupakan sebuah pencapaian yang patut diapresiasi.

Akhir kata, penulis berharap semoga skripsi ini dapat memberikan manfaat khususnya bagi penulis dan umumnya bagi pembaca. Amiin.

Tasikmalaya, 23 Juni 2026

Nur Naila Rahma Dani

## DAFTAR ISI

LEMBAR PENGESAHAN .....	i
SURAT PERNYATAAN KEASLIAN PENELITIAN.....	iii
SURAT PERNYATAAN PERSETUJUAN PUBLIKASI .....	iv
ABSTRAK .....	v
ABSTRACT .....	vi
KATA PENGANTAR.....	vii
DAFTAR ISI .....	x
DAFTAR TABEL .....	xiv
DAFTAR BAGAN .....	xv
DAFTAR LAMPIRAN .....	xvi
BAB I.....	1
PENDAHULUAN.....	1
A. Latar Belakang .....	1
B. Rumusan Masalah.....	5
C. Tujuan Penelitian .....	5
1. Tujuan Umum.....	5
2. Tujuan Khusus.....	5
D. Manfaat Penelitian .....	6
1. Manfaat Teoritis .....	6
2. Manfaat Praktis.....	6
E. Keaslian Penelitian.....	7
BAB II .....	11
TINJAUAN PUSTAKA .....	11
A. Konsep Gagal Ginjal Kronik .....	11
1. Definisi Gagal Ginjal Kronik .....	11
2. Etiologi .....	11
3. Klasifikasi.....	12
4. Tanda dan Gejala .....	13
5. Patofisiologi.....	14
6. Manifestasi Klinik .....	16

7.	Penatalaksanaan.....	18
<b>B.</b>	<b>Konsep Hemodialisa.....</b>	<b>19</b>
1.	Definisi Hemodialisa .....	19
2.	Tujuan Hemodialisa .....	20
3.	Prinsip dan Proses Hemodialisa .....	21
4.	Indikasi Hemodialisa .....	22
5.	Asuhan Keperawatan.....	23
6.	Komplikasi Hemodialisa.....	24
<b>C.</b>	<b>Restless Legs Syndrome.....</b>	<b>25</b>
1.	Definisi.....	25
2.	Patofisiologi Munculnya Restless Legs Syndrome .....	25
3.	Faktor yang Mempengaruhi .....	27
4.	Instrumen Pengukuran RLS.....	28
5.	Penatalaksanaan Restless Legs Syndrome.....	29
<b>D.</b>	<b>Konsep Intradialytic Stretching Exercise .....</b>	<b>30</b>
1.	Definisi Intradialytic Stretching Exercise .....	30
2.	Mekanisme Intradialytic Stretching Exercise terhadap RLS .....	30
3.	Manfaat Intradialytic Stretching Exercise .....	31
4.	Indikasi dan Kontraindikasi .....	32
5.	Prosedur Intradialytic Stretching Exercise .....	33
<b>E.</b>	<b>Kerangka Teori.....</b>	<b>34</b>
<b>F.</b>	<b>Hipotesis .....</b>	<b>36</b>
1.	Hipotesis Nol ( $H_0$ ).....	36
2.	Hipotesis Alternatif ( $H_1$ ) .....	36
3.	Hipotesis Nol 2 ( $H_{02}$ ) .....	36
4.	Hipotesis Alternatif ( $H_{a2}$ ).....	36
5.	Hipotesis Nol 3 ( $H_{03}$ ) .....	36
6.	Hipotesis Alternatif ( $H_{a3}$ ).....	36
<b>BAB III.....</b>	<b>.....</b>	<b>37</b>
<b>METODE PENELITIAN .....</b>	<b>.....</b>	<b>37</b>
<b>A.</b>	<b>Jenis dan Desain Penelitian .....</b>	<b>37</b>
<b>B.</b>	<b>Kerangka Konsep Penelitian.....</b>	<b>37</b>

C.	Populasi, Sampel dan Sampling.....	38
1.	Populasi .....	38
2.	Sampel .....	38
3.	Sampling.....	39
4.	Kriteria Inklusi dan Eksklusi.....	40
D.	Variabel Penelitian .....	41
E.	Definisi Operasional.....	42
F.	Tempat Penelitian.....	43
G.	Waktu Penelitian .....	43
H.	Instrument Penelitian .....	43
1.	Kuesioner .....	43
2.	Uji Validitas.....	44
3.	Uji Reliabilitas .....	46
I.	Prosedur Pengumpulan Data .....	47
J.	Analisa Data.....	50
1.	Analisis Univariat.....	50
2.	Analisis Bivariat .....	51
BAB IV	.....	54
A.	Hasil.....	54
1.	Analisis Univariat.....	54
2.	Analisis Bivariat .....	57
B.	Pembahasan .....	60
1.	Gambaran Karakteristik Responden yang Menjalani Hemodialisa 60	
2.	Rata-rata Skor <i>Restless Legs Syndrome</i> Kelompok Kontrol dan Intervensi Sebelum diberikan Intervensi <i>Intradialytic Stretching Exercise</i> 65	
3.	Rata-rata Skor <i>Restless Legs Syndrome</i> Kelompok Kontrol dan Intervensi Setelah diberikan Intervensi <i>Intradialytic Stretching Exercise</i> 68	
C.	Implikasi Keperawatan .....	75
D.	Keterbatasan Penelitian.....	75
BAB V	.....	78

<b>A. Kesimpulan .....</b>	<b>78</b>
<b>B. Saran.....</b>	<b>79</b>
<b>1. Bagi Rumah Sakit .....</b>	<b>79</b>
<b>2. Bagi Perawat Hemodialisa .....</b>	<b>79</b>
<b>3. Bagi Institusi Pendidikan .....</b>	<b>80</b>
<b>4. Bagi Peneliti Selanjutnya.....</b>	<b>80</b>
<b>DAFTAR PUSTAKA.....</b>	<b>82</b>
<b>LAMPIRAN.....</b>	<b>87</b>

## DAFTAR TABEL

Tabel 1.1 Keaslian Penelitian.....	7
Tabel 2.1 Klasifikasi CKD menurut KDIGO pada kategori GFR .....	12
Tabel 2.2 Klasifikasi CKD menurut KDIGO pada kategori Albuminuria .....	13
Tabel 3.1 Definisi Operasional.....	42
Tabel 3.2 Hasil Uji Normalitas.....	52
Tabel 3.3 Hasil Uji Homogenitas .....	52
Tabel 4.1 Distribusi Frekuensi Responden Berdasarkan Jenis Kelamin .....	54
Tabel 4.2 Karakteristik Responden Berdasarkan Usia, Lama Menjalani HD dan HB .....	55
Tabel 4.3 Rata-rata Skor Restless Legs Syndrome Sebelum dan Sesudah Perlakuan.....	56
Tabel 4.4 Perbedaan Rata-rata Skor Restless Legs Syndrome Sebelum dan Sesudah pada Kelompok Intervensi .....	57
Tabel 4.5 Perbedaan Rata-rata Skor Restless Legs Syndrome Sebelum dan Sesudah pada Kelompok Kontrol.....	58
Tabel 4.6 Perbedaan Rata-rata Skor Restless Legs Syndrome Sesudah Diberikan Perlakuan antara Kelompok Intervensi dan Kontrol .....	59
Tabel 4.7 Perbandingan Delta Skor Restless Legs Syndrome antara Kelompok Intervensi dan Kelompok Kontrol.....	59

## DAFTAR BAGAN

Bagan 2.1 Kerangka Teori.....	35
Bagan 3.1 Kerangka Konsep.....	37

## DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran 1 Surat Izin Studi Pendahuluan .....	88
Lampiran 2 Surat Izin Studi Pendahuluan dari RS .....	89
Lampiran 3 Format Bimbingan Skripsi.....	90
Lampiran 4 Lembar Bukti Menghadiri Seminar Proposal.....	91
Lampiran 5 Surat Permohonan Kaji Etik.....	92
Lampiran 6 Surat Keterangan Layak Etik/Ethical Approval .....	93
Lampiran 7 Surat Izin Pelaksanaan Penelitian.....	94
Lampiran 8 Surat Izin Pelaksanaan Penelitian dari RS.....	95
Lampiran 9 Hasil Uji SPSS.....	96
Lampiran 10 Lembar Penjelasan Penelitian.....	100
Lampiran 11 Informed Consent.....	102
Lampiran 12 Lembar Observasi.....	103
Lampiran 13 Lembar Monitoring Intervensi.....	104
Lampiran 14 Kuesioner International Restless Legs Syndrome Rating Scale (IRLS) .....	106
Lampiran 15 Prosedur Pelaksanaan Intradialytic Stretching Exercise .....	111
Lampiran 16 Turnitin .....	113
Lampiran 17 Jadwal Penelitian .....	114
Lampiran 18 Dokumentasi Pelaksanaan Penelitian .....	115
Lampiran 19 Daftar Riwayat Hidup.....	116