

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Penyakit kronis merupakan tantangan besar dalam dunia kesehatan yang bersifat global dan memerlukan penanganan jangka panjang. Kondisi ini telah menjadi penyebab utama angka kematian dan kesakitan di berbagai negara. Salah satu penyakit kronis yang menimbulkan dampak signifikan adalah gagal ginjal kronik (GGK)(Handayani et al., 2025). Gagal ginjal kronik (GGK) adalah satu dari banyaknya penyakit yang menjadi masalah kesehatan global. Kondisi ini ditandai dengan menurunnya kinerja ginjal secara progresif yang menyebabkan ginjal tidak dapat bekerja secara optimal. Oleh karena itu, penderita GGK memerlukan terapi yang dapat menggantikan fungsi ginjal, salah satunya adalah hemodialisis. Hemodialisis adalah salah satu terapi pengganti ginjal yang dilakukan untuk membantu meningkatkan fungsi ginjal, dengan memanfaatkan filter dialysis, sekaligus membantu menjaga keseimbangan cairan akibat menurunnya laju filtrasi glomerulus (Claudia et al., 2025).

Berdasarkan hasil *Global Burden of Disease Study* tahun 2023, diperkirakan sekitar 788 juta orang dewasa di seluruh dunia menderita penyakit ginjal kronik dengan angka prevalensi global mencapai sekitar 14,2%. Selain itu, penyakit ginjal kronik juga termasuk salah satu penyebab kematian utama di dunia, yaitu menempati urutan ke-9 (Zhang et al., 2020). Di Indonesia, berdasarkan data Riset Kesehatan Dasar (Riskesdas) tahun 2018 yang

diterbitkan oleh Kementerian Kesehatan Republik Indonesia, prevalensi gagal ginjal pada penduduk usia ≥ 15 tahun mencapai 0,38%. Diperkirakan lebih dari 700.000 penduduk Indonesia mengalami gagal ginjal, dan di antaranya memerlukan terapi dialysis sebanyak 60%. Sementara itu, Indonesian Renal Registry melaporkan bahwa jumlah pasien GGK yang menjalani hemodialisis untuk tahun 2018 mencapai 36.975 orang (Komariyah et al., 2024).

Jawa Barat termasuk provinsi dengan jumlah penyakit GGK yang tinggi di Indonesia, dengan banyak penderita mencapai 162.634 orang. Selain itu, tercatat ribuan pasien GGK tahap akhir (*End Stage Renal Disease/ESRD*) yang bergantung pada tindakan hemodialisa setiap tahunnya (Open Data Jabar, 2024). Data Dinas Kesehatan Provinsi Jawa Barat tahun 2024 menunjukkan bahwa terdapat 1504 kasus penyakit gagal ginjal kronik di Kota Tasikmalaya. Hal ini menunjukkan bahwa GGK menjadi masalah kesehatan yang terus ada di wilayah tersebut, di mana sebagian pasien memerlukan perawatan jangka panjang seperti hemodialisa.

Menurut catatan rekam medis UPTDK RSUD dr. Soekardjo Kota Tasikmalaya, total pasien GGK yang melakukan hemodialisis secara rutin tercatat mencapai 138 pasien, serta terdapat tambahan 30 pasien yang menjalani hemodialisis cito pada bulan Desember (Rekam Medis UPTDK RSUD dr. Soekardjo Kota Tasikmalaya, 2025). Peningkatan total penderita GGK yang menjalani hemodialisis tidak hanya berdampak pada aspek kelangsungan hidup, tetapi juga berkaitan dengan timbulnya berbagai keluhan dan komplikasi selama proses terapi. Pelaksanaan hemodialisis yang dilakukan secara rutin dalam

jangka waktu panjang sering menimbulkan masalah fisik maupun kelainan neurologis yang pada akhirnya dapat menurunkan kualitas hidup pasien. Salah satunya yaitu kelainan neurologis yang paling banyak dialami oleh pasien gagal ginjal yang melakukan hemodialisa adalah *restless legs syndrome* (RLS).

Restless Legs Syndrome (RLS) merupakan gangguan neurologis yang cukup sering terjadi pada pasien penyakit ginjal kronik, khususnya yang menjalani hemodialisis, dengan prevalensi sekitar 15–30%. Kondisi ini berkaitan dengan gangguan metabolik seperti uremia, defisiensi zat besi, serta ketidakseimbangan dopamin, dan dapat berdampak pada kualitas tidur serta kualitas hidup pasien (Safarpour et al., 2023). Kondisi ini juga dialami oleh sebagian pasien yang menjalani hemodialisa di RSUD dr. Soekardjo. Berdasarkan studi pendahuluan yang dilakukan pada hari Kamis, 29 Januari 2026 di unit hemodialisa RSUD dr. Soekardjo, bahwa dari 3 pasien yang diwawancarai 2 diantaranya mengeluh mengalami *restless legs syndrome* yang ditandai dengan adanya nyeri pada kaki, kram dan kesemutan. Hal tersebut berdampak pada kualitas tidur dan kualitas hidup pasien.

RLS pada pasien penyakit ginjal kronik dapat berdampak signifikan terhadap kualitas tidur, meningkatkan kelelahan, serta memperburuk kualitas hidup. Selain itu, kondisi ini juga dikaitkan dengan peningkatan risiko penyakit kardiovaskular dan dapat memperburuk kondisi kesehatan pasien secara keseluruhan. Oleh karena itu, RLS menjadi salah satu komplikasi penting yang perlu mendapatkan perhatian dalam penatalaksanaan pasien penyakit ginjal kronik, khususnya pada pasien yang menjalani hemodialisis (Mustika et al.,

2023). Penatalaksanaan RLS kepada pasien hemodialisis umumnya masih mengandalkan terapi farmakologis, seperti penggunaan obat dopaminergik. Penggunaan obat tersebut dapat menimbulkan berbagai efek samping, di antaranya mual serta potensi terjadinya ketergantungan. (Wijaya et al., 2021). Sehingga diperlukan intervensi non-farmakologis untuk mengatasi masalah tersebut, salah satunya adalah *intradialytic stretching exercise*.

Intradialytic stretching exercise merupakan latihan peregangan otot yang dilakukan saat hemodialisis berlangsung. Latihan ini dapat meningkatkan sirkulasi darah ke otot, memperluas kapiler, dan membantu pengeluaran zat sisa metabolisme melalui proses dialisis. Selain itu, latihan peregangan dapat menurunkan aktivitas saraf simpatis dan meningkatkan relaksasi otot, sehingga mengurangi sensasi tidak nyaman pada kaki yang menjadi ciri RLS (Zainuddin et al., 2021).

Penelitian terdahulu menunjukkan bahwa latihan intradialitik dapat membantu menurunkan gejala *Restless Legs Syndrome* (RLS). Namun, sebagian besar penelitian tersebut belum menerapkan intervensi *intradialytic stretching exercise* sebagai intervensi tunggal, sehingga efek khusus dari intervensi *intradialytic stretching exercise* belum diketahui secara pasti. Selain itu, adanya perbedaan dalam desain penelitian, karakteristik responden, serta lokasi penelitian juga menyebabkan hasil yang diperoleh belum dapat digeneralisasikan secara luas.

Berdasarkan dasar pemikiran tersebut, peneliti ingin mengetahui lebih lanjut mengenai “ Pengaruh *Intradialytic Stretching Exercise* Terhadap *Restless*

Leg Syndrome pada Pasien yang Menjalani Hemodialisa di RSUD dr. Soekardjo Kota Tasikmalaya”.

B. Rumusan Masalah

Berdasarkan pada pengantar penelitian tersebut, masalah yang akan diteliti dalam penelitian ini adalah “Apakah *intradialytic stretching exercise* berpengaruh terhadap penurunan tingkat *restless leg syndrome* pada pasien yang menjalani hemodialisa? “

C. Tujuan Penelitian

1. Tujuan Umum

Secara umum, penelitian ini dilakukan untuk menilai efek *intradialytic stretching exercise* pada pasien dengan *restless leg syndrome* yang menjalani hemodialisis melalui pendekatan kuantitatif melalui desain *quasi-experimental*.

2. Tujuan Khusus

- a. Identifikasi karakteristik responden pada kelompok intervensi dan kelompok kontrol.
- b. Identifikasi rata-rata skor *restless leg syndrome* sebelum diberikan intervensi *intradialytic stretching exercise* pada kelompok intervensi dan kelompok kontrol.
- c. Identifikasi rata-rata skor *restless leg syndrome* sesudah diberikan intervensi *intradialytic stretching exercise* pada kelompok intervensi dan kelompok kontrol.

- d. Analisis perbedaan rata-rata *skor restless leg syndrome* sebelum dan sesudah di berikan intervensi *intradialytic stretching exercise* pada kelompok intervensi dan kelompok kontrol.
- e. Analisis perbedaan rata-rata *skor restless leg syndrome* sebelum dan sesudah antara kelompok intervensi dan kelompok kontrol.

D. Manfaat Penelitian

1. Manfaat Teoritis

Hasil penelitian ini diharapkan dapat menambah informasi ilmiah mengenai efektivitas *intradialytic stretching exercise* sebagai salah satu intervensi non-farmakologis serta dapat menjadi referensi dalam pengembangan ilmu keperawatan, khususnya pada penatalaksanaan *restless legs syndrome*.

2. Manfaat Praktis

Beberapa manfaat praktis yang dapat diperoleh dari penelitian ini antara lain:

a. Bagi Responden

Hasil penelitian ini dapat membantu pasien di Ruang Hemodialisa memahami terapi non-farmakologis apa saja yang digunakan guna mengurangi gejala *restless legs syndrome* dan mendorong pasien untuk menerapkannya secara mandiri.

b. Bagi Hemodialisis

Memberikan informasi kepada tenaga kesehatan tentang alternatif intervensi non-farmakologis yang efektif untuk menurunkan gejala

RLS pada pasien hemodialisa, sehingga dapat menjadi bahan pertimbangan untuk memberikan intervensi lanjutan.

c. Bagi Institusi Pendidikan

Hasil penelitian ini dapat menjadi tambahan sumber pembelajaran dalam bidang keperawatan, khususnya terkait terapi non-farmakologis untuk mengatasi *restless legs syndrome*.

d. Bagi Peneliti Selanjutnya

Menjadi sumber acuan dan landasan pengembangan penelitian berbasis *evidence-based nursing*, terutama bagi peneliti yang ingin mengkaji variabel atau metode intervensi yang berbeda.

E. Keaslian Penelitian

Hasil penelusuran literatur menunjukkan bahwa penelitian yang meneliti secara spesifik efek *Intradialytic Stretching Exercise* terhadap *Restless Legs Syndrome* pada pasien hemodialisis dengan karakteristik dan tempat yang sama masih belum ditemukan. Dengan demikian, persentasi perbandingan penelitian terdahulu tercantum pada tabel 1.1 berikut:

Tabel 1.1 Keaslian Penelitian

No.	Peneliti/Tahun/Judul	Metode Penelitian	Hasil	Perbedaan
1.	Ricky Zainuddin, Ekayanti Hafidah Ahmad, Fitriani Sangkala, Ardiyanto Muslim/2021/ The Application of Intradialytic Stretching Exercise On Restless Legs Syndrome (RLS) Scale in Hemodialysis Patients: Literature Review	Literatur review dan pencarian literatur dilakukan melalui database PubMed dan Google Scholar menggunakan kata kunci <i>intradialytic stretching exercise, restless legs syndrome, dan hemodialysis</i> .”. Artikel dibatasi pada publikasi	Ketiga artikel yang direview menunjukkan adanya penurunan signifikan skor RLS pada pasien hemodialisa yang mendapatkan intervensi intradialytic stretching exercise dibandingkan kelompok control. Intervensi berupa	Perbedaan penelitian terletak pada desain penelitian, karakteristik populasi, jumlah sampel, serta waktu dan lokasi penelitian.

No.	Peneliti/Tahun/Judul	Metode Penelitian	Hasil	Perbedaan
		tahun 2015–2020. Dari hasil penelusuran dan seleksi berdasarkan kriteria inklusi, diperoleh tiga artikel penelitian yang dianalisis secara mendalam.	Latihan peregangan pada ekstremitas bawah yang dilakukan selama proses hemodialisa dengan durasi dan frekuensi yang bervariasi. Hasil tersebut menunjukkan bahwa Latihan peregangan efektif dalam mengurangi gejala RLS.	
2.	Achmad Fauzi, Fatimah Ahmedy, Rosidah Rosidah/2021/Efektivitas Aerobic Exercise dan Stretching Exercise Intradialytic Terhadap Penurunan Restless Leg Syndrome Pada Pasien Gagal Ginjal Kronik dengan Hemodialisis	Penelitian ini menerapkan desain quasi-experimental dengan pendekatan pretest-posttest kontrol grup. Sampel dipilih menggunakan teknik purposive sampling dengan kriteria pasien yang sadar (compos mentis), menjalani hemodialisis rutin 2–3 kali per minggu, telah menjalani terapi minimal 3 bulan, dan mengalami gejala Restless Legs Syndrome (RLS). Penilaian skor RLS dilakukan menggunakan instrumen IRLSSG	Hasil penelitian menunjukkan adanya perbedaan yang signifikan antara nilai pretest dan posttest pada kelompok intervensi setelah diberikan program aerobic exercise dan stretching exercise sebanyak delapan kali. Sementara itu, kelompok control tidak menunjukkan perubahan yang bermakna.	Populasi penelitian, waktu dan tempat penelitian. Penelitian ini menggunakan kombinasi aerobic dengan stretching exercise, sehingga pengaruh intradialytic stretching exercise secara spesifik belum diketahui secara jelas.
3.	Anggun Prameswari Kartikaputri, Syahruramdhani, Tariyah/2025/ Pengaruh Intradialytic Stretching Exercise Terhadap Penurunan Restless Leg Syndrome Pada Pasien Hemodialisa	Deskriptif kuantitatif dengan pendekatan studi kasus. Pengumpulan data dilakukan dalam tiga tahap yaitu pengkajian, intervensi dan evaluasi. Sebelum diberikan intervensi, responden diberikan lembar informed consent.	Berdasarkan hasil studi kasus berupa pelaksanaan intervensi intradialytic stretching exercise pada pasien dengan gagal ginjal kronik yang menjalani hemodialisa didapatkan hasil dari evaluasi dengan menggunakan kuesioner restless	Perbedaan penelitian terdapat pada desain penelitian, karakteristik populasi, jumlah sampel, serta waktu dan tempat penelitian.

No.	Peneliti/Tahun/Judul	Metode Penelitian	Hasil	Perbedaan
		Kriteria Inklusi pada responden yaitu responden dengan GGK yang menjalani hemodialisa rutin dua kali seminggu, tingkat kesadaran compos mentis, responden yang mengalami restless leg syndrome seperti nyeri kaki, kram otot, kesemutan dan penurunan aktifitas sehari – hari	leg syndrome scale yaitu dari 24 (kategori parah) menjadi 20 (cukup parah). Hasil data tersebut dapat disimpulkan bahwa terdapat pengaruh intradialytic stretching exercise terhadap skor restless leg syndrome pada pasien yang menjalani hemodialisa dengan gagal ginjal kronik dari tingkat parah menjadi cukup parah.	
4.	Fauzi, Achmad, Triaswati, Rusma/2021/ The Effect of Intradialytic Stretching Training on Restless Legs Syndrome and Sleep Quality in Hemodialysis Patients	Penelitian ini menggunakan desain quasi experimental dengan pendekatan pretest-posttest control group. Pemilihan sampel dilakukan dengan convenience sampling dengan mempertimbangkan kriteria inklusi dan eksklusi yang telah ditetapkan. Pengukuran RLS menggunakan IRLSSG, sedangkan kualitas tidur diukur dengan PSQI. Data yang terkumpul dianalisis dengan uji <i>paired t-test</i> , <i>independent t-test</i> , dan ANCOVA, dengan batas signifikansi $p < 0,05$.	Hasilnya bahwa terjadi skor RLS menurun secara signifikan pada kelompok intervensi setelah melakukan latihan peregangan intradialitik ($p < 0,001$). Selain itu kualitas tidur juga meningkat secara signifikan pada kelompok intervensi dibandingkan kelompok kontrol ($p < 0,001$) dan kelompok kontrol tidak menunjukkan perubahan signifikan pada skor RLS maupun kualitas tidur.	Perbedaan penelitian meliputi populasi, teknik sampling, lokasi dan waktu penelitian, serta fokus penelitian yang tidak hanya pada RLS tetapi juga pada kualitas tidur.

Berdasarkan tabel keaslian penelitian diatas, dapat dilihat bahwa penelitian-penelitian terdahulu memiliki fokus dan metode yang berbeda karena sebagian penelitian lebih menekankan hubungan faktor risiko pada pasien yang menjalani hemodialisa, sedangkan penelitian lainnya menggunakan berbagai bentuk intervensi nonfarmakologis, seperti latihan aerobik, atau kombinasi beberapa jenis latihan fisik. Perbedaannya dengan penelitian ini yaitu terletak pada penerapan *intradialytic stretching exercises* sebagai intervensi tunggal yang dilakukan secara langsung selama proses hemodialisis, serta pengukuran pengaruhnya terhadap perubahan skor RLS menggunakan instrumen standar pada pasien hemodialisis di lokasi penelitian yang sebelumnya belum pernah diteliti. Dengan demikian, penelitian ini diharapkan dapat melengkapi temuan penelitian sebelumnya serta memberikan tambahan informasi yang bermanfaat dalam pengembangan intervensi keperawatan nonfarmakologis yang dapat dilakukan secara mandiri oleh pasien hemodialisis.