

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Chronic Kidney Disease (CKD) merupakan masalah kesehatan global yang terus meningkat dan membutuhkan perhatian serius. *World Health Organization* (WHO) melaporkan bahwa sekitar 10-15% populasi dewasa di dunia terdampak CKD, menjadikannya salah satu penyumbang utama morbiditas dan mortalitas secara global. Data WHO tahun 2018 menunjukkan bahwa sekitar 1 dari 10 penduduk dunia mengalami CKD, dengan angka kematian mencapai 5 hingga 10 juta jiwa setiap tahunnya (Syahputra *et al.*, 2022).

Di Indonesia sendiri, CKD menjadi tantangan signifikan bagi sistem kesehatan, karena meningkatnya prevalensi kasus dan kurangnya sumber daya kesehatan yang tersedia untuk perawatan jangka panjang bagi pasien yang terkena (Oliveira *et al.*, 2016). Jumlah penderita CKD di Indonesia berdasarkan diagnosis dokter pada penduduk usia dewasa yaitu 638.178 jiwa. Provinsi Jawa Barat menjadi provinsi tertinggi di Indonesia dengan jumlah penderita penyakit ginjal kronis mencapai 114.619 jiwa (Kemenkes, 2023).

Pasien CKD memiliki penyakit dengan karakteristik menetap dan tidak dapat disembuhkan sehingga memerlukan intervensi jangka panjang berupa hemodialisis, peritoneal dialysis, transplantasi ginjal, atau rawat jalan (Widhawati & Fitriani, 2021). Hemodialisis sebagai terapi utama untuk CKD

stadium akhir memiliki tujuan untuk menjaga keseimbangan air dan elektrolit, serta mengeluarkan zat sisa metabolisme (Kallebach, 2016). Menurut data *Indonesian Renal Registry* (IRR) tahun 2018, jumlah penderita CKD yang menjalani hemodialisis berjumlah 499 per 1 juta penduduk (Siskawati & Simanullang, 2022). Di Jawa Barat prevalensi pasien CKD yang menjalani hemodialisis tahun 2018 dengan jumlah 0,48% lebih tinggi dari data nasional yaitu berjumlah 131.846 jiwa (RISKESDAS, 2018).

Dalam dekade terakhir, terjadi peningkatan signifikan jumlah pasien yang memerlukan terapi hemodialisis. Ada laporan yang menunjukkan bahwa angka pasien dialisis di Indonesia meningkat pesat, mencerminkan tren global yang sejalan dengan pertumbuhan angka pasien penderita CKD (Arnold *et al.*, 2016). Banyak faktor yang berkontribusi pada peningkatan ini, termasuk meningkatnya prevalensi diabetes mellitus dan hipertensi, kondisi yang merupakan penyebab utama CKD (Kurniawati *et al.*, 2022).

Walaupun hemodialisis berperan penting dalam mempertahankan kehidupan pasien, pelaksanaannya tidak terlepas dari berbagai dampak yang dirasakan, baik secara fisik maupun psikososial. Dari sisi fisik, pasien kerap menghadapi keluhan seperti hipotensi, kram otot, mual, hingga rasa lelah yang muncul selama atau setelah tindakan (Lin *et al.*, 2021). Sementara itu, dari aspek psikososial, kondisi kesehatan yang tidak menentu serta keterbatasan dalam menjalani aktivitas sehari-hari dapat memicu munculnya kecemasan dan depresi pada pasien (Pu *et al.*, 2019).

Kram otot menjadi keluhan yang sangat sering dialami oleh pasien yang menjalani hemodialisis. Keluhan ini umumnya muncul menjelang akhir sesi dialisis dan berkaitan dengan berbagai faktor, seperti kondisi dehidrasi, gangguan keseimbangan elektrolit, serta berkurangnya aliran darah ke otot akibat posisi duduk dalam waktu lama selama terapi berlangsung (Shraida *et al.*, 2021). Dampak yang ditimbulkan tidak dapat dianggap ringan, karena kram otot dapat menurunkan rasa nyaman pasien, mengurangi kemampuan mereka untuk mentoleransi prosedur dialisis, dan pada akhirnya memengaruhi kualitas hidup secara menyeluruh (Albadr *et al.*, 2020). Dalam praktiknya, kram otot sering disertai nyeri yang intens sehingga membatasi pasien untuk melakukan aktivitas fisik, padahal aktivitas tersebut berperan penting dalam menjaga dan mempertahankan kondisi kesehatan yang optimal (Albadr *et al.*, 2020).

Penanganan kram otot pada pasien hemodialisis selama ini lebih sering mengandalkan pendekatan farmakologis, seperti pemberian antispasmodik dan suplemen elektrolit yang bertujuan menjaga keseimbangan mineral tubuh. Beberapa jenis obat, termasuk quinine, digunakan dengan harapan dapat mengurangi intensitas kram otot yang muncul selama sesi hemodialisis (Mohmadi *et al.*, 2016). Meskipun pada kondisi tertentu obat-obatan ini dapat memberikan perbaikan, penggunaannya tetap memerlukan pertimbangan yang cermat karena tidak terlepas dari potensi risiko dan efek samping, sehingga evaluasi menyeluruh oleh tenaga kesehatan menjadi hal yang penting (Mohmadi *et al.*, 2016).

Di sisi lain, penanganan kram otot secara farmakologis memiliki sejumlah keterbatasan. Salah satunya adalah kemungkinan timbulnya efek samping yang merugikan, seperti reaksi alergi, sedasi, hingga gangguan pada saluran pencernaan (Akay & Özkaraman, 2023). Selain itu, respons terhadap terapi obat tidak selalu seragam pada setiap pasien, yang kerap menimbulkan kebingungan dan rasa frustrasi, baik bagi pasien maupun perawat yang mendampingi (Ahmadidarrehshima *et al.*, 2018). Ketergantungan pada penggunaan obat juga berisiko mengesampingkan pendekatan non-farmakologis yang relatif lebih aman dan berpotensi efektif dalam membantu mengatasi kram otot pada pasien hemodialisis.

Penanganan non-farmakologis untuk kram otot pada pasien hemodialisis meliputi berbagai intervensi, seperti latihan intradialitik, pijat, akupresur, dan aplikasi dingin (Kihara *et al.*, 2025). Pendekatan ini tidak hanya ditujukan untuk meredakan kram, tetapi juga mendukung kenyamanan dan kesejahteraan pasien secara menyeluruh. Akupresur dan pijat, misalnya, diketahui dapat menurunkan frekuensi kram sekaligus meningkatkan rasa nyaman selama menjalani terapi hemodialisis (Cetin *et al.*, 2025; Mohmadi *et al.*, 2016).

Intradialytic stretching exercise merupakan salah satu metode yang banyak digunakan untuk membantu mengurangi kram otot. Latihan ini dilakukan saat sesi hemodialisis dengan fokus pada peregangan otot-otot yang sering mengalami kram (Mastnardo *et al.*, 2016). Manfaat yang diperoleh meliputi peningkatan fleksibilitas otot dan perbaikan sirkulasi darah di

ekstremitas, sehingga frekuensi kram dapat berkurang dan toleransi pasien terhadap prosedur hemodialisis menjadi lebih baik (Kiran R. & G., 2025).

Foot massage juga dikenal sebagai intervensi non-farmakologis yang efektif dalam mengatasi kram otot. Pijat kaki yang dilakukan secara teratur dapat membantu mengurangi ketegangan otot sekaligus meningkatkan sirkulasi perifer, yang berperan dalam pencegahan kram (El-Deeb *et al.*, 2017; Malekshahi *et al.*, 2017). Selain menurunkan frekuensi dan intensitas kram, foot massage memberikan efek relaksasi yang meningkatkan kenyamanan pasien selama menjalani terapi hemodialisis (El-Deeb *et al.*, 2017).

Kombinasi *intradialytic stretching exercise* dan *foot massage* memanfaatkan keunggulan masing-masing metode dalam menangani kram otot. Latihan peregangan membantu mempersiapkan otot melalui aktivitas aktif, sementara pijat kaki memperkuat efek relaksasi dengan fokus pada area yang sering mengalami kram (Mastnardo *et al.*, 2016). Pendekatan terpadu ini diharapkan dapat meningkatkan efektivitas penanganan kram serta mendukung kualitas hidup pasien hemodialisis secara keseluruhan.

Dalam pelayanan hemodialisis, perawat berperan dalam memantau kondisi pasien selama terapi berlangsung serta mengidentifikasi berbagai komplikasi yang muncul selama proses dialisis. Karena berada paling dekat dengan pasien selama tindakan, perawat memiliki peluang untuk melakukan upaya pencegahan dan penanganan dini terhadap keluhan yang timbul melalui intervensi keperawatan yang aman dan berbasis bukti. Salah satu pendekatan

yang dapat diterapkan adalah *intradialytic stretching exercise* dan *foot massage*. Dengan demikian, penerapan kedua intervensi tersebut sejalan dengan peran perawat dalam mengurangi komplikasi intradialisis dan meningkatkan kualitas asuhan keperawatan (Kesik & Ersoy, 2023; Shehata et al., 2026).

Setelah dilakukan studi pendahuluan di RSUD dr. Soekardjo, jumlah pasien reguler yang menjalani hemodialisis 3 bulan terakhir dari bulan Februari 2026 sampai April 2026 berjumlah 147 pasien, dengan total kunjungan mencapai 8.935 kunjungan. Mayoritas pasien menjalani terapi 2 kali seminggu. Berdasarkan wawancara yang dilakukan dalam jangka waktu satu hari tanggal 29 Mei 2026 kepada 10 orang pasien hemodialisa menggunakan *Muscle Cramp Severity and Characteristics Questionnaire* (MC-SCQ), sebanyak 5 pasien (50%) tidak mengalami kram otot, 3 pasien (30%) mengalami kram otot ringan, dan 2 pasien (20%) mengalami kram otot sedang. Temuan tersebut menunjukkan bahwa kram otot masih menjadi salah satu masalah yang dialami pasien hemodialisis di RSUD dr. Soekardjo dan memerlukan penanganan melalui intervensi keperawatan yang efektif. Berdasarkan uraian data tersebut, penulis tertarik untuk melakukan asuhan keperawatan pada pasien CKD yang menjalani hemodialisis di ruang Hemodialisa RSUD dr. Soekardjo kota Tasikmalaya.

B. Rumusan Masalah

Berdasarkan uraian yang tercantum pada latar belakang diatas, maka rumusan masalah dalam penelitian adalah “Bagaimana Penerapan *Intradialytic Stretching Exercise* dan *Foot Massage* terhadap Kram Otot pada Pasien Hemodialisa di Rumah Sakit dr. Soekardjo Kota Tasikmalaya?”

C. Tujuan Penelitian

1. Tujuan Umum

Mampu memberikan gambaran asuhan keperawatan dengan penerapan *intradialytic stretching exercise* dan *foot massage* terhadap kram otot pada pasien hemodialisa di RSUD dr. Soekardjo kota Tasikmalaya.

2. Tujuan Khusus

- a. Menggambarkan tahapan pelaksanaan proses keperawatan pada pasien hemodialisa yang mengalami kram otot dan diberikan intervensi *intradialytic stretching exercise* dan *foot massage*.
- b. Menggambarkan pelaksanaan intervensi *intradialytic stretching exercise* dan *foot massage* pada pasien hemodialisa yang mengalami kram otot selama proses dialisis.
- c. Menggambarkan respon atau perubahan kram otot pada pasien hemodialisa setelah diberikan intervensi *intradialytic stretching exercise* dan *foot massage*.
- d. Menganalisis kesenjangan hasil penerapan *intradialytic stretching exercise* dan *foot massage* terhadap kram otot pada pasien hemodialisa berdasarkan respon individu pasien.

D. Manfaat Penelitian

1. Bagi Pasien Hemodialisa

Berfungsi sebagai pedoman dalam pelaksanaan perawatan yang aman dan efektif untuk membantu mengurangi kram otot selama proses hemodialisa, sehingga pasien merasa lebih nyaman dan keluarga memiliki pemahaman yang lebih baik dalam mendukung perawatan pasien selama menjalani terapi dialisis rutin.

2. Bagi Fasilitas Layanan Kesehatan Rumah Sakit

Memberikan masukan dan tambahan pengetahuan bagi tenaga kesehatan, khususnya perawat di unit hemodialisa, mengenai penerapan *intradialytic stretching exercise* dan *foot massage* sebagai intervensi keperawatan nonfarmakologis yang dapat digunakan untuk meningkatkan kenyamanan pasien dan kualitas pelayanan keperawatan di Rumah Sakit.

3. Bagi Peneliti

Penulisan Karya Ilmiah Akhir Ners (KIAN) ini dapat memperkaya wawasan, pengalaman klinis, serta kemampuan analisis peneliti dalam menerapkan asuhan keperawatan pada pasien hemodialisa yang mengalami kram otot melalui intervensi *intradialytic stretching exercise* dan *foot massage*.

4. Bagi Pendidikan

Memberikan sumber informasi dan referensi bagi institusi pendidikan, khususnya mahasiswa keperawatan, sebagai dasar pengembangan

pembelajaran dan penelitian selanjutnya terkait asuhan keperawatan pasien hemodialisa dengan masalah kram otot, serta mendukung peningkatan pengetahuan dan wawasan mahasiswa Program Studi Keperawatan.