

ANALISIS ASUHAN KEPERAWATAN PADA PASIEN GAGAL GINJAL KRONIS YANG MENJALANI HEMODIALISA DENGAN PENERAPAN *INTRADIALYTIC STRETCHING EXERCISE* TERHADAP PENURUNAN KELELAHAN (*FATIGUE*) DI RUANG HEMODIALISA RSPAD GATOT SOEBROTO

Ailsa Dzakiyah Dzahabiyah Hibatulloh

Abstrak

Gagal ginjal kronis merupakan gangguan fungsi ginjal yang terjadi secara progresif dan bertahap dengan adanya penurunan laju filtrasi glomerulus (GFR) <15 mL/menit/1,73m². Hemodialisis merupakan salah satu terapi pengganti ginjal menggunakan alat khusus untuk mengatasi tanda dan gejala akibat penurunan laju filtrasi glomerulus. Efek samping dari hemodialisis salah satunya *fatigue*. Kelelahan (*fatigue*) didefinisikan sebagai kelelahan yang terjadi terus menerus dan ekstrem, menyebabkan kelelahan baik mental maupun fisik dengan prevalensi 60-97% pada pasien gagal ginjal kronis. Salah satu terapi non-farmakologi yang dapat dilakukan untuk mengurangi gejala *fatigue* adalah dengan *intradialytic stretching exercise*. *Intradialytic stretching exercise* adalah latihan olahraga ringan yang dilakukan selama sesi hemodialisis untuk meningkatkan kekuatan dan daya tahan pasien. Pemberian intervensi *intradialytic stretching exercise* pada pasien kelolaan dalam penelitian ini dilakukan selama 20 menit pada 2 jam pertama hemodialisa dalam periode waktu 3 minggu. Sedangkan pasien resume dilakukan dalam periode waktu 1 minggu. Hasil yang didapatkan setelah dilakukannya intervensi pada pasien kelolaan adalah kenaikan skor dari 23 menjadi 36 menggunakan kuesioner FACIT-F dan kenaikan skor dari 32 menjadi 35 pada pasien resume. Dapat disimpulkan bahwa pemberian latihan *intradialytic stretching exercise* mampu menurunkan tingkat kelelahan (*fatigue*) pada pasien gagal ginjal kronis yang menjalani hemodialisa.

Kata Kunci: Gagal Ginjal Kronis, Hemodialisa, *Intradialytic Stretching Exercise*, Kelelahan

ANALYSIS OF NURSING CARE FOR CHRONIC KIDNEY FAILURE PATIENTS UNDERGOING HEMODIALYSIS WITH APPLICATION INTRADIALYTIC STRETCHING EXERCISE AGAINST REDUCTION OF FATIGUE IN THE HEMODIALYSA ROOM RSPAD GATOT SOEBROTO

Ailsa Dzakiyah Dzahabiyah Hibatulloh

Abstract

Chronic renal failure is a disorder of kidney function that occurs progressively and gradually with a decrease in glomerular filtration rate (GFR) <15 mL/minute/1.73m². Hemodialysis is a type of kidney replacement therapy that uses special equipment to treat signs and symptoms due to a decrease in glomerular filtration rate. One of the side effects of hemodialysis is fatigue. Fatigue is defined as continuous and extreme fatigue, causing both mental and physical exhaustion with a prevalence of 60-97% in chronic kidney failure patients. One non-pharmacological therapy that can be done to reduce fatigue symptoms is intradialytic stretching exercise. Intradialytic stretching exercise is light exercise performed during hemodialysis sessions to increase the patient's strength and endurance. The provision of intradialytic stretching exercise intervention to patients managed in this study was carried out for 20 minutes in the first 2 hours of hemodialysis over a period of 3 weeks. Meanwhile, patient resumes are carried out within a period of 1 week. The results obtained after the intervention in managed patients were an increase in scores from 23 to 36 using the FACIT-F questionnaire and an increase in scores from 32 to 35 in resume patients. It can be concluded that providing intradialytic stretching exercise can reduce the level of fatigue in chronic kidney failure patients undergoing hemodialysis.

Keywords: *Chronic Kidney Failure, Fatigue, Hemodialysis, Intradialytic Stretching Exercise*