

BAB 1

PENDAHULUAN

1.1 Latar Belakang

Chronic Kidney Disease CKD merupakan kondisi di mana fungsi ginjal, menurun secara bertahap dan permanen. Keadaan ini terjadi ketika ginjal tidak lagi mampu membuang limbah metabolik tubuh atau menjalankan fungsinya secara normal (Amin & Lampung, 2025). Menurut (Prastiwi, 2021) pada pasien dengan penurunan fungsi ginjal yang sudah berada di stadium akhir memerlukan dialisis atau tindakan cuci darah secara rutin. Dialisis juga merupakan terapi utama bagi pasien dengan gagal ginjal kronik untuk menggantikan fungsi ginjal yang sudah menurun. Meskipun terapi ini dapat mempertahankan kehidupan pasien, proses hemodialisa juga sering menimbulkan fatigue atau kelelahan yang signifikan.

Fatigue adalah keadaan yang dimana pasien mengalami kelelahan yang meliputi kelelahan fisik, mental dan emosional yang menetap yang tidak dapat hilang dengan istirahat. Kondisi ini merupakan gejala yang paling sering dan banyak dilaporkan dan dikeluhkan oleh pasien yang menjalani hemodialisa. Fatigue pada pasien yang sedang menjalani hemodialisa merupakan masalah yang sangat umum dan signifikan. Berdasarkan hasil penelitian (Sajidah et al., 2021) menyatakan fatigue memiliki hubungan yang erat dengan proses dialisis itu sendiri, yang dimana terapi yang dilakukan secara rutin dapat menyebabkan perubahan hemodinamik seperti perubahan aliran darah, hilangnya nutrisi, dan ketidakseimbangan garam dalam tubuh. Beberapa faktor lain juga seperti

anemia, peradangan kronis dan menurunnya kekuatan fisik juga menjadi salah satu penyebabnya. Pada penelitian terbaru menunjukkan bahwa pasien hemodialisa sering mengalami penurunan kondisi fisik, kelelahan, dan penurunan kualitas hidup akibat terapi hemodialisa (Lee et al., 2024). Fatigue memiliki dampak besar terhadap kualitas hidup pasien, termasuk menurunnya kemampuan dalam melakukan aktivitas sehari-hari, gangguan psikologis, dan menurunnya kepatuhan terhadap terapi (Sajidah., 2022). Oleh karena itu, fatigue menjadi salah satu masalah utama yang perlu mendapatkan perhatian dalam perawatan pasien hemodialisa

World Health Organization (WHO) (2022) melaporkan data penderita penyakit ginjal kronis mencapai 6 juta orang yang dimana 100.000 diantaranya menjalani hemodialisa. Secara global, lebih dari 10% populasi dunia atau sekitar 843 juta orang hidup dengan gagal ginjal kronik, dan sekitar 1,5 juta pasien memerlukan terapi pengganti ginjal seperti hemodialisa. Kondisi ini menjadikan GJK sebagai salah satu penyebab utama morbiditas dan mortalitas di dunia dan pada data ini menunjukkan 60-97% pasien yang menjalani hemodialisa melaporkan mengalami fatigue (Herrington et al., 2024). Di Indonesia pasien yang mengalami gagal ginjal kronis tercatat sekitar 713.783 jiwa dan jumlah pasien yang menjalani hemodialisa di Indonesia terus mengalami peningkatan setiap tahunnya. Data BPJS kesehatan tahun 2024 tercatat sebanyak 134.057 pasien gagal ginjal kronik menjalani hemodialisa. Dan tercatat di Indonesia pasien yang menjalani terapi hemodialisa yang mengalami fatigue memiliki prevalensi yang cukup tinggi yang berkisar 59% -

63%. Menurut (Karinda, 2025) sebanyak 70% pasien mengalami fatigue berat, yang dimana keluhan ini dominan dialami oleh pasien yang menjalani hemodialisa. Di Jawa Timur pada tahun 2023 tercatat sekitar 50.000 pasien yang mengalami gagal ginjal kronis dan diantaranya sebanyak 11.000 pasien menjalani hemodialisa. Data Riskesdas tahun 2018 menunjukkan di Kabupaten Probolinggo terdapat sekitar 4.200 penderita CKD, dengan sekitar 15% yaitu sebanyak 627 pasien telah berada pada stadium akhir dan menjalani hemodialisa, sehingga menunjukkan bahwa kasus CKD dengan kebutuhan terapi hemodialisa cukup tinggi di wilayah tersebut. Menurut data dari RS Rizani Paiton Probolinggo pasien yang menjalani perawatan hemodialisa yaitu sebanyak 139 orang dari data satu bulan terakhir.

Peneliti melakukan studi pendahuluan di RS Rizani Paiton Probolinggo pada tanggal 20 April 2026 terhadap 7 responden yang sedang menjalani perawatan hemodialisa. Berdasarkan hasil studi pendahuluan tersebut, sebagian besar responden mengalami tingkat fatigue kategori sedang sebanyak 4 orang (57,1%), sedangkan 3 responden lainnya (42,9%) mengalami fatigue kategori berat. Temuan ini menunjukkan bahwa fatigue merupakan masalah yang cukup dominan pada pasien yang menjalani hemodialisa dan berpotensi mempengaruhi aktivitas serta kualitas hidup sehari-hari.

Fatigue pada pasien hemodialisa merupakan masalah yang kompleks dan multifaktorial, sehingga pada penanganannya memerlukan pendekatan yang sistematis dan juga berkelanjutan. Penanganan fatigue ini sebelumnya lebih difokuskan pada pendekatan medis seperti pengaturan cairan dan

elektroлит, dan terapi anemia, akan tetapi seiring berkembangnya ilmu pengetahuan dalam hal penanganan fatigue pada pasien hemodialisa mulai dikembangkan intervensi nonfarmakologis untuk mengatasi fatigue seperti edukasi pasien, terapi psikologis dan terapi peningkatan aktivitas fisik (Lee et al., 2024). Salah satu pendekatan yang cukup efektif adalah latihan fisik atau *exercise* karena hal ini dapat meningkatkan kapasitas aerobik, memperbaiki fungsi otot dan meningkatkan energi pasien. Latihan fisik kemudian dikembangkan menjadi *Intradialytic Exercise* yang dilakukan selama proses dialisis berlangsung, terapi ini dianggap lebih efektif karena tidak memerlukan waktu tambahan diluar jadwal terapi dan dapat dilakukan secara terkontrol dibawah tenaga kesehatan atau perawat yang berjaga.

Intradialytic exercise merupakan salah satu bentuk latihan fisik yang dapat dilakukan selama sesi dialisis, sehingga tidak mengganggu proses dialisis. Penelitian terbaru menunjukkan bahwa pemberian terapi *Intradialytic Exercise* ini memiliki pengaruh yang signifikan dalam menurunkan fatigue (Lu, 2024). Secara keseluruhan, latihan *Intradialytic Exercise* ini bekerja dengan cara meningkatkan aliran darah, memperbaiki metabolisme otot dan juga meningkatkan oksigenasi jaringan sehingga dapat membantu mengurangi fatigue pada pasien, selain itu juga latihan ini dapat meningkatkan kualitas hidup dan menjadi intervensi non farmakologis yang efektif untuk menurunkan tingkat fatigue pada pasien (Sulistiyawati & Muhith, 2025). Akan tetapi meskipun telah banyak penelitian yang menunjukkan manfaat dari terapi *Intradialytic Exercise* ini implementasinya di layanan kesehatan masih terbatas.

Oleh karena itu diperlukan penelitian yang lebih lanjut untuk mengkaji efektivitas pemberian intervensi ini, khususnya terhadap tingkat fatigue pada pasien yang menjalani hemodialisa di RS Rizani Paiton Probolinggo.

1.2 Rumusan Masalah

Berdasarkan uraian latar belakang, maka rumusan masalah pada penelitian ini, yaitu “Apakah terdapat pengaruh *Intradialytic Exercise* terhadap tingkat fatigue pada pasien yang menjalani hemodialisa di RS Rizani Paiton Probolinggo?”

1.3 Tujuan Penelitian

1.3.1. Tujuan Umum

Mengetahui pengaruh *Intradialytic Exercise* terhadap tingkat fatigue pada pasien yang menjalani hemodialisa di RS Rizani Paiton Probolinggo.

1.3.2. Tujuan Khusus

1. Mengidentifikasi tingkat fatigue sebelum diberikan *Intradialytic Exercise*
2. Mengidentifikasi tingkat fatigue sesudah diberikan *Intradialytic Exercise*
3. Menganalisis pengaruh *Intradialytic Exercise* terhadap tingkat fatigue

1.4 Manfaat Penelitian

1.4.1 Manfaat Teoritis

Penelitian ini diharapkan dapat menambah wawasan ilmiah dan literatur mengenai pasien yang menjalani hemodialisa.

1.4.2 Manfaat Praktis

1. Bagi Pasien

Hasil penelitian ini diharapkan dapat menjadi sumber informasi dan acuan dalam memberikan intervensi untuk mengurangi fatigue pada pasien yang menjalani hemodialisa.

2. Bagi Akademik

Hasil penelitian ini diharapkan dapat memberikan informasi ilmiah dan menjadi sumber referensi akademik khususnya dalam bidang Kesehatan, mengenai pengaruh pemberian *Intradialytic Exercise* terhadap tingkat fatigue pasien yang menjalani hemodialisa.

3. Bagi Tenaga Kesehatan

Hasil penelitian ini diharapkan dapat menjadi sumber informasi dan acuan dalam memberikan intervensi untuk mengurangi fatigue pada pasien yang menjalani hemodialisa.