

KARYA ILMIAH AKHIR NERS

CASE REPORT: PENERAPAN INTRADIALITIK STRETCHING EXERCISE
TERHADAP PENURUNAN KRAM OTOT PADA PASIEN GAGAL GINJAL
KRONIS YANG MENJALANI HEMODIALISA
DI RS BHAYANGKARA POLDA DIY

Disusun Sebagai Salah Satu Syarat Untuk Menyelesaikan
Program Studi Pendidikan Profesi Ners



Disusun Oleh:
Sri Sangadatul Abadijah
PN241102

PROGRAM STUDI PENDIDIKAN PROFESI NERS
STIKES WIRA HUSADA YOGYAKARTA

2025



HALAMAN PENGESAHAN

***CASE REPORT : PENERAPAN INTRADIALITIK STRETCHING EXERCISE
TERHADAP PENURUNAN KRAM OTOT PADA PASIEN GAGAL GINJAL
KRONIS YANG MENJALANI HEMODIALISA
DI RS BHAYANGKARA POLDA DIY***

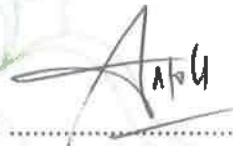
Disusun Oleh :
Sri Sangadatul Abadiyah, S.Kep
PN 24.11.02

Telah diperiksa dan disetujui pada tanggal : 06 Januari 2026

Susunan Dewan Penguji

Ketua Dewan Penguji

Antok Nurwidi Antara, S.Kep., Ns., M. Kep



Penguji I / Pembimbing Utama

Yuli Ernawati, S.Kep., Ns., M. Kep



Penguji II / Pembimbing Pendamping

Sujud Basuki, S.Kep., Ns



Karya Ilmiah Akhir Ners Ini Telah Diterima Sebagai Salah Satu Syarat Untuk
Memperoleh Gelar Profesi Ners

Mengetahui
Ketua Program Studi Pendidikan Profesi Ners



Yuli Ernawati, S.Kep., Ns., M.Kep



PERNYATAAN KEASLIAN

Yang bertanda tangan dibawah ini:

Nama : Sri Sangadatul Abadiyah, S.Kep

Nomor Induk Mahasiswa : PN241102

Program Studi : Profesi Ners

Menyatakan bahwa karya ilmiah akhir ners dengan judul:

“Case Report : Penerapan *Intradialitik Stretching Exercise* Terhadap Penurunan Kram Otot pada Pasien Gagal Ginjal Kronis yang Menjalani Hemodialisa di RS Bhayangkara Polda DIY”

Adalah hasil karya sendiri dan sepengetahuan saya belum pernah dipublikasikan di Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan Wira Husada Yogyakarta maupun institusi lain.

Demikian pernyataan ini saya buat dengan sesungguhnya. Apabila dikemudian hari apa yang saya nyatakan tidak benar maka saya siap menerima sanksi akademik berupa pembatalan kelulusan dan pencabutan ijazah beserta gelar yang melekat.

Yogyakarta, 06 Januari 2026

Mengetahui

Pembimbing Utama



Yuli Ernawati, S.Kep., Ns., M.Kep

Yang Menyatakan



Sri Sangadatul Abadiyah, S.Kep

KATA PENGANTAR

Puji dan syukur penulis panjatkan ke hadirat Tuhan yang Maha Esa, karena telah melimpahkan rahmat-nya sehingga penulis dapat menyelesaikan laporan karya ilmiah akhir ners ini yang berjudul “*Case Report : ” Penerapan Intradialitik Stretching Exercise Terhadap Penurunan Kram Otot pada Pasien Gagal Ginjal Kronis yang Menjalani Hemodialisa Di RS Bhayangkara Polda DIY*”. Karya Ilmiah Akhir Ners ini disusun sebagai persyaratan untuk menyelesaikan Program Studi Pendidikan Profesi Ners

Dalam tahap penyelesaian karya ilmiah akhir ini, penulis memperoleh banyak bantuan dan dukungan dari berbagai sumber. Oleh karena itu, di kesempatan ini, peneliti ingin mengucapkan terima kasih yang sebesar-besarnya kepada:

1. Kepala RS Bhayangkara Polda DIY yang telah memberikan izin untuk melaksanakan praktek dan penelitian di RS Bhayangkara Polda DIY.
2. Ibu Dr. Dra. Ning Rintiswati, M.Kes selaku Ketua Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan Wira Husada Yogyakarta.
3. Bapak Antok Nurwidi Antara, S.Kep., Ns, M.Kep selaku dosen penguji yang telah memberikan arahan dan masukan sehingga Karya Ilmiah Ners ini dapat diselesaikan.
4. Ibu Yuli Ernawati, S.Kep., Ns., M.Kep selaku dosen pembimbing akademik yang telah banyak memberikan bimbingan dan arahan dalam penyusunan Karya Ilmiah Akhir Ners ini.
5. Bapak Sujud Basuki, S.Kep.,Ns selaku pembimbing dari rumah sakit yang telah banyak membantu saya dalam penyusunan Karya Ilmiah Akhir Ners ini.
6. Keluarga tercinta yang telah memberikan dukungan dan semangat.

Penulis menyadari Karya Ilmiah Akhir Ners ini masih jauh dari kesempurnaan. Diharapkan hasil penelitian ini bisa bermanfaat bagi pembaca dalam meningkatkan wawasan.

**CASE REPORT: PENERAPAN INTRADIALITIK STRETCHING EXERCISE
TERHADAP PENURUNAN KRAM OTOT PADA PASIEN GAGAL GINJAL
KRONIS YANG MENJALANI HEMODIALISA
DI RS BHAYANGKARA POLDA DIY**

Sri Sangadatul Abadih ¹, Yuli Ernawati ², Sujud Basuki ³,

INTISARI

Latar Belakang : Pasien yang melakukan hemodialisa secara teratur dengan jadwal dua kali seminggu selama 4 hingga 5 jam. Dalam waktu tersebut, banyak hal dapat terjadi pada pasien. Beberapa peristiwa yang dialami pasien bisa dikategorikan sebagai komplikasi intradialisis, salah satunya adalah kram otot. Kram otot sering muncul dari awal proses hemodialisis hingga selesai. Kram otot lebih umum terjadi saat ultrafiltrasi cepat atau saat banyak cairan tubuh dikeluarkan. *Intradialitik Stretching Exercise* adalah teknik non farmakologi untuk mengatasi kram otot.

Tujuan : Penelitian ini untuk mengetahui pemberian intervensi *intradialitik stretching exercise* terhadap penurunan kram otot pada pasien gagal ginjal kronis yang menjalani hemodialisa di RS Bhayangkara Polda DIY

Metode : Desain yang digunakan dalam penelitian ini adalah penelitian kualitatif deskriptif dengan menggunakan metode pendekatan studi kasus (*case report*), sampel dalam penelitian ini sebanyak 2 orang pasien gagal ginjal kronis yang mengalami kram otot saat hemodialisa.

Hasil : Berdasarkan hasil penelitian didapatkan ada pengaruh dalam pemberian intervensi *intradialitik stretching exercise* dalam penurunan kram otot pada pasien gagal ginjal kronis yang menjalani hemodialisa di RS Bhayangkara Polda DIY.

Kata kunci : Intradialitik Stretching Exercise, Hemodialisa, Kram Otot

¹ Mahasiswa Program Profesi Ners Stikes Wira Husada Yogyakarta

² Dosen Keperawatan S1 Dan Ners Stikes Wira Husada Yogyakarta

³ Perawat Unit Hemodialisa RS Bhayangkara Polda DIY

**CASE REPORT: THE APPLICATION OF INTRADIALYTIC STRETCHING
EXERCISE TO REDUCE MUSCLE CRAMPS IN CHRONIC KIDNEY FAILURE
PATIENTS UNDERGOING HEMODIALYSIS AT THE BHAYANGKARA
HOSPITAL POLDA DIY**

Sri Sangadatul Abadi¹, Yuli Ernawati², Sujud Basuki³

ABSTRACT

Background: Patients who undergo hemodialysis regularly with a frequency of 2x a week for 4-5 hours. During this time many things can happen to the patient. Some of the complications experienced by patients can be called intradialysis complications, including muscle cramps. Muscle cramps often occur from the start of hemodialysis until the end of the procedure. Muscle cramps often occur during rapid ultrafiltration, which removes large amounts of body fluid. Intradialytic stretching exercises are a non-pharmacological method for managing muscle cramp.

Objective: This study aims to determine the effectiveness of intradialytic stretching exercise intervention in reducing muscle cramps in chronic kidney failure patients undergoing hemodialysis at the Bhayangkara Hospital Polda DIY.

Method: The design used in this study is descriptive qualitative research using a case study approach (case report), the sample in this study was 2 chronic kidney failure patients who experienced muscle cramps during hemodialysis.

Results: Based on the research results, it was found that there was an effect of providing intradialytic stretching exercise intervention in reducing muscle cramps in chronic kidney failure patients undergoing hemodialysis at the Bhayangkara Hospital Polda DIY.

Keywords: Intradialytic stretching exercise, Hemodialysis, Muscle cramp

1. Nursing Professional Program Students, Wira Husada Yogyakarta Health College
2. Lecturers, Undergraduate Nursing and Nursing, Wira Husada Yogyakarta Health College
3. Nurse at the Hemodialysis Unit of the Bhayangkara Hospital Polda DIY

DAFTAR ISI

	Halaman ...
Halaman Pengesahan	i
Pernyataan Keaslian.....	ii
Kata Pengantar	iii
Intisari	iv
Abstrac	v
Daftar Isi	vi
Daftar Lampiran.....	vii
Daftar Tabel	viii
Daftar Gambar	ix
Latar Belakang.....	1
Metode <i>Case Report</i>	4
A. <i>Desain Case Report</i>	4
B. Waktu dan Tempat <i>Case Report</i>	4
C. <i>Subyek Case Report</i>	4
D. Instrumen <i>Case Report</i>	5
E. Prosedur <i>Case Report</i>	7
F. Etika <i>Case Report</i>	8
G. Deskripsi Laporan Kasus	10
H. Pembahasan.....	14
Keterbatasan Penelitian.....	16
Kesimpulan dan Saran	16
Daftar Pustaka.....	18

DAFTAR LAMPIRAN

	Halaman
1. Surat Ijin Penelitian	22
2. Surat Keterangan Laik Etik.....	23
3. <i>Implementation of Agreement</i>	24
4. <i>SOP Intradialitik Stretching Exercise</i>	27
5. Draft SOP Intradialitik Stretching Exercise RS Bhayangkara Polda DIY	29
6. Lembar Observasi <i>Cramp Questionnaire Chart</i>	32
7. Surat Permohonan Jadi Responden.....	33
8. Lembar Konfirmasi Persetujuan (<i>Informed Consent</i>).....	34
9. Hasil Turnitin	37
10. Lembar Konsultasi Pembimbing.....	38
11. Dokumentasi	41

DAFTAR TABEL

	Halaman
1. Data Demografi Pasien	10
2. Hasil Pengkajian dan Pemeriksaan Fisik	11
3. Observasi Sebelum Pemberian Intradialitik Stretching Exercise.....	13
4. Observasi Setelah Pemberian Intradialitik Stretching Exercise.....	14

DAFTAR GAMBAR

	Halaman
1. Diagram Alur <i>Case Report</i>	9

CASE REPORT: PENERAPAN INTRADIALITIK STRETCHING EXERCISE
TERHADAP PENURUNAN KRAM OTOT PADA PASIEN GAGAL GINJAL
KRONIS YANG MENJALANI HEMODIALISA
DI RS BHAYANGKARA POLDA DIY

1. Latar Belakang

Gagal ginjal kronis adalah keadaan di mana ginjal perlahan-lahan tidak bisa berfungsi dengan baik untuk menjalankan fungsinya dalam jangka waktu lebih dari tiga bulan (Sarastika et al., 2019). Gagal ginjal kronis merupakan kondisi klinis yang ditandai oleh penurunan fungsi ginjal yang tidak dapat kembali normal, pada tingkat yang membutuhkan terapi pengganti ginjal (Meiliana, 2021). Gagal ginjal kronis merupakan suatu keadaan di mana fungsi ginjal menurun secara bertahap dan irreversibel, yang mengakibatkan ginjal tidak dapat menjalankan fungsinya dengan baik (Mardiani et al., 2022).

Pasien dengan gagal ginjal kronis membutuhkan pengelolaan yang sesuai untuk mengatasi perkembangan penyakit yang mereka alami. Saat ini, terdapat beragam metode pengelolaan yang dapat diterapkan pada pasien tersebut. Hemodialisa adalah salah satu cara pengobatan untuk gagal ginjal tahap akhir yang diyakini dapat menyelamatkan kehidupan individu dengan penyakit ginjal kronis. Hemodialisis berfungsi sebagai pengganti aktivitas ginjal yang dilaksanakan selama sekitar 4-5 jam dengan tujuan untuk mengeluarkan limbah tubuh yang tidak bisa dibuang akibat penurunan fungsi ginjal. (Desnita, 2020). Hemodialisa merupakan bentuk pengobatan yang digunakan untuk menggantikan fungsi ginjal pada individu yang mengalami gagal ginjal kronis. Tujuannya adalah untuk mengeluarkan sisa-sisa racun, mengatasi kelebihan cairan, dan menyeimbangkan kadar elektrolit. Proses ini berlangsung melalui mekanisme osmosis dan difusi dengan memanfaatkan sistem dialisis baik yang bersifat eksternal maupun internal. (Irawati et al., 2023)

Pasien yang menjalani hemodialisa secara teratur dengan jadwal dua kali seminggu dan durasi antara 4 hingga 5 jam. Selama periode tersebut, beragam peristiwa dapat menimpa pasien. Beberapa peristiwa yang dialami bisa disebut

sebagai komplikasi intradialisis, seperti penurunan tekanan darah, kram otot, perasaan mual, dan sindrom disequilibrium. Kram otot adalah kontraksi yang kerap terjadi pada sekelompok otot secara berkelanjutan dan mengakibatkan rasa sakit. (Buaya et al., 2022). Kejadian kram otot adalah sebuah kontraksi yang dialami oleh satu atau beberapa otot di tubuh pasien yang tidak memiliki miopati atau neuropati, disertai rasa nyeri. Kram otot muncul sebagai sebuah kontraksi yang menciptakan rasa sakit yang bersifat sementara pada otot atau kelompok otot tertentu pada pasien, meskipun umumnya terjadi di otot betis, otot lainnya pun mungkin terpengaruh (Deanna et al., 2025).

Kejadian kram otot biasanya muncul mulai dari tahap hemodialisa hingga setelah prosedur hemodialisa selesai. Kram otot kerap muncul saat berlangsungnya ultrafiltrasi yang cepat, yang melibatkan pengeluaran cairan tubuh dalam volume yang signifikan. (Lumbantobing et al., 2024). Kejadian kram otot yang cukup mengganggu bagi pasien hemodialisa biasanya berlangsung pada tengah waktu proses hemodialisa hingga hampir saat sesi berakhir. Kram ini sering kali muncul ketika ultrafiltrasi (pengeluaran cairan) dilakukan dengan cepat dan dalam jumlah besar. Jika dibiarkan tanpa penanganan, kram otot dapat mempengaruhi emosi serta kualitas tidur. Selain itu, masalah kram otot juga berdampak pada kualitas hidup pasien dengan penyakit ginjal dalam menjalani aktivitas sehari-hari. (Desnita et al., 2020).

Angka kejadian kram otot dilaporkan 33% hingga 86% pasien yang menjalani hemodialisa (Kudus et al., 2025). Tingginya tingkat kejadian kram otot pada individu yang menjalani hemodialisa memerlukan intervensi terapeutik. Pasien dengan gagal ginjal kronis yang mengalami kram otot selama proses hemodialisa dapat menerima berbagai macam terapi, baik yang bersifat farmakologi maupun non farmakologi. *Intradialytic Stretching Exercise* adalah metode non-farmakologi untuk menangani kram otot (Santi Herlina et al., 2023).

Intradialytic Stretching Exercise merupakan terapi non farmakologi yang gerakannya memberikan dampak positif, seperti meningkatkan aliran darah ke otot, membantu pengiriman nutrisi ke sel-sel, serta memperbesar area permukaan kapiler. Hal ini menyebabkan peningkatan perpindahan urea dan racun dari jaringan

pembuluh darah, sekaligus mengurangi gejala yang timbul akibat kram otot (Desnita et al., 2022). *Intradialytic Stretching Exercise* yang dilakukan selama tidak lebih dari 20 menit dapat menurunkan kram otot pada pasien dengan gagal ginjal kronis yang sedang menjalani hemodialisis. Intradialytic Stretching Exercise telah terbukti berhasil dalam mengatasi kram otot yang dialami oleh pasien yang menjalani terapi hemodialisis karena saat otot mengikuti intradialytic stretching exercise, akan terjadi peningkatan relaksasi, peningkatan endorfin ke otak, serta pengurangan ketegangan pada otot (Desnita et al., 2022). Ketika tubuh berada dalam kondisi relaks, ketegangan pada otot-otot akan berkurang (Edit Theresa, 2023).

Peneliti melakukan wawancara dan menemukan bahwa dari 10 pasien, 3 di antaranya melaporkan mengalami kram otot saat menjalani hemodialisis. Kram otot ini umumnya terjadi di tengah pelaksanaan hemodialisa, terutama pada jam ke 3 dan ke 4, dengan kemungkinan kram muncul sebanyak dua kali akibat kurangnya pergerakan. Untuk mengatasi kram tersebut, pasien biasanya hanya menggerakkan area yang terkena. Berkaitan dengan intervensi bagi pasien yang mengalami kram intradialisis, peneliti melakukan wawancara dengan perawat hemodialisa. Hasil wawancara menunjukkan bahwa perawat merekomendasikan pasien yang mengalami kram untuk menggerakkan area yang kram, mengurangi kecepatan pompa darah, dan tetap menjaga ketenangan. Sementara itu, edukasi mengenai penanganan kram otot serta intervensi latihan atau aktivitas non-farmakologis belum pernah dilakukan di ruang hemodialisa RS Bhayangkara Polda DIY. dan belum ada SOP terkait untuk metode non farmakologi untuk penurunan kram otot pada pasien gagal ginjal kronis yang menjalani hemodialisa sehingga peneliti memilih penerapan *intradialitik stretching exercise*.

Berdasarkan latar belakang dan hasil dari studi pendahuluan yang telah dilakukan, peneliti mempunyai ketertarikan untuk melaksanakan penelitian dengan judul “Penerapan *Intradialitik Stretching Exercise* Terhadap Penurunan Kram Otot Pada Pasien Gagal Ginjal Kronis yang Menjalani Hemodialisa di RS Bhayangkara Polda DIY.”

2. Metode *Case Report*

A. Desain *Case Report*

Desain yang diterapkan dalam penelitian ini adalah penelitian deskriptif kualitatif dengan penerapan metode studi kasus. Penelitian berbasis studi kasus adalah sebuah penelitian yang mendalami individu atau sejumlah individu dengan cara melakukan investigasi menyeluruh terhadap sebuah peristiwa, aktivitas, alur proses, atau kelompok individu tertentu. Studi kasus ini bertujuan untuk mengeksplorasi dampak dari *intradialitik stretching exercise* terhadap pengurangan kram otot pada pasien yang tengah menjalani hemodialisa di RS Bhayangkara Polda DIY.

B. Waktu dan Tempat *Case Report*

Case report dilakukan di Ruang Hemodialisa RS Bhayangkara Polda DIY pada bulan Oktober 2025.

C. Subyek *Case Report*

Subyek dalam *case report* ini berjumlah 2 orang pasien gagal ginjal kronis yang menjalani hemodialisa di RS Bhayangkara Polda DIY dengan kriteria subyek:

1. Kriteria inklusi

- a. Pasien yang bersedia menjadi responden yang ditandai dengan penandatanganan pada lembar persetujuan menjadi responden.
- b. Kesadaran compos mentis
- c. Pasien yang menjalani hemodialisa rutin lebih dari 6 bulan
- d. Pasien gagal ginjal kronis yang mendapat terapi hemodialisa rutin tanpa komplikasi yang berat
- e. Pasien dengan akses vaskuler di lengan yang stabil

2. Kriteria eksklusi

- a. Pasien dengan hipotensi saat hemodialisa
- b. Pasien dengan edema yang berat
- c. Pasien dengan luka terbuka maupun fraktur pada tangan dan kaki

- d. Pasien dengan riwayat penyakit jantung yang tidak stabil
- e. Pasien yang mengalami kram otot yang parah
- f. Pasien yang mengalami kelemahan otot yang berat
- g. Pasien dengan gangguan fungsi kognitif

D. Instrumen *Case Report*

Pengumpulan data pada *case report* ini menggunakan instrumen berupa lembar observasi *Cramp Questionnaire Chart* sebelum dan sesudah dilakukan terapi. *Cramp Questionnaire Chart* adalah bagan atau daftar pertanyaan yang digunakan untuk menilai tingkat keparahan kram otot. Bagan ini mencakup berbagai karakteristik kram, seperti frekuensi, durasi, nyeri, suhu, dan ketidaknyamanan, dan sering digunakan untuk mengevaluasi efektivitas intervensi. Skor total dari kuesioner ini kemudian mengklasifikasikan tingkat keparahan kram, misalnya dari tidak ada kram, kram ringan, sedang, hingga berat.

Selanjutnya, peneliti melaksanakan intervensi kepada responden. Proses intervensi diawali dengan memberikan penjelasan mengenai keuntungan dan tujuan dari latihan peregangan intradialitik kepada responden untuk meredakan kram otot. Aktivitas ini berlangsung selama satu minggu dengan frekuensi latihan intradialitik stretching exercise sebanyak satu kali dalam seminggu selama 20 menit. Peneliti melaksanakan intervensi relaksasi otot sesuai dengan Standar Operasional Prosedur latihan peregangan intradialitik. Sebelum tindakan dilakukan, penting untuk memastikan kenyamanan dan keselamatan pasien.

Kriteria yang diterapkan untuk mengevaluasi tingkat keparahan kram otot sebelum dan setelah pelaksanaan latihan fisik adalah melalui wawancara menggunakan lembar pengamatan intensitas yang bersumber dari

1. Interpretasi penilaian kram otot menggunakan *Cramp Questionnaire Chart*.

Instrumen ini meliputi berbagai aspek terkait kram otot, termasuk seberapa sering kram terjadi, lamanya kram, intensitas nyeri, suhu, dan ketidaknyamanan secara keseluruhan, dengan skala kram otot dari (0-13).

Penilaian kram dapat diinterpretasikan sebagai berikut: 0 (tanpa kram), 1-4 (kram ringan), 5-8 (kram sedang), 9-13 (kram berat)

2. Interpretasi penilaian kram otot setelah penerapan latihan fisik dengan menggunakan *Cramp Questionnaire Chart*. Instrumen ini mencakup berbagai aspek terkait kram otot, seperti seberapa sering kram terjadi, lamanya kram berlangsung, tingkat nyeri, suhu, dan ketidaknyamanan yang menyeluruh, sebagai ukuran kram otot dalam skala dari 0 hingga 13. Penjelasan mengenai skor meliputi: 0 (tidak mengalami kram), 1-4 (kram tingkat ringan), 5-8 (kram tingkat sedang), 9-13 (kram tingkat berat)

Pengkajian pasien sebelum *intradialitik stretching exercise* mencakup kondisi umum pasien, termasuk ada tidaknya kram otot, fatigue, dan kondisi jantung serta paru-paru, dengan tujuan memastikan pasien stabil dan latihan aman dilakukan. Pengkajian ini penting untuk meminimalkan risiko dan mengoptimalkan manfaat latihan intradialitik, seperti peningkatan kualitas hidup dan pencegahan komplikasi hemodialisis.

1. Riwayat kesehatan dan kondisi saat ini

- a. Kram Otot: Tanyakan apakah pasien sering mengalami kram otot, terutama saat atau setelah hemodialisa, karena ini merupakan indikasi utama untuk intervensi ini.
- b. Kelelahan (*Fatigue*): Kaji tingkat kelelahan pasien karena fatigue juga merupakan keluhan umum pada pasien hemodialisis yang dapat dipengaruhi oleh latihan.
- c. Kondisi jantung: Pastikan tidak ada masalah jantung yang dapat memperburuk kondisi saat latihan.

2. Pemeriksaan Fisik

- a. Tanda-tanda vital: Periksa tekanan darah, denyut nadi, dan frekuensi pernapasan untuk memastikan kondisi pasien stabil sebelum latihan.
- b. Kekuatan dan kekakuan otot: Lakukan palpasi untuk mendeteksi kekakuan otot yang mungkin terjadi akibat kurangnya aktivitas fisik dan atrofi otot.

- c. Akses vaskuler: Lakukan pemeriksaan kondisi akses vaskuler untuk memastikan kondisi baik dan tidak bermasalah saat dilakukan latihan *intradialitik stretching exercise*.

3. Pengetahuan dan kesiapan pasien

- a. Edukasi: Berikan edukasi mengenai tujuan dan manfaat latihan *intradialitik stretching exercise*, cara melakukannya, dan apa yang perlu dilakukan kalau ada keluhan saat berlatih.
- b. Peran aktif pasien: Libatkan pasien secara aktif dalam proses pengambilan keputusan dan berikan kesempatan untuk bertanya agar meningkatkan partisipasi dan pemahaman.

4. Tujuan Pengkajian

- a. Menilai kelaikan pasien: Memastikan pasien secara fisik dan mental siap untuk melakukan latihan.
- b. Mencegah komplikasi: Mengidentifikasi risiko potensial dan mencegah komplikasi seperti kelelahan berlebihan atau cedera.
- c. Optimalisasi hasil: Memaksimalkan manfaat latihan, seperti mengurangi kram otot dan meningkatkan kualitas hidup pasien.

E. Prosedur *Case Report*

1. Peneliti melakukan kontrak waktu dengan responden, mengenalkan diri kepada responden, menjelaskan maksud dan tujuan penelitian.
2. Peneliti meminta persetujuan dari responden yang akan dilakukan intervensi dan memberikan surat persetujuan untuk diisi dan ditandatangani oleh responden.
3. Menjelaskan tentang manfaat dan tujuan *intradialitik stretching exercise* pada pasien untuk menurunkan kram otot.
4. Melakukan pengkajian kepada responden sebelum dilakukan *intradialitik stretching exercise* menggunakan lembar observasi *Cramp Questionnaire Chart*.
5. Memberikan *intradialitik stretching exercise* pada pasien dengan waktu 20 menit pada jam ke 2 tindakan hemodialisa.

6. Melakukan pengkajian kepada responden setelah dilakukan intradialitik stretching exercise menggunakan lembar observasi *Cramp Questionnaire Chart*

F. Etika *Case Report*

Prinsip etika penelitian yang akan diterapkan dalam penelitian studi kasus ini yaitu:

1. *Informed Consent* (Lembar persetujuan)

Memberikan persetujuan antara peneliti dan partisipan dalam studi kasus dengan menyajikan dokumen persetujuan. Tujuan dari *informed consent* adalah agar partisipan memahami tujuan dan maksud dari penelitian. Melalui *informed consent*, pasien dapat mengetahui diagnosis, potensi risiko, keuntungan, dan opsi lain, sehingga pasien dapat membuat keputusan yang sesuai dengan prinsip-prinsip yang diyakini pasien.

2. *Anonimy* (tanpa nama)

Masalah etika dalam penelitian kasus adalah isu yang memastikan bahwa subyek penelitian digunakan dengan cara mencantumkan atau menyertakan nama partisipan dan hanya mencatat kode pada lembar pengumpulan data atau hasil dari penelitian kasus yang akan disajikan.

3. *Confidentiality* (kerahasiaan)

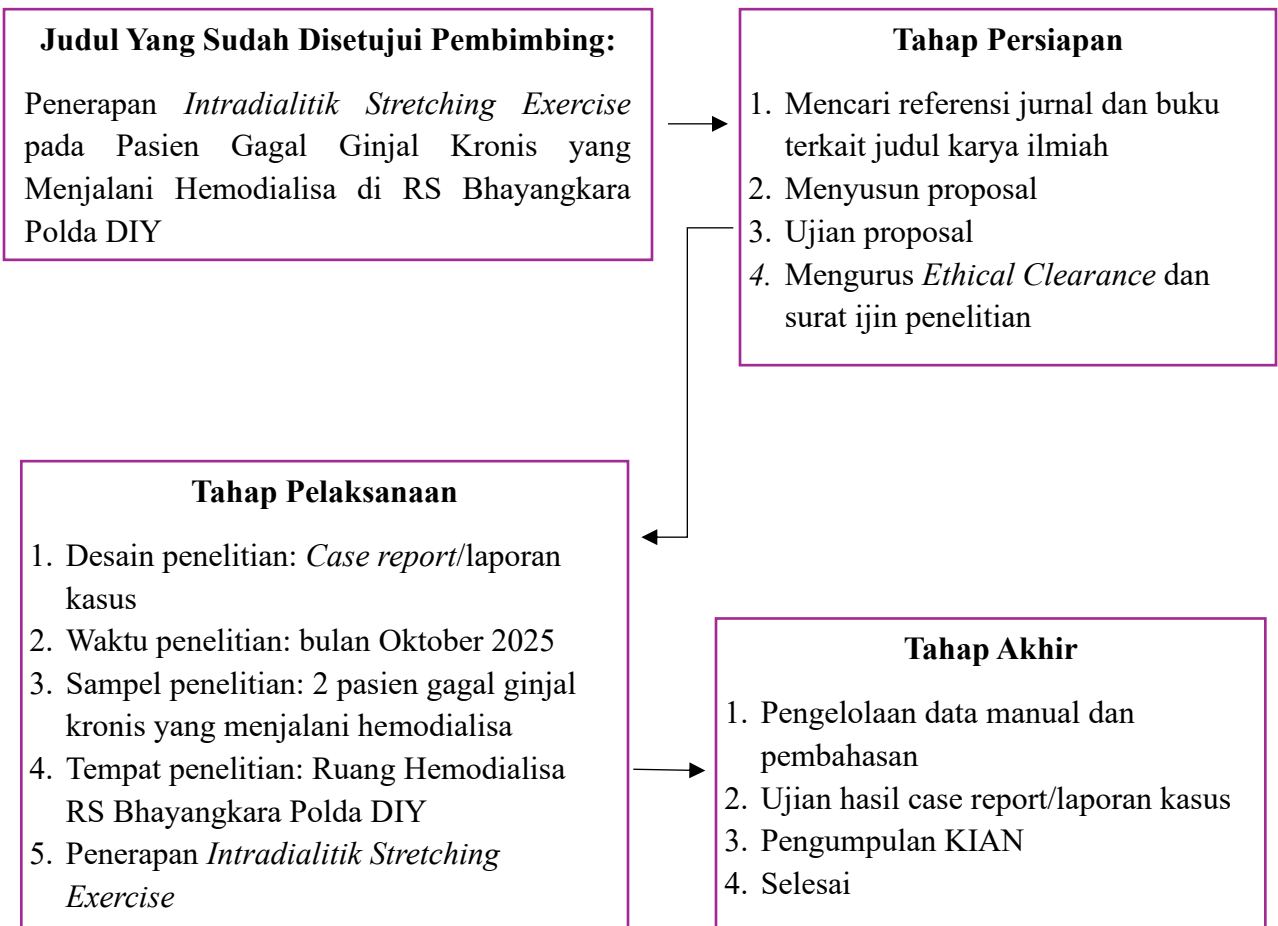
Semua data yang telah dikumpulkan dijamin tidak akan disebarluaskan oleh peneliti dari studi kasus..

4. *Beneficience* dan *Non Maleficience*

Laporan kasus ini dapat berfungsi sebagai sumber pembelajaran dan sebagai dasar untuk mengembangkan penerapan Latihan fisik bagi pasien yang mengalami kram otot

Gambar 1.

DIAGRAM ALUR CASE REPORT



G. Deskripsi Laporan Kasus

Pada laporan kasus ini memaparkan hasil penelitian yang berjudul Penerapan *Intradialitik Stretching Exercise* Terhadap Penurunan Kram Otot Pada Pasien Gagal Ginjal Kronis Yang Menjalani Hemodialisa Di RS Bhayangkara Polda DIY yang dilaksanakan pada tanggal 21 Oktober dan 23 Oktober 2025. Tempat pelaksanaan terapi di ruang Hemodialisa RS Bhayangkara Polda DIY. Jumlah sampel sebanyak 2 responden kelompok intervensi.

1. Data Demografi Pasien

Identitas	Subjek 1	Subjek 2
Nama	Ny G	Ny S
Umur	55 tahun	46 tahun
Jenis Kelamin	Perempuan	Perempuan
Agama	Katolik	Islam
Pendidikan	SMA	SMA
Pekerjaan	PNS	Ibu Rumah Tangga
Suku	Jawa	Jawa

Tabel 1.

2. Riwayat Kasus

a. Pasien 1

Pasien Ny G berjenis kelamin perempuan, berusia 55 tahun, beragama Katolik, pekerjaan PNS. Pasien datang hendak menjalani tindakan hemodialisa rutin tiap hari Selasa dan Jumat. Pasien riwayat menjalani hemodialisa selama 5 tahun.

b. Pasien 2

Pasien Ny S berjenis kelamin perempuan, berusia 46 tahun, beragama Islam, pekerjaan ibu rumah tangga. Pasien datang hendak menjalani tindakan hemodialisa rutin tiap hari Senin dan Kamis. Pasien riwayat menjalani hemodialisa selama 2 tahun.

3. Hasil Pengkajian dan Pemeriksaan Fisik

	Pengkajian	Pemeriksaan Fisik
	Pasien 1 - Pasien Ny. G berjenis kelamin perempuan, berusia 55 tahun beragama Katolik, PNS - Pasien datang hendak menjalani tindakan hemodialisa rutin tiap hari Selasa dan Jumat. - Pasien riwayat menjalani hemodialisa selama 5 tahun. - Riwayat penyakit DM dan hipertensi - AV shunt di tangan kiri lancar. - BB saat ini 75,5 kg Kenaikan BB 3,5 kg, BB kering 72 kg. - Balance cairan 24 jam terakhir + 1092 cc - Pasien olahraga seminggu 1x dengan jalan santai.	Pemeriksaan tanda-tanda vital Tekanan darah: 129/68 mmHg Nadi: 80x/menit Suhu: 36,5 Respirasi: 20x/menit SpO2: 99% Primery Survey Airway : Jalan napas paten Breathing : Gerakan dada simetris irama napas normal pola napas teratur Circulation : Nadi teraba CRT < 2 detik, perdarahan tidak ada Disability : kesadaran CM Secondary Survey Kepala : mesocephal, tidak ada nyeri tekan Dada : Simetris, ketukan sonor, bunyi reguler Abdomen : tidak ada lesi ada nyeri tekan bunyi tyhmpani suara bising usus Ekstermitas atas dan bawah : simetris, terdapat edema derajat 1 di kaki kanan, tidak ada lesi dan tidak ada benjolan.
	Pasien 2 - Pasien Ny. S berjenis kelamin perempuan, berusia 46 tahun, beragama Islam, pekerjaan ibu rumah tangga.	Pemeriksaan tanda-tanda vital Tekanan darah :154/72 mmHg Nadi :80 x/menit Suhu :36,2°C

	- Pasien datang hendak menjalani tindakan hemodialisa rutin tiap hari Senin dan Kamis. - Riwayat penyakit hipertensi - Pasien riwayat menjalani hemodialisa selama 2 tahun. - AV shunt di tangan kiri lancar. - BB saat ini 70,5, kenaikan BB 2 kg, BB kering 67 kg - Balance cairan +395 cc - Pasien tidak pernah melakukan olahraga.	Respirasi : 20 x/menit SpO2 :98% Primer survey Airway : Jalan napas paten Breathing : Gerakan dada simetris, irama napas normal pola napas teratur Circulation : Nadi teraba CRT < 2 detik, tidak ada perdarahan Disability : kesadaran CM Secondary Survey Kepala : mesocephal, tidak ada nyeri tekan Dada : simetris, ,tidak ada nyeri dada, sonor, bunyi reguler Abdomen : tidak ada lesi tidak ada nyeri tekan bunyi tyhmpani suara bising usus Ekstermitas atas dan bawah : simetris, tidak ada edema tidak ada lesi dan tidak ada benjolan.
--	--	---

Tabel 2.

4. Hasil pengkajian sebelum dilakukan *Intradialitik Stretching Exercise*

Berdasarkan hasil pengkajian yang sudah dilaksanakan pada tanggal 21 Oktober dan 23 Oktober 2025 terhadap ke dua responden yaitu Ny. G dan Ny. S di ruang Hemodialisa RS Bhayangkara Polda DIY didapatkan 2 responden tersebut mengalami kram otot saat tindakan hemodialisa dengan hasil pemeriksaan tanda-tanda vital-vital terhadap 2 responden yaitu pasien Ny G didapatkan TD: 129/68 mmHg, Nadi : 80 x/mnt, RR :20 x/mnt, S: 36,5 SpO2 :99%. Hasil pemeriksaan pasien Ny S didapatkan TD : 154/72 mmHg, Nadi : 80 x/mnt, RR : 20 x/mnt, S : 36,2, SpO2 :98 %

Hasil observasi sebelum pemberian *Intradialitik Stretching Exercise*

NO	Pasien Ny G			Pasien Ny S		
	Karakteristik Kram Otot	Pedoman Skor	Skor Akhir	Karakteristik Kram Otot	Pedoman Skor	Skor Akhir
I	Frekuensi Kram			Frekuensi Kram		
1.	Tidak terjadi	0		Tidak terjadi	0	
2.	< 3 kali/jam	1	1	< 3 kali/jam	1	1
3.	> 3 kali/jam	2		> 3 kali/jam	2	
II	Durasi Kram			Durasi Kram		
1.	Tidak terjadi	0		Tidak terjadi	0	
2.	< 5 menit	1	1	< 5 menit	1	1
3.	> 5 menit	2		> 5 menit	2	
III	Level Nyeri			Level Nyeri		
1.	Tidak nyeri	0		Tidak nyeri	0	
2.	Nyeri 1-3	1	1	Nyeri 1-3	1	1
3.	Nyeri 4-6	2		Nyeri 4-6	2	
4.	Nyeri 7-10	3		Nyeri 7-10	3	
IV	Suhu Kaki			Suhu Kaki		
1.	Hangat	0		Hangat	0	
2.	Dingin	1		Dingin	1	1
3.	Berkeringat dingin	2	2	Berkeringat dingin	2	
V	Ketidaknyamanan			Ketidaknyamanan		
1.	Nyaman	0		Nyaman	0	
2.	Dapat ditahan	1	1	Dapat ditahan	1	1
3.	Sakit sedang	2		Sakit sedang	2	
4.	Menyakitkan	3		Menyakitkan	3	
5.	Tak tertahankan	4		Tak tertahankan	4	
	TOTAL		6			5

Tabel 3.

Hasil observasi setelah pemberian *Intradialitik Stretching Exercise*

NO	Pasien Ny G			Pasien Ny S		
	Karakteristik Kram Otot	Pedoman Skor	Skor Akhir	Karakteristik Kram Otot	Pedoman Skor	Skor Akhir
I	Frekuensi Kram			Frekuensi Kram		
1.	Tidak terjadi	0		Tidak terjadi	0	0
2.	< 3 kali/jam	1	1	< 3 kali/jam	1	
3.	> 3 kali/jam	2		> 3 kali/jam	2	
II	Durasi Kram			Durasi Kram		
1.	Tidak terjadi	0		Tidak terjadi	0	0
2.	< 5 menit	1	1	< 5 menit	1	
3.	> 5 menit	2		> 5 menit	2	
III	Level Nyeri			Level Nyeri		
1.	Tidak nyeri	0	0	Tidak nyeri	0	
2.	Nyeri 1-3	1		Nyeri 1-3	1	0
3.	Nyeri 4-6	2		Nyeri 4-6	2	
4.	Nyeri 7-10	3		Nyeri 7-10	3	
IV	Suhu Kaki			Suhu Kaki		
1.	Hangat	0	0	Hangat	0	
2.	Dingin	1		Dingin	1	1
3.	Berkeringat dingin	2		Berkeringat dingin	2	
V	Ketidaknyamanan			Ketidaknyamanan		
1.	Nyaman	0		Nyaman	0	
2.	Dapat ditahan	1	1	Dapat ditahan	1	0
3.	Sakit sedang	2		Sakit sedang	2	
4.	Menyakitkan	3		Menyakitkan	3	
5.	Tak tertahankan	4		Tak tertahankan	4	
	TOTAL		3			1

Tabel 4.

H. Pembahasan

Berdasarkan hasil studi kasus yang sudah dilaksanakan pada tanggal 21 Oktober dan 27 Oktober di Ruang Hemodialisa RS Bhayangkara Polda DIY didapatkan jumlah dua responden yang sudah mendapatkan *intradialitik stretching exercise* dengan jenis kelamin perempuan. Berdasarkan hasil yang didapatkan oleh peneliti terhadap ke dua responden Ny. G dan Ny. S didapatkan perubahan interpretasi skor kram otot sebelum dan sesudah dilakukan intervensi *intradialitik stretching exercise*. Sebelum diberikan intervensi *intradialitik stretching exercise* pada Ny. G didapatkan interpretasi skor kram otot adalah 6. Setelah diberikan intervensi *intradialitik stretching exercise* dilakukan selama 20 menit responden mengalami penurunan interpretasi skor

kram otot menjadi 3. Sedangkan responden Ny. S sebelum diberikan intervensi *intradialitik stretching exercise* didapatkan interpretasi skor kram otot adalah 5. Setelah diberikan intervensi *intradialitik stretching exercise* dilakukan selama 20 menit responden mengalami penurunan interpretasi skor kram otot menjadi 1. Dengan demikian, kedua responden menunjukkan adanya penurunan interpretasi skor kram otot dari kram otot sedang menjadi kram otot ringan. Hal ini dapat disebabkan karena responden mengikuti arahan dan melaksanakan semua tahapan *intradialitik stretching exercise* yang diberikan peneliti dengan benar sehingga menyebabkan terjadinya perubahan interpretasi skor kram otot pada responden. Terdapat perbedaan skor kram otot diantara kedua responden bisa disebabkan oleh faktor usia, riwayat penyakit, kondisi klinis dari pasien serta riwayat aktifitas pasien tersebut.

Berdasarkan penatalaksanaan yang sudah berikan intervensi *intradialitik stretching exercise* terhadap responden mendapatkan hasil bahwa pemberian mengalami penurunan interpretasi skor kram otot secara signifikan. Penelitian ini sejalan dengan penelitian (Achmad Fauzi, 2021) dengan intervensi *intradialitik stretching exercise* yang diberikan kepada pasien secara individu selama kurang lebih 30 menit setiap sesi hemodialisis, intervensi dimulai pada saat 1 – 2 jam pertama dari sesi dialisis durasi efektif untuk menurunkan interpretasi skor kram otot dari kram otot sedang menjadi kram otot ringan. Sejalan dengan penelitian (Deannova et al., 2025) yang mendapatkan hasil penurunan kram otot sedang menjadi kram ringan setelah diberikan intervensi *intradialitik stretching exercise*. Berdasarkan hal tersebut intervensi *intradialitik stretching exercise* dapat optimal dan efektif jika terapkan bisa menurunkan kram otot pada pasien gagal ginjal kronis yang menjalani hemodialisa.

Intradialitik stretching exercise merupakan salah satu aktifitas fisik yang memberikan stimulus adaptasi metabolik dan fungsional ke neuromuskular yang dapat meningkatkan endorphin dan menyeimbangkan dopamine untuk mengurangi ketegangan pada otot (Anggun, 2025). Sejalan dengan penelitian (Vani Alvianto, 2022) Latihan peregangan intradialitik dapat membantu

memperlancar sirkulasi darah ke otot serta menambah jumlah kapiler di otot yang aktif. Ini akan memfasilitasi pengeluaran urea dan zat berbahaya dari jaringan ke daerah pembuluh darah yang akan dialirkan ke dialiser. Akibatnya, otot menjadi lebih fleksibel dan mengurangi kemungkinan cedera. Latihan peregangan intradialitik juga berfungsi untuk mengurangi penumpukan asam laktat dalam otot serta mengurangi ketegangan dan kemungkinan terjadinya kerusakan.

3. Keterbatasan Penelitian

Dalam studi kasus ini, peneliti menyadari bahwa penelitian tersebut masih memiliki kekurangan dan masih banyak hal yang perlu dipelajari. Peneliti juga menyadari adanya keterbatasan selama proses penelitian berlangsung.

- 1) Peneliti kesulitan menemukan studi-studi sebelumnya yang relevan secara mendalam karena topik yang masih baru atau spesifik,
- 2) Pengambilan ukuran sampel yang terlalu kecil sehingga tidak mewakili seluruh pasien yang mengalami kram otot

4. Kesimpulan dan Saran

1. Kesimpulan

Berdasarkan hasil penelitian yang sudah diperoleh bahwa pemberian *Intradialitik Stretching Exercise* bisa memberikan penurunan interpretasi kram otot pada pasien gagal ginjal kronis yang menjalani hemodialisa rutin di ruang Hemodialisa RS Bhayangkara Polda DIY. Peneliti menarik kesimpulan sebagai berikut:

- a. Pemberian *Intradialitik Stretching Exercise* terhadap kelompok intervensi terjadi penurunan kram otot saat menjalani hemodialisa di ruang Hemodialisa RS Bhayangkara dengan interpretasi kram otot sebelum diberikan intervensi.
- b. Pemberian *Intradialitik Stretching Exercise* bisa menjadi terapi non farmakologi untuk mengatasi kram otot pada pasien gagal ginjal yang menjalani hemodialisa.

2. Saran

a. Bagi Rumah Sakit

- 1) Diharapkan Rumah Sakit menyusun dan menerbitkan SOP terkait *Intradialitik Stretching Exercise* yang dijadikan metode non farmakologi dalam penurunan kram otot pada pasien gagal ginjal kronis yang menjalani hemodialisa di RS Bhayangkara Polda DIY.
- 2) Diharapkan perawat di Unit Hemodialisa RS Bhayangkara Polda DIY dapat memberikan intervensi *Intradialitik Stretching Exercise* bagi pasien yang mengalami kram otot saat hemodialisa.

b. Bagi Pendidikan Kesehatan

Diharapkan *Intradialitik Stretching Exercise* dapat dijadikan disiplin ilmu intervensi pada pasien yang mengalami kram otot saat tindakan hemodialisa dalam peningkatan mutu pelayanan asuhan keperawatan agar bisa lebih optimal dan memperbaiki kualitas hidup pasien gagal ginjal kronis.

c. Bagi Pasien

Diharapkan bagi pasien dapat menambah informasi tentang penerapan *Intradialitik Stretching Exercise* untuk menurunkan kram otot saat hemodialisa yang dapat diterapkan dirumah secara mandiri.

d. Bagi Peneliti Selanjutnya

Bagi penelitian berikutnya, diharapkan untuk mengambil lebih banyak data agar hasil yang diperoleh dapat lebih bervariasi dan dapat mewakili keseluruhan populasi. Peneliti juga berharap agar studi ini dapat menjadi referensi dasar untuk penelitian-penelitian berikutnya yang berkaitan dengan isu kram otot yang muncul selama hemodialisis, khususnya dalam penerapan latihan peregangan intradialitik.

DAFTAR PUSTAKA

- Ahmad Fauzi, Fatimah Ahmedy, Rosidah Rosidah. (2023). Efektivitas Aerobic Exercise dan Stretching Exercise Intradialytic Terhadap Penurunan Restless Leg Syndrome Pada Pasien Gagal Ginjal Kronik Dengan Hemodialisis. *Jurnal Keperawatan PPNI Jawa Barat*.
- Anggun Prameswari Kartikaputri, Syahruramdhani, Tariyah. (2025). Pengaruh Intradialytic Stretching Exercise Terhadap Penurunan Restless Leg Syndrome Pada Pasien Hemodialisa.
- Ariyanti & Masfuri. (2021). DOI: <http://dx.doi.org/10.33846/sf12303> Penerapan Latihan Intradialitik terhadap Adekuasi Hemodialisis: 12, 236–241.
- Buaya, A. R. Y., Hulu, O., Ndruru, A., & Anggeria, E. (2022). Pengaruh Terapi Relaksasi Otot Progresif Terhadap Penurunan Kram Otot pada Pasien Hemodialisa. *JUMANTIK (Jurnal Ilmiah Penelitian Kesehatan)*, 7(3), 276. <https://doi.org/10.30829/jumantik.v7i3.11562>
- Deannova, F. C., Harwina Widya Astuti, & Sinta Fresia. (2025). Efektivitas Terapi Otot Progresif dalam Mengurangi Kram Otot pada Pasien Hemodialisa di RSAU Dr. Esnawan Antariksa. *Jurnal Manajemen Kesehatan Dan Keperawatan*, 1(4), 143–147. <https://doi.org/10.35968/v8gxcx87>
- Desnita, R., Andika, M., Sastra, L., Alisa, F., Despitasari, L., Amelia, W., & Efendi, Z. (2022). Edukasi Intradialytic Streching Exercise Untuk Mengurangi Kram Otot Pada Pasien Gagal Ginjal Kronik Yang Menjalani Hemodialisa. *Jurnal Abdimas Saintika*, 4(2), 147–151.
- Edit Theresa M., Yuli Ernawati & Agung Kristanto. (2023). *Case Report: Tehnik Relaksasi Genggam Jari dalam Menurunkan Kecemasan pada Pasien Pre Operatif SC di Ruang Instalasi Bedah Sentral RSUP dr Soeradji Tirtonegoro Klaten*. *Jurnal Keperawatan Stikes Wirahusada Yogyakarta*.

- Irawati, D., Slametiningsih, Nugraha, R., Natashia, D., Narawangsa, A., Purwati, N. H., & Handayani, R. (2023). Perubahan Fisik Dan Psikososial Mempengaruhi Kualitas Hidup Pasien Hemodialisis. *Jurnal Ilmiah Keperawatan (Scientific Journal of Nursing)*, 9(1), 96–104. <https://doi.org/10.33023/jikep.v9i1.1426>
- Kudus, U. M., Istyanti, G. S., & Lestari, D. T. (2025). *Effectiveness Between Streching Exercise Intradialysis And Leg Exercise On Muscle Cramps In Stage V Ckd Patients Undergoing Hemodialysis At DR . SOETARTO HOSPITAL YOGYAKARTA Efektifitas Antara Streching Exercise Intradialisis Dan Leg Exercise Terhadap Kram Otot Pada Pasien Ckd Stage V Yang Menjalani Hemodialisa Di RUMAH SAKIT DR .* 522–531.
- Lumbantobing, K., Futri, A. A., Damanik, M. I. S., Hasty, A. S., Harahap, Y., & Nababan, T. (2024). Hubungan Interdialytic Weight Gain dengan Kram Otot Pada Pasien Hemodialisis di RSU. Royal Prima Medan. *MAHESA : Malahayati Health Student Journal*, 4(8), 3192–3200. <https://doi.org/10.33024/mahesa.v4i8.15096>
- Mardiani, Dahrizal, & Maksuk. (2022). Efektifitas Manajemen Kelebihan Cairan Terhadap Status Hidrasi Pasien Chronic Kidney Disease (CKD) Di Rumah Sakit. *Journal of Health and Cardiovascular Nursing*, 2(1), 28–35. <https://doi.org/10.36082/jhcnv2i1.353>
- Melianna, R., & Wiarsih, W. (2019). Hubungan Kepatuhan Pembatasan Cairan Terhadap Terjadinya Overload Pada Pasien Gagal Ginjal Kronik Post Hemodialisa Di Rumah Sakit Umum Pusat Fatmawati. *JIKO (Jurnal Ilmiah Keperawatan Orthopedi)*, 3(1), 37–46. <https://doi.org/10.46749/jiko.v3i1.28>
- Santi Herlina, Mella Mahardika, Pricilia Dewi S, Dini Sholihatunnisa, Rizcha Aristiara, Rifdah Hasalah F, Dinda Nur Auliya, Afifah Afriana, Eka Ernawati, & Murnis Sulis Tyaningsih. (2023). Edukasi Intradialysis Exercise Pada Pasien dengan Hemodialisis. *Prapanca : Jurnal Abdimas*, 3(2), 94–99. <https://doi.org/10.37826/prapanca.v3i2.545>
- Sarastika, Y., Kisan, K., Mendrofa, O., & Siahaan, J. V. (2019). Faktor-Faktor Yang Mempengaruhi Kualitas Hidup Pasien Gagal Ginjal Kronik (Ggk) Yang Menjalani

Terapi Hemodialisa Di Rsu Royal Prima Medan. *Jurnal Riset Hesti Medan Akper Kesdam I/BB Medan*, 4(1), 53. <https://doi.org/10.34008/jurhesti.v4i1.93>

Vani Alvianto (2022). Pengaruh Intradialytic Exercise Stretching Terhadap Tingkat Kram Otot Pada Pasien Hemodialisis Di RSUD Al-Ihsan Provinsi Jawa Barat

LAMPIRAN

Lampiran 1. Surat Ijin Penelitian



KEPOLISIAN NEGARA REPUBLIK INDONESIA
DAERAH ISTIMEWA YOGYAKARTA
RUMAH SAKIT BHAYANGKARA
Jl. Yogya-Solo Km 14 Kalasan Yogyakarta 55571

Yogyakarta, 20 Oktober 2025

Nomor : B/825/X/DIK.2.6./2025/Rumkit Bhy
Klasifikasi: Biasa
Lampiran : -
Hal : pemberian ijin penelitian.

Kepada

Yth. KETUA PRODI PENDIDIKAN
PROFESI NERS STIKES
WIRA HUSADA

di

Yogyakarta

1. Rujukan surat Ketua Program Studi Pendidikan Profesi Ners Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan Wira Husada Yogyakarta Nomor: 873/Kep S1-Ners/STIKES-WHY/KIAN/X/2025 tanggal 13 Oktober 2025 tentang permohonan ijin penelitian.
2. Sehubungan dengan rujukan tersebut diatas, bersama ini diberitahukan kepada Ketua Prodi, bahwa Rumah Sakit Bhayangkara Polda DIY memberikan ijin untuk melakukan penelitian kepada mahasiswa :
 - a. nama : Sri Sangadatul Abadih;
 - b. nim : PN241102;
 - c. perguruan tinggi : Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan Wira Husada Yogyakarta;
 - d. judul penelitian : Case Report : Penerapan Intradialitik Stretching Exercise terhadap Penurunan Kram Otot pada Pasien Gagal Ginjal Kronis yang Menjalani Hemodialisa di RS Bhayangkara Polda DIY.
3. Berkaitan dengan butir dua diatas, ketentuan penelitian sebagai berikut :
 - a. selama melakukan kegiatan agar mematuhi peraturan dan ketentuan yang berlaku di Rumah Sakit Bhayangkara Polda DIY;
 - b. setelah selesai penelitian bersedia mengirimkan laporan penelitian kepada bagian Diklit Subbag Binfung Rumah Sakit Bhayangkara Polda DIY melalui link berikut <http://bit.ly/hasilkaryatulisilmiah>.
4. Demikian untuk menjadi maklum, atas perhatian dan kerjasamanya kami ucapkan terima kasih.

KEPALA RUMAH SAKIT BHAYANGKARA POLDA DIY



drg. SUSENO WIBOWO, QHIA
KOMISARIS BESAR POLISI NRP 67100523

Lampiran 2. Surat Keterangan Laik Etik



**KOMITE ETIK PENELITIAN KESEHATAN
R.S BHAYANGKARA POLDA D.I.YOGYAKARTA**

Jl. Solo-Yogyakarta KM. 14 Sleman
Daerah Istimewa Yogyakarta, Indonesia 55571
Phone: 0274-498278 Fax: 0274-49827
Email: kepkrsbhayangkaraqaja@gmail.com

ETHICAL CLEARANCE

Nomor: 02/X/2025/KEPKRSBhy

Berdasarkan surat permohonan ethical clearance dari Sri Sangadatul Abadiyah pada tanggal 13 Oktober 2025 maka Komite Etik Penelitian Kesehatan R.S Bhayangkara Polda D.I. Yogyakarta telah mengkaji protokol berikut :

Judul Penelitian	: Penerapan <i>Intradialitik Stretching Exercise</i> Terhadap Penurunan Kram Otot pada Pasien Gagal Ginjal Kronis yang Menjalani Hemodialisa di RS Bhayangkara Polda DIY
Peneliti	: Sri Sangadatul Abadiyah
Pembimbing	: 1. Yuli Ernawati, S.Kep., Ns., M. Kep 2. Sujud Basuki., S.Kep., Ns
Institusi	: Stikes Wirahusada Yogyakarta
Tanggal Di Setujui	: 16 Oktober 2025
Tempat Penelitian	: RS Bhayangkara Yogyakarta
Masa Berlaku	: 1 (satu tahun)

Dengan ini, Komite Etik Penelitian Kesehatan R.S Bhayangkara Polda D.I Yogyakarta menyatakan bahwa penelitian tersebut diatas telah memenuhi prinsip - prinsip etik. Oleh karena itu penelitian tersebut dapat dilaksanakan.

Komite Etik Penelitian Kesehatan R.S Bhayangkara Polda D.I Yogyakarta memiliki hak untuk memantau kegiatan penelitian setiap saat sampai penelitian selesai dilaksanakan. Peneliti wajib menyampaikan laporan perkembangan penelitian dan menyerahkan laporan akhir penelitian.

Demikian surat ini dibuat untuk dapat dipergunakan sebagai mana mestinya.

Yogyakarta, 16 Oktober 2025
Ketua KEPK

RUMAH SAKIT BHAYANGKARA
TATANG TRIUWANTO
PEMBINA TK I NIP 197202142002121003

Lampiran 3. *Implementatiton of Agreement*

IMPLEMENTATION of AGREEMENT
ANTARA

PROGRAM STUDI PROFESI NERS
SEKOLAH TINGGI ILMU KESEHATAN
WIRA HUSADA YOGYAKARTA
Jalan Babarsari, Caturtunggal Depok Sleman Yogyakarta 55281

DENGAN
RUMAH SAKIT BHAYANGKARA POLDA DIY

TENTANG
PELAKSANAAN KEGIATAN TRI DHARMA PERGURUAN TINGGI

No. 1206/STIKES-WH/IKP/XII/2025
No. B/66/XII/HUK.8.1.1/2025

Yang bertanda tangan di bawah ini :

Nama : Yuli Ernawati, S.Kep., Ns., M.,Kep
Jabatan : Ketua Program Studi Keperawatan (S1) dan Ners
Instansi : STIKES Wira Husada Yogyakarta
Sebagai pihak yang bertanggung jawab di Program Studi Keperawatan (S1) dan Ners
STIKES Wira Husada Yogyakarta, selanjutnya disebut **PIHAK PERTAMA.**

Nama : E. Dian Tri Puspitasari, S.ST., Ns
Jabatan : Kaur Diklit
Instansi : RS Bhayangkara Polda DIY
Sebagai pihak yang bertanggung jawab di RS, selanjutnya disebut **PIHAK KEDUA.**

Menerangkan bahwa PIHAK KESATU dan PIHAK KEDUA yang kemudian disebut sebagai PARA PIHAK telah sepakat untuk melaksanakan Rancangan Pelaksanaan Kegiatan atau *Implementation of Agreement* (IA) berdasarkan Nota Kesepahaman yang telah disepakati PARA PIHAK berupa kegiatan Penelitian Mahasiswa dalam rangka pelaksanaan penyelenggaraan Tri Dharma Perguruan Tinggi dengan ketentuan sebagai berikut:

A. Kegiatan Tri Dharma Perguruan Tinggi I

1	Dosen/Mata Kuliah Skripsi/Mahasiswa	: Antok Nurwidi Antara, S.Kep.,Ns.,M.,Kep (Pihak pertama) Yuli Emawati, S.Kep., Ns., M.Kep (Pembimbing I) Sujud Basuki, S.Kep.,Ns (Pembimbing II) : Sri Sangadatul Abadiah (Mahasiswa)
2	Waktu	: Oktober - Desember 2025
3	Kalender Akademik	: Semester Genap TA 2025/2026
4	Penilaian	: Pemberian data pelaksanaan penelitian dilakukan sesuai kebutuhan

B. Jadwal penelitian berdasarkan kesepakatan PARA PIHAK.

C. Seluruh biaya yang dikeluarkan akibat dari Rancangan Pelaksanaan Kegiatan ini menjadi tanggung jawab masing-masing PIHAK atau berdasarkan kesepakatan PARA PIHAK sesuai ketentuan yang berlaku.

D. Apabila timbul perselisihan dalam pelaksanaan pekerjaan maka penyelesaiannya akan dilakukan secara musyawarah mufakat.

Tanggal,....Desember 2025

PIIAK KEDUA,



E. Dian Tri Puspitasari, S.ST., Ns
NIP 198901202011012001

Tanggal,....Desember 2025

PIIAK PERTAMA,



Yuli Ernawati, S.Kep., Ns., M.Kep
NIDN.0522088002

Mengetahui,
Ketua STIKES Mitra Husada Yogyakarta



Dr. Dita Ningsih Gatiswati, M. Kes

SOP INTRADIALITIK STRETCHING EXERCISE

1. Pengertian	<i>Intradialytic stretching exercise</i> adalah serangkaian latihan peregangan yang dilakukan selama pasien menjalani sesi hemodialisa dengan tujuan untuk mengurangi gejala seperti kram otot pada pasien hemodialisa
2. Tujuan	Untuk mengurangi kekakuan otot, meningkatkan fleksibilitas, dan mengurangi gejala seperti kram otot pada pasien hemodialisa
3. Prosedur	1. Mencuci tangan 2. Memberikan salam terapeutik 3. Memperkenalkan diri 4. Validasi pasien 5. Memberikan posisi nyaman pasien 6. Lakukan pengukuran tingkat kram otot dengan <i>cramp questionnaire chart</i> 7. Mengukur tekanan darah pasien 8. Pasien menjalani latihan <i>intradialitik stretching exercise</i> selama 20 menit yang terdiri dari tiga fase: pemanasan, inti, dan pendinginan a. Tahap Pemanasan (6 menit) 1) Posisi berbaring terlentang, lengan berada di samping tubuh. Gerakan pergelangan tangan berputar secara bergantian pada kedua arah. 2) Posisi berbaring terlentang, lengan berada di samping tubuh dengan telapak tangan menghadap ke atas. Gerakan menekuk lengan (fleksi) hingga telapak tangan menyentuh bahu. 3) Posisi berbaring terlentang, lengan ditekuk dengan telapak tangan dibahu. Gerakkan bahu berputar putar secara bergantian pada kedua arah, lengan bergerak keatas sambil menarik napas dan ke bawah sambil menghembuskan napas. b. Tahapan Inti (12 menit) 1) Posisi berbaring terlentang, lengan berada di samping tubuh. Gerakan meregangkan lengan keatas dan kaki ke bawah, tarik nafas, lepaskan dan hembuskan. Lakukan peregangan secara diagonal secara bergantian pada satu kaki dan lengan.

	2) Posisi berbaring terlentang, lengan berada di samping tubuh. Gerakan meregangkan lengan ke atas dan kaki ke bawah, tarik nafas lepaskan dan hembuskan. Lakukan peregangan secara diagonal secara bergantian pada satu kaki dan satu lengan. 3) Posisi berbaring terlentang, lengan berada di samping tubuh. Gerakan menekuk lutut (fleks), tarik nafas, regangkan kaki ke atas dan hembuskan nafas. Tekuk lutut lagi, tarik nafas, kembali ke posisi awal dan hembuskan nafas. 4) Posisi berbaring terlentang dengan lutut ditekuk, lengan disamping tubuh. Gerakan menjaga punggung di bawah tetap rata di bed, kaki secara bergantian membentuk gerakan bersepeda. 5) Posisi berbaring terlentang. Gerakan menekuk satu kaki (fleks) dengan lengan menggenggam di bawah lutut, tarik nafas. Tarik kaki ke arah dada, kaki lainnya regangkan ke bawah dan hembuskan nafas. Lakukan hal yang sama ke sisi lainnya. 6) Posisi berbaring terlentang, lengan berada di samping tubuh dan kaki ditekuk dan disilangkan. Gerakan menarik nafas dan hembuskan nafas sambil miringkan kedua kaki ke samping secara bergantian ke kanan dan ke kiri. c. Tahap pendinginan (2 menit) Posisi berbaring terlentang, lutut ditekuk dengan kaki rata di bed, lengan di samping tubuh. Gerakan menarik nafas, turunkan lutut ke samping kearah bed sambil menghembuskan nafas. 9. Setiap gerakan diukur dalam 8-15 hitungan yang dilakukan berulang kali hingga mencapai waktu yang telah ditetapkan. 10. Mencuci tangan 11. Lakukan pengukuran ulang tingkat kram otot dengan <i>cramp questionnaire chart</i> 12. Ucapkan terimakasih 13. Dokumentasikan hasil
4. Evaluasi	1. Respon pasien setelah terapi <i>intradialitik stretching exercise</i> 2. Tingkat kram otot sebelum dan sesudah terapi

Sumber: Ariyanti 2021

Lampiran 5. Draft SOP Intradialitik Stretching Exercise RS Bhayangkara Polda DIY

 RUMAH SAKIT BHAYANGKARA	DRAFT SOP INTRADIALITIK STRETCHING EXERCISE		
	No. Dokumen	No. Revisi	Halaman
SPO	Tanggal Terbit	Ditetapkan KEPALA RUMAH SAKIT BHAYANGKARA POLDA D.I. YOGYAKARTA  Dr. dr. D. AJI KADARMO, Sp.F., DFM, M.H AKBP NRP 70101426	
PENGERTIAN	Intradialytic stretching exercise adalah serangkaian latihan peregangan yang dilakukan selama pasien menjalani sesi hemodialisa dengan tujuan untuk mengurangi gejala seperti kram otot pada pasien hemodialisa		
TUJUAN	Untuk mengurangi kekakuan otot, meningkatkan feksibilitas, dan mengurangi gejala seperti kram otot pada pasien hemodialisa		
KEBIJAKAN	Keputusan Karumkit Bhayangkara Nomor : tentang Panduan Pelayanan Hemodialisis di Rumah Sakit Bhayangkara Polda DIY		
PROSEDUR	1. Mencuci tangan 2. Memberikan salam teraupetik 3. Memperkenalkan diri 4. Validasi pasien 5. Memberikan posisi nyaman pasien 6. Lakukan pengukuran tingkat kram otot dengan <i>cramp questionnaire chart</i> 7. Mengukur tekanan darah pasien 8. Pasien dilakukan intradialytic stretching exercise selama 20 menit terdiri dari tiga fase:pemanasan, inti dan pendinginan a. Tahap Pemanasan (6 menit) 1) Posisi berbaring terlentang, lengan berada di samping tubuh. Gerakan pergelangan tangan berputar secara bergantian pada kedua arah. 2) Posisi berbaring terlentang, lengan berada di samping tubuh dengan telapak tangan menghadap ke atas.		

	Gerakan menekuk lengan (fleks) hingga telapak tangan menyentuh bahu. 3) Posisi berbaring terlentang, lengan ditekuk dengan telapak tangan dibahu. Gerakkan bahu berputar putar secara bergantian pada kedua arah, lengan bergerak keatas sambil menarik napas dan ke bawah sambil menghembuskan napas. b. Tahapan Inti (12 menit) 1) Posisi berbaring terlentang, lengan berada di samping tubuh. Gerakan meregangkan lengan keatas dan kaki ke bawah, tarik nafas, lepaskan dan hembuskan. Lakukan peregangan secara diagonal secara bergantian pada satu kaki dan lengan. 2) Posisi berbaring terlentang, lengan berada di samping tubuh. Gerakan menekuk lutut (fleks), tarik nafas, regangkan kaki ke atas dan hembuskan napas. Tekuk lutut lagi, tarik napas, kembali ke posisi awal dan hembuskan napas. 3) Posisi berbaring terlentang dengan lutut ditekuk, lengan disamping tubuh. Gerakan menjaga punggung di bawah tetap rata di bed, kaki secara bergantian membentuk gerakan bersepeda. 4) Posisi berbaring terlentang. Gerakan menekuk satu kaki (fleks) dengan lengan menggenggam di bawah lutut, tarik napas. Tarik kaki ke arah dada, kaki lainnya regangkan ke bawah dan hembuskan napas. Lakukan hal yang sama ke sisi lainnya. 5) Posisi berbaring terlentang. Gerakan menekuk satu kaki (fleks) dengan lengan menggenggam di bawah lutut, tarik napas. Tarik kaki ke arah dada, kaki lainnya regangkan ke bawah dan hembuskan napas. Lakukan hal yang sama ke sisi lainnya. 6) Posisi berbaring terlentang, lengan berada di samping tubuh dan kaki ditekuk dan disilangkan. Gerakan menarik napas dan hembuskan napas sambil miringkan kedua kaki ke samping secara bergantian ke kanan dan ke kiri. c. Tahapan Pendinginan (2 menit) Posisi berbaring terlentang, lutut ditekuk dengan kaki rata di bed, lengan di samping tubuh. Gerakan menarik napas, turunkan lutut ke samping kearah bed sambil menghembuskan napas. 9. Setiap gerakan diukur dalam 8-15 hitungan yang dilakukan berulang kali hingga mencapai waktu yang telah ditetapkan. 10. Mencuci tangan
--	---

	11. Lakukan pengukuran ulang tingkat kram otot dengan <i>cramp questionnaire chart</i> 12. Ucapkan terimakasih 13. Dokumentasikan hasil
EVALUASI	1. Respon pasien setelah terapi intradialitik stretching exercise 2. Tingkat kram otot sebelum dan sesudah terapi

Lampiran 6. Lembar Observasi *Cramp Questionnaire Chart*

No	Feature of Kram Otot	Pedoman Skor	Skor Akhir
I	Frekuensi Kram		
1	Tidak terjadi	0	
2	Kram terjadi < 3 kali/jam	1	
3	Kram terjadi > 3 kali/jam	2	
II	Durasi Kram		
1	Kram tidak terjadi	0	
2	Kram berlangsung < 5 menit	1	
3	Kram berlangsung > 5 menit	2	
III	Level Nyeri (VAS)		
1	Tidak Nyeri	0	
2	Nyeri 1-3	1	
3	Nyeri 4-6	2	
4	Nyeri 7-10	3	
IV	Suhu Kaki		
1	Hangat	0	
2	Dingin	1	
3	Berkeringat dingin	2	
V	Ketidaknyamanan		
1	Nyaman	0	
2	Dapat ditahan	1	
3	Sakit sedang	2	
4	Menyakitkan	3	
5	Tak tertahankan	4	
Jumlah			

Lampiran 7. Surat Permohonan menjadi responden

Kepada

Yth. Bapak/Ibu calon responden

Di Yogyakarta

Dengan hormat,

Bersama ini saya mahasiswa Program Studi Profesi Ners STIKES Wira Husada Yogyakarta:

Nama : Sri Sangadatul Abadiah

NIM : PN241102

Akan mengadakan penelitian dengan judul “Penerapan *Intradialitik Stretching Exercise* Terhadap Penurunan Kram Otot Pada Pasien Gagal Ginjal Kronis Yang Menjalani Hemodialisa Di RS Bhayangkara Polda DIY”.

Terkait dengan hal itu, saya meminta kesediaan Bapak/Ibu untuk menjadi responden. Kami akan menjaga sepenuhnya kerahasiaan informasi dan semua data yang kami kumpulkan hanya akan digunakan untuk tujuan penelitian. Terima kasih atas perhatian dan kesediaan Bapak/Ibu.

Yogyakarta, Oktober 2025

Hormat saya,

(Sri Sangadatul Abadiah)

Lampiran 8. Lembar Konfirmasi Persetujuan (Informed Consent)

SURAT PERSETUJUAN

Yang bertandatangan dibawah ini:

Nama : (bisa inisial)

Umur : Tahun

Jenis Kelamin : Laki / Perempuan (coret salah satu)

Alamat :

Menyatakan bahwa:

1. Saya telah mendapat penjelasan segala sesuatu mengenai penelitian studi kasus yang berjudul “Penerapan *Intradialitik Stretching Exercise* terhadap Penurunan Kram Otot Pada Pasien Gagal Ginjal Kronis yang Menjalani Hemodialisa di RS Bhayangkara Polda DIY”.
2. Setelah saya mendapat penjelasan dan memahaminya, dengan penuh kesadaran dan tanpa paksaan dari siapapun bersedia ikut serta dalam penelitian ini dengan kondisi
 - a. Data yang diperoleh dari penelitian ini akan dijaga kerahasiaannya dan hanya digunakan untuk kepentingan ilmiah.
 - b. Saya tidak mempunyai ikatan apapun dengan peneliti, apabila saya mengundurkan diri dari penelitian dan bila hal itu terjadi, saya akan memberitahu sebelumnya tanpa harus menyampaikan alasan apapun.
 - c. Keikutsertaan saya dalam penelitian ini tidak dibebani biaya dan konsekuensi biaya.

Demikian pernyataan ini saya buat dalam keadaan sadar dan tanpa paksaan, saya memahami keikutsertaan ini akan memberikan manfaat dan akan terjaga kerahasiaannya.

Yogyakarta, Oktober 2025

Responden

()

Lampiran 6. Lembar Konfirmasi Persetujuan (Informed Consent)

SURAT PERSETUJUAN

Yang bertandatangan dibawah ini:

Nama : 6 (bisa inisial)

Umur : 57 Tahun

Jenis Kelamin : Laki / Perempuan (coret salah satu)

Alamat : Kemusuk Lor 005, Argomulyo, Sedayu, Bantul

Menyatakan bahwa:

1. Saya telah mendapat penjelasan segala sesuatu mengenai penelitian studi kasus yang berjudul "Penerapan *Intradialitik Stretching Exercise* terhadap Penurunan Kram Otot Pada Pasien Gagal Ginjal Kronis yang Menjalani Hemodialisa di RS Bhayangkara Polda DIY".
2. Setelah saya mendapat penjelasan dan memahaminya, dengan penuh kesadaran dan tanpa paksaan dari siapapun bersedia ikut serta dalam penelitian ini dengan kondisi
 - a. Data yang diperoleh dari penelitian ini akan dijaga kerahasiaannya dan hanya digunakan untuk kepentingan ilmiah.
 - b. Saya tidak mempunyai ikatan apapun dengan peneliti, apabila saya mengundurkan diri dari penelitian dan bila hal itu terjadi, saya akan memberitahu sebelumnya tanpa harus menyampaikan alasan apapun.
 - c. Keikutsertaan saya dalam penelitian ini tidak dibebani biaya dan konsekuensi biaya.

Demikian pernyataan ini saya buat dalam keadaan sadar dan tanpa paksaan, saya memahami keikutsertaan ini akan memberikan manfaat dan akan terjaga kerahasiaannya.

Yogyakarta, Oktober 2025

Responden

(St. Irmu
([redacted])

Lampiran 6. Lembar Konfirmasi Persetujuan (Informed Consent)

SURAT PERSETUJUAN

Yang bertandatangan dibawah ini:

Nama : [REDACTED] (bisa inisial)

Umur : 46 Tahun

Jenis Kelamin : ~~Laki~~ / Perempuan (coret salah satu)

Alamat : Noyokerten Rt 005 Rw 038 Sendangtiro Berbah

Menyatakan bahwa:

1. Saya telah mendapat penjelasan segala sesuatu mengenai penelitian studi kasus yang berjudul "Penerapan *Intradialitik Stretching Exercise* terhadap Penurunan Kram Otot Pada Pasien Gagal Ginjal Kronis yang Menjalani Hemodialisa di RS Bhayangkara Polda DIY".
2. Setelah saya mendapat penjelasan dan memahaminya, dengan penuh kesadaran dan tanpa paksaan dari siapapun bersedia ikut serta dalam penelitian ini dengan kondisi
 - a. Data yang diperoleh dari penelitian ini akan dijaga kerahasiaannya dan hanya digunakan untuk kepentingan ilmiah.
 - b. Saya tidak mempunyai ikatan apapun dengan peneliti, apabila saya mengundurkan diri dari penelitian dan bila hal itu terjadi, saya akan memberitahu sebelumnya tanpa harus menyampaikan alasan apapun.
 - c. Keikutsertaan saya dalam penelitian ini tidak dibebani biaya dan konsekuensi biaya.

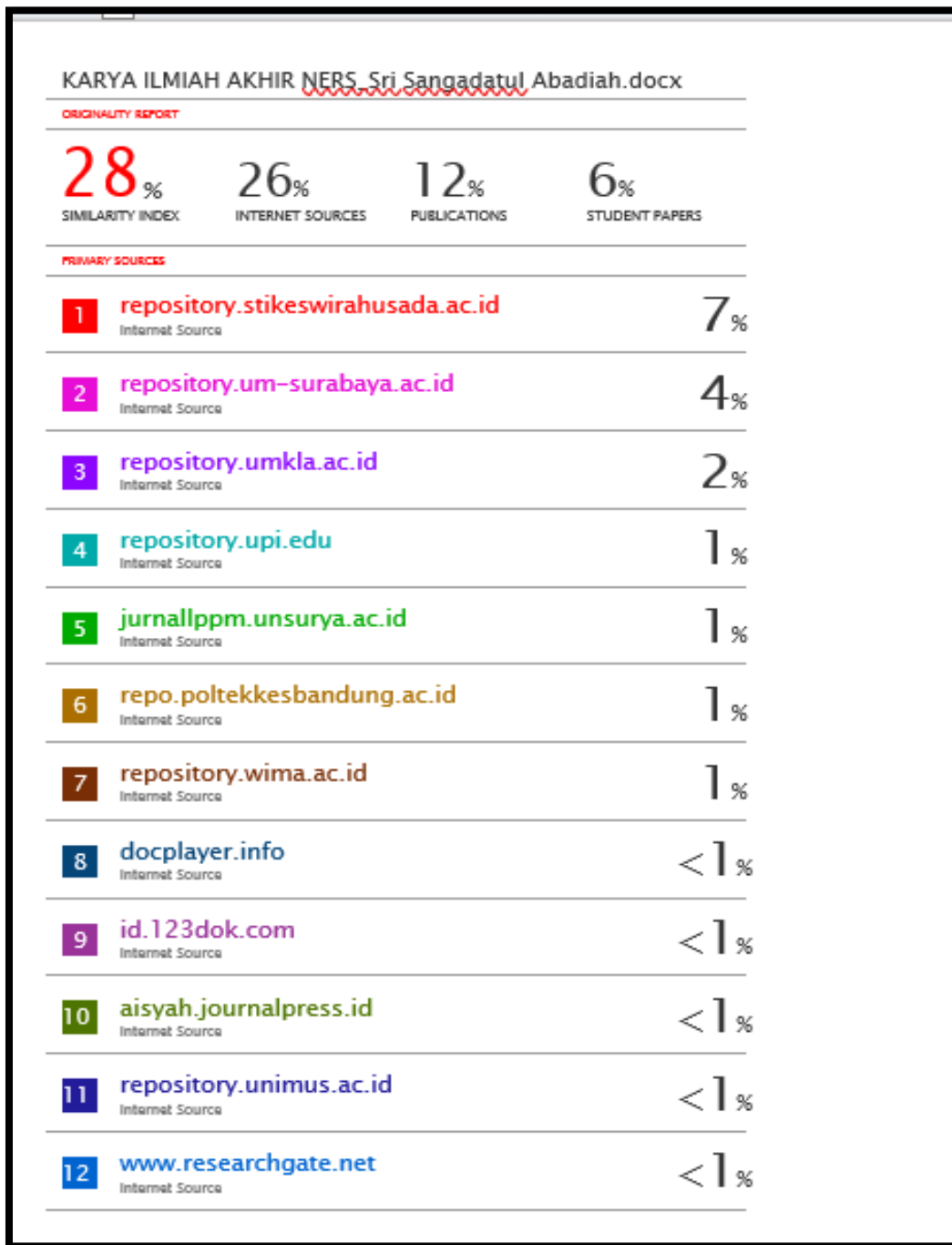
Demikian pernyataan ini saya buat dalam keadaan sadar dan tanpa paksaan, saya memahami keikutsertaan ini akan memberikan manfaat dan akan terjaga kerahasiaannya.

Yogyakarta, Oktober 2025

Responden

([REDACTED])

Lampiran 9. Hasil Turnitin



Lampiran 10. Lembar Konsultasi Pembimbing

 BUKTI BIMBINGAN PEMBIMBING PENDIDIKAN (PP) KARYA TULIS ILMIAH SEKOLAH TINGGI ILMU KESEHATAN WIRA HUSADA YOGYAKARTA PROGRAM STUDI PENDIDIKAN PROFESI NERS				
Mata Kuliah	= Karya Ilmiah Akhir Ners	Dosen Pembimbing =		
Nama Mahasiswa	= Sri Sangadati Abadih	Yuli Ernawati, S. Kep., Ns., M. Kep		
NIM Mahasiswa	= PN 241102			

No	Hari/Tanggal/Bulan/Tahun	Materi Bimbingan	Masukan Pembimbing Pendidikan	Paraf PP
1.	Senin, 15 September 2025	Konsul Perubahan Judul KIAN	Acc perubahan untuk judul intervensi sebelumnya teknik relaksasi otot menjadi intradialitik stretching exercise	
2.	Jum'at, 19 September 2025	Laporan Pendahuluan	- Latar belakang dan urgensi mengambil judul tsb - Kutipan dan daftar pustaka menggunakan Mendeley	
3.	Senin, 6 Oktober 2025	Metode Case Report	Lampirkan data pendukung yang dicari secara fokus ke pasien	
4.	Rabu, 8 Oktober 2025	Lampiran	Agar disertakan lembar observasi Cramp Questionnaire Chart	

Dipada dengan Confidante

	BUKTI BIMBINGAN PEMBIMBING PENDIDIKAN (PP) KARYA TULIS ILMIAH SEKOLAH TINGGI ILMU KESEHATAN WIRA HUSADA YOGYAKARTA PROGRAM STUDI PENDIDIKAN PROFESI NERS	
	Mata Kuliah	= Karya Ilmiah Akhir Ners
	Nama Mahasiswa	= Sri Sangadatul Abadiyah
	NIM Mahasiswa	= PN241102
		Dosen Pembimbing = Yuli Ernawati, S.Kep.Ns

No	Hari/Tanggal/Bulan/Tahun	Materi Bimbingan	Masukan Pembimbing Pendidikan	Paraf PP
1	Senin 17 November 2025	Konsul pelaksanaan intervensi intradialitik stretching exercise	Dijelaskan terkait waktu pelaksanaan intervensinya kepada responden.	
2	Jumat 21 November 2025	Hasil dari intervensi yang dilakukan.	Dituangkan dalam lembar observasi Cramp Questonnaiere Chart	
3	Rabu 26 November 2025	Analisa dari hasil intervensi	Pertimbangkan kondisi kims dan lifestyle responden	
4	Senin 8 Desember 2025	Lampiran	-	

		BUKTI BIMBINGAN PEMBIMBING KLINIK SEKOLAH TINGGI ILMU KESEHATAN WIRA HUSADA YOGYAKARTA PROGRAM STUDI PENDIDIKAN PROFESI NERS	
Mata Kuliah	= Keperawatan Akhir Ners	Pembimbing Klinik	= Sujud Basuki, S.Kep.Ns
Nama Mahasiswa	= Sri Sangadati Abadiati		
NIM Mahasiswa	= PN241102		

No	Hari/Tanggal/Bulan/Tahun	Materi Bimbingan	Masukan Pembimbing Klinik	Paraf PK
1.	Jumat 19 September 2025	Pemilihan responden penelitian	Agar disesuaikan dengan kriteria inklusi	A
2.	Selasa 07 Oktober 2025	Daftar pustaka proposal	Dilihat kembali referensi daftar pustaka	A
3.	Selasa 18 November 2025	Pelaksanaan intradialitik stretching exercise	Waktu pelaksanaan diperjelas dan dijelaskan jam keberapa intra HD	A
4.	Senin 24 November 2025	Hasil dan intervensi yang dilakukan	Disampaikan dengan jelas pada pembahasan	A

DOKUMENTASI INTERVENSI INTRADIALITIK STRETCHING EXERCISE

