**PENERAPAN INTRADIALYTIC STRETCHING EXERCISE UNTUK MENGURANGI KRAM OTOT PADA PASIEN YANG MENJALANI HEMODIALISA DI RUMAH SAKIT DR. BRATANATA JAMBI**

Dectrivo Waldi\*, Bettrianto\*\*,Erna Elfrida\*\*\*

Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan Garuda Putih Jambi

Email : dectrivowaldi22@gmail.com

**ABSTRAK**

**Pendahuluan :** Penyakit ginjal kronis (PGK) disebut juga sebagai *Chronic Kidney Disease (CKD).* ginjal kronis atau penyakit gagal ginjal stadium akhir adalah gangguan fungsi renal yang progresif dan irreversible dimana kemampuan tubuh gagal untuk mempertahankan metabolisme dan keseimbangan cairan serta elektrolit sehingga menyebabkan uremia yaitu retensi urea dan sampah nitrogen lain dalam darah.

**Tujuan :** Untuk mengetahui gambaran umum Penerapan *Intradialytic Stretching Exercise* untuk mengurangi kram otot pada pasien yang menjalani hemodialisa di Rumah Sakit Dr.Bratanata Jambi.

**Metode :** ini menggunakan metode deskriptif dengan rancangan studi kasus dengan jumlah sampel 1 orang dengan masalah kram otot menggunakan *Cramp Questionnaire Chart*.dilakukan perbandingan untuk mengetahui bagaimana Mengurangi Kram Otot Pada Pasien Yang Menjalani Hemodialisa Di Rumah Sakit Dr. Bratanata Jambi.

**Hasil :** Hasil yang diperoleh sebelum (pre test) dan sesudah (post test) dilakukan penerapan *intradialytic stretching exercise* pada responden, dilakukan pada tanggal 13 dan tanggal 20 Juni 2024. Pada saat pertemuan pertama responden mengalami tingkat skor kram dari 9 (kram berat) menjadi 2 (kram ringan) pada saat pertemuan kedua responden mengalami penurunan tingkat skor kram 2 (kram ringan) menjadi 0 (tidak kram).

**Kesimpulan :** Penerapan *intradialytic stretching exercise* untuk mengurangi kram otot pada pasien yang menjalani hemodialisa Di Rumah Sakit Dr. Bratanata Jambi dapat menurunkan kram otot pada responden.

**Kata Kunci** : PGK, hemodialisa*, intradialytic stretching exercise*

**Referensi :** 3 buku (2008 – 2017), 22 jurnal (2013 – 2023)