PENERAPAN *INTRADIALITIK EXERCISE* TERHADAP PENURUNAN TEKANAN DARAH PADA NY. I DAN NY. S DENGAN CKD STADIUM 5 DI RUANG HEMODIALISA RSUD BLAMBANGAN BANYUWANGI

KARYA ILMIAH AKHIR NERS

Oleh:

Dwi Iftitah Riski Nurida S.Kep

NIM. 25101042

PROGRAM STUDI PROFESI NERS

FAKULTAS ILMU KESEHATAN

UNIVERSITAS dr. SOEBANDI

JEMBER

2026

HALAMAN PENGESAHAN

PENERAPAN INTRADIALITIK EXERCISE TERHADAP PENURUNAN TEKANAN DARAH PADA NY. I DAN NY. S DENGAN CKD STADIUM 5 DI RUANG HEMODIALISA RSUD BLAMBANGAN BANYUWANGI

KARYA ILMIAH AKHIR NERS

Disusun Oleh:

Dwi Iftitah Riski Nurida S. Kep

NIM. 25101042

Telah berhasil dipertahankan di hadapan Dewan Penguji dalam ujian ilmiah akhir ners pada tanggal 03 september 2026 dan telah diterima sebagai bagian persyaratan yang diperlukan untuk meraih gelar Ners (Ns.) pada Program Studi Profesi Ners Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas dr. Soebandi Jember.

DEWAN PENGUJI

Penguji 1:	Hella Meldy Tursina, S.Kep.,Ns., M.Kep NIDN. 0706109104	( )
Penguji 2:	El Faraby, S.Kep. Ns. M.Kep NIP. 197509072005011011	( )
Penguji 3 :	Ina Martiana, S.Kep., Ns., M.Kep NIDN. 07280039203	( )

Ketua Program Studi Profesi Ners

Roby Aji Permana, S.kep., Ns., M. kep

NIDN. 07140669205

ABSTRAK

PENERAPAN *INTRADIALITIK EXERCISE* TERHADAP PENURUNAN TEKANAN DARAH PADA NY. I DAN NY. S DENGAN CKD STADIUM 5 DI RUANG HEMODIALISA RSUD BLAMBANGAN BANYUWANGI

Dwi Iftitah Riski Nurida*, Ina Martiana **

Email: info@uds.ac.id

**Korespondensi Penulis : 21102133@uds.ac.id*

***Korespondensi Penulis : martatiana@gmail.com*

Received : Accepted : Published :

Latar Belakang: Chronic Kidney Disease (CKD) merupakan penyakit ginjal progresif dan irreversibel yang memerlukan terapi hemodialisis seumur hidup. Salah satu komplikasi yang sering terjadi selama hemodialisis adalah hipertensi intradialitik, yaitu peningkatan tekanan darah sistolik >10 mmHg selama atau segera setelah dialisis, yang meningkatkan risiko kardiovaskular dan mortalitas. Penatalaksanaan hipertensi intradialitik dapat dilakukan melalui pendekatan non-farmakologis seperti Intradialitik Exercise. **Tujuan:** mengetahui penerapan *Intradialitik Exercise* terhadap penurunan tekanan darah pada pada Ny. I dan Ny. S dengan CKD stadium 5 di Ruang Hemodialisa RSUD Blambangan Banyuwangi. **Metode:** karya ilmiah akhir ini menggunakan desain studi kasus dengan pendekatan deskripstif pada 2 pasien CKD stadium 5 yang menjalani hemodialisis. Pasien Ny. I (kelompok intervensi) diberikan intervensi *Intradialitik Exercise* selama 10-15 menit yang terdiri dari tahap pemanasan, inti, dan pendinginan sebanyak 3x pertemuan dalam 2 minggu, sedangkan pasien Ny. S (kelompok kontrol) mendapatkan perawatan dan pemantauan rutin. Tekanan darah diukur pada jam ke-2 HD (pre-test), kemudian diberikan *Intradialitik Exercis*, dan diukur kembali pada jam ke-3 HD (post-test). **Hasil:** pada Ny. I (kelompok intervensi) menunjukkan penurunan tekanan darah dari 170/100 mmHg menjadi 150/85 mmHg, penurunan nadi dari 95x/menit menjadi 89x/menit, dan penurunan skala nyeri kepala dari 4 menjadi 1. Sebaliknya, pada Ny. S (kelompok kontrol) tanpa intervensi justru terjadi peningkatan tekanan darah dari 150/80 mmHg menjadi 170/100 mmHg, peningkatan nadi dari 90x/menit menjadi 100x/menit, dan peningkatan skala nyeri kepala dari 6 menjadi 7. **Kesimpulan:** terdapat perbedaan pola perubahan tekanan darah antara Ny. I (kelompok intervensi) dan Ny. S (kelompok kontrol). *Intradialitik Exercise* pada studi kasus ini dapat menjadi salah satu alternatif intervensi nonfarmakologis untuk membantu menstabilkan tekanan darah pasien CKD stadium 5 selama hemodialisis.

Kata Kunci: Chronic Kidney Disease, *Intradialitik Exercise,* Tekanan Darah, Hemodialisis

ABSTRAK

THE APPLICATION OF *INTRADIALYTIC EXERCISE* TO REDUCE BLOOD PRESSURE IN MRS. I AND MRS. S WITH STAGE 5 CKD IN THE HEMODIALYSIS UNIT OF BLAMBANGAN

GENERAL HOSPITAL BANYUWANGI

Dwi Iftitah Riski Nurida*, Ina Martiana**

Email: info@uds.ac.id

**Korespondensi Penulis : 21102133@uds.ac.id*

***Korespondensi Penulis :* martiana.im@uds.ac.id*

Received : Accepted : Published :

Background: Chronic Kidney Disease (CKD) is a progressive and irreversible kidney disease that requires lifelong hemodialysis. One of the common complications during hemodialysis is intradialytic hypertension, defined as an increase in systolic blood pressure of >10 mmHg during or immediately after dialysis, which increases cardiovascular risk and mortality. Intradialytic hypertension can be managed through non-pharmacological approaches such as *intradialytic exercise*. **Objective:** To determine the effectiveness of *intradialytic exercise* in lowering blood pressure in Mrs. I and Mrs. S, both with stage 5 CKD, in the Hemodialysis Unit at Blambangan Regional General Hospital in Banyuwangi. **Method:** This final research project used a case study design with a descriptive approach involving two patients with stage 5 CKD undergoing hemodialysis. Patient Mrs. I (intervention group) received an *Intradialytic Exercise* intervention lasting 10–15 minutes, consisting of warm-up, main exercise, and cool-down phases, administered over 3 sessions within 2 weeks, while patient Mrs. S (control group) received routine care and monitoring. Blood pressure was measured at the 2-hour mark of HD (pre-test), followed by the *Intradialytic Exercise* session, and measured again at the 3-hour mark of HD (post-test). **Results:** Mrs. I (intervention group) showed a decrease in blood pressure from 170/100 mmHg to 150/85 mmHg, a decrease in pulse rate from 95 beats per minute to 89 beats per minute, and a decrease in headache severity from 4 to 1. In contrast, Mrs. S (control group), who received no intervention, experienced an increase in blood pressure from 150/80 mmHg to 170/100 mmHg, an increase in pulse rate from 90 beats per minute to 100 beats per minute, and an increase in headache pain scale from 6 to 7. **Conclusion:** There was a difference in blood pressure patterns between Ms. I (intervention group) and Ms. S (control group). *Intradialytic exercise* in this case study may serve as a nonpharmacological intervention option to help stabilize blood pressure in patients with stage 5 CKD during hemodialysis.

Keywords: Chronic Kidney Disease, Intradialytic Exercise, Blood Pressure, Hemodialysis