

ANALISIS ASUHAN KEPERAWATAN DENGAN INTERVENSI PROGRESSIVE MUSCLE RELAXATION TERHADAP PENURUNAN KELETIHAN PADA PASIEN CHRONIC KIDNEY DISEASE DI RUANGAN HEMODIALISA RSUD TARAKAN JAKARTA

Mutiara Tobing

Abstrak

Gagal ginjal kronik atau biasa disebut dengan *Chronic Kidney Disease* (CKD) merupakan penyakit dimana fungsi organ ginjal tidak dapat berfungsi dengan baik. Menurut *World Health Organization* (WHO) tahun 2014 ditemukan data sebanyak 500 juta orang yang mengalami gagal ginjal, dan setiap tahunnya meningkat. Kerusakan pada ginjal dan bersifat *irreversible* menyebabkan orang dengan gagal ginjal harus menjalankan terapi hemodialisa. Salah satu gejala yang muncul pada orang dengan gagal ginjal yaitu *fatigue*. *Fatigue* dapat diatasi dengan non-farmakologi yaitu dengan terapi *Progressive Muscle Relaxation* (PMR). instrumen yang digunakan yaitu *Fatigue Assessment Scale* (FSA). Hasil yang didapatkan dalam penelitian ini yaitu tingkat *fatigue* pada pasien yang diberikan terapi PMR terjadi penurunan yang signifikan dari score 41 (tinggi) menjadi 15 (sedang). Dapat disimpulkan bahwa terapi *Progressive Muscle Relaxation* (PMR) dapat menurunkan tingkat *fatigue* pada pasien hemodialisa.

Kata Kunci : *Fatigue*, Hemodialisa *Progressive Muscle Relaxation* (PMR)

**ANALYSIS OF NURSING CARE WITH PROGRESSIVE
MUSCLE RELAXATION INTERVENTION TO DECREASE
FATIGUE IN CHRONIC KIDNEY DISEASE PATIENTS IN
THE HEMODIALIZATION ROOM OF RSUD TARAKAN
JAKARTA**

Mutiara Tobing

Abstract

Chronic kidney failure or commonly referred to as Chronic Kidney Disease (CKD) is a disease in which the function of the kidneys cannot function properly. According to the World Health Organization (WHO) in 2014 data was found as many as 500 million people who experience kidney failure, and every year it increases. Damage to the kidneys and irreversible causes people with kidney failure to undergo hemodialysis therapy. One of the symptoms that appear in people with kidney failure is fatigue. Fatigue can be treated non-pharmacologically, namely Progressive Muscle Relaxation (PMR) therapy. The instrument used is the Fatigue Assessment Scale (FSA). The results obtained in this study that the level of fatigue in patients given PMR therapy decreased significantly from a score of 41 (high) to 15 (moderate). It can be concluded that Progressive Muscle Relaxation (PMR) therapy can reduce fatigue levels in hemodialysis patients.

Keywords: Fatigue, Hemodialysi, Progressive Muscle Relaxation (PMR)