

ANALISIS ASUHAN KEPERAWATAN DENGAN INTERVENSI TERAPI *PROGRESSIVE MUSCLE RELAXATION* TERHADAP TINGKAT *FATIGUE* PADA PASIEN YANG MENJALANI HEMODIALISA DI RSPAD GATOT SOEBROTO

Amalia Tiara Kusuma

Abstrak

Gagal Ginjal Kronis didefinisikan sebagai kondisi klinis yang mengakibatkan adanya perubahan fungsi atau struktur ginjal serta bersifat irreversible dan dapat berkembang secara progresif yang dapat mengakibatkan sisa-sisa metabolisme menyatu sehingga menimbulkan adanya gangguan keseimbangan elektrolit, air dan asam basa. Pengobatan penyakit ginjal kronis yang paling umum untuk menggantikan fungsi ginjal yaitu dengan hemodialisa. *Fatigue* atau kelelahan salah satu stressor yang paling umum yang dilaporkan oleh banyak pasien yang menjalani hemodialisa. Untuk menurunkan tingkat *fatigue* maka pasien diberikan intervensi sesuai dengan *evidence base nursing* yaitu dengan terapi *progressive muscle relaxation* atau terapi relaksasi otot progresif selama proses dialisis. Pemberian intervensi tersebut diberikan selama 3x seminggu atau sesuai dengan jadwal hemodialisa selama 10-15menit. Sebelum diberikan intervensi terapi *progressive muscle relaxation* pasien diberikan kuesioner Fatigue Assessment Scale (FAS) untuk mengukur tingkat *fatigue*. Hasil yang didapatkan bahwa nilai total FAS sebelum intervensi 40 pada pasien kelolaan sementara pada pasien resume total nilai FAS 23. Setelah diberikan intervensi, pasien dilakukan evaluasi kembali untuk mengukur tingkat *fatigue* dengan memberikan kuesioner FAS. Hasil kuesioner FAS setelah diberikan intervensi didapatkan bahwa total nilai FAS mengalami penurunan 20 pada pasien kelolaan dan 17 pada pasien resume. Sehingga, dapat disimpulkan terapi *progressive muscle relaxation* dapat dipercaya dan efektif untuk menurunkan tingkat *fatigue*.

Kata kunci : Gagal Ginjal Kronis, Hemodialisa, Kelelahan, Terapi Relaksasi Otot Progresif

**ANALYSIS NURSING CARE WITH INTERVENTION
PROGRESSIVE MUSCLE RELAXATION THERAPY
TO THE LEVEL OF FATIGUE IN PATIENTS UNDERGOING
HEMODIALYSIS AT RSPAD GATOT SOEBROTO**

Amalia Tiara Kusuma

Abstract

Chronic Kidney Failure is defined as a clinical condition that results in changes in kidney function or structure and is irreversible and can develop progressively which can result in metabolic wastes converging to cause electrolyte, water and acid-base balance disorders. The most common treatment for chronic kidney disease to replace kidney function is hemodialysis. Fatigue is one of the most common stressors reported by many patients undergoing hemodialysis. To reduce the level of fatigue, patients are given interventions in accordance with evidence base nursing, namely progressive muscle relaxation therapy or progressive muscle relaxation therapy during the dialysis process. The intervention is given for 3x a week or according to the hemodialysis schedule for 10-15 minutes. Before the intervention of progressive muscle relaxation therapy, the patient was given a Fatigue Assessment Scale (FAS) questionnaire to measure the level of fatigue. The results obtained were that the total FAS value before intervention was 40 in managed patients while in resume patients the total FAS value was 23. After the intervention, the patient was re-evaluated to measure the level of fatigue by giving the FAS questionnaire. The results of the FAS questionnaire after the intervention were found that the total FAS value decreased by 20 in managed patients and 17 in resume patients. So, it can be concluded that progressive muscle relaxation therapy can be trusted and effective for reducing fatigue levels.

Keyword : *Chronic Kidney Failure, Hemodialysis, Fatigue, Progressive Muscle Relaxation*