



ANALISIS ASUHAN KEPERAWATAN PENERAPAN *RANGE OF MOTION* DAN *DEEP BREATHING EXERCISE* TERHADAP TINGKAT *FATIGUE* PADA PASIEN GAGAL GINJAL KRONIS YANG MENJALANI HEMODIALISA

KARYA ILMIAH AKHIR NERS

MARSAULINA PRISCILLA EVANGELINE

2420721127

**UNIVERSITAS PEMBANGUNAN NASIONAL “VETERAN” JAKARTA
FAKULTAS ILMU KESEHATAN
PROGRAM STUDI PENDIDIKAN PROFESI NERS PROGRAM PROFESI
2026**



ANALISIS ASUHAN KEPERAWATAN PENERAPAN *RANGE OF MOTION* DAN *DEEP BREATHING EXERCISE* TERHADAP TINGKAT *FATIGUE* PADA PASIEN GAGAL GINJAL KRONIS YANG MENJALANI HEMODIALISA

KARYA ILMIAH AKHIR NERS

Diajukan Sebagai Salah Satu Syarat Untuk Memperoleh Gelar Ners

MARSAULINA PRISCILLA EVANGELINE

2420721127

**UNIVERSITAS PEMBANGUNAN NASIONAL "VETERAN" JAKARTA
FAKULTAS ILMU KESEHATAN
PROGRAM STUDI PENDIDIKAN PROFESI NERS PROGRAM PROFESI**

2026

PERNYATAAN ORISINALITAS

Karya Ilmiah Akhir Ners ini adalah hasil karya sendiri, dan semua sumber yang dikutip maupun dirujuk telah saya nyatakan dengan benar.

Nama : Marsaulina Priscilla Evangeline

NIM : 2420721127

Tanggal : 25 November 2025

Bilamana dikemudian hari ditemukan ketidaksesuaian dengan pernyataan saya ini, maka saya bersedia dituntut dan diproses sesuai dengan ketentuan yang berlaku.

Jakarta, 25 November 2025

Yang Menyatakan,



(Marsaulina Priscilla Evangeline)

**PERNYATAAN PERSETUJUAN PUBLIKASI KIA UNTUK
KEPENTINGAN AKADEMIS**

Sebagai civitas akademik Universitas Pembangunan Nasional “Veteran” Jakarta, saya yang bertanda tangan di bawah ini:

Nama : Marsaulina Priscilla Evangeline
NIM : 2420721127
Fakultas : Fakultas Ilmu Kesehatan
Program Studi : Pendidikan Profesi Ners Program Profesi

Demi pengembangan ilmu pengetahuan, menyetujui untuk memberikan kepada Universitas Pembangunan Nasional “Veteran” Jakarta Hak Bebas Royalti Non Eksklusif (*Non-exclusive Royalty Free Right*) atas karya ilmiah saya yang berjudul: “Analisis Asuhan Keperawatan Penerapan *Range Of Motion* Dan *Deep Breathing Exercise* Terhadap Tingkat *Fatigue* Pada Pasien Gagal Ginjal Kronis Yang Menjalani Hemodialisa”

Beserta perangkat yang ada (jika diperlukan). Dengan Hak Bebas Royalti ini Universitas Pembangunan Nasional “Veteran” Jakarta berhak menyimpan, mengalih media/formatkan, mengelola dalam bentuk pangkalan data (database), merawat, dan mempublikasikan Karya Ilmiah Akhir Ners saya selama tetap mencantumkan nama saya sebagai penulis/pencipta dan sebagai pemilik hak cipta. Demikian pernyataan ini saya buat dengan sebenarnya.

Dibuat di : Jakarta

Pada tanggal : 25 November 2025

Yang Menyatakan,



(Marsaulina Priscilla Evangeline)

PENGESAHAN

Karya Ilmiah Akhir Ners diajukan oleh:

Nama : Marsaulina Priscilla Evangeline
NIM : 2420721127
Program Studi : Pendidikan Profesi Ners Program Profesi
Judul : Analisis Asuhan Keperawatan *Penerapan Range Of Motion Dan Deep Breathing Exercise* Terhadap Tingkat *Fatigue* Pada Pasien Gagal Ginjal Kronis Yang Menjalani Hemodialisa

Telah berhasil dipertahankan dihadapan Tim Penguji dan diterima sebagai bagian persyaratan yang diperlukan untuk memperoleh gelar Ners pada Program Studi Pendidikan Profesi Ners Program Profesi, Fakultas Ilmu Kesehatan, Universitas Pembangunan Nasional "Veteran" Jakarta.

Jakarta, 25 November 2025

Penguji I (Ketua Penguji)

Ns. Hesti Rahayu, S.Kep., M.Kep., Sp.KMB
NIP. 198912272024062001

Penguji II

Ns. Cut Sarida Pompey, S.Kep., M.N.S
NIP. 198412182020122005
Dekan FIKES UPN "Veteran" Jakarta

Desmawati, SKp., M.Kep., Sp.Mat., Ph.D.
NIP. 197602142021212005

Penguji III

Ns. Mareta Dea Rosaline, S.Kep., M.Kep
NIP. 199103242019032014
Koordinator Program Studi Pendidikan Profesi Ners Program Profesi

Ns. Lina Berliana Togatorop, S.Kep., M.Kep.
NIP. 198901262022032006

ANALISIS ASUHAN KEPERAWATAN PENERAPAN *RANGE OF MOTION* DAN *DEEP BREATHING EXERCISE* TERHADAP TINGKAT *FATIGUE* PADA PASIEN GAGAL GINJAL KRONIS YANG MENJALANI HEMODIALISA

Marsaulina Priscilla Evangeline

Abstrak

Fatigue merupakan salah satu efek samping yang paling sering dialami oleh pasien gagal ginjal kronis (GGK) yang menjalani hemodialisis, dan berdampak pada kemampuan fungsional, kualitas tidur, serta kualitas hidup secara keseluruhan. Hemodialisis yang dilakukan berulang kali setiap minggu menyebabkan perubahan fisiologis, akumulasi toksin, ketidakseimbangan cairan, serta stres psikologis yang berkontribusi terhadap timbulnya kelelahan kronis. Intervensi nonfarmakologis seperti latihan *Range of Motion* (ROM) dan *Deep Breathing Exercise* menjadi strategi efektif dan aman untuk mengurangi fatigue dengan meningkatkan sirkulasi darah, memperbaiki kapasitas otot, serta menurunkan ketegangan fisik dan psikologis. Intervensi diberikan selama dua minggu pada empat sesi hemodialisis pada dua jam pertama hemodialisis. Pada pengkajian awal, pasien kelolaan menunjukkan skor fatigue sebesar 28 dan pasien resume sebesar 29, keduanya berada pada kategori kelelahan sedang. Setelah pelaksanaan latihan ROM dan *deep breathing exercise* secara terstruktur, terjadi peningkatan skor fatigue yang mengindikasikan perbaikan kondisi, yaitu 35 pada pasien kelolaan dan 38 pada pasien resume yang termasuk kategori fatigue ringan. Hasil ini menunjukkan bahwa latihan ROM dan *deep breathing exercise* efektif dalam menurunkan tingkat fatigue pada pasien hemodialisis serta dapat direkomendasikan sebagai intervensi nonfarmakologis yang aman, sederhana, dan aplikatif dalam praktik keperawatan.

Kata Kunci : *Deep Breathing Exercise, Fatigue, Gagal Ginjal Kronis, Hemodialisa, Range Of Motion*

ANALYSIS OF NURSING CARE IMPLEMENTATION OF RANGE OF MOTION AND DEEP BREATHING EXERCISE ON FATIGUE LEVELS IN CHRONIC KIDNEY FAILURE PATIENTS UNDERGOING HEMODIALYSIS

Marsaulina Priscilla Evangeline

Abstract

Fatigue is one of the most common side effects experienced by chronic kidney disease (CKD) patients undergoing hemodialysis, impacting functional ability, sleep quality, and overall quality of life. Repeated weekly hemodialysis sessions cause physiological changes, toxin accumulation, fluid imbalances, and psychological stress, all contributing to the chronicity of fatigue. Non-pharmacological interventions such as Range of Motion (ROM) exercises and Deep Breathing Exercises are effective and safe strategies for reducing fatigue by improving blood circulation, improving muscle capacity, and reducing physical and psychological stress. The interventions were administered over two weeks during four hemodialysis sessions within the first two hours of hemodialysis. At baseline, the managed patient showed a fatigue score of 28 and the continuing patient a score of 29, both in the moderate fatigue category. After structured implementation of ROM exercises and deep breathing exercises, fatigue scores increased, indicating improved condition, to 35 in the managed patient and 38 in the resume patient, which is categorized as mild fatigue. These results indicate that ROM exercises and deep breathing exercises are effective in reducing fatigue levels in hemodialysis patients and can be recommended as safe, simple, and applicable non-pharmacological interventions in carrying out cooling practices.

Keywords: *Chronic Kidney Disease, Deep Breathing Exercise, Fatigue, Hemodialysis, Range Of Motion*

KATA PENGANTAR

Puji syukur penulis panjatkan ke hadirat Tuhan Yang Maha Esa atas segala limpahan rahmat dan karunia-Nya, yang memungkinkan penulis menyelesaikan Karya Ilmiah Akhir Ners berjudul “Analisis Asuhan Keperawatan Penerapan *Range Of Motion* Dan *Deep Breathing Exercise* Terhadap Tingkat *Fatigue* Pada Pasien GGK Yang Menjalani Hemodialisa”.

Penulis menyampaikan apresiasi dan terima kasih kepada Rektor UPN “Veteran” Jakarta, Prof. Dr. Anter Venus, MA, Comm; Dekan FIKES UPN “Veteran” Jakarta, Desmawati, SKp., M.Kep., Sp.Kep.Mat., PhD; Ketua Program Studi Profesi Ners, Ns. Lina Berliana Togatorop, S.Kep., M.Kep; serta Ns. Mareta Dea Rosaline, S.Kep., M.Kep selaku Dosen Pembimbing, atas bimbingan, arahan, dan dukungan yang diberikan selama proses penyusunan karya ilmiah ini.

Ucapan terima kasih yang mendalam juga penulis sampaikan kepada kedua orang tua, adik, keluarga, serta teman-teman yang selalu memberikan dukungan dan doa, sehingga penulis dapat melalui seluruh tahapan penyusunan karya ilmiah ini dengan baik.

Akhir kata, penulis berharap karya ilmiah ini dapat diterima dengan baik dan mengharapkan kritik serta saran yang bersifat membangun dari para pembaca.

Jakarta, 20 November 2025

Penulis



Marsaulina Priscilla Evangeline

DAFTAR ISI

HALAMAN JUDUL.....	i
PERNYATAAN ORISINALITAS.....	ii
PERNYATAAN PERSETUJUAN PUBLIKASI	iii
PENGESAHAN	iv
ABSTRAK	v
<i>ABSTRACT</i>	vi
KATA PENGANTAR.....	vii
DAFTAR ISI	viii
DAFTAR TABEL.....	ix
DAFTAR SKEMA	x
DAFTAR LAMPIRAN	xi
BAB I PENDAHULUAN	1
I.1 Latar Belakang	1
I.2 Tujuan Penulisan.....	8
I.3 Manfaat Penulisan.....	9
BAB II TINJAUAN PUSTAKA	11
II.1 Konsep Gagal Ginjal Kronis.....	11
II.2 Konsep Hemodialisis	22
II.3 Konsep <i>Fatigue</i>	26
II.4 Konsep <i>Range of Motion</i> (ROM).....	39
II.5 Konsep <i>Deep Breathing Exercise</i>	43
II.6 Konsep Asuhan Keperawatan	47
II.7 Hasil Penelitian Terdahulu	59
BAB III GAMBARAN KASUS	66
III.1 Asuhan Keperawatan Pasien Kelolaan Utama.....	66
III.2 Asuhan Keperawatan Pasien Resume.....	119
BAB IV PEMBAHASAN.....	133
IV.1 Analisis Asuhan Keperawatan Berdasarkan Konsep Teoritis dan Penelitian Terkait	133
IV.2 Analisis Penerapan <i>Evidence-Based Practice Nursing</i> (EBN) pada Kasus	153
IV.3 Implikasi	162
BAB V PENUTUP	164
V.1 Kesimpulan	164
V.2 Saran	167
DAFTAR PUSTAKA	169
RIWAYAT HIDUP	
LAMPIRAN	

DAFTAR TABEL

Tabel 1	Klasifikasi Berdasarkan eGFR	11
Tabel 2	Hasil Laboratorium Pasien Kelolaan Ny.S.....	73
Tabel 3	Analisa Data Pasien Kelolaan Ny.S.....	75
Tabel 4	Intervensi Keperawatan Pasien Kelolaan Ny.S	78
Tabel 5	Hasil Pengukuran Tingkat Fatigue Pada Pasien Kelolaan Ny.S.....	118
Tabel 6	Hasil Laboratorium Pasien Resume Ny.M.....	120
Tabel 7	Analisa Data Pasien Resume Ny.M.....	122
Tabel 8	Intervensi Keperawatan Pasien Resume Ny.M	124
Tabel 9	Hasil Pengukuran Tingkat Fatigue Pada Pasien Resume Ny.M.....	132
Tabel 10	Gambaran Pasien Kelolaan Ny.S	153
Tabel 11	Gambaran Pasien Resume Ny.M.....	154
Tabel 12	Hasil Pengukuran Tingkat Fatigue Pada Pasien Kelolaan Ny.S.....	155
Tabel 13	Hasil Pengukuran Tingkat Fatigue Pada Pasien Resume Ny.M.....	156

DAFTAR SKEMA

Skema 1 Genogram Pasien Kelolaan	67
--	----

DAFTAR LAMPIRAN

- Lampiran 1 Lembar Persetujuan Judul KIAN
- Lampiran 2 Lembar Persetujuan Sidang KIAN
- Lampiran 3 Lembar Monitoring Bimbingan
- Lampiran 4 Standar Operasional Prosedur (SOP)
- Lampiran 5 Media Edukasi
- Lampiran 6 Kuesioner FACIT-F
- Lampiran 7 Dokumentasi Kegiatan
- Lampiran 8 Luaran KIAN
- Lampiran 9 Letter Of Acceptance (LoA) Buku ISBN
- Lampiran 10 Surat Pernyataan Bebas Plagiarisme
- Lampiran 11 Hasil Uji Turnitin