

BAB V

PENUTUP

V.1 Kesimpulan

Berdasarkan hasil analisis dan pelaksanaan asuhan keperawatan yang dilakukan pada pasien kelolaan (Tn. I) dan pasien resume (Tn. B) di Unit Hemodialisis RSUD Tarakan, dapat disimpulkan sebagai berikut:

- a. Tn. I (Pasien Kelolaan), 46 tahun, dengan diagnosa GGK menjalani terapi hemodialisis disertai penyakit jantung, telah menjalani hemodialisis sejak 2020 dengan frekuensi tiga kali per minggu. Pemeriksaan menunjukkan TTV 125/64 mmHg, nadi 63 x/menit, RR 20 x/menit, suhu 36,5°C, eGFR 6 mL/menit/1,73 m², serta edema pitting 1+ pada ekstremitas bawah. Akses vaskular menggunakan AV Fistula di lengan kiri dengan data HD berupa BB kering 83 kg, BB pre-HD 85,90 kg, BB post-HD 84,52 kg, IDWG 1,66%, anuria (urin hanya menetes), IWL 1245 cc, dan balance cairan +185 cc. Parameter dialisis meliputi Qb 300 mL/menit, Qd 500 mL/menit, UF goal 4500 mL, UF rate 900 mL/jam, durasi 5 jam, dan heparin minimal 500/500. Pasien mengeluhkan sulit tidur, sering terbangun, membutuhkan 2–3 jam untuk kembali tidur, hanya tidur 4–5 jam per malam, dengan skor PSQI 14 yang menunjukkan gangguan tidur berat. Sementara itu, Tn. B (Pasien Resume) berusia 62 tahun dengan GGK akibat hipertensi menjalani hemodialisis sejak 2022 sebanyak dua kali per minggu. Keluhan meliputi pusing, mudah lelah, kram otot, kesemutan, dan sakit kepala saat atau setelah HD, dengan AV Fistula di lengan kiri yang berfungsi baik. Data HD menunjukkan UF goal 2000 mL, UF rate 500 mL/jam, Qb 270 mL/menit, Qd 500 mL/menit, durasi 5 jam, serta peningkatan berat badan antar sesi akibat ketidakpatuhan pembatasan cairan. Pasien mengalami gangguan tidur dengan pola tidur 22.00–04.30, sering terbangun akibat kram atau sakit kepala dan

Pediatricia Zalvo Kanelom, 2026

ANALISIS ASUHAN KEPERAWATAN DENGAN PENERAPAN *ACUPRESSURE* TERHADAP GANGGUAN POLA TIDUR PADA PASIEN YANG MENJALANI HEMODIALISIS

UPN “Veteran” Jakarta, Fakultas Ilmu Kesehatan, Program Studi Profesi Ners Program Profesi
[www.upnvj.ac.id-www.library.upnvj.ac.id-www.repository.upnvj.ac.id]

membutuhkan ± 1 jam untuk kembali tidur, dengan total tidur malam kurang dari 6 jam serta skor PSQI 10 yang menunjukkan kualitas tidur buruk.

- b. Masalah keperawatan yang muncul pada kedua pasien memiliki kesamaan dan perbedaan. Diagnosa keperawatan yang sama pada keduanya adalah hipervolemia dan gangguan pola tidur, sedangkan pada pasien kelolaan terdapat tambahan masalah penurunan curah jantung dan keletihan, sementara pada pasien resume ditemukan perfusi perifer tidak efektif.
- c. Intervensi keperawatan yang diberikan mengacu pada Standar Intervensi Keperawatan Indonesia (SIKI) dan disesuaikan dengan kebutuhan klinis masing-masing pasien, meliputi manajemen hipervolemia, dukungan tidur, manajemen energi, dan pemantauan sirkulasi, yang dipadukan dengan intervensi berbasis bukti berupa akupresur. Tindakan mencakup pemantauan tanda vital, evaluasi status cairan, edukasi sleep hygiene, serta pengaturan aktivitas untuk menurunkan kelelahan. Akupresur menjadi intervensi berbasis bukti karena penelitian terkini menunjukkan efektivitasnya dalam menurunkan skor PSQI dan meningkatkan relaksasi pasien hemodialisis. Teknik akupresur dilakukan sebelum sesi HD pada titik Shenmen (HT7), Neiguan (PC6), dan Yongquan (KI1) menggunakan tekanan jari 3–4 kg selama 5 menit per titik, didahului latihan pernapasan dalam. Intervensi ini bertujuan mengaktifkan sistem saraf parasimpatis, mengurangi ketegangan fisik, menurunkan kecemasan, dan memperbaiki kualitas tidur. Edukasi juga diberikan agar terapi dapat dilakukan secara mandiri di rumah, dan hasil tindakan didokumentasikan untuk memantau respons serta efektivitas intervensi.
- d. Kualitas tidur kedua pasien dinilai menggunakan Pittsburgh Sleep Quality Index (PSQI). Instrumen ini memberikan gambaran objektif mengenai komponen tidur pasien, seperti durasi, latensi, gangguan tidur, dan disfungsi siang hari. Skor > 5 menunjukkan kualitas tidur buruk, sehingga kedua pasien berada pada kategori yang membutuhkan intervensi keperawatan yang terarah untuk memperbaiki kondisi tidur mereka.

Pediatricia Zalvo Kanalom, 2026

ANALISIS ASUHAN KEPERAWATAN DENGAN PENERAPAN *ACUPRESSURE* TERHADAP GANGGUAN POLA TIDUR PADA PASIEN YANG MENJALANI HEMODIALISIS

UPN “Veteran” Jakarta, Fakultas Ilmu Kesehatan, Program Studi Profesi Ners Program Profesi
[www.upnvj.ac.id-www.library.upnvj.ac.id-www.repository.upnvj.ac.id]

- e. Hasil pelaksanaan terapi akupresur menunjukkan perbaikan signifikan baik secara subjektif maupun objektif. Skor PSQI Tn. I menurun dari 14 menjadi 11, sedangkan skor Tn. B menurun dari 10 menjadi 8. Selain angka skor, pasien juga melaporkan tidur lebih nyenyak, frekuensi terbangun berkurang, berkurangnya rasa kram dan kelelahan pasca HD, serta peningkatan energi pada siang hari. Respons positif ini menunjukkan bahwa akupresur mampu menimbulkan efek fisiologis nyata terhadap regulasi tidur dan kenyamanan tubuh pada pasien CKD yang menjalani HD.
- f. Secara keseluruhan, pelaksanaan asuhan keperawatan dengan penerapan akupresur pada kedua pasien memberikan dampak positif dan relevan secara klinis. Akupresur terbukti sebagai intervensi yang aman, sederhana, murah, dan tidak menimbulkan efek samping, serta dapat dipraktikkan secara mandiri oleh pasien maupun keluarga. Intervensi ini bermanfaat untuk meningkatkan kualitas tidur, mengurangi ketegangan otot, meningkatkan relaksasi, dan memberikan kenyamanan selama menjalani terapi HD jangka panjang. Dengan demikian, penerapan akupresur sebagai bagian dari *evidence-based nursing* dapat menjadi strategi efektif untuk meningkatkan kualitas tidur pasien, sekaligus direkomendasikan untuk dikembangkan melalui pelatihan perawat, penyusunan SOP, dan integrasi ke dalam intervensi rutin di ruang hemodialisis.

V.2 Saran

V.2.1 Bagi Unit Hemodialisis

Berdasarkan hasil evaluasi dan pelaksanaan asuhan keperawatan, disarankan agar unit hemodialisis mempertimbangkan penerapan terapi akupresur sebagai intervensi pendukung sebelum tindakan hemodialisis karena terbukti membantu meningkatkan kualitas tidur dan kenyamanan pasien. Unit dapat mengembangkan SOP akupresur, menyesuaikan dengan ketersediaan sumber daya, serta mengintegrasikannya ke dalam pelayanan komplementer berbasis bukti. Pelatihan mengenai teknik akupresur secara terstandar juga perlu diberikan agar penerapannya aman dan konsisten.

Pediatricia Zalvo Kanalom, 2026

ANALISIS ASUHAN KEPERAWATAN DENGAN PENERAPAN ACUPRESSURE TERHADAP GANGGUAN POLA TIDUR PADA PASIEN YANG MENJALANI HEMODIALISIS

UPN "Veteran" Jakarta, Fakultas Ilmu Kesehatan, Program Studi Profesi Ners Program Profesi
[www.upnvj.ac.id-www.library.upnvj.ac.id-www.repository.upnvj.ac.id]

V.2.2 Bagi Institusi Pendidikan

Bagi institusi pendidikan keperawatan, diharapkan agar materi tentang terapi komplementer berbasis bukti khususnya akupresur berbasis *Evidence-Based Nursing* (EBN), dalam kurikulum pembelajaran. Hal ini penting untuk membekali peserta didik dengan keterampilan holistik dan kemampuan menerapkan intervensi nonfarmakologis yang efektif, aman, dan mudah dilakukan pada pasien dengan gangguan pola tidur.

V.2.3 Bagi Pasien Hemodialisis dan Keluarga

Bagi pasien dan keluarga, diharapkan dapat berperan aktif dalam dalam pengelolaan gejala, termasuk menerapkan akupresur secara mandiri di rumah untuk membantu meningkatkan kualitas tidur dan mengurangi ketidaknyamanan selama menjalani hemodialisis. Edukasi tentang sleep hygiene, pembatasan cairan, serta teknik relaksasi perlu diberikan secara rutin agar pasien mampu mempertahankan kualitas tidur yang lebih baik secara berkelanjutan.

V.2.4 Bagi Peneliti Selanjutnya

Untuk peneliti selanjutnya, disarankan melakukan penelitian lanjutan dengan jumlah sampel yang lebih besar, periode intervensi yang lebih panjang, serta menggunakan desain penelitian eksperimental seperti *Randomized Controlled Trial* (RCT) untuk memperkuat bukti ilmiah efektivitas terapi akupresur terhadap kualitas tidur dan parameter fisiologis pasien hemodialisis.

Pediatrica Zalvo Kanalom, 2026

**ANALISIS ASUHAN KEPERAWATAN DENGAN PENERAPAN *ACUPRESSURE*
TERHADAP GANGGUAN POLA TIDUR PADA PASIEN YANG MENJALANI
HEMODIALISIS**

UPN "Veteran" Jakarta, Fakultas Ilmu Kesehatan, Program Studi Profesi Ners Program Profesi
[www.upnvj.ac.id-www.library.upnvj.ac.id-www.repository.upnvj.ac.id]