

PRODI PROFESI NERS PROGRAM PROFESI
FAKULTAS ILMU KESEHATAN
UNIVERSITAS KUSUMA HUSADA SURAKARTA
2023

Kiki Ambarwati¹⁾, Wahyuningsih Safitri²⁾

²⁾Dosen Program Studi Profesi Program Profesi Universitas Kusuma Husada Surakarta

¹⁾Mahasiswa Program Studi Profesi Program Profesi Universitas Kusuma Husada
Surakarta

kikiambar97@gmail.com

**PENGARUH BACK MASSAGE TERHADAP TINGKAT KELELAHAN
PADA PASIEN GAGAL GINJAL KRONIK YANG MENJALANI
TINDAKAN HEMODIALISA DI RUMAH SAKIT TK III 04.06.04
SLAMET RIYADI SURAKARTA**

Kiki Ambarwati

ABSTRAK

Latar Belakang : Gagal ginjal kronik (GGK) atau *Chronic Kidney Diseases* (CKD) merupakan gangguan fungsi ginjal yang progresif dan tidak dapat pulih kembali, dimana tubuh tidak mampu memelihara metabolisme, gagal memelihara keseimbangan cairan dan elektrolit yang berakibat pada peningkatan ureum. **Skenario kasus :** pasien sudah menjalani terapi hemodialisa sejak 24 november 2022 pasien rutin HD setiap 1 minggu 2x pada hari senin dan kamis pagi. Pasien mengatakan Pasien mengatakan lelah karena lama waktunya hemodialisa, Pasien mengatakan lelah ketika beraktivitas terlalu lama dan berjalan terlalu jauh, pasien mengatakan ketika bangun tidur merasa masih mengantuk dan lemas. **Strategi penelusuran bukti :** P (*patient*) CKD (*Chronic Kidney Disease*), I (*intervention*) *Back Massage*, C (*comparison Intervention*) (-), O (*outcome*), Menurunkan rasa kelelahan. **Pembahasan :** Pasien diberikan lembar informend consent dan kuesioner Fatigue Severity Scale (FSS). Untuk kuesoner dibagikan saat sebelum dilakukan back massage dan sesudah back massage. Pemberian back massage dilakukan sebanyak 1x dalam 3 hari dengan durasi waktu 15 menit.

Kata kunci : Gagal Ginjal Kronik, Penurunan kelelahan, back massage.
Daftar Pustaka : (2014-2023)

PROFESSIONAL STUDY PROGRAM NERS PROFESSIONAL PROGRAM
FACULTY OF HEALTH SCIENCES
KUSUMA HUSADA UNIVERSITY SURAKARTA
2023

**THE EFFECT OF BACK MASSAGE ON FATIGUE LEVELS IN
CHRONIC KIDNEY FAILURE PATIENTS UNDERGOING
HEMODIALYSIS AT TK III HOSPITAL 04.06.04 SLAMET RIYADI
SURAKARTA**

Kiki Ambarwati

ABSTRACT

Background: Chronic kidney failure (CRF) or Chronic Kidney Diseases (CKD) is a progressive and irreversible disorder of kidney function, where the body is unable to maintain metabolism, fails to maintain fluid and electrolyte balance which results in an increase in ureum. **Case scenario:** patients have undergone hemodialysis therapy since November 24, 2022, patients routinely HD every 1 week 2x on Monday and Thursday morning. Patients say Patients say tired because of the length of time hemodialysis, Patients say tired when moving too long and walking too far, patients say when waking up feel still sleepy and weak. **Evidence-finding strategies:** P (patient) CKD (Chronic Kidney Disease), I (intervention) Back Massage, C (comparison intervention) (-), O (outcome), Reduce fatigue. **Discussion:** Patients are given an informend consent sheet and a Fatigue Severity Scale (FSS) questionnaire. The questionnaire is distributed before the back massage and after the back massage. Back massage is done 1x in 3 days with a duration of 15 minutes.

Keywords: Chronic Kidney Failure, Decreased fatigue, back massage.

Bibliography : (2014-2023)

PENDAHULUAN

Gagal ginjal kronik (GGK) atau *Chronic Kidney Diseases* (CKD) merupakan gangguan fungsi ginjal yang progresif dan tidak dapat pulih kembali, dimana tubuh tidak mampu memelihara metabolisme, gagal memelihara keseimbangan cairan dan elektrolit yang berakibat pada peningkatan ureum. Pada pasien gagal ginjal kronik mempunyai karakteristik bersifat menetap, tidak bisa disembuhkan dan memerlukan pengobatan berupa hemodialisis, dialisis peritoneal, transplantasi ginjal dan rawat jalan dalam jangka waktu yang lama (Black, J.M. & Hawk, 2018).

Penderita gagal ginjal kronik memerlukan terapi untuk menunjang kehidupannya yaitu hemodialisa atau cangkok ginjal. Terapi hemodialisa harus dilakukan seumur hidup bagi penderita gagal ginjal kronik. (Pratama, Pragholapati & Nurrohman, 2020).

Data *World Health Organization* tahun 2015 mengutarakan angka kejadian gagal ginjal kronik di dunia mencapai 10% dari populasi, yang menjalani hemodialisa diperkirakan mencapai 1.500.000 jiwa di seluruh dunia (Putri, Alini, Indrawati, 2020). menderit gagal ginjal kronik. Hanya (60%) dari pasien gagal ginjal kronik tersebut yang menjalani terapi dialisis, Di Provinsi Jawa Tengah sendiri, prosentase kejadian penyakit gagal ginjal kronis adalah sebesar 0,3 % dari total penduduk di Jawa Tengah (Risesdas, 2020). Sedangkan data pasien Hemodialisa yang menjalani Hemodialisa di Rumah Sakit TK III 04.06.04 Slamet

Riyadi Surakarta dalam jumlah bulan Oktober 2023 yaitu sebanyak 60 pasien.

Pasien yang menjalani hemodialisis mengalami berbagai masalah yang timbul akibat tidak berfungsinya ginjal. Gejala gangguan fisik yang paling sering adalah kelelahan, gatal-gatal, kram otot, mudah memar, sesak napas, merasa pusing, rasa kebas di kedua kaki, mual dan kurang nafsu makan, kulit kering, nyeri tulang/sendi. Gangguan psikologis seperti kecemasan, depresi, isolasi sosial, kesepian, tidak berdaya, dan putus asa. Banyak studi melaporkan bahwa pasien yang menjalani terapi hemodialisa juga memiliki resiko lebih besar untuk menderita kualitas tidur yang buruk (Kamil, 2017).

Tindakan non-farmakologi untuk mengatasi rasa lelah salah satunya yaitu *massage*. *Back massage* merupakan salah satu teknik dari *massage* pada punggung dengan mengusap secara perlahan. (Amalia & Prihati, 2021). Mengatasi gangguan tidur dapat dilakukan dengan terapi farmakologi obat-obatan atau dengan non-farmakologi dengan *hypnotherapy*, relaksasi, siman, Bukit, 2018).

Beberapa teknik pijat dapat dipakai dalam mengatasi penderita yang mengalami gangguan tidur. Lin *et al.*, (2015) menyatakan dalam hasil penelitiannya bahwa dengan pemberian teknik *massage* mampu mengatasi gangguan tidur sehingga meningkatkan kualitas tidur pasien dengan penyakit berbeda selama 4 minggu pemberian intervensi.

Menurut penelitian Julius Nanda (2023) intervensi *back massage* dilakukan selama 15 menit dan 1 kali dalam waktu 3 hari. Dari hasil penelitian menunjukkan hasil bahwa setelah dilakukan penerapan *back massage* skor *fatigue* pada kedua subyek yang mengalami penurunan dari skor 40 dan 41 menjadi 29 dan 30. *back massage* efektif dalam menurunkan *fatigue* pada pasien gagal ginjal kronik.

Berdasarkan hasil observasi dan wawancara yang telah dilakukan kurang lebih selama 1 minggu pada tanggal 23-28 Oktober 2023 didapatkan pasien kelelahan sebanyak 6 orang. Selain pemberian terapi farmakologi pasien juga perlu mendapatkan terapi non farmakologis. Pada pasien Hemodialisa yang merasakan Kelelahan biasanya diberikan beberapa teknik yaitu salah satunya adalah *massage* yang bertujuan untuk mengurangi rasa lelah yang dialami pasien hemodialisa.

Berdasarkan Latar Belakang, Maka Peneliti Tertarik Untuk Melakukan Penelitian Mengenai “Pengaruh *Back Massage* Terhadap Tingkat Kelelahan Pada Pasien Gagal Ginjal Kronik Yang Menjalani Tindakan Hemodialisa Di Rumah Sakit Tk III 04.06.04 Slamet Riyadi Surakarta”.

METODE PENELITIAN

Metode penanganan terhadap kelelahan atau *fatigue* dapat dilakukan dengan cara *Back massage* atau pijat punggung . Terapi *Back Massage* dilakukan dalam waktu 15 menit selama 1 kali dalam 3 hari dan

dilaksanakan setelah terapi hemodialisa. Jenis rancangan yang digunakan adalah penelitian deskriptif dengan pendekatan studi kasus dengan menggunakan metode *pre* dan *post* implementasi. Instrumen penerapan *Back Massage* menggunakan lembar *Fatigue Severity Scale* (FSS).

HASIL DAN PEMBAHASAN

Hasil pengkajian yang ditemukan pada Ny.W berusia 64 tahun dari data fokus yaitu Hasil pengkajian yang ditemukan pada Ny.W dari data fokus keluhan utama dengan data subyektif yaitu Pasien mengatakan lelah karena lama waktunya hemodialisa, Pasien mengatakan lelah ketika beraktivitas terlalu lama dan berjalan terlalu jauh, pasien mengatakan ketika bangun tidur merasa masih mengantuk dan lemas. Penulis menyimpulkan bahwa terlalu lama dalam proses hemodialisa , hal ini dibuktikan bahwa Faktor yang paling menonjol diakibatkan oleh kelelahan fisik, mental dan fisiologi , pasien orang dewasa yang menerima hemodialisis khususnya yang mengalami *fatigue* meskipun pada posisi terlentang maupun duduk menunjukkan energi yang lemah, perubahan cairan dan kadar kimia darah Akibatnya pasien akan mengalami lelah, letih, lesu yang merupakan gejala *fatigue* (Studi et al., 2022).

Setelah selesai dilakukan tindakan pemberian terapi *Back Massage* kemudian diberikan post test menggunakan Kuesioner *Fatigue Severity Scale* (FSS) untuk mengukur tingkat depresi Ny.W, didapatkan hasil hari pertama

dengan nilai *pre teset* nilai 42 (<36 responden tidak mengalami kelelahan) dimana pada *post test* sesudah diberikan terapi *back massage* hasil kuesioner menunjukkan angka 39 (>36 responden mengalami kelelahan) dimana terdapat perbedaan angka *post test* lebih rendah (kelelahan menurun) pada tingkat kelelahan Ny.W, didapatkan hasil hari kedua dengan nilai *pre teset* nilai 39 (<36 responden tidak mengalami kelelahan) dimana pada *post test* sesudah diberikan terapi *back massage* hasil kuesioner menunjukkan angka 31 (>36 responden mengalami kelelahan) dimana terdapat perbedaan angka *post test* lebih rendah (tidak mengalami kelelahan) pada Ny.W. didapatkan hasil hari ketiga dengan nilai *pre teset* nilai 31 (<36 responden tidak mengalami kelelahan) dimana pada *post test* sesudah diberikan terapi *back massage* hasil kuesioner menunjukkan angka 21 (>36 responden mengalami kelelahan) dimana terdapat perbedaan angka *post test* lebih rendah (tidak mengalami kelelahan) pada Ny.W.

Dalam pemberian terapi *Back Massage* yang dilakukan pada Ny W dalam waktu 15 menit selama 1 kali dalam 3 hari dan dilaksanakan setelah hemodialisa. Terdapat persamaan hasil penelitian terdahulu dengan hasil penelitian sekarang, bahwa adanya pengaruh *back massage* terhadap tingkat fatigue. Yang sejalan dengan penelitian (Julius Nanda et al., 2023) *Back massage* merupakan teknik manipulasi jaringan lunak dengan tujuan tunjuk relaksasi otot,

perbaiki sirkulasi darah, perbaikan fleksibilitas dan pengurangan nyeri dalam upayanya untuk membantu mempercepat proses penyembuhan beberapa macam penyakit.

Back massage mampu merileksasikan beberapa kumpulan otot di area punggung yang akan merangsang sistem limbik di hipotalamus untuk mengeluarkan *corticotropin releasing factor* (CRF). CRF akan menstimulasi hipofisis untuk meningkatkan sekresi endorfin dan *pro opioid melano cortin* (POMC) yang akan meningkatkan produksi enkefalin oleh medula adrenal sehingga akan mempengaruhi suasana hati dan memberikan perasaan rileks.

KESIMPULAN DAN SARAN

Hasil pengkajian yang dilakukan penulis pada tanggal 9 November 2023 yang dilakukan dengan metode anamnesa dan alloanamnesa didapatkan Hasil pengkajian yang ditemukan pada Ny.W dari data fokus keluhan utama dengan data subyektif yaitu Pasien mengatakan lelah karena lama waktunya hemodialisa, Pasien mengatakan lelah ketika beraktivitas terlalu lama dan berjalan terlalu jauh, pasien mengatakan ketika bangun tidur merasa masih mengantuk dan lemas. Sedangkan untuk data obyektifnya Pasien tampak lesu, lemas dan mengantuk, Td : 165/75 mmHg, N : 112 x/menit, RR : 21 x/menit, S : 36,6 °C.

Diagnosis keperawatan yang muncul pada Ny.W Berdasarkan pengumpulan data dalam pengkajian yang dilakukan, maka ada beberapa diagnosis yang dapat diangkat pada

Ny. W yaitu Keletihan b.d Program perawatan/ pengobatan jangka panjang.

Intervensi keperawatan yang disusun untuk mengatasi diagnosis yang muncul pada Ny.W dengan, intervensi yang dilakukan peneliti untuk mengatasi masalah keletihan pada Ny.W dengan menerapkan intervensi untuk mencapai outcome yaitu melalui tahap observasi, terapeutik, edukasi dan kolaborasi. Penerapan intervensi yang dilakukan peneliti yaitu menerapkan Terapi *Back Massage* pada pasien Ny.W.

Implementasi keperawatan yang telah dilakukan yaitu dengan tindakan non-farmakologis dengan Terapi *Back Massage* terapi tersebut dilakukan selama 3 hari, dengan durasi selama 15 menit. Setelah selesai dilakukan tindakan pemberian terapi *Back Massage* kemudian diberikan post test menggunakan Kuesioner *Fatigue Severity Scale* (FSS) untuk mengukur tingkat depresi Ny.W, didapatkan hasil hari pertama dengan nilai *pre teset* nilai 42 (<36 responden tidak mengalami kelelahan) dimana pada *post test* sesudah diberikan terapi *back massage* hasil kuesioner menunjukkan angka 39 (>36 responden mengalami kelelahan) dimana terdapat perbedaan angka post test lebih rendah (kelelahan menurun) pada tingkat kelelahan Ny.W, didapatkan hasil hari kedua dengan nilai *pre teset* nilai 39 (<36 responden tidak mengalami kelelahan) dimana pada *post test* sesudah diberikan terapi *back massage* hasil kuesioner menunjukkan angka 31 (>36 responden mengalami kelelahan) dimana terdapat perbedaan angka

post test lebih rendah (tidak mengalami kelelahan) pada Ny.W. didapatkan hasil hari ketiga dengan nilai *pre teset* nilai 31 (<36 responden tidak mengalami kelelahan) dimana pada *post test* sesudah diberikan terapi *back massage* hasil kuesioner menunjukkan angka 21 (>36 responden mengalami kelelahan) dimana terdapat perbedaan angka post test lebih rendah (tidak mengalami kelelahan) pada Ny.W. Dapat disimpulkan bahwa penerapan terapi *Back Massage* terbukti efektif untuk menurunkan tingkat kelelahan pasien yang menjalani Hemodialisa.

Evaluasi keperawatan yang dilakukan selama 3 hari sudah dilakukan secara komprehensif dengan acuan rencana keperawatan yang didapatkan hasil bahwa masalah keperawatan keletihan dapat teratasi dengan data subyektif Ny.W mengatakan lebih rileks dan dapat melakukan aktivitas yang ringan seperti menyapu dan melipat baju, data objektif pasien tampak rileks dan tingkat kelelahan menurun Skor *Fatigue pre back massage* 31 dan skor post *back massage* 21 Dapat disimpulkan bahwa masalah keperawatan keletihan dapat teratasi dan intervensi dihentikan. Anjurkan keluarga untuk melakukan terapi *back massage* apabila pasien mengalami kelelahan.

Berdasarkan penelitian ini diharapkan Pelayanan Kesehatan (Rumah Sakit) tenaga kesehatan khususnya perawat diharapkan selalu berkoordinasi dengan tim kesehatan lainnya dalam memberikan asuhan keperawatan pada pasien, agar mampu mengatasi semua masalah pasien. Khususnya pada pasien gagal

ginjal kronik menjalani hemodialisa yang mengalami kelelahan, selain itu perawat juga diharapkan dapat memberikan pelayanan profesional, komprehensif dan dapat mengajarkan keluarga cara untuk dilakukannya terapi *back massage* agar saat pasien mengalami kelelahan dapat dilakukan *back massage* secara mandiri dirumah.

Daftar Pustaka

- Bambang Trisnowiyanto, 2012. Instrumen Pemeriksaan Fisioterapi dan Penelitian Kesehatan. Yogyakarta : Nuha Medika
- Guswanti. (2019). *ASUHAN KEPERAWATAN PADA PASIEN GAGAL GINJAL KRONIK DENGAN HEMODIALISA DI RUANG FLAMBOYAN RSUD ABDUL WAHAB SJAHRANIE SAMARINDA*.
- Mailisna, Kasiman, S., & Bukit, E.K. 2018. Perbedaan Terapi *Back Massage* dan Akupresur Terhadap Kualitas Tidur Pasien Hemodialisa di Rumah Sakit Umum Langsa. *Jurnal pendidikan dan praktik kesehatan*, 1(1), 26-32. ISSN 2655- 027X.
- Masi, G.N., & Kuandre, R. 2018. Perbandingan Kualitas Hidup Pasien Gagal Ginjal Kronik Dengan Comorbid Faktor Diabetes Mellitus dan Hipertensi di Ruang Hemodialisa RSUP Prof.Dr.RD Kandou Manado. *E-Jurnal keperawatan (E-KP)*, 5(2), 1-9. Doi : <https://doi.org/10.35790/jkp.v5i2.25163>.
- Ningrum, W.A.C., Imardiani, I., & Rahma, S. 2017. Faktor Yang Berhubungan Dengan Kualitas Tidur Pasien Gagal Ginjal Kronik Dengan Terapi Hemodialisa. *In proceeding seminar nasional keperawatan*, 3(1), pp.278-284. ISSN : 2685-4449.
- Notoatmodjo. (2014a). *Metode Penelitian Kesehatan*. Rineka Cipta.
- Notoatmodjo, S. (2014b). *Metodologi Penelitian Kesehatan*. Rineka Cipta.
- Sadock's, Benjamin James, V., & Alcott. (2017). *Theories of personality and psychopathology, Mood Disorders, Kaplan & Sadock's: Synopsis of psychiatry*. New York. ; 197: 527-55.
- Nursalam. (2016). *Metodologi Penelitian Ilmu Keperawatan*. Jakarta: Selemba Medika
- Pragholapati, A., & Nurrohman, I. 2020. Mekanisme Koping Pada Pasien Gagal Ginjal Kronik Yang Menjalani Hemodialisa di Unit Hemodialisa RSUD Bandung. *Jurnal smart keperawatan*, 7(1), 18-21. Doi : <http://dx.doi.org/10.34310/jskp.v7i1.318>.
- Putri, E., Alini, A., & Indrawati, I. 2020. Hubungan Dukungan Keluarga dan Kebutuhan Spiritual Dengan Tingkat Kecemasan Pasien Gagal Ginjal Kronik Dalam Menjalani Terapi Hemodialisa di RSUD Bangkinang. *Jurnal Ners*, 4(2), 47-55. Doi : <https://doi.org/10.31004/jn.v4i2.113>

Tim Pokja SDKI DPP PPNI, (2018),
Standar Diagnosis Keperawatan Indonesia (SDKI), Edisi 1, Jakarta, Persatuan Perawat Indonesia

Tim Pokja SLKI DPP PPNI, (2018),
Standar Luaran Keperawatan Indonesia (SLKI), Edisi 1, Jakarta, Persatuan Perawat Indonesia

Tim Pokja SIKI DPP PPNI, (2018),
Standar Intervensi Keperawatan Indonesia (SIKI), Edisi 1, Jakarta, Persatuan Perawat Indonesia

Wiyoto, B.T. (2011). *Remedial Massage*. Yogyakarta: Nuha Medika

