

**PENERAPAN SLOW BACK MASSAGE UNTUK MENGURANGI KELELAHAN
PADA PASIEN GAGAL GINJAL KRONIK YANG MENJALANI
HEMODIALISIS**



Disusun oleh :

Dwi Noviana

SN221040

PROGRAM STUDI PROFESI NERS PROGRAM PROFESI

FAKULTAS ILMU KESEHATAN

UNIVERSITAS KUSUMA HUSADA SURAKARTA

TAHUN AKADEMIK 2022/2023

PENERAPAN SLOW BACK MASSAGE UNTUK MENGURANGI KELELAHAN PADA PASIEN GAGAL GINJAL KRONIK YANG MENJALANI HEMODIALISIS

Dwi Noviana¹⁾, Firman Prastiwi²⁾

¹⁾Universitas Kusuma Husada Surakarta

²⁾Universitas Kusuma Husada Surakarta

dwinoviana621@gmail.com

ABSTRAK

Gagal Ginjal Kronik merupakan kerusakan fungsi ginjal yang terjadi lebih dari 3 bulan, berupa kelainan struktural maupun fungsional ginjal dengan atau tanpa disertai penurunan laju filtrasi glomerulus (*Glomerulus Filtration Rate / GFR*). Yang sering dirasakan pasien gagal ginjal kronik setelah menjalani hemodialisa adalah kelelahan. Salah satu manajemen kelelahan fisik nonfarmakologi dapat dilakukan dengan pemberian pijat. Pada karya ilmiah ini yang bisa dilakukan untuk mengurangi kelelahan fisik *slow back massage*. Intervensi tersebut secara klinis efektif dalam mengurangi kelelahan pada pasien hemodialisis. Hasil pengkajian didapatkan pasien dengan keluhan mengatakan sering merasakan lelah pada saat hemodialisa, kedua kaki bengkak dan sedikit sesak nafas. Rancangan penelitian menggunakan penelitian studi kasus yang mencakup pengkajian satu unit penelitian secara intensif. Subjek studi kasus adalah satu orang pasien dengan gagal ginjal kronik yang akan diamati secara mendalam. Hasil studi menunjukkan bahwa pengelolaan asuhan keperawatan pada pasien gagal ginjal kronik terhadap kelelahan menjalani hemodialisis dengan masalah keperawatan kelelahan yang dilakukan tindakan *slow back massage* diberikan selama 2 kali pertemuan dengan durasi 3 menit, didapatkan hasil dapat mengurangi kelelahan 29 menjadi 36. Penerapan *slow back massage* sebagai terapi nonfarmakologi dapat membantu mengurangi kelelahan pada pasien gagal ginjal yang menjalani hemodialisis yang ditandai dengan kelelahan berkurang.

Kata kunci: Gagal Ginjal Kronik, Hemodialisa, Kelelahan, *Slow Back Massage*

APPLICATION OF SLOW BACK MASSAGE TO REDUCE FATIGUE IN CHRONIC KIDNEY FAILURE PATIENTS UNDERGOING HEMODIALYSIS

Dwi Noviana¹⁾, Firman Prastiwi²⁾

¹⁾University Kusuma Husada Surakarta

²⁾University Kusuma Husada Surakarta

dwinoviana621@gmail.com

ABSTRACT

Chronic kidney failure is damage to kidney function that occurs for more than 3 months, in the form of structural and functional abnormalities of the kidney with or without a decrease in the glomerular filtration rate (Glomerular Filtration Rate/GFR). Chronic kidney failure patients often feel after undergoing hemodialysis is fatigue. One non-pharmacological management of physical fatigue can be done by giving massage. In this scientific work, slow back massage can be done to reduce physical fatigue. This intervention is clinically effective in reducing fatigue in hemodialysis patients. The result of the study showed that the patient complained that he often felt tired during hemodialysis, both legs were swollen and he was a little short of breath. The research design uses case study research which includes an intensive study of one research unit. The subject of the case study is a patient with chronic kidney failure who will be observed in depth. The results of the study show that the management of nursing care for patients with chronic kidney failure regarding fatigue undergoing hemodialysis with nursing problems of fatigue who carried out slow back massage was given during 2 meetings with a duration of 3 minutes, the result were found to reduce fatigue from 29 to 36. The application of slow back massage as a therapy: non pharmacology can help reduce fatigue in kidney failure patients undergoing hemodialysis who are characterized by reduced fatigue.

Keywords: Chronic Kidney Failure, Hemodialysis, Fatigue, Slow Back Massage

PENDAHULUAN

Gagal ginjal kronis suatu keadaan klinis yang ditandai dengan penurunan fungsi ginjal yang irreversible dimana tubuh tidak dapat lagi menjaga metabolisme serta keseimbangan cairan dan elektrolit sehingga menyebabkan uremia (Brunner & Suddarth, 2013). Gagal ginjal kronis yaitu salah satu penyakit yang masuk dalam 10 penyakit tidak menular kronis di Indonesia.

Data *World Health Organization* tahun 2018 mengutarakan angka kejadian gagal ginjal kronik di dunia mencapai 10% dari populasi, yang menjalani hemodialisa diperkirakan mencapai 1.500.000 jiwa di seluruh dunia. Menurut *Center for Disease Control and prevention*, prevalensi gagal ginjal kronik di Amerika Serikat pada tahun 2012 lebih dari 10% atau lebih dari 20.000.000 jiwa (Putri et al, 2020).

Prevelensi penyakit gagal ginjal kronis di Indonesia pada tahun 2018 mencapai 0,2 % dan mengalami peningkatan pada tahun 2020 0,38% (RISKESDAS, 2020). Menurut data nasional berkisar 713.783 jiwa dan 2.850 yang melakukan pengobatan hemodialisa. Jumlah penyakit gagal ginjal kronik di Jawa Barat mencapai 131.846 jiwa dan menjadi provinsi

tertinggi di Indonesia, Jawa Tengah menduduki urutan kedua dengan angka mencapai 113.045 jiwa. Dalam uraian tersebut jumlah pada laki-laki adalah 355.726 jiwa, sedangkan pada perempuan adalah 358.057 jiwa (Kemenkes, 2019). Rumah Sakit TK III 04.06.04 Slamet Riyadi Surakarta sebanyak 58 pasien yang menjalani hemodialisa dari bulan Mei-Juli 2023.

Penatalaksanaan gagal ginjal yang utama adalah dengan rutin menjalani hemodialisa. Hemodialisa adalah proses pembuangan zat-zat sisa metabolisme yang beracun dengan mengalirkan darah dari tubuh pasien ke dialiser tempat darah dibersihkan kemudian dikembalikan ke tubuh pasien setelah mengeluarkan air, elektrolit dan limbah terlalu banyak dalam tubuh. Hemodialisa merupakan terapi utama pada pasien gagal ginjal kronis untuk mempertahankan hidupnya lebih lama (Smeltzer & Bare, 2013).

Efek dari hemodialisa berupa kelelahan (*fatigue*) yang dirasakan meliputi mental dan fisik dalam jangka waktu lama yang tidak bisa hilang meskipun beristirahat (Balouchi et al., 2016). Kelelahan adalah gejala umum pada pasien penyakit gagal ginjal kronis yang menjadi sebuah fenomena kompleks, multidimensi, dan

multifactorial yang telah didefinisikan sebagai kelemahan mental, kelemahan fisik atau keduanya (Sturgeon et al., 2016).

Kelelahan dapat menimbulkan banyak sekali masalah bagi penderitanya, dampak yang dapat timbul akibat kelelahan seperti stres, penurunan kualitas hidup, serta gangguan sistem kardiovaskuler seperti penyakit jantung, kematian. Oleh karena itu, dibutuhkan penatalaksanaan yang tepat untuk menurunkan kelelahan. Penanganan kelelahan dapat dilakukan dengan terapi medis dan terapi non medis (A E Zeinab, 2014).

Intervensi yang tepat diberikan untuk menurunkan kelelahan (*fatigue*) menggunakan terapi non medis salah satunya adalah *slow back massage*. *Massage* adalah tindakan manipulasi jaringan untuk merelaksasikan kekakuan serabut otot, meningkatkan sirkulasi, mengembalikan mobilitas, mengurangi tekanan darah, serta menghilangkan stress (Taylor, et al., 2014). Secara mental-emosional, masase dapat digunakan untuk mengurangi kecemasan, memberikan rasa relaksasi serta kesejahteraan (Kozier, 2016). *Slow stroke back massage* dapat meningkatkan aliran darah serta nutrisi ke area tertentu dan meningkatkan ekskresi produk limbah seperti asam laktat yang

akan menghasilkan pelepasan energi dan penurunan *fatigue* pada pasien yang menjalani hemodialisis (Hasankhani, et al., 2013).

METODE STUDI KASUS

Penelitian ini merupakan penelitian studi kasus yang mencakup pengkajian satu unit penelitian secara intensif kepada satu pasien dan keluarga. Studi ini dilakukan pada bulan Agustus 2023. Subjek dalam studi kasus ini adalah Ny. L pasien yang didoagnosa gagal ginjal kronik di ruang hemodialisa Rumah Sakit TK III 04.06.04 Slamet Riyadi Surakarta.

Pada studi ini subjek diberikan terapi nonfarmakologi *slow back massage* dengan durasi 3 menit dilakukan seminggu 2 kali pertemuan.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Evaluasi adalah aktivitas yang direncanakan, berkelanjutan, dan terarah ketika klien dan professional kesehatan menentukan kemajuan klien menuju pencapaian tujuan atau hasil, dan keefektifan rencana asuhan keperawatan (Mansjoer, 2014). Hasil evaluasi yang sudah didapatkan pada masalah keletihan berhubungan dengan program perawatan

(hemodialisa) ditandai dengan mengeluh lelah, tampak lesu didapatkan data subjektif yaitu pasien mengatakan lelah menurun, lesu menurun, energi sedikit meningkat. Data objektif didapatkan yaitu pasien tampak lebih rileks, lebih tenang, tampak lesu menurun, tampak tenaga meningkat. Dapat disimpulkan masalah keletihan teratasi sebagian, maka perlu dilanjutkan intervensi kolaborasi dengan keluarga dalam pemberian terapi *slow back massage*.

Dalam pemberian terapi *slow back massage* yang dilakukan pada Ny. L selama 2 kali pertemuan didapatkan hasil bahwa kelelahan menurun dibuktikan dengan nilai *FACIT Fatigue Scale* menurun dari nilai 29 menjadi 36. Sesuai dengan penelitian Bangkit dan Wachidah (2022) dimana setelah dilakukan terapi *slow back massage* 2 kali dalam seminggu selama 3 sampai 10 menit terbukti secara efektif dapat menurunkan kelelahan pada pasien yang menjalani terapi hemodialisa, selain itu pasien juga merasakan perasaan stressnya hilang setelah dilakukan tindakan *slow back massage* atau pijat punggung.

KESIMPULAN

Pengkajian terhadap masalah utama kelelahan pada Ny. L telah dilakukan

langkah pertama proses keperawatan yang dilakukan pada pasien hemodialisa dengan hasil data pengkajian dari data fokus yaitu TD :196/89 mmHg, Suhu : 36,5⁰C, RR : 20 x/menit, Nadi : 86 x/menit, BB : 60 Kg, QB : 260, UFG : 4000, balance cairan +150 cc. Diagnosis keperawatan yang muncul pada Ny. L adalah hasil dari data pengkajian dan observasi yang diperoleh, maka penulis merumuskan diagnosis keperawatan yaitu keletihan berhubungan dengan program perawatan (hemodialisa) ditandai dengan mengeluh lelah, tampak lesu. Intervensi keperawatan yang disusun untuk diagnosis keletihan berhubungan dengan program perawatan (hemodialisa) ditandai dengan mengeluh lelah, tampak lesu diantaranya : identifikasi teknik relaksasi yang pernah digunakan, monitor respon terhadap terapi relaksasi (*slow back massage*), jelaskan tujuan, manfaat dan jenis relaksasi (*slow back massage*), anjurkan mengambil posisi nyaman. Implementasi keperawatan yang telah dilakukan yaitu dengan tindakan non farmakologis yaitu terapi *slow back massage*, terapi tersebut dilakukan selama 2 kali pertemuan dengan durasi selama 3 sampai 10 menit untuk menurunkan kelelahan pasien yang menjalani hemodialisa. Evaluasi keperawatan yang

dilakukan selama 2 kali pertemuan sudah dilakukan secara komprehensif dengan acuan rencana keperawatan yang didapatkan hasil bahwa masalah keletihan atau kelelahan teratasi sebagian dengan data subjektif pasien mengatakan lelah menurun, lesu menurun, energi sedikit meningkat. Data objektif didapatkan yaitu pasien tampak lebih rileks, lebih tenang, tampak lesu menurun, tampak tenaga meningkat, nilai *FACIT fatigue scale* 36.

SARAN

a. Pelayanan Kesehatan

Perawat lebih banyak memberikan pelayanan secara maksimal sehingga mampu meningkatkan kualitas hidup pasien untuk terhindar dari kelelahan (*fatigue*) yang bisa mengakibatkan memburuknya kondisi pasien gagal ginjal kronik dan memberikan pendidikan kesehatan serta motivasi sehingga dapat berdampak positif terhadap kesehatan pasien dan keluarga

b. Institusi

Institusi sebaiknya mengadakan diskusi mengenai penerapan *slow back massage* untuk mengurangi kelelahan

pada pasien gagal ginjal kronik yang menjalani hemodialisis, sehingga mahasiswa mampu meningkatkan cara untuk berpikir kritis dalam menerapkan suatu intervensi mandiri keperawatan sesuai dengan jurnal penelitian terbaru.

c. Perkembangan Ilmu Keperawatan

Hasil penelitian ini diharapkan agar selalu menambah wawasan dan memperdalam ilmu pengetahuan dalam bidang keperawatan khususnya dalam pelaksanaan pelayanan asuhan keperawatan pada pasien gagal ginjal kronik di rumah sakit

d. Penulis Selanjutnya

Diharapkan dapat menambah evaluasi gagal ginjal kronik atau intervensi pre-post bisa ditambahkan, wawasan dan pengalaman tentang penyakit gagal ginjal kronik serta pelaksanaan *slow back massage* untuk mengurangi kelelahan pada pasien gagal ginjal kronik yang menjalani hemodialisa

e. Pasien dan Keluarga

Pasien dan keluarga diharapkan dapat mengetahui tanda gejala, komplikasi, serta pengobatan yang harus dilakukan pada penderita gagal ginjal kronik. Dapat melakukan terapi *slow back massage* secara mandiri

DAFTAR PUSTAKA

- Brunner & Suddarth. (2013). *Keperawatan Medikal Bedah* (Edisi 12).
- Kemkes. (2019). Kementerian Kesehatan Republik Indonesia. *Kementerian Kesehatan RI*, 1(1), 1. <https://www.kemkes.go.id/article/view/19093000001/penyakit-jantung-penyebab-kematian-terbanyak-ke-2-di-indonesia.html>
- PPNI, Tim Pokja SDKI DPP. (2017). Standar Diagnosis Keperawatan Indonesia: Definisi dan Indikator Diagnostik (1st ed.). DPP PPNI.
- PPNI, Tim Pokja SIKI DPP. (2018). Standar Intervensi Keperawatan.
- PPNI, Tim Pokja SLKI DPP. (2018). Standar Luaran Keperawatan Indonesia
- 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>
- RIKESDAS (2020). PREVALENSI GAGAL GINJAL KRONIS DAN PREVALENSI PENYAKIT GINJAL KRONIS (PERMIL) \geq 15 TAHUN BERDASARKAN DIAGNOSIS DOKTER MENURUT PROVINSI (RIKESDAS, 2018).
- Smeltzer, S. C., & Bare, B. G. (2015). *Buku Ajar Keperawatan Medikal-Bedah Brunner & Suddarth. Ed.8. Vol.2.* Jakarta: ECG.