

**PRODI PROFESI NERS PROGRAM PROFESI
FAKULTAS ILMU KESEHATAN
UNIVERSITAS KUSUMA HUSADA SURAKARTA
2024**

**PENERAPAN PENERAPAN TERAPI *BACK MASSAGE* TERHADAP TINGKAT
KELELAHAN PASIEN *CHRONIC KIDNEY DISEASE* (CKD) YANG
MENJALANI HEMODIALISA DI RSUD dr. SOEHADI PRIJONEGORO
SRAGEN**

Erna Sulingga¹⁾ Lalu Panji M.Azali²⁾

¹⁾ Mahasiswa Prodi Profesi Ners Program Profesi Universitas Kusuma Husada Surakarta

²⁾ Dosen Prodi Profesi Ners Program Profesi Universitas Kusuma Husada Surakarta

Email : Ernasulingga12345@gmail.com

ABSTRAK

Chronic Kidney Disease (CKD) telah muncul sebagai salah satu dari penyebab utama kematian dan sering disebut sebagai *silent disease* dikarenakan seringkali tidak menunjukkan gejala. *Chronic Kidney Disease* (CKD) membutuhkan pengobatan yang bisa mengambil alih fungsi ginjalnya, salah satunya yaitu hemodialisa. Tiap hemodialisa dilakukan 4-5 jam dengan frekuensi 2 kali seminggu. Dampak yang dapat terjadi karena lamanya terapi hemodialisa dapat menyebabkan pasien mengalami kekurangan energi serta kelelahan. Kelelahan dapat diatasi dengan terapi non farmakologi yaitu *back massage*.

Desain menggunakan metode deskriptif dengan pendekatan studi kasus. Subjek yang digunakan pasien dengan *Chronic Kidney Disease* (CKD) dengan kriteria inklusi dan eksklusi yang sudah ditetapkan. Variabel independent *handgrip* dan variabel dependent kelelahan. Intervensi yang diberikan yaitu *back massage*. Alat ukur dalam studi kasus menggunakan *Fatigue Assessment Scale* (FAS).

Hasil penelitian menunjukkan hasil selama 2 kali pertemuan sebelum diberikan terapi *back massage* didapatkan tingkat kelelahan pertemuan pertama 22 (berat) dan pertemuan kedua 20 (ringan). Dan setelah dilakukan terapi *back massage* tingkat kelelahan pertemuan pertama menjadi 20 dan pertemuan kedua menjadi 19 mengalami penurunan dan berada pada kategori ringan. Pasien mengatakan terapi *back massage* membuat klien merasa lebih tenang dan rileks. sehingga dapat disimpulkan penerapan *back massage* efektif diterapkan untuk mengurangi kelelahan pasien CKD yang menjalani hemodialisa.

Kata Kunci : *back massage*, *Chronic Kidney Disease* (CKD), kelelahan

Daftar Pustaka : 40 (2017 – 2023)

PROFESSIONAL PROGRAM IN NURSING STUDY PROGRAM

FACULTY OF HEALTH SCIENCES

KUSUMA HUSADA UNIVERSITY OF SURAKARTA

2024

**THE APPLICATION OF BACK MASSAGE THERAPY ON FATIGUE LEVEL OF
CHRONIC KIDNEY DISEASE (CKD) PATIENTS UNDERGOING HEMODIALYSIS
AT RSUD dr. SOEHADI PRIJONEGORO SRAGEN**

Erna Sulingga¹⁾ Lalu Panji M.Azali²⁾

¹⁾ Student of Nursing Professional Study Program, Kusuma Husada University of Surakarta

²⁾ Lecturer in Nursing Professional Study Program, Kusuma Husada University of Surakarta

Email : Ernasulingga12345@gmail.com

ABSTRACT

Chronic Kidney Disease (CKD) has emerged as one of the main causes of death and is often referred to as a silent disease because it often shows no symptoms. Chronic Kidney Disease (CKD) requires treatment that can take over kidney function, one of which is hemodialysis. Each hemodialysis is carried out for 4-5 hours with a frequency of 2 times a week. The impact that can occur due to the length of hemodialysis therapy can cause patients to experience a lack of energy and fatigue. Fatigue can be overcome with non-pharmacological therapy, namely back massage.

The design used a descriptive method with a case study approach. The subjects used were patients with Chronic Kidney Disease (CKD) with predetermined inclusion and exclusion criteria. The independent variable is handgrip and the dependent variable is fatigue. The intervention given was back massage. The measuring tool in the case study uses the Fatigue Assessment Scale (FAS).

The results of the study showed that during the 2 meetings before being given back massage therapy, the fatigue level at the first meeting was 22 (severe) and the second meeting was 20 (light). And after back massage therapy, the fatigue level at the first meeting became 20 and at the second meeting it decreased to 199 and was in the light category. Patients say back massage therapy makes clients feel calmer and more relaxed. So it can be concluded that the application of back massage is effective in reducing fatigue in CKD patients undergoing hemodialysis.

Keywords : *back massage, Chronic Kidney Disease (CKD), fatigue*

References : *40 (2017 – 2023)*

PENDAHULUAN

Chronic Kidney Disease (CKD) merupakan masalah kesehatan masyarakat global dengan prevalensi dan insiden yang terus meningkat dengan prognosis yang buruk dan membutuhkan biaya yang tinggi (Hermawati *et al.*, 2022). *World Health Organization* (2024), mengelompokkan 10 penyebab utama kematian di dunia pada tahun 2021, salah satunya yaitu kidney disease atau penyakit ginjal. Penyakit ginjal telah meningkat dari penyebab kematian kesembilan belas di dunia menjadi penyebab kematian kesembilan, dengan jumlah kematian meningkat sebesar 95%.

Chronic Kidney Disease (CKD) adalah penyakit yang menyebabkan ginjal berfungsi kurang efisien, sehingga tidak dapat menjalankan fungsinya dengan baik. Kerusakan ginjal menyebabkan masalah pada kemampuan dan kekuatan tubuh, mengganggu aktivitas kerja, dan menjadi semakin lelah dan lemah, yang menurunkan kualitas hidup pasien (Tambunan & Saputra, 2023). *Chronic Kidney Disease* (CKD) telah muncul sebagai salah satu dari penyebab utama kematian dan sering disebut sebagai *silent disease* dikarenakan seringkali tidak menunjukkan gejala. Jumlah pasien terkena *Chronic Kidney Disease* (CKD) juga meningkat, memengaruhi sekitar 843,6 juta orang di seluruh dunia pada tahun 2017 (Afini *et al.*, 2024).

Hasil Riset Kesehatan Dasar (Riskesdas) tahun 2018, menjelaskan prevalensi *Chronic Kidney Disease* (CKD) yang terdiagnosis oleh dokter sebesar 3,8% di Indonesia. Didapatkan prevalensi gagal ginjal terminal yang terdiagnosis dokter tertinggi terdapat di provinsi Kalimantan Utara 6,4%. Prevalensi gagal ginjal terminal yang terendah terdapat di provinsi Sulawesi Barat sebesar 1,8%, di provinsi Jawa Barat jumlah penderita gagal ginjal terminal sebanyak 4%, DKI Jakarta 0,45% . Berdasarkan data Kemenkes tercatat di DKI Jakarta masih mendominasi jumlah kasus gangguan ginjal kronis yakni, 57 kasus, diikuti Jawa Barat dengan 36 kasus, Aceh 30 kasus, Jawa Timur 25 kasus, dan Sumatera barat 19 kasus setiap bulannya (Kemenkes RI, 2022).

Chronic Kidney Disease (CKD) membutuhkan pengobatan yang bisa mengambil alih fungsi ginjalnya, salah satunya yaitu hemodialisa. Hemodialisa merupakan terapi pengganti ginjal yang bertujuan untuk mengatasi penurunan fungsi ginjal dengan menggunakan membran dialisis dengan

teknologi dialisis atau filtrasi, sehingga mengatur cairan yang disebabkan oleh penurunan laju filtrasi glomerulus (Khamid & Rahmawati 2022). Hemodialisis masih merupakan terapi pengganti ginjal yang paling populer di sebagian besar negara di dunia. Ada lebih dari dua juta pasien yang saat ini menjalani hemodialisis di seluruh dunia. Hemodialisis paling banyak dilakukan di Amerika Serikat yang mencapai sekitar 350.000 pasien, Jepang 300.000 pasien, sedangkan di Indonesia mendekati 15.000 pasien (Supriyadi & Widani 2024). Disisi lain, Waktu atau lamanya hemodialisa disesuaikan dengan kebutuhan individu. Tiap hemodialisa dilakukan 4-5 jam dengan frekuensi 2 kali seminggu. Dampak yang dapat terjadi karena lamanya terapi hemodialisa dapat menyebabkan pasien mengalami kekurangan energi serta kelelahan (*fatigue*) (Nanda *et al.*, 2023).

Kelelahan dapat diatasi dengan terapi farmakologi non farmakologi. Metode farmakologi dengan penambahan L-carnitine, vitamin C dan eritropoetin dan pengobatan untuk mengontrol anemia. Metode nonfarmakologi yang telah dikembangkan adalah exercise, yoga, relaksasi, akupresur, akupunktur dan stimulasi elektrik. Salah satu metode relaksasi yang dapat dilakukan yaitu back massage. Dari beberapa penelitian menggambarkan bahwa back massage adalah salah satu metode yang paling umum dari terapi komplementer, terapi pijat dan refleksi merupakan pendekatan terapi manual yang digunakan untuk memfasilitasi penyembuhan, kesehatan, dan dapat digunakan oleh perawat di hampir setiap pelayanan perawatan (Listiani & Hartanti, 2021).

Back massage merupakan salah satu teknik dari massage pada punggung dengan mengusap secara perlahan. *Back massage* merupakan teknik yang mempengaruhi jaringan lunak dengan tujuan mengendurkan otot, meningkatkan sirkulasi darah, meningkatkan kelenturan dan mengurangi rasa sakit untuk mempercepat proses penyembuhan beberapa penyakit serta dapat membantu penurunan kadar kelelahan pada pasien hemodialisis (Tambunan & Saputra, 2023). Penelitian Hayati & Devi, (2020), menunjukkan hasil bahwa setelah dilakukan penerapan back massage intensitas nyeri pada pasien nyeri punggung bawah didapatkan penurunan tingkat nyeri dengan hasil sebelum

dilakukan terapi 80 % nyeri sedang dan 20 % nyeri ringan. Setelah dilakukan terapi mayoritas responden 70% dengan tingkat nyeri ringan dan 30 % lainnya tidak nyeri. Dapat diambil kesimpulan bahwa terdapat efektivitas *Back massage* dalam menurunkan tingkat nyeri pada pasien nyeri punggung bawah. Terapi *back massage* banyak dilakukan karena tidak ada efek samping dalam penerapannya. Terapi ini aman dilakukan serta tidak ada efek jangka panjang (Khamid & Rakhmawati, 2022).

Berdasarkan uraian diatas peneliti tertarik melakukan studi kasus mengenai “Penerapan Terapi *Back Massage* terhadap Tingkat Kelelahan Pasien *Chronic Kidney Disease*(CKD) yang Menjalani Hemodialisa di RSUD Soehadi Prijonegoro Sragen.

METODELOGI STUDI KASUS

Studi kasus pada karya ilmiah akhir ini untuk mengidentifikasi masalah asuhan keperawatan pasien dengan pemberian terapi *back massage* pada pasien CKD (*Chronic Kidney Disease*). Subjek yang digunakan pada karya ilmiah ini adalah satu orang pasien dengan CKD (*Chronic Kidney Disease*). Instrumen yang digunakan pada studi kasus ini adalah SOP dan Kuesioner *Fatigue Assessment Scale* (FAS). Penelitian ini dilakukan di Ruang Hemodialisa RSUD dr. Soehadi Prijonegoro Sragen pada tanggal 30 Oktober dan 2 November 2024.

HASIL STUDI KASUS DAN PEMBAHASAN

1. Pengkajian

Pengkajian adalah tahap awal dan umum dari proses keperawatan dan merupakan suatu proses yang sistematis dalam pengumpulan data dari berbagai sumber untuk mengevaluasi dan mengidentifikasi status kesehatan (Muhith, 2019).

Berdasarkan pengkajian diperoleh pada tanggal 30 Oktober 2024 pasien mengatakan badanya terasa lemah dan mudah lelah, khawatir dengan akibat dari kondisi yang dialami, sulit konsentrasi, pandangan kabur, dan kakinya sedikit bengkak. Pasien tampak gelisah dan tegang. Kelelahan memberat saat pasien beraktivitas. Pasien mengatakan kelelahan tidak disertai sesak, pasien saat ini mengatakan merasa energi tidak pulih

walaupun sudah tidur. Pasien tampak lesu, frekuensi HD 2 kali seminggu, lama waktu HD 4 jam 30 menit, pasien telah dilakukan tindakan HD dengan hasil TTV didapatkan TD : 170/117 mmHg, S: 36,5 °C, N : 81 x/mnt, RR : 22 x/mnt.

Dari hasil pengkajian tersebut didapatkan pasien mengalami kelelahan. *Fatigue* merupakan gejala perubahan tubuh yang sering dirasakan dan dikeluhkan pada pasien *chronic kidney disease* yang sedang menjalani terapi hemodialisa yang berpengaruh pada keadaan fisik dan psikologisnya sehingga penderita membutuhkan dukungan dari keluarga untuk menghadapi penyakit yang diderita. Kelelahan dapat diartikan sebagai keadaan berkelanjutan antara kelelahan dan keletihan yang berakhir pada penurunan aktivitas fisik dan energi sehari-hari (Musniati & Kusumardani, 2019).

Faktor yang dapat mempengaruhi kelelahan antara lain faktor sosiodemografi, faktor klinis, faktor rejimen pengobatan, faktor biokimia hematologi, serta faktor psikososial dan kognitif. Sejumlah penelitian menunjukkan bahwa 71,0% hingga 92,2% pasien mengalami kelelahan dan kelelahan itu adalah kondisi yang paling penting untuk diamati pada pasien gagal ginjal kronik yang menjalani terapi hemodialisis (Angkasa *et al.*, 2022).

Oleh karena itu peneliti berasumsi bahwa kelelahan merupakan suatu keadaan yang dapat menyebabkan penurunan aktivitas fisik. Kelelahan merupakan kondisi yang paling penting untuk diamati pada pasien gagal ginjal kronik yang menjalani terapi hemodialisis.

2. Diagnosis Keperawatan

Diagnosis keperawatan adalah suatu pernyataan dari masalah pasien baik nyata maupun potensial berdasarkan dari data yang diperoleh, pemecahannya dapat dilakukan perawat dalam batas kewenangan untuk melakukannya (Basri, dkk., 2020). Diagnosa keperawatan merupakan penilaian klinis mengenai respons klien terhadap masalah kesehatan yang terjadi atau proses kehidupan yang dialaminya baik berlangsung actual maupun potensial diagnosis keperawatan

bertujuan untuk mengidentifikasi respon klien, individu, keluarga dan komunitas terhadap situasi yang berkaitan dengan kesehatan (PPNI, 2017).

Menurut asumsi penulis diagnosa keperawatan yang muncul adalah Kelelahan b.d Program perawatan/pengobatan jangka panjang d.d Pasien mengeluh lelah, merasa energi tidak pulih walaupun sudah tidur, tampak lesu, merasa kurang tenaga dimana sudah sesuai dengan buku Standar Diagnosa Keperawatan Indonesia (SDKI) yang menjadi acuan. Peneliti juga berasumsi bahwa pada pasien dengan hemodialisa bukan hanya diagnosis kelelahan yang muncul tapi beberapa masalah lainnya seperti nausea dan intoleransi aktivitas.

Dari hasil pengkajian didapatkan data fokus data subjektif yaitu pasien mengatakan lelah karena waktu lamanya hemodialisa. Data objektif didapatkan hasil pasien tampak lesu, nilai fatigue assessment scale 22 (skala berat). Dari data tersebut penulis menegaskan diagnosis kelelahan berhubungan dengan program perawatan (hemodialisa) ditandai dengan Pasien mengeluh lelah, merasa energi tidak pulih walaupun sudah tidur, tampak lesu, merasa kurang tenaga. Diberikan terapi back massage yang berfokus untuk menurunkan kelelahan pasien CKD. (D. 0057).

Hal ini sesuai dengan penelitian yang dilakukan oleh Santoso *et al* (2022), dimana pasien gagal ginjal yang menjalani hemodialisa akan mengalami kelelahan karena harus rutin menjalani terapi hemodialisa. Kelelahan merupakan salah satu akibat penyakit kronis yang menurunkan produktivitas sehingga dapat menurunkan kualitas hidup.

Menurut asumsi penulis hal tersebut sudah sesuai dengan buku Standar Diagnosa Keperawatan Indonesia (SDKI) yang menjadi acuan. Oleh karena itu penulis fokus untuk mengatasi kelelahan agar pasien menjadi lebih rileks dan nyaman.

3. Intervensi Keperawatan

Intervensi adalah penyusunan rencana tindakan keperawatan yang akan dilakukan oleh perawat, untuk mengatasi masalah pasien sesuai dengan diagnosis

keperawatan yang telah ditentukan, dengan tujuan agar terpenuhinya kesehatan optimal pasien. Rencana keperawatan terdiri dari tujuan, kriteria hasil dan rencana tindakan keperawatan (Zahra, 2020). Berdasarkan perumusan diagnosis keperawatan sesuai fokus studi kasus yang penulis tegakkan, maka ditentukan tujuan keperawatan dan kriteria hasil berdasarkan SIKI, SLKI. Setelah dilakukan intervensi keperawatan selama 1 x 5 jam diharapkan Kelelahan menurun dengan kriteria hasil Verbalisasi kepulihan energi (5), lesu (5), verbalisasi lelah (5), gangguan konsentrasi (5).

Intervensi keperawatan yang diberikan Manajemen Energi dengan Observasi : Identifikasi gangguan fungsi tubuh yang mengakibatkan kelelahan monitor kelelahan fisik dan emosional, monitor pola dan jam tidur, monitor lokasi dan ketidaknyamanan selama melakukan aktivitas. Terapeutik : Sediakan lingkungan nyaman dan rendah stimulus (mis. cahaya, suara, kunjungan), memberikan terapi relaksasi *back massage*, berikan aktivitas distraksi yang menenangkan, fasilitasi duduk di sisi tempat tidur, jika tidak dapat berpindah atau berjala. Edukasi : anjurkan tirah baring, anjurkan melakukan aktivitas secara bertahap, anjurkan menghubungi perawat jika tanda dan gejala kelelahan tidak berkurang, ajarkan strategi koping untuk mengurangi kelelahan. Kolaborasi : kolaborasi dengan ahli gizi tentang cara meningkatkan asupan makanan (PPNI, 2018).

Hal tersebut sesuai dengan PPNI (2018), yang menjelaskan bahwa tindakan-tindakan pada intervensi keperawatan terdiri atas OTEK (observasi, terapeutik, edukasi dan kolaborasi). Observasi adalah tindakan yang ditujukan untuk mengumpulkan dan menganalisis data status kesehatan pasien. Terapeutik adalah tindakan yang secara langsung dapat berdampak memulihkan status kesehatan pasien atau dapat mencegah perburukan masalah kesehatan pasien. Edukasi adalah tindakan yang ditujukan untuk meningkatkan kemampuan pasien dalam merawat dirinya dengan membantu pasien memperoleh perilaku baru yang dapat mengatasi masalah kesehatannya.

Kolaborasi adalah tindakan yang membutuhkan kerjasama baik dengan perawat lainnya maupun dengan tenaga kesehatan lainnya.

Dari penjelasan diatas penulis berasumsi intervensi keperawatan yang diambil yaitu pemantauan tanda vital. Hal tersebut sudah sesuai dengan buku Standar Intervensi Keperawatan Indonesia (SIKI) yang menjadi acuan.

4. Implementasi Keperawatan

Pelaksanaan tindakan keperawatan adalah pelaksanaan tindakan dari yang telah ditentukan, dengan tujuan agar kebutuhan pasien dapat terpenuhi secara optimal. Pelaksanaan tindakan keperawatan merupakan implementasi keperawatan terhadap pasien secara runtut sesuai prioritas masalah yang telah dibuat dalam rencana tindakan asuhan keperawatan (Selawati, 2022). Implementasi keperawatan adalah sesi perawat mengaplikasikan rencana asuhan keperawatan guna menolong pasien menggapai tujuan yang sudah ditetapkan saat sebelum tindakan keperawatan diimplementasikan, perawat butuh memvalidasi apakah rencana tindakan yang ditetapkan itu masih sama dengan kondisi klien sebelumnya atau tidak (Astuti et al., 2022). Dalam studi kasus ini implementasi yang dilakukan diantaranya memonitor keadaan post hemodialisa, mengidentifikasi gangguan fungsi tubuh yang mengakibatkan kelelahan, memonitor kelelahan fisik dan emosional, memberikan terapi relaksasi back massage, memberikan lingkungan yang nyaman dan rendah stimulus, dan menganjurkan melakukan aktivitas secara bertahap.

Pada implementasi yang diberikan pada Tn. S yaitu *terapi back Massage* yang dilakukan pada tanggal 30 Oktober 2024 dan tanggal 2 November 2024. Tehnik terapi ini dilakukan dengan waktu kurang lebih 15-30 menit 2 kali dalam 1 minggu serta bisa dilakukan secara berulang-ulang dengan prosedur meliputi tahap orientasi, tahap kerja, dan terminasi. Implementasi yang dilakukan penulis untuk mengatasi masalah keperawatan keletihan pada hari rabu, 30 Oktober 2024 pukul 12.30 memberikan tindakan back massage untuk

menurunkan kelelahan pada pasien. Respon subjektif pasien mengatakan lelah menurun, lesu menurun, energi sedikit meningkat. Data objektif Pasien tampak lebih rileks, lebih tenang, tampak sedikit masih lesu.

Dari data setelah tindakan didapatkan score sebelum tindakan yaitu 22 menunjukkan bawa Tn. S mengalami kelelahan berat. Setelah diberikan terapi back massage score kuesioner FAS adalah 20, score 20 menunjukkan bahwa kelelahan Tn. S berada pada tingkat ringan.

Pada hari sabtu, 2 November 2024 pukul 13.00 memberikan tindakan back massage untuk menurunkan kelelahan pada pasien. Respon subjektif pasien mengatakan lelah menurun, lesu menurun, energi sedikit meningkat. Data objektif pasien tampak lebih rileks, lebih tenang, tampak lesu berkurang. Dari data setelah tindakan didapatkan score sebelum tindakan yaitu 20 menunjukkan bawa Tn. S mengalami kelelahan ringan. Setelah diberikan terapi back massage score kuesioner FAS adalah 19, score 19 menunjukkan bahwa kelelahan Tn. S berada pada tingkat ringan. Implementasi dilakukan sesuai dengan rencana dan tidak terdapat kendala dalam melakukan implementasi.

Back massage merupakan teknik yang mempengaruhi jaringan lunak dengan tujuan mengendurkan otot, meningkatkan sirkulasi darah, meningkatkan kelenturan dan mengurangi rasa sakit untuk mempercepat proses penyembuhan beberapa penyakit serta dapat membantu penurunan kadar kelelahan pada pasien hemodialisis (Tambunan & Saputra, 2023).

Manfaat *massage* yaitu memberikan rasa ringan pada saraf yang terganggu disebabkan oleh ketidaknyamanan akibat nyeri rematik, tegang, insomnia, sakit kepala dan kondisi stress lainnya yang berhubungan dengan beban pikiran. (Sari, 2016).

Dari pemaparan diatas penulis berasumsi bahwa *back massage* dapat digunakan sebagai implementasi dalam penurunan kelelahan pasien CKD yang menjalani HD. Hal tersebut dapat dilakukan karena terapi tersebut mudah

diaplikasikan dan dapat dilakukan pasien secara mandiri

5. Evaluasi

Tahap akhir dalam proses keperawatan yaitu evaluasi. 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 (Adinda, 2019).

Tindakan keperawatan yang dilakukan pada Tn. S dilakukan pengelolaan asuhan keperawatan selama 2 kali pertemuan di ruang Hemodialisa. 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, verbalisasi kepuhian energi cukup meningkat (4), lesu cukup menurun (4), verbalisasi Lelah menurun (5), nilai FAS 22 menurun menjadi 19. Dapat disimpulkan masalah keletihan belum teratasi, maka perlu dilanjutkan intervensi kolaborasi dengan keluarga dalam pemberian terapi back massage.

Menurut Kurniawan (2022) bahwa penerapan pijatan punggung pada pasien dapat menurunkan tingkat kelelahan. Teknik pemijatan punggung dapat memberikan relaksasi secara menyeluruh dan mengurangi *fatigue* (kelelahan) karena terapi ini dapat memperbaiki sirkulasi darah dan mengurangi ketegangan tubuh (Amalia dan Prihati, 2021). *Back massage* yang dilakukan selama tiga hari telah terbukti menurunkan tingkat kelelahan, dimana kelelahan sedang menjadi kelelahan ringan. Tindakan ini direkomendasi bagi pasien yang menjalani pengobatan di rumah sakit (Amalia & Prihati, 2021). Pemijatan yang dilakukan dengan baik efektif memulihkan kelelahan fisik dan pemulihan psikologis pada pasien CKD yang menjalani hemodialisa (Fazeli et al., 2021).

Penelitian Nanda *et al.*, (2022) menunjukkan hasil dimana penerapan *back massage* 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. Sehingga dapat disimpulkan back massage efektif dalam menurunkan fatigue pada pasien gagal ginjal kronik. Sama halnya dengan penelitian Angkasa et al (2022) Terdapat pengaruh back massage terhadap tingkat kelelahan pada pasien gagal ginjal kronik yang menjalani terapi hemodialisa dengan hasil signifikan uji Wilcoxon 0,000 p value < 0,05. Data pretest kelelahan responden sebelum diberikan back massage menunjukkan tidak lelah 6 orang (16,7%), lelah 27 orang (75,0%), dan sangat lelah 3 orang (8,3%). Data posttest kelelahan responden setelah diberikan back massage menunjukkan tidak lelah 33 orang (91,7%), dan lelah 3 orang (8,3%).

Penulis berasumsi bahwa *Back massage* efektif dalam menurunkan fatigue atau kelelahan pada pasien CKD. Terapi *back massage* banyak dilakukan karena tidak ada efek samping dalam penerapannya. Terapi ini aman dilakukan serta tidak ada efek jangka panjang.

KESIMPULAN DAN SARAN

1. Kesimpulan

Berdasarkan implementasi yang telah dilakukan Tn.S Pasien kooperatif dan antusias mengikuti terapi *back massage* dan kelelahan pasien mengalami penurunan.

2. Saran

a. Bagi Manajemen Rumah Sakit

Diharapkan dapat memberikan masukan dan sumber informasi bagi pengelola rumah sakit sebagai dasar membuat kebijakan yang dapat dilakukan untuk penerapan terapi *back massage* terhadap Tingkat Kelelahan Pasien Chronic Kidney Disease (CKD) yang Menjalani Hemodialisa.

b. Bagi institusi pendidikan

Diharapkan dapat memasukkan terapi Back Massage dalam kurikulum Pendidikan sebagai intervensi mandiri keperawatan dalam memberikan asuhan keperawatan pada pasien Chronic Kidney Disease.

- c. **Bagi perawat**
Diharapkan karya ilmiah ini dapat menjadi sumber informasi dan perawat lebih kreatif dalam meningkatkan strategi yang dapat dilakukan untuk pemberian Terapi Back Massage terhadap Tingkat Kelelahan Pasien Chronic Kidney Disease (CKD) yang Menjalani Hemodialisa.
- d. **Bagi Peneliti lain**
Diharapkan karya ilmiah ini sebagai dasar informasi dan data peneliti lain untuk melakukan penelitian tentang terapi Back Massage terhadap pasien yang mengalami kelelahan dengan mempertimbangkan kelemahan dan keterbatasan penelitian ini.
- e. **Bagi Peneliti**
Hasil penelitian ini diharapkan dapat menambah wawasan dan pengetahuan serta pengalaman peneliti dalam melakukan penelitian di Rumah Sakit.

DAFTAR PUSTAKA

- Amirullah, S., Azzahra, F., & Aisyah, A. (2023, October). Refresing Peningkatan Kemampuan Adekuasi Perawat Hemodialisa. In *Prosiding Seminar Nasional Pengabdian Masyarakat Lppm Umj* (Vol. 1, No. 1).
- Herman, I. (2016). *Hubungan Lama Hemodialisis Dengan Fungsi Kognitif Pasien Penyakit Ginjal Kronik Yang Menjalani Hemodialisis Di Rsud Abdul Moeloek Provinsi Lampung* (Doctoral dissertation, Fakultas Kedokteran).
- Hutagaol, E. F. (2017). Peningkatan kualitas hidup pada penderita gagal ginjal kronik yang menjalani terapi hemodialisa melalui psychological intervention di unit hemodialisa RS royal prima medan tahun 2016. *Jumantik (Jurnal Ilmiah Penelitian Kesehatan)*, 2(1), 42-59.
- Imelda, Sepadha, D., Sagala, P., Pasaribu, S. M., & Keperawatan, D. P. S. (2018). Hubungan Strategi Koping Dengan Kualitas Hidup. *Jurnal Ilmiah Keperawatan*, 4(2), 84-93.
- Jaelani, A. Q., Arif, S. K., Muchtar, F., Nurdin, H., Salam, S. H., & Tanra, A. H. (2023). Hubungan Neutrophil-Lymphocyte Ratio dengan Kejadian Acute Kidney Injury Pada Pasien Sepsis yang Dirawat di Intensive Care Unit (ICU). *Majalah Anestesia & Critical Care*, 41(3), 143-154. <https://doi.org/10.55497/majanestrica.r.v41i3.304>
- Marianna, S., & Astutik, S. (2018). Hubungan dampak terapi hemodialisa terhadap kualitas hidup pasien dengan gagal ginjal. *Indonesian Journal of Nursing Sciences and Practice*, 1(2), 41-52.
- Mubarokah, H., & Panma, Y. (2023). Penerapan Teknik Relaksasi Otot Progresif pada Asuhan Keperawatan Pasien dengan Hipertensi. *Buletin Kesehatan: Publikasi Ilmiah Bidang Kesehatan*, 7(1), 47-65. <https://doi.org/10.36971/keperawatan.v7i1.140>
- Nurhayati, I., Hamzah, A., Erlina, L., & Rumahorbo, H. (2022). Gambaran Kualitas Tidur Pada Pasien Gagal Ginjal Kronik Yang Menjalani Terapi Hemodialisa: Literature Review. *Jurnal Keperawatan Indonesia Florence Nightingale*, 1(1), 38-51. <https://doi.org/10.34011/jkifn.v1i1.114>
- PPNI, T. P. S. D. (2016). *Standar Diagnosa Keperawatan Indonesia*.
- Pranandari, R., & Supadmi, W. (2015). *FAKTOR RISIKO GAGAL GINJAL KRONIK DI UNIT HEMODIALISIS RSUD WATES KULON PROGO*. 25(7), 415-418. <https://doi.org/10.1063/1.1655531>
- Priyanto, I., Budiwiyono, I., & W, N. S. (2019). Hubungan Kadar Kreatinin Dengan Formula Huga (Hematocrit, Urea, Gender) Pada Pasien Penyakit Ginjal Kronik. *Media Medika Muda*, 3(2), 1-6.
- Rahayu, T. H. S., & Adriani, P. (2022). Implementasi Penatalaksanaan Nyeri dengan Pemberian Terapi Back Massage pada Pasien Rheumatoid Arthritis. *Jurnal Inovasi Penelitian*, 3(2), 5101-5106.

- Riskesdas. (2018). Laporan Nasional. Badan Penelitian Dan Pengembangan Kesehatan. Departemen Kesehatan RI.
- Sugandi, E., & Budhiana, J. (2023). Pengaruh Massage Punggung Terhadap Nyeri Sendi Pada Lansia Dengan Rematik di Wisma Asisi Wilayah Kerja Puskesmas Selabatu Kota Sukabumi. *Jurnal Health Society*, 12(1).
- Ulya, E. L., Sabdo, H., Karyati, S., Email, N. L., & Kudus, U. M. (2019). Hubungan Antara Asupan Nutrisi Dan Kualitas Tidur Dengan Peningkatan Kadar Ureum Kreatinin Pada Pasien. *Indonesia Jurnal Perawat*, 1(1), 24–31.
- WHO. (2024). Cause Of Death. <https://www.who.int/news-room/fact-sheets/detail/the-top-10-causes-of-death>
- Widayati, D., & Lestari, N. (2017). Peningkatan kualitas hidup pada penderita gagal ginjal kronik yang menjalani terapi hemodialisa melalui psychological intervention di Unit Hemodialisa RSUD Gambiran Kediri. *Jurnal ilmu kesehatan*, 3(2), 6-11.

