

**PENGARUH LATIHAN PEREGANGAN TERHADAP
TINGKAT FATIGUE PADA PASIEN INTRA
HEMODIALISIS**

SKRIPSI



oleh:

**DENIS KURNIA SUDJANA
NIM. 032016043**

**PROGRAM STUDI SARJANA KEPERAWATAN
SEKOLAH TINGGI ILMU KESEHATAN 'AISYIYAH
BANDUNG**

**PENGARUH LATIHAN PEREGANGAN TERHADAP
TINGKAT FATIGUE PADA PASIEN INTRA
HEMODIALISIS**

SKRIPSI

*Diajukan untuk Menyelesaikan Pendidikan Progam Studi Sarjana Keperawatan
STIKes 'Aisyiyah Bandung*



oleh:

**DENIS KURNIA SUDJANA
NIM. 032016043**

**PROGRAM STUDI SARJANA KEPERAWATAN
SEKOLAH TINGGI ILMU KESEHATAN 'AISYIYAH
BANDUNG
2020**

LEMBAR PERSETUJUAN

DENIS KURNIA SUDJANA
NIM 032016043

**PENGARUH LATIHAN PEREGANGAN TERHADAP TINGKAT
FATIGUE PADA PASIEN INTRA HEMODIALISIS
DI RSUD AL- IHSAN PROVINSI JAWA BARAT**

Skripsi Ini Telah Disetujui Untuk Dipertahankan
Pada Ujian Sidang Skripsi
Tanggal: 31 Agustus 2020

Oleh :

Pembimbing Utama



Anggrivana Tri Widianti, S.Kep.,Ners.,M.Kep
NPP. 2017190190061

Pembimbing Pendamping



Santy Sanusi, S.Kep.,Ners., M.Kep
NPP. 2001141070010

LEMBAR PENGESAHAN

Yang bertanda tangan di bawah ini menyatakan bahwa skripsi yang berjudul:

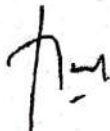
**PENGARUH LATIHAN PEREGANGAN TERHADAP TINGKAT
FATIGUE PADA PASIEN INTRA HEMODIALISIS
DI RSUD AL- IHSAN PROVINSI JAWA BARAT**

Disusun oleh:
DENIS KURNIA SUDJANA
NIM 032016043

**Telah disetujui dan dipertahankan dihadapan Tim Penguji Sidang Skripsi
Program Studi Sarjana Keperawatan STIKes Aisyiyah Bandung dan
dinyatakan telah memenuhi syarat untuk diterima**

Bandung, 31 Agustus 2020

Penguji I



Sajodin, S.Kep.,M.Kes.,AIFO

Penguji II



Ariani Fatmawati, S.Kep.,M.Kep.,Ns.,Sp.Kep.Mat

Pembimbing Utama



Anggriyana Tri Widiанти, S.Kep.,Ners.,M.Kep

SURAT PERNYATAAN

Saya yang bertandatangan di bawah ini:

Nama Mahasiswa : Denis Kurnia Sudjana

NIM : 032016043

Program Studi : Sarjana Keperawatan

Dengan ini menyatakan bahwa saya tidak melakukan plagiarisme atau penjiplakan/pengambilan karangan, pendapat atau karya orang lain dalam penulisan Skripsi yang berjudul:

“PENGARUH LATIHAN PEREGANGAN TERHADAP TINGKAT FATIGUE PADA PASIEN INTRA HEMODIALISIS ”

Apabila suatu saat nanti saya terbukti melakukan plagiarisme, maka saya akan bersedia menerima sanksi akademik berupa pencabutan gelar yang telah diperoleh karena karya ini, serta sanksi lainnya yang sesuai dengan norma yang berlaku di perguruan tinggi ini.

Demikianlah surat pernyataan ini saya buat dengan kesadaran sendiri dan tidak atas tekanan ataupun paksaan dari pihak manapun demi menegakkan integritas akademik di institusi ini.

Bandung, 12 Agustus 2020

Yang membuat pernyataan



Denis Kurnia Sudjana

KATA PENGANTAR



Alhamdulillah segala puji dan syukur penulis panjatkan kehadirat Allah SWT atas karuniaNya, Kesehatan, dan kesempatan yang telah diberikan Allah SWT, kepada penulis sehingga dapat menyelesaikan skripsi yang berjudul “Pengaruh Latihan Peregangan Terhadap Tingkat *Fatigue* Pada Pasien Intra Hemodialisis”. Skripsi ini dilakukan untuk dalam rangka memenuhi salah satu syarat untuk mencapai gelar Sarjana Keperawatan di Sekolah tinggi Ilmu Kesehatan Aisyiyah Bandung.

Dalam penyusunan skripsi ini penulis tidak sedikit mengalami kesulitan, namun berkat bimbingan dan bantuan dari berbagai pihak maka skripsi ini dapat diselesaikan. Pada kesempatan ini penulis menyampaikan ucapan terimakasih kepada:

1. Tia Setiawati, S.Kp.,M.Kep.,Ns.,Sp.Kep.An, selaku Ketua STIKes’Aisyiyah Bandung.
2. Angga Wilandika S.Kep.,Ners.,M.Kep selaku Ka Prodi Sarjana Keperawatan.
3. Anggriyana Tri Widianti, S.Kep.,Ners.,M.Kep, selaku pembimbing satu yang telah banyak memberikan arahan, kritik dan saran bagi penulis.
4. Santy Sanusi, S.Kep.,Ners., M.Kep, selaku pembimbing dua yang telah banyak memberikan arahan, kritik dan saran bagi penulis.

5. Yusi Sofiyah S.Kep.,Ners.,M.Kep.,Sp.Kep.An selaku pembimbing akademik yang selalu memberikan semangat.
6. Seluruh dosen dan Staff STIKes'Aisyiyah Bandung, terimakasih atas ilmu yang telah diberikan selama proses perkuliahan.
7. Ibu Yati Nurhayati, bapak Asep Kurniadi selaku orang tua, kakak Danis Fitry, adik Daris Muhammad yang selalu memberikan do'a, semangat dan dukungan kepada peneliti sampai berada di tahap ini .
8. Nden Ayu Pratiwi yang telah memberikan semangat dan membantu penulis dari saat proses perkuliahan sampai dengan proses penyelesaian skripsi.
9. Terimakasih kepada Novin dan teman- teman sarjana keperawatan 2016 yang telah membantu dalam proses penyelesaian skripsi ini.

Bandung, 12 Agustus 2020

Denis Kurnia Sudjana

ABSTRAK

Denis Kurnia Sudjana

032016043

PENGARUH LATIHAN PEREGANGAN TERHADAP TINGKAT *FATIGUE* PADA PASIEN INTRA HEMODIALISIS

V; 2020; 114 halaman; 4 tabel; 1 bagan; 5 lampiran.

Penelitian ini dilatar belakangi karena gagal ginjal kronik dari tahun ke tahun meningkat. Penderita gagal ginjal kronik stadium akhir harus melakukan terapi hemodialisis, terapi tersebut menimbulkan berbagai macam komplikasi oleh karena itu perlu adanya upaya penanganan untuk meminimalisir komplikasi tersebut. Tujuan dari penelitian ini yaitu untuk mengetahui pengaruh latihan peregangan terhadap tingkat *fatigue* pada pasien intra hemodialisis. Metode yang digunakan adalah kajian literature. Kriteria inklusi pada literatur ini yaitu pasien gagal ginjal kronik yang mengalami *fatigue* dan melakukan terapi latihan peregangan, kriteria eksklusinya yaitu bukan pasien hemodialisis. Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa latihan intradialisis berupa latihan peregangan dapat menurunkan tingkat *fatigue* pada pasien intra hemodialisis. Oleh karena itu, latihan peregangan untuk pasien hemodialisis berpengaruh menurunkan tingkat *fatigue*. Saran untuk peneliti selanjutnya lebih memperhatikan intervensi yang diberikan apakah mudah diaplikasikan atau tidak.

Kata kunci : *Fatigue*, hemodialisis, latihan intra dialisis, latihan peregangan.

Kepustakaan: 25 literatur (2007-2018)

ABSTRACT

Denis Kurnia Sudjana
032016043

THE EFFECT OF STRETCHING EXERCISE TOWARDS FATIGUE LEVEL TO THE INTRA HEMODIALYSIS PATIENTS

V; 2020; 114 pages; 4 tables; 1 chart; 5 attachments.

The background of this research is that chronic kidney failure has increased from year to year. Patients with end-stage chronic renal failure should undergo hemodialysis therapy, this therapy causes various kinds of complications; therefore it is necessary to take measures to minimize these complications. The aim of this study was to determine the effect of stretching exercises to the level of fatigue towards intra hemodialysis patients. The method used is literature review. The inclusion criteria in this literature are chronic renal failure patients who experience fatigue and undergo stretching exercise therapy, the exclusion criteria are not hemodialysis patients.

The results of this study indicate that intradialysis exercises in the form of stretching exercises can reduce the level of fatigue to the intra hemodialysis patients. So that the stretching exercises for patients with dialysis have the effect of reducing fatigue levels. The suggestion for future researchers is about to pay more attention to the interventions given whether they are easy to apply or not.

Key words :Fatigue, hemodialysis, intra dialysis exercises, stretching exercises.

Bibliography: 25 literature (2007-2018)

DAFTAR ISI

LEMBAR PERSETUJUAN	i
LEMBAR PENGESAHAN	ii
SURAT PERNYATAAN	iii
KATA PENGANTAR	iv
DAFTAR ISI	vi
DAFTAR TABEL	ix
DAFTAR BAGAN	x
DAFTAR LAMPIRAN	xi
BAB I PENDAHULUAN	1
A. Latar Belakang	1
B. Rumusan Masalah	6
C. Tujuan Penelitian	7
D. Manfaat penelitian.....	7
E. SITEMATIKA PEMBAHASAN.....	8
BAB II METODE PENELITIAN	9
A. Menentukan PICO.....	9
B. Pencarian Literatur	9
C. Kriteria Inklusi dan Eklusi	10
D. Seleksi Studi dan Penelitian Kualitas.....	11
BAB III HASIL	13
BAB IV PEMBAHASAN	71
A. Pembahasan Hasil Telaah <i>Evidence Based Nursing</i> Berdasarkan Teori dan Hasil Penelitian.....	71
B. Keputusan Klinis	77
C. Standar Operasional Prosedur (SOP) Latihan Peregangan	78
BAB V KESIMPULAN	83
DAFTAR PUSTAKA	85

DAFTAR TABEL

Tabel 2. 1 PICO	9
Tabel 2. 2 Kriteria Inklusi Dan Eklusi	10
Tabel 3. 1 Hasil Telaah Literatur (VIA)	13
Tabel 4. 1 SOP Pemberian Latihan Peregangan	79

DAFTAR BAGAN

Bagan 2. 1 Diagram Flow	12
-------------------------------	----

DAFTAR LAMPIRAN

- Lampiran 1* : Lembar Permohonan Responden
- Lampiran 2* : Lembar Informasi Penelitian
- Lampiran 3* : Lembar Persetujuan Mengikuti Penelitian
- Lampiran 4* : Lembar Kuesioner
- Lampiran 5* : Lembar Hasil Cek Plagiarisme
- Lampiran 6* : Lembar Bimbingan Proposal
- Lampiran 7* : Lembar Bimbingan Skripsi
- Lampiran 8* : Surat Persetujuan Etik (Ethical Approval)
- Lampiran 9* : CV

DAFTAR ISTILAH

- Breathing exercise* : Kombinasi dari latihan pernapasan dengan latihan fisik yang berguna untuk memelihara dan meningkatkan kebugaran
- Fatigue* : Kondisi yang memiliki tanda berkurangnya kapasitas yang dimiliki seseorang untuk bekerja dan mengurangi efisiensi prestasi, dan biasanya hal ini disertai dengan perasaan letih dan lemah
- Flexibility Exercise* : Kemampuan seseorang untuk menggerakkan tubuh atau bagian-bagian dalam satu ruang gerak yang seluas-luas mungkin, tanpa mengalami cedera pada persendian dan otot sekitarnya persendian.
- Indonesian Renal Registry* : Suatu program dari perkumpulan nefrologi Indonesia berupa kegiatan pengumpulan data berkaitan dengan dialisis, transplantasi ginjal serta data epidemiologi penyakit ginjal dan hipertensi se- Indonesia
- Irreversibel* : Suatu kondisi dimana terjadi penambahan substansi yang disertai dengan terjadinya perubahan bentuk ataupun struktur sel serta susunan kimia
- Intradialytic* : Latihan yang dapat meningkatkan nilai adekuasi

exercise

dialisis

Neurophaty : Nyeri atau kerusakan pada saraf

Renal osteodystrophy : Kelainan metabolisme tulang yang terjadi sekunder terhadap gagal ginjal akibat kelainan fungsi ekskresi dan endokrin

DAFTAR PUSTAKA

- Ann Horigan, J. R. (2012). *Dialysis and Fatigue: Implications for Nurses – A Case Study Analysis*. <https://www.ncbi.nlm.nih.gov/pmc/articles/PMC3414425/>
- B Joshwa, DC Khakha, S. M. (2012). Fatigue and depression and sleep problems among hemodialysis patients in a tertiary care center. *Saudi J Kidney Dis Transpl*. <https://www.ncbi.nlm.nih.gov/pubmed/22805385>
- Beiber, S.D, Himmelfarb, J. (2013). *Hemodialysis*. In: *Schrier's Disease of the Kidney* (9th ed.). Lippincott Williams & Wilkins.
- Black Joyce, H. J. (2014). *Keperawatan Medikal Bedah Manajemen Klinis Untuk Hasil Yang Diharapkan* (8 buku 2). Elsevier.
- Evans William J, P. L. C. (2007). *Physiological basis of fatigue*. https://journals.lww.com/ajpmr/Abstract/2007/01001/Physiological_Basis_of_Fatigue.3.aspx
- H Suratun, M Santa, R. E. (2008). *Klien gangguan system musculoskeletal*. Buku Kedokteran EGC.
- Helmi, noor zairin. (2012). *Buku ajar gangguan muskuloskeletal*. Salemba Medika.
- Herlina, S., Sitorus, R., & Masfuri. (2015). *Perubahan Tingkat Fatigue Melalui Latihan Progressive Muscle Relaxation (PMR) Pada Pasien Gagal Ginjal Kronis Yang Menjalani Hemodialisa*. 2(1), 21–32.
- Horigan Ann E. (2012). *The Experience and Self-Management of Fatigue in Adult Hemodialysis Patients*. <https://www.semanticscholar.org/paper/The-Experience-and-Self-Management-of-Fatigue-in-Horigan/0c97c1e385fe02658764f44478562fbf50c3caea>
- Indonesian renal Registry. (2012). 5 th Report Of Indonesian Renal Registry 2012. *Program Indonesia Renal Registry*, 12–13. [http://www.pernefri-inasn.org/Laporan/5th Annual Report Of IRR 2012.pdf](http://www.pernefri-inasn.org/Laporan/5th%20Annual%20Report%20Of%20IRR%202012.pdf)
- Indonesian Renal Registry. (2015). *8th Report Of Indonesian Renal Registry*. [https://www.indonesianrenalregistry.org/data/INDONESIAN RENAL REGISTRY 2015.pdf](https://www.indonesianrenalregistry.org/data/INDONESIAN%20RENAL%20REGISTRY%202015.pdf)
- Indonesian Renal Registry. (2016). *9thReport Of Indonesian Renal Registry*. [https://www.indonesianrenalregistry.org/data/INDONESIAN RENAL REGISTRY 2016.pdf](https://www.indonesianrenalregistry.org/data/INDONESIAN%20RENAL%20REGISTRY%202016.pdf)
- Kemenkes RI. (2013). *Riset Kesehatan Dasar; RISKESDAS*. BalitbangKemenkes RI.
- Kemenkes RI. (2018). *Cegah dan kendalikan Penyakit Ginjal dengan Cerdik*. www.depkes.go.id
- Kochanek Kenneth D, L. Murphy Sherry, JiaquanXu, T.-V. B. (2016). *National Vital Statistics Reports Deaths:FinalDatafor2014*. 65 nomer 4. https://www.cdc.gov/nchs/data/nvsr/nvsr65/nvsr65_04.pdf
- Kusmana, D. (2007). *Olah raga untuk orang sehat dan penderita penyakit jantung*. FKUI.
- M Artom, R Moss-Morris, F Caskey, J. C. (2014). *Fatigue in advanced kidney disease*. <https://www.ncbi.nlm.nih.gov/pubmed/24694985>
- Nurchayati Sofiana, K. D. (2016). *Implementasi self care model dalam upaya meningkatkan kualitas hidup penderita gagal ginjal kronik*. <https://media.neliti.com/media/publications/181763-ID-implementasi-self-care-model-dalam-upaya.pdf>
- Potter, P. (2006). *Buku Ajar Fundamental Keperawatan : Konsep, Proses, dan Praktik*. EGC.
- R Eglence, N Karatas, S. T. (2013). *The effect of acupressure on the level of fatigue in*

- hemodialysis patients*. Department of Medical Nursing at the University of Erciyes in Kayseri.
- Sakitri Ganik. (2017). *Pengaruh Intradialytic Exercise Terhadap Fatigue Pasien Hemodialisis di Rsup Dr. Soeradji Tirtonegoro Klaten*. https://www.researchgate.net/publication/333114017_PENGARUH_INTRADIALYTIC_EXERCISE_TERHADAP_FATIGUE_PASIEN_HEMODIALISIS_DI_RSUP_Dr_SOERADJI_TIRTONEGORO_KLATEN
- Senior. (2008). *Latihan peregangan*. www.cybermed.cbn.net.id%0D
- Smeltzer, S. C., & Bare, B. . (2013). *Keperawatan Medikal Medah Brunner & Suddarth* (Edisi 8 Vo). EGC.
- Y Chang, SY Cheng, M Lin, FY Gau, Y. C. (2010). *The effectiveness of intradialytic leg ergometry exercise for improving sedentary life style and fatigue among patients with chronic kidney disease: a randomized clinical trial*. <https://www.ncbi.nlm.nih.gov/pubmed/20537645>
- Yayasan Ginjal Diatrash Indonesia (YAGINA). (2014). *Cuci Darah Demi Kualitas Hidup*. www.ygdi.org