

**PENERAPAN TEKNIK RELAKSASI NAFAS DALAM
UNTUK MENURUNKAN KELETIHAN PADA PASIEN GAGAL
GINJAL KRONIK DIRUANG HEMODIALISA
RSUD INDRASARI RENGAT**

KARYA TULIS ILMIAH STUDI KASUS

**ZAH RATUNNISA
NIM. P032214472064**



**KEMENTRIAN KESEHATAN REPUBLIK INDONESIA
POLITEKNIK KESEHATAN KEMENKES RIAU
PROGRAM STUDI DIII KEPERAWATAN
DILUAR KAMPUS UTAMA
2025**

**PENERAPAN TEKNIK RELAKSASI NAFAS DALAM
UNTUK MENURUNKAN KELETIHAN PADA PASIEN GAGAL
GINJAL KRONIK DI RUANG HEMODIALISA
RSUD INDRASARI RENGAT**

Karya Tulis Ilmiah Studi Kasus ini disusun Sebagai Salah Satu Syarat Menyelesaikan
Program Pendidikan Diploma III Keperawatan

**ZAH RATUNNISA
NIM. P032214472064**



**KEMENTRIAN KESEHATAN REPUBLIK INDONESIA
POLITEKNIK KESEHATAN KEMENKES RIAU
PROGRAM STUDI DIII KEPERAWATAN
DILUAR KAMPUS UTAMA
2025**

PERNYATAAN KEASLIAN TULISAN

Saya yang bertanda tangan di bawah ini:

Nama : Zah Ratunnisa
Nim : P032214472064
Program Studi : D III Keperawatan PSDKU
Institusi : Poltekkes Kemenkes Riau

Menyatakan dengan sebenarnya bahwa Karya Tulis Ilmiah yang saya tulis ini adalah benar-benar merupakan hasil karya sendiri dan bukan merupakan pengambil alihan tulisan atau pikiran orang lain yang saya akui sebagai hasil tulisan atau pikiran saya sendiri.

Apabila dikemudian hari terbukti atau dapat dibuktikan Karya tulis ilmiah ini hasil jiplakan, maka saya bersedia menerima sanksi atas perbuatan tersebut.

Rengat, 28 Mei 2025
Yang Membuat Pernyataan



Zah Ratunnisa
NIM: P032214472064

Mengetahui

Pembimbing I

Pembimbing II


Ns. Yulfanto, M. Kep., MPd., MPH
NIP. 197207141992031003


Ns. Elmukhsinur, S. Kep., M. Biomed
NIP. 197310071997032001

HALAMAN PERSETUJUAN

**KARYA TULIS ILMIAH
TELAH DISETUJUI UNTUK DI UJIKAN
TANGGAL 28 MEI 2025**

Oleh

Pembimbing Utama

A handwritten signature in blue ink, consisting of a large loop followed by several vertical strokes.

Ns. Yulianto, S. Kep, MPd., MPH
NIP. 197207141992031003

Pembimbing Pendamping

A handwritten signature in black ink, featuring a large loop and several vertical strokes.

Ns. Elmukhsinur, S. Kep., M. Biomed
NIP. 197310071997032001

HALAMAN PENGESAHAN

KARYA TULIS ILMIAH
PENERAPAN TEKNIK RELAKSASI NAFAS DALAM
UNTUK MENURUNKAN KELETIHAN PADA PASIEN GAGAL GINJAL
KRONIK DI RUANG HEMODIALISA
RSUD INDRASARI RENGAT

Telah Diuji
Pada Tanggal 28 Mei 2025

Tim Penguji

Ketua Penguji

Ns. Yulianto, S. Kep., MPd., MPH
NIDN. 3414077201

(.....)

Anggota Penguji Penguji Anggota I

Ns. Deswita, M. Kep
NIDN. 3428127401

(.....)

Penguji Anggota II

Ns. Alice Rosy, M. Kep
NIDN. 3404027801

(.....)

Mengetahui,

Ketua Jurusan Keperawatan
Poltekkes Kemenkes Riau


Ns. Yulianto, S.Kep., M.Pd., MPH
NIP.197207141992031003

Ketua
Prodi DIII Keperawatan
Diluar Kampus Utama


Ns. Deswita, M. Kep
NIP. 1974122812005012004

KATA PENGANTAR

Puji syukur peneliti panjatkan kehadiran Allah SWT karena atas Rahmat-Nya peneliti dapat menyelesaikan Karya Tulis Ilmiah ini dengan baik. Karya Tulis Ilmiah ini disusun sebagai salah satu syarat untuk memenuhi Tugas Akhir di Program Studi Diploma III Keperawatan Jurusan Keperawatan Kemenkes Poltekkes Riau, Atas terselesaikannya Karya Tulis Ilmiah ini, peneliti mengucapkan terima kasih kepada:

1. Ibu Rully Hevrialni, SST, Bdn, M. Keb, MH, selaku Direktur Poltekkes Kemenkes Riau.
2. Ibu Drg. Siska Listianti selaku Direktur Rumah Sakit Umum Daerah Indrasari Rengat
3. Bapak Ns, Yulianto, MPd., MPH, selaku Ketua Jurusan Keperawatan Kemenkes Poltekkes Riau dan selaku pembimbing I peneliti.
4. Ibu Ns. Deswita, M. Kep, selaku ketua program studi D III keperawatan diluar kampus utama Kemenkes Poltekkes Riau.
5. Ibu Ns. Elmukhsinur S. Kep., M. Biomed, selaku Dosen Pembimbing II yang telah meluangkan waktu, tenaga dan pikiran dalam penyusunan Karya Tulis Ilmiah ini.
6. Kepala Ruangan Hemodialisa RSUD Indrasari Rengat Ibu Ns. Santy Fisnawati, S. Kep beserta perawat pelaksana ruangan hemodialisa RSUD Indrasari Rengat

7. Kedua pasien gagal ginjal kronik ruang hemodialisa yang sudah bersedia menjadi subjek peneliti
8. Bapak dan Ibu dosen beserta seluruh Staf Kemenkes Poltekkes Riau Program Studi DIII Keperawatan Di Luar Kampus Utama yang telah memberikan ilmu pengetahuan dan dukungan bagi peneliti.
9. Kedua orang tua peneliti, beliau memang tidak sempat merasakan pendidikan sampai dibangku perkuliahan, namun beliau mampu mendidik, mendo'akan, memotivasi, memberikan dukungan serta mengusahakan agar peneliti bisa menempuh pendidikan sampai selesai.
10. Teman-teman seperjuangan yang selalu memberi dukungan kepada peneliti dalam menyelesaikan perkuliahan dan Karya Tulis Ilmiah.
11. Semua pihak yang telah memberikan dorongan dan bantuannya selama penyelesaian Karya Tulis Ilmiah ini.

Peneliti menyadari bahwa Karya Tulis Ilmiah Studi Kasus ini masih banyak kekurangan dan masih jauh dari kata sempurna. Maka dari itu saran dan kritik yang membangun senantiasa peneliti harapkan. Peneliti berharap semoga Karya Tulis Ilmiah Studi Kasus ini dapat bermanfaat bagi semua pihak yang membutuhkan.

Pematang Reba, 21 April 2025

Peneliti

DAFTAR ISI

HALAMAN SAMPUL DEPAN	i
HALAMAN SAMPUL DALAM	ii
PERNYATAAN KEASLIAN TULISAN	iii
HALAMAN PERSETUJUAN	iv
HALAMAN PENGESAHAN	v
KATA PENGANTAR	vi
ABSTRAK	viii
<i>ABSTACT</i>	ix
DAFTAR ISI	x
DAFTAR TABEL	xi
DAFTAR SINGKATAN	xii
DAFTAR LAMPIRAN	xiii
 BAB 1 PENDAHULUAN	 1
1.1 Latar Belakang	1
1.2 Rumusan Masalah	5
1.3 Tujuan Penelitian	6
1.4 Manfaat Penelitian	6
 BAB II TINJAUAN PUSTAKA	 8
2.1 Konsep Teori Gagal Ginjal Kronik	8
2.2 Konsep Dasar Keletihan	14
2.3 Konsep Hemodialisis	20
2.4 Konsep Teknik Relaksasi Nafas Dalam	24
 BAB III METODE STUDI KASUS	 28
3.1 Jenis dan Desain Studi Kasus	28
3.2 Subyek Studi Kasus	28
3.3 Fokus Studi	29
3.4 Definisi Operasional	29
3.5 Instrumen Studi Kasus	30
3.6 Metode Pengumpulan Data	30
3.7 Lokasi dan Waktu Penelitian	31
3.8 Analisa Data dan Penyajian Data	31
3.9 Etika Studi Kasus	32
 BAB IV HASIL DAN PEMBAHASAN	 34
4.1 Hasil Penelitian	34
4.2 Pembahasan	40
4.3 Keterbatasan	43
 BAB V KESIMPULAN DAN SARAN	 44
5.1 Kesimpulan	44
5.2 Saran	45
 DAFTAR PUSTAKA	
LAMPIRAN	

DAFTAR TABEL

Tabel 2.1 Kusioner Keletihan (<i>Fatigue Asessment Scale</i>)	17
Tabel 4.1 Tingkat keletihan subjek 1 <i>Pretest</i> dan <i>Posttest</i>	38
Tabel 4.2 Tingkat keletihan subjek 2 <i>Pretest</i> dan <i>Posttest</i>	39

DAFTAR SINGKATAN

GGK	:	Gagal Ginjal Kronik
CKD	:	Chronic Kidney Disease
PGK	:	Penyakit Ginjal Kronik
LFG	:	Laju Fiterasi Glomerulus
eGFR	:	estimated Glomerular Filtration Rate
BPH	:	Benign Prostatic Hyperplasia
KDIQI	:	Kidney dialysis Outcomes Quality Initiative
GFR	:	Glomerulus Filtration Rate
DM	:	Diabetes Melitus
HT	:	Hipertensi
BUN	:	Blood Urea Nitrogen
pH	:	Potensial of Hydrogen
Hb	:	Hemoglobin
CT Scan	:	Computed Temography
IVP	:	Intervenous Pyelography
MRI	:	Magnetic Resonance Imaging
CAPD	:	Continuous Ambulatory Peritoneal Dialysis
IDWG	:	InterDialysis Weight Gain
PPOK	:	Penyakit Paru Obstruksi Kronik
SDB	:	Slow Deep Breathing

DAFTAR LAMPIRAN

- Lampiran 1 : Biodata Peneliti
- Lampiran 2 : Rencana Jadwal Kegiatan
- Lampiran 3 : Lembar Surat Izin Pengambilan Data
- Lampiran 4 : Lembar Surat Balasan Izin Pengambilan Data
- Lampiran 5 : Lembar Surat Izin Penelitian
- Lampiran 6 : Lembar Surat Balasan Izin Penelitian
- Lampiran 7 : Lembar Kaji Etik
- Lampiran 8 : Lembar Konsultasi Bimbingan
- Lampiran 9 : Lembar Permohonan Menjadi Responden Penelitian
- Lampiran 10 : Lembar Pernyataan Kesiediaan Menjadi Responden Penelitian
- Lampiran 11 : Lembar Kusioner Pengukuran Skala Keletihan
- Lampiran 12 : SPO Teknik Relaksasi Nafas Dalam
- Lampiran 13 : Dokumentasi Kegiatan Penelitian