



**PENERAPAN *DEEP BREATHING EXERCISE* UNTUK MENGATASI
KELETIHAN PADA PASIEN GAGAL GINJAL KRONIS YANG
MENJALANI HEMODIALISA**

**MUHAMAD ZAKY FERDIANSYACH
NIM: 2205024**

**PROGRAM STUDI KEPERAWATAN PROGRAM DIPLOMA TIGA
UNIVERSITAS WIDYA HUSADA SEMARANG
TAHUN 2025**



**PENERAPAN *DEEP BREATHING EXERCISE* UNTUK MENGATASI
KELETIHAN PADA PASIEN GAGAL GINJAL KRONIS YANG
MENJALANI HEMODIALISA**

Diajukan sebagai salah satu syarat untuk mendapatkan gelar A.Md. Kep

MUHAMAD ZAKY FERDIANSYACH

NIM: 2205024

**PROGRAM STUDI KEPERAWATAN PROGRAM DIPLOMA TIGA
UNIVERSITAS WIDYA HUSADA SEMARANG
TAHUN 2025**

PERSETUJUAN SIAP UJIAN KARYA TULIS ILMIAH

Judul Karya Tulis Ilmiah: Penerapan *Deep Breathing Exercise* Untuk Mengatasi Kelelahan Pada Pasien Gagal Ginjal Kronis yang Menjalani Hemodialisa

Nama Mahasiswa : Muhamad Zaky Ferdiansyach

NIM : 2205024

Siap dipertahankan di depan Tim Penguji

Pada tanggal 4 Juni 2025

Menyetujui
Pembimbing Utama



Ns. Dwi Retnaningsih, S. Kep., M.Kes., M.Kep

NIDN. 0602128103

HALAMAN PENGESAHAN KARYA TULIS ILMIAH

Judul Karya Tulis Ilmiah: Penerapan *Deep Breathing Exercise* Untuk Mengatasi Keletihan Pada Pasien Gagal Ginjal Kronis yang Menjalani Hemodialisa

Nama Mahasiswa : Muhamad Zaky Ferdiansyach

NIM : 2205024

Siap dipertahankan di depan Tim Penguji

Pada tanggal 4 Juni 2025

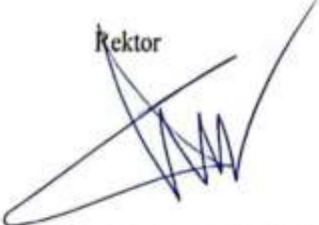
Menyetujui,

Ketua Penguji : Ns. Endang Supriyanti, S.Kep., M.Kep ()

Anggota Penguji : Ns. Dwi Retnaningsih, S. Kep., M.Kes., M.Kep ()

Mengetahui,

Program Studi Keperawatan Program Diploma Tiga
Ketua


Rector
Prof. Dr. Chandrasa Soekardi, DEA.
NUPTK. 7836735636130062


Ns. Emilia Puspitasari S, S.Kep., M.Kep, Sp.Kep.J
NUPTK. 2134762663230240

PERNYATAAN KEASLIAN PENELITIAN

Saya yang bertanda tangan di bawah ini :

Nama : Muhamad Zaky Ferdiansyach

Tempat tanggal lahir : Kendal, 14 Maret 2002

NIM : 2205024

Program Studi : D3 Keperawatan

Dengan ini menyatakan dengan sebenar-benarnya bahwa :

1. Laporan tugas akhir studi dengan judul “Penerapan *Deep Breathing Exercise* Untuk Mengatasi Keletihan Pada Pasien Gagal Ginjal Kronis yang Menjalani Hemodialisa” adalah hasil karya saya, dan dalam naskah ini tidak terdapat karya ilmiah yang pernah diajukan oleh orang lain untuk memperoleh gelar Ahli Madya Keperawatan di suatu Perguruan Tinggi, dan tidak terdapat karya atau pendapat yang pernah ditulis atau diterbitkan oleh orang lain baik sebagian atau keseluruhan, kecuali secara tertulis dikutip dalam naskah ini dan diterbitkan dalam sumber kutipan atau daftar pustaka.
2. Apabila ternyata dalam naskah laporan tugas akhir studi ini dapat dibuktikan terdapat unsur- unsur plagiat, saya bersedia laporan tugas akhir studi ini digugurkan dan gelar akademik yang telah saya peroleh dibatalkan, serta diproses dengan ketentuan hukum yang berlaku.
3. Laporan tugas akhir studi ini dapat dijadikan sumber pustaka yang merupakan hak bebas *royalty* non eksklusif.

Demikian pernyataan ini saya buat dengan sebenar-benarnya untuk dipergunakan sebagaimana mestinya.

Semarang, 4 Juni 2025.



(Muhamad Zaky Ferdiansyach)

PENERAPAN *DEEP BREATHING EXERCISE* UNTUK MENGATASI KELETIHAN PADA PASIEN GAGAL GINJAL KRONIS YANG MENJALANI HEMODIALISA

Muhamad Zaky Ferrdiansyach¹ Dwi Retnaningsih²

¹Mahasiswa Prodi DIII Keperawatan, Universitas Widya Husada Semarang

²Dosen Prodi DIII Keperawatan, Universitas Widya Husada Semarang

Email: zakyzidan3@gmail.com

ABSTRAK

Latar belakang: CKD merupakan penurunan fungsi ginjal yang signifikan dan progresif, terjadi secara perlahan selama bertahun-tahun karena berbagai penyakit ginjal yang tidak dapat dipulihkan. Salah satu masalah keperawatan yang muncul pada pasien Gagal Ginjal Kronik adalah Keletihan. Keletihan adalah penurunan kapasitas kerja fisik dan mental yang tidak pulih dengan istirahat. **Metode** yang digunakan adalah metode deskriptif yang menggambarkan studi kasus. Studi kasus penelitian ini menggunakan asuhan keperawatan pendekatan pada pasien gagal ginjal kronik yang menjalani hemodialisa dengan memberikan terapi *deep breathing exercise* sebanyak 2 kali dalam satu minggu sesuai dengan jadwal pasien hemodialisa. Pengukuran tingkat keletihan dilakukan pre dan post dengan menggunakan kuesioner *facit scale*. **Hasil** dari studi kasus terdapat penurunan tingkat keletihan pada pasien setelah 2 kali pertemuan dilakukan *deep breathing exercise*. **Kesimpulan**, penerapan *deep breathing exercise* dapat membantu menurunkan tingkat keletihan pada pasien gagal ginjal kronik yang menjalani hemodialisa. Maka intervensi *deep breathing exercise* dapat diterapkan pada pasien yang menjalani hemodialisa.

Kata kunci: *deep breathing exercise*, gagal ginjal kronik, hemodialisa, keletihan

APPLICATION OF DEEP BREATHING EXERCISE TO OVERCOME FATIGUE IN CHRONIC KIDNEY FAILURE PATIENTS UNDERGOING HEMODIALYSIS

Muhamad Zaky Ferrdiansyach¹ Dwi Retnaningsih²

¹Mahasiswa Prodi DIII Keperawatan, Universitas Widya Husada Semarang

²Dosen Prodi DIII Keperawatan, Universitas Widya Husada Semarang

Email: zakyzidan3@gmail.com

ABSTRACT

Background: CKD is a significant and progressive decline in kidney function, occurring slowly over years due to various irreversible kidney diseases. One of the nursing problems that arise in patients with Chronic Kidney Failure is Fatigue. Fatigue is a decrease in physical and mental work capacity that does not recover with rest. **The method:** The method used is a descriptive method that describes a case study. This case study research uses a nursing care approach to chronic kidney failure patients undergoing hemodialysis by providing deep breathing exercise therapy twice a week according to the hemodialysis patient schedule. Measurement of fatigue levels was carried out pre and post using a facit scale questionnaire. **The results:** dari studi kasus terdapat penurunan tingkat keletihan pada pasien setelah 2 kali pertemuan dilakukan *deep breathing exercise*. **Conclusion:** penerapan *deep breathing exercise* dapat membantu menurunkan tingkat keletihan pada pasien gagal ginjal kronik yang menjalani hemodialisa. Maka intervensi *deep breathing exercise* dapat diterapkan pada pasien yang menjalani hemodialisa.

Keywords: *deep breathing exercise*, chronic kidney disease, fatigue, hemodialysis

KATA PENGANTAR

Puji Syukur kepada Allah SWT yang telah melimpahkan rahmat dan hidayah-Nya sehingga Karya Tulis Ilmiah dengan judul "Penerapan *Deep Breathing Exercise* Untuk Mengatasi Keletihan Pada Pasien Gagal Ginjal Kronis yang Menjalani Hemodialisa" dapat terselesaikan dengan baik. Penyusunan Karya Tulis Ilmiah ini tidak lepas dari bimbingan dan dukungan dari berbagai pihak. Oleh karena itu penulis mengucapkan terimakasih kepada:

1. Prof. Dr. Chandrasa Soekardi, DEA selaku Rektor Universitas Widya Husada Semarang.
2. Emilia Puspitasari S, S. Kep., Ns., M. Kep., Sp. Kep. J selaku Kaprodi Keperawatan Program Diploma Tiga Universitas Widya Husada Semarang.
3. Dwi Retnaningsih, S. Kep., Ns., M. Kes. M. Kep selaku Pembimbing yang telah membimbing dan memberikan semangat dalam menyusun Karya Tulis Ilmiah ini.
4. Endang Supriyanti, S. Kep., Ns., M. Kep sebagai Penguji yang telah membimbing dan memberikan motivasi serta dukungan dalam penyusunan Karya Tulis Ilmiah ini.
5. Orang tua saya yang telah memberikan doa, dukungan, materi, dan selalu memberikan semangat kepada penulis.
6. Seluruh dosen Prodi Keperawatan Program Diploma Tiga Universitas Widya Husada Semarang yang selalu memberi dukungan dan motivasi kepada penulis.
7. Teman-teman yang telah memberi dukungan dalam menyelesaikan Karya Tulis Ilmiah ini.
8. Kepada pemilik NIM 2205003, terimakasih atas setiap dukungan, kesabaran, dan semangat yang tak pernah putus selama proses penyusunan

karya tulis ilmiah ini. Kehadiranmu adalah bagian penting dari perjalanan penulis

9. Penulis juga menyampaikan terima kasih kepada diri sendiri atas keteguhan hati, semangat, dan kerja keras yang telah mengiringi setiap proses hingga terselesaikannya karya tulis ilmiah ini.

Penulis menyadari bahwa penyusunan Karya Tulis Ilmiah ini memiliki banyak kekurangan. Oleh karena itu, penulis membutuhkan saran dan kritik untuk perbaikan dalam karya tulis ilmiah selanjutnya

Semarang, 4 Juni 2025



Muhamad Zaky Ferdiansyach

DAFTAR ISI

PERSETUJUAN SIAP UJIAN KARYA TULIS ILMIAH	ii
HALAMAN PENGESAHAN KARYA TULIS ILMIAH.....	iii
PERNYATAAN KEASLIAN PENELITIAN.....	iv
ABSTRAK.....	v
ABSTRACT.....	vi
KATA PENGANTAR	vii
DAFTAR ISI.....	ix
DAFTAR TABEL.....	xi
DAFTAR LAMPIRAN	xii
DAFTAR SINGKATAN	xiii
BAB 1 PENDAHULUAN.....	1
1.1 Latar Belakang	1
1.2 Rumusan Masalah.....	3
1.3 Tujuan Studi Kasus	4
1.4 Manfaat Studi Kasus	4
BAB II TINJAUAN PUSTAKA.....	5
2.1 Tinjauan Pustaka.....	5
2.1.1 Konsep Teori Gagal Ginjal Kronik	5
2.1.2 Asuhan Keperawatan Pasien Gagal Ginjal Kronis	10
2.1.3 Keletihan	24
2.1.4 <i>Deep Breathing Exercise</i>	26
BAB III METODE KASUS.....	29
3.1 Rancangan Studi Kasus.....	29
3.2 Subjek Stusi Kasus.....	29
3.3 Fokus Studi	30
3.4 Definisi Operasional	30
3.5 Instrumen Studi Kasus	31
3.6 Metode pengumpulan Data.....	32
3.7 Lokasi dan Waktu Studi Kasus.....	32
3.8 Analisis Data dan Penyajian Data.....	32

3.9 Etika Studi Kasus.....	33
BAB IV HASIL DAN PEMBAHASAN.....	34
4.1 Hasil Studi Kasus.....	34
4.2 Pembahasan.....	40
4.3 Keterbatasan penulis	45
BAB V PENUTUP	46
5.1 Kesimpulan	46
5.2 Saran	47
5.2.1 Bagi institusi pendidikan	47
5.2.2 Bagi perawat	47
5.2.3 Bagi peneliti.....	47
DAFTAR PUSTAKA	48

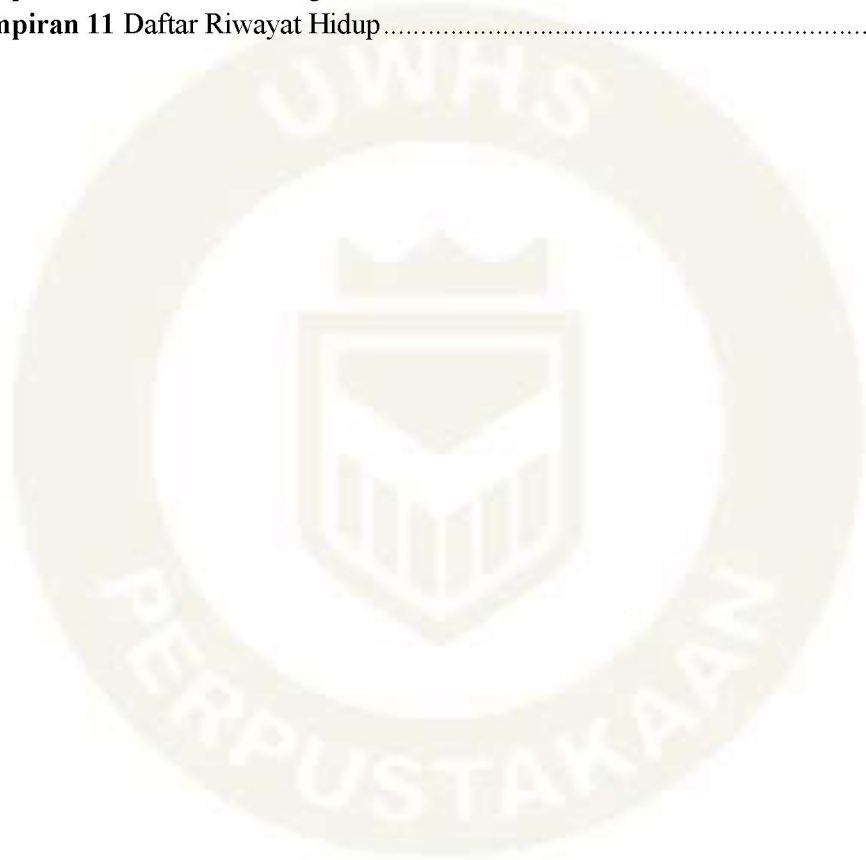
DAFTAR TABEL

Tabel 4. 1 Hasil pasien 1 Tn. S Hari pertama.....	36
Tabel 4. 2 Hasil pasien 1 Tn.S hari kedua	36
Tabel 4. 3 Hasil pasien 2 Ny.R Hari pertama	39
Tabel 4. 4 Hasil pasien 2 Ny.R Hari kedua	39
Tabel 4. 5 Skoring penilaian sebelum dan sesudah dilakukan penerapan deep breathing exercise pada pasien Tn.S dan Ny. R di RS Roemani Muhammadiyah Semarang pada bulan Mei 2025	40



DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran 1 Surat Ijin Penelitian	54
Lampiran 2 Surat Balasan Penelitian	55
Lampiran 3 Jadwal Kegiatan Penelitian	56
Lampiran 4 Penjelasan untuk Mengikuti Penelitian	57
Lampiran 5 Persetujuan Menjadi Responden	58
Lampiran 6 Persetujuan Menjadi Responden	59
Lampiran 7 Lembar Observasi	60
Lampiran 8 Lembar FACIT SCALE	62
Lampiran 9 Dokumentasi	78
Lampiran 10 Lembar Bimbingan	80
Lampiran 11 Daftar Riwayat Hidup	82



DAFTAR SINGKATAN

AGD	: Analisa Gas Darah
EEG	: <i>Electroencephalography</i>
EKG	: Elektrokardiogram
GGK	: Gagal Ginjal Kronik
PPNI	: Persatuan Perawat Nasional Indonesia
WHO	: <i>World Health Organization</i>