

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

Muhamad Zaky Ferrdiansyach<sup>1</sup> Dwi Retnaningsih<sup>2</sup>

<sup>1</sup>Mahasiswa Prodi DIII Keperawatan, Universitas Widya Husada Semarang

<sup>2</sup>Dosen Prodi DIII Keperawatan, Universitas Widya Husada Semarang

Email: [zakyzidan3@gmail.com](mailto: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 Ferrdiansyach<sup>1</sup> Dwi Retnaningsih<sup>2</sup>

<sup>1</sup>Mahasiswa Prodi DIII Keperawatan, Universitas Widya Husada Semarang

<sup>2</sup>Dosen Prodi DIII Keperawatan, Universitas Widya Husada Semarang

Email: [zakyzidan3@gmail.com](mailto: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