

**KARYA ILMIAH AKHIR**

**EFEKTIVITAS TERAPI *BACK MASSAGE* UNTUK MENGURAGI  
KELETIHAN PADA PASIEN *CHRONIC KIDNEY DISEASE*  
(CKD) YANG MENJALANI HEMODIALISASI DI RSUD  
LABUANG BAJI, MAKASSAR SULAWESI SELATAN**



**NAMA : WARDA. R,S.Kep**

**NIM: B324707**

**PROGRAM STUDI PROFESI NERS**

**FAKULTAS ILMU KESEHATAN**

**UNIVERSITAS SULAWESI BARAT**

**MAJENE**

**JUNI 2025**

**KARYA ILMIAH AKHIR**

**EFEKTIVITAS TERAPI *BACK MASSAGE* UNTUK MENGURAGI  
KELETIHAN PADA PASIEN *CHRONIC KIDNEY DISEASE*  
(CKD) YANG MENJALANI HEMODIALISASI DI RSUD  
LABUANG BAJI, MAKASSAR SULAWESI SELATAN**



**Diajukan sebagai salah satu syarat untuk memperoleh gelar Ners (Ns)**

**NAMA : Warda.R S.Kep**

**NIM: B324707**

**PROGRAM STUDI PROFESI NERS**

**FAKULTAS ILMU KESEHATAN**

**UNIVERSITAS SULAWESI BARAT**

**MAJENE**

**JUNI 2025**

## HALAMAN PERNYATAAN ORISINALITAS

Karya ilmiah akhir ini adalah hasil karya sendiri, dan semua sumber baik yang di kutip maupun dirujuk telah saya nyatakan dengan benar.

NAMA : Warda.R.S.Kep

NPM : B0324707

Tanggal : 29 Mei 2025

TTD



**HALAMAN PENGESAHAN**

Karya Ilmiah Akhir dengan judul:

**EFEKTIVITAS TERAPI *BACK MASSAGE* UNTUK MENGURANGI KELETIHAN PADA PASIEN *CHRONIC KIDNEY DISEASE (CKD)* YANG MENJALANI HEMODIALISASI DI RSUD LABUANG BAJI, MAKASSAR SULAWESI SELATAN.**

Disusun dan diajukan oleh:

**WARDA. R, S.Kep  
B0324707**

Telah dipertahankan dihadapan dewan penguji dan diterima sebagai bagian persyaratan yang diperlukan untuk memperoleh gelar Ners pada Program Studi Profesi Ners Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas Sulawesi Barat  
Ditetapkan di Majene Tanggal .....Juli 2025

**Dewan Penguji**

**Ns.Muhammad Amin R, S.kep.,M.Kep**

(.....)

**Nurgadima A.DJ,SKM.,M.Kes**

(.....)

**Ns.Weny Anggraini Adhisty S.Kep.,M.Kep**

(.....)

**Dewan Pembimbing**

**Ns.Weny Anggraini Adhisty S.Kep.,M.Kep**

(.....)

**Ns. Ika Muzdalia S.Kep.,M.Kes**

(.....)

**Mengetahui**

**Dekan  
Fakultas Ilmu Kesehatan**



**Dr. Habibi, SKM., M.Kes**

**Ketua  
Program Studi Profesi Ners**

(.....)

**Ns. Aco Mursid, S.Kep., M.Kep**

## ABSTRAK

Nama : Warda. R, S.Kep  
Program Studi : Profesi Ners Fakultas Ilmu Kesehatan  
Judul : Efektivitas terapi *back massage* pada pasien *Choronic Kidney Disease* (CKD) yang sedang menjalani Hemodialisis di RSUD Labuang Baji Makassar Sulawesi Selatan

Gagal ginjal kronik telah muncul sebagai salah satu dari penyebab utama kematian. Gagal ginjal kronik adalah kondisi dimana fungsi ginjal menurun dalam mempertahankan keseimbangan tubuh. Salah satu tindakan yang diberikan tenaga medis untuk mengatasi CKD adalah hemodialisis. Prosedur hemodialisis yang berlangsung dalam jangka waktu panjang dengan durasi 4-5 jam sehingga menyebabkan kelelahan. Kelelahan adalah perasaan tidak memiliki daya baik itu secara fisik ataupun secara psikologis ( Halawa dkk.2023). Tindakan non farmakologis yang dapat dilakukan untuk mengatasi kelelahan adalah *Back massage*. *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). Tujuan Dari Penyusunan EBN Ini Untuk Melihat Efektifitas Penerapan Terapi *Back Massage* Mengurangi Kelelahan Pada Pasien CKD Yang Sedang Menjalani Hemodialisis Di RSUD Labuang Baji. Desain karya tulis ilmiah yang digunakan dalam penelitian ini yaitu desain studi kasus. Populasi dalam penelitian ini berjumlah 2 responden. Evaluasi pada tingkat kelelahan kedua responden sebelum di berikan terapi *back massage* didapatkan Kelelahan Berat, Setelah dilakukan terapi *back massage* tingkat kelelahan kedua pasien menurun menjadi Kelelahan Sedang. Terdapat perubahan tingkat kelelahan pasien sebelum dan setelah dibrikan terapi *back massage*. Sehingga dapat disimpulkan bahwa ada Efektivitas terapi *back massage* untuk mengurangi kelelahan pada pasien *Chorinc Kidney Disease* (CKD) yang menjalani Hemodialisis di RSUD Labuang Baji Makassar, Sulawesi Selatan.

**Kata Kunci :** *Gagal ginjal kronik, Kelelahan, hemodialisa, Back Massage*

## Abstrack

*Name* : Warda. R, S.Kep  
*Study program* : Nursing Profession Faculty Of Health Sciences  
*Judul* : *The Effectiveness Of Back Massage Therapy On Chronic Kidney Disease (CKD) Patients Undergoing Hemodialysis At Labuang Baji Hospital Makassar, South Sulawesi*

*Chronic kidney disease (CKD) is a condition in which the kidneys' function in maintaining the body's balance declines. One of the treatments provided by medical professionals to treat CKD is hemodialysis. Hemodialysis is a renal replacement therapy aimed at addressing the decline in function caused by a decreased glomerular filtration rate (Khamid & Rahmawati, 2022). The hemodialysis procedure lasts for a long time with a duration of 4-5 hours, causing fatigue. Fatigue is a feeling of having no power, both physically and psychologically (Halawa et al. 2023). Non-pharmacological measures that can be taken to overcome fatigue are Back massage. Back massage is a technique that affects soft tissue with the aim of relaxing muscles, improving blood circulation, increasing flexibility and reducing pain to speed up the healing process of several diseases and can help reduce fatigue levels in hemodialysis patients (Tambunan & Saputra, 2023). The purpose of compiling this EBN is to see the effectiveness of the application of back massage therapy to reduce fatigue in CKD patients undergoing hemodialysis at Labuang Baji Regional Hospital. The scientific paper design used in this study is a case study design, a descriptive method with a nursing care approach to CKD patients. The population in this study was 2 respondents. Evaluation of the level of fatigue of the two respondents before being given back massage therapy was found to be severe fatigue. After back massage therapy, the level of fatigue of the two patients decreased to moderate fatigue. There was a change in the level of fatigue of patients before and after being given back massage therapy. So it can be concluded that there is effectiveness of back massage therapy to reduce fatigue in Chorinc Kidney Disease (CKD) patients undergoing hemodialysis at Labuang Baji Regional Hospital, Makassar, South Sulawesi.*

**Keyword : Crhonic Kidney Disease, Fatigue, Hemodialysis, Back Massage**

## BAB 1

### PENDAHULUAN

#### A. Latar Belakang

*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). Gagal ginjal kronis adalah kondisi di mana fungsi ginjal menurun dalam mempertahankan keseimbangan tubuh. Gagal ginjal kronik merupakan penyakit yang tidak menular, karena proses terjadinya penyakit ini membutuhkan waktu yang lama, sampai terjadi adanya penurunan fungsi ginjal dan tidak dapat terjadi ke kondisinya seperti semula. Penurunan fungsi ginjal ini mengakibatkan gangguan keseimbangan di dalam tubuh manusia, sehingga terjadi penumpukan sisa-sisa metabolisme terutama ureum serta penumpukan cairan dan elektrolit di dalam tubuh yang menjadi salah satu faktor penyebab kematian. (Siregar, 2020).

*World Health Organization* (2024) menyebutkan, penyebab kematian kesembilan belas di dunia adalah penyakit ginjal, dengan jumlah kematian meningkat sebesar 95%. Di Indonesia jumlah kematian di karenakan gagal ginjal sangat tinggi, berdasarkan data Riskesdas (2023), sebanyak 713.738 jiwa orang yang mengalami gagal ginjal kronik (Nanda dkk., 2023). Menurut data rumah sakit Labuang Baji Sulawesi Selatan tahun 2024 sebanyak 7.338 pasien yang menjalani hemodialisis, dengan kasus kematian 78 pasien meninggal dunia. Ditahun 2025 pada bulan Januari sampai dengan Maret, Ruang Hemodialisis RSUD Labuang Baji kembali menambah angka kematian sebanyak 13 pasien akibat dari penyakit *Chronic Kidney Disease* (CKD). *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 keletihan (*fatigue*). (Nanda et al., 2023). Keletihan adalah hal yang paling utama untuk diatasi bagi penderita gagal ginjal kronik yang sedang meenjlani hemodialisasi.

Keletihan merupakan perasaan tidak memiliki daya baik itu secara fisik maupun psikologis dengan perasaan subjektif yang tidak menyenangkan dapat di tandai dengan terjadinya kelemahan fisik, intoleransi hambatan aktivitas dan psikologis seperti kesulitan dalam beraktivitas sebagaimana menstinya( halawa dkk.,2023). *Fatigue* atau kelelahan adalah perasaan subjektif yang tidak menyenangkan diantaranya malaise,konsentrasi menurun, gangguan emosional, dan gangguan tidur yang dapat mempengaruhi aktivitas sehari-hari (Pertiwi & Prihati, 2020). Sedangkan menurut Davey (2019) *Fatigue* adalah salah satu gejala umum yang ditemukan ditemukan pada klien dengan penyakit kronis, contohnya pasien dengan kasus CKD dan sedang menjalani Hemodialisasi. Hemodialisasi merupakan terapi berkelanjutan yang di lakukan pada pasien gagal ginjal kronik dalam waktu yang lama sehingga biasanya akan menimbulkan keletihan dikarenakan waktu terapi yang berlangsung sekitar 4-5 jam. Pasien juga akan mengalami sakit kepala dan keringat dingin karena terjadi perubahan tekana darah ( Rusdianah Jafar.,2019). Berdasarkan salah satu penelitian yang di lakukan oleh Sitti Rusdianah Jafar ( 2019), mengatakan bahwa lama Hemodialisasi yang dijalani oleh

pasien CKD pada umumnya akan menimbulkan kelelahan. Sebanyak 60 hingga 97 % pasien yang menjalani Hemodialisis meninggal akibat kelelahan.

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 yang digunakan untuk memfasilitasi penyembuhan (Listiani & Hartanti, 2021).

*Back massage* juga merupakan salah satu teknik non farmakologi untuk mengatasi kelelahan 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). Hal ini juga sesuai dengan penelitian yang dilakukan oleh Projo Angkasa (2022) bahwa pada bagian punggung dapat memberikan rangsangan terhadap sistem limbik hipotalamus agar dapat menghasilkan faktor untuk melepaskan kortikotropin (CRF) yang menyebabkan kelenjar hipofisis dapat terangsang untuk mengeluarkan endorfin dan pro opioid melanocortin (POMC) sehingga kelenjar adrenal mengalami peningkatan produksi enkephalin yang berpengaruh pada suasana hati dan menimbulkan perasaan rileks.

Penelitian yang juga dilakukan oleh A.A.Kurniawan.dkk (2022) juga membuktikan bahwa penerapan *back massage* pada pasien CKD dapat mengurangi tingkat kelelahan, karena memperbaiki peredaran sirkulasi darah dan merilekskan otot tubuh yang tegang. Penelitian lainya juga dilakukan oleh Hayati & Devi (2020), menunjukkan hasil bahwa

setelah dilakukan penerapan back massage intensitas nyeri pada pasien nyeri punggung menurun dengan mayoritas responden 70% dengan tingkat nyeri ringan dan 30 % lainnya tidak nyeri. 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).Peneliti juga berpendapat bahwa intervensi ini tepat bagi pasien karena selain efektif dan sederhana dalam penerapannya, peralatan, gerakan serta bahan yang digunakan juga mudah untuk diakses dan dipelajari

Berdasarkan latar belakang di atas peneliti tertarik untuk melakukan penerapan *Evidence Based Nursing* (EBN) tentang terapi *Back Massage* untuk mengurangi kelelahan pada pasien *Chronic Kidney Disease* yang menjalani Hemodialisis di RSUD Labuang Baji, Makassar Sulawesi Selatan.

## **B. Rumusan Masalah**

Berdasarkan data pasien yang menderita CKD dan menjalani hemodialisis di RSUD Labuang Baji , peneliti ingin mengetahui apakah terapi *back massage* efektif mengurangi kelelahan pada pasien CKD yang menjalani Hemodialisis di RSUD Labuang Baji, Makassar Sulawesi Selatan?

## **C. Tujuan**

### ➤ Tujuan Umum

Tujuan dari penyusunan EBN ini untuk melihat Efektifitas penerapan terapi *back massage* untuk mngurangi kelelahan pada pasien CKD yang sedang menjalani hemodialisis di RSUD Labuang Baji.

### ➤ Tujuan Khusus

- a. Diketuainya tingkat kelelahan sebelum diberikan terapi *back massage*
- b. Diketuainya tingkat kelelahan sesudah diberikan terapi *back massage*

#### **D. Manfaat Penelitian**

1. Bagi Penulis

Meningkatkan pengalaman, pengetahuan, dan wawasan baru merupakan hal yang sangat berharga bagi peneliti dan memberikan kepuasan pribadi dalam menjalankan penelitian, serta memungkinkan pengaplikasian ilmu yang telah diperoleh selama proses pendidikan.

2. Bagi Institusi

pendidikan Hasil dari penelitian ini diharapkan dapat menjadi referensi terkini dan tambahan dalam literatur serta menjadi pedoman yang berguna dalam proses pembelajaran di bidang manajemen keperawatan.

3. Bagi Responden

Bagi responden penelitian ini dapat memberikan pengobatan secara non farmakologis untuk mengatasi kelelahan saat melakukan pengobatan dan dapat dilaksanakan secara mudah

4. Bagi Rumah

Harapannya, hasil penelitian ini dapat menjadi bahan tambahan pengetahuan terkait pengobatan secara non farmakologis untuk mengatasi kelelahan akibat

5. Bagi peneliti berikutnya

Penelitian ini diharapkan dapat menjadi sumber referensi tambahan untuk penelitian selanjutnya yang berkaitan dengan pengobatan non farmakologis

## BAB 5

### PENUTUP

#### A. Kesimpulan

1. Rerata skor FAS pasien Tn.Z dan Ny.M sebelum diberikan terapi *back massage* adalah 39 dan 36 skor ( dalam kategori keletihan berat)
2. Rerata skor FAS pasien Tn.Z dan Ny.M setelah diberikan terapi *back massage* adalah 33 dan 30 ( dalam kategori keletihan sedang)
3. Terdapat perubahan tingkat keletihan pasien sebelum dan setelah dibrikan terapi *back massage*. Sehingga dapat disimpulkan bahwa ada Efektivitas terapi *back massage* untuk mengurangi keletihan pada pasien *Chorinc Kidney Disease* (CKD) yang menjalani Hemodialisasi di RSUD Labuang Baji Makassar, Sulawesi Selatan.

#### B. Saran

1. Bagi Perawat  
Saran bagi perawat adalah agar dapat mempeelajari dan memberikan terapi *back massage* bagi penderita CKD yang sedang meenjalani Hemodialisasi.
2. Bagi Rumah Sakit  
Bagi rumah sakit diharapkan mampu memfasilitasi dalam pemberian layanan terapi *back massage* pada pasien CKD
3. Bagi Responden  
Saran bagi responden yaitu agar dapat menjalankan terapi *back massage* tersebut sebagaimana yang telah dilakukan untuk membantu mengurangi rasa keletihan yang dirasakan akibat prosedur Hemodialisasi yang cukup panjang.
4. Bagi Peneliti Selanjutnya  
Bagi penliti selanjutnya disarankan agar lebih dapat melakukan control terhadap aktivitas yang dilakukan responden.

## DAFTAR PUSTAKA

- Admin, and Evi Royani. 2021. "Penatalaksanaan Back Massage Di Panti Tresna Werdha Teratai Km.5 Palembang Tahun 2020." *Jurnal Kesehatan Dan Pembangunan* 11(22):26–35. doi: 10.52047/jkp.v11i22.110.
- Angkasa, Moh. Projo, . Isrofah, and Rini Hidayah. 2022. "Pengaruh Back Massage Terhadap Tingkat Kelelahan Dan Kualitas Tidur Pada Pasien Yang Menjalani Tindakan Hemodialisa Di Rsud Bendan Kota Pekalongan." *Jurnal Lintas Keperawatan* 3(2):1–9. doi: 10.31983/jlk.v3i2.9266.
- Dharwina Amir, Cut, Laras Cyntia Kasih, and Anda Kamal. 2023. "Asuhan Keperawatan Pada Pasien Chronic Kidney Disease (CKD) : Studi Kasus Nursing Care For Patient Chronic Kidney Disease (CKD) : Case Study." *JIM FKep* 7(3):31–39.
- Erna Sulingga, Lalu Panji M. Azal. 2024. "Penerapan Terapi Back Massage Terhadap Tingkat Kelelahan Pasien Chronic Kidney Disease (CKD) Yang Menjalani Hemodialisa Di RSUD Dr. Soehadi Prijonegoro Sragen." 40:1–10.
- Halawa, Afeus, Elis Anggeria, Robin Ferdiansyah Sitopu, Yolanda Mutiara Sari Tarigan, Elsa Novita, and Erniyanti Halawa. 2023. "Pengaruh Pijatan Punggung Terhadap Penurunan Kelelahan Fisik Pada Pasien Gagal Ginjal Kronis." *Jurnal Ilmu Psikologi Dan Kesehatan (SIKONTAN)* 1(3):233–38. doi: 10.47353/sikontan.v1i3.619.
- Maharani, Elva, Deltari Novitasari, and Miki Kurnia Fitrizah. 2024. "Pengaruh Pijat Punggung Terhadap Skor Kelelahan Pada Pasien Gagal Jantung Dirumah Sakit Umum Daerah Kabupaten Empat Lawang." *Journal of Public Health Science* 1(1):52–59. doi: 10.59407/jophs.v1i1.602.
- Mangolo, Viliana Anastacia, Maykel Alfian Kiling, and Ni Luh Jayanthi. 2024. "Progressive Muscle Relaxation Therapy On Blood Pressure In Chronic Kidney Disease Patients Undergoing Hemodialysis At Manado Adventist Hospital." *Jurnal Ilmiah Perawat Manado (Juiperdo)* 12(2):178–86. doi: 10.47718/jpd.v12i2.2371.

- Maulana, Dimas Ageng. 2024. "Penerapan Back Massage Terhadap Kelelahan Pada Pasien Gagal Ginjal Kronik Di Rs Permata Medika Semarang."
- Nanda, Julius, Sapti Ayubbana, and Indhit Tri Utami. 2023. "Implementation Of Back Massage Towards Fatigues In Chronic Kidney Failure Patients At General Hospital Ahmad Yani, Metro City." *Jurnal Cendikia Mudaa* 3(3):371–77.
- Pratiwi, Dian Retno, I. Ketut Suidiana, and Ika Yuni Widyawati. 2023. "Terapi Pijat Mengurangi Kelelahan, Kecemasan Dan Gangguan Tidur Pasien Gagal Ginjal Kronik Yang Menjalani Hemodialisis." *Journal of Telenursing (JOTING)* 5(2):1667–76. doi: 10.31539/joting.v5i2.3336.
- Setiyawati, Dwi, Agus Prasetyo, Dhiah Dwi Kusumawati, Jl Cerme Sidanegara, and Cilacap Tengah. 2021. "Hubungan Kenyamanan Menjalani Hemodialisis Dengan Kebutuhan Terapi Akupresur Di Rumah Sakit Islam Fatimah Cilacap The Relationship between the Comfort of Undergoing Hemodialysis and the Need for Acupressure Therapy at the Islamic Hospital of Fatimah Cilac." *Tens:Trends Of Nursing Science* 2(1):26–33.
- Utami, Swastika Sekar, Siti Arifah, and Faizah Betty Rahayuningsih. 2023. "Terapi Komplementer Untuk Mengatasi Fatigue Pada Pasien Hemodialisis: Literatur Review." *Jurnal Kesehatan Vokasional* 8(2):123. doi: 10.22146/jkesvo.68769.
- Gliselda, V. K. (2021). Diagnosis dan Manajemen Penyakit Ginjal Kronis (PGK). *Jurnal Medika Hutama*, 2(04 Juli), 1135–1141.
- Rohmaniah, F. A., & Sunarno, R. D. (2022). Efikasi Diri Untuk Meningkatkan Kualitas Hidup Pasien Gagal Ginjal Kronik Yang Menjalani Hemodialisis. *Jurnal Ilmu Keperawatan Dan Kebidanan*, 13(1), 164–175. <https://doi.org/10.26751/jikk.v13i1.1305>