

PKM Manajemen *Fatigue* pada Pasien Gagal Ginjal Kronik yang Menjalani Hemodialisa

Mawar Eka Putri¹, Safra Ria Kurniati², Evan Agustiar³

¹) Program Studi D3 Keperawatan, ²) Program Studi Sarjana keperawatan, ³) Puskesmas Raya

Stikes Hang Tuah Tanjungpinang Jl. WR. Supratman, Air Raja

E-mail: mawarekaputri.88@gmail.com

Abstrak

Gagal ginjal kronik merupakan penyakit ginjal tahap akhir dimana gangguan yang terjadi secara terus menerus dan ireversibel. Tindakan yang dapat dilakukan pada pasien dengan gagal ginjal kronik yaitu dengan rutin menjalani terapi hemodialisa. efek dari hemodialisa berupa *fatigue* yang dirasakan berkaitan dengan mental dan fisik dalam jangka waktu yang lama dan tidak dapat hilang dengan beristirahat. Melihat dampak yang terjadi pada pasien gagal ginjal kronik yang menjalani hemodialisa sangatlah perlu diberikan edukasi manajemen *fatigue* kepada pasien gagal ginjal kronik. **Tujuan** dari program ini untuk memberikan edukasi manajemen *fatigue* pada pasien gagal ginjal kronik yang menjalani hemodialisa. **Merode** yang digunakan dikemas dalam bentuk pendidikan kesehatan dengan penyuluhan, pengisian kuisioner tentang *fatigue*. **Hasil** didapatkan 55% pasien kurang memahami dan penanganan *fatigue*, setelah dilakukan Pendidikan kesehatan, didapatkan adanya peningkatan skor pemahaman dan penanganan *fatigue* sebesar 79,9%, edukasi manajemen *fatigue* ini bertujuan agar pasien dapat memahami dan mengetahui penanganan terhadap *fatigue*. **Kesimpulan** pelaksanaan kegiatan pengabdian masyarakat ini bisa terlaksanan berkat adanya dukungan dan kerjasama dari pihak mitra, serta antusias dari para pasien untuk mengikuti kegiatan ini sehingga dapat meningkatkan pengetahuan dan penanganan *fatigue* yang dialami oleh pasien gagal ginjal kronik yang menjalani hemodialisa.

Kata kunci: *Fatigue*, Gagal ginjal, Hemodialisa

Abstract

Chronic renal failure is an end-stage kidney disease where the disorder occurs continuously and is irreversible. Actions that can be taken in patients with chronic kidney failure are routinely undergoing hemodialysis therapy. The effect of hemodialysis is fatigue which is felt to be mental and physical for a long period of time and cannot be lost by resting. Seeing the impact that occurs on chronic kidney failure patients undergoing hemodialysis, it is very necessary to provide fatigue management education to chronic kidney failure patients. The aim of this program is to provide education on fatigue management for chronic kidney failure patients undergoing hemodialysis. The method used is packaged in the form of health education with counseling, filling out questionnaires about fatigue. The results showed that 55% of patients did not understand and handle fatigue. After health education was carried out, there was an increase in the score for understanding and handling fatigue by 79.9%. This fatigue management education aims to enable patients to understand and know how to handle fatigue. Conclusion The implementation of this community service activity can be carried out thanks to the support and cooperation from partners, as well as the enthusiasm of the patients to take part in this activity so that it can increase knowledge and reduce the level of fatigue experienced by chronic kidney failure patients undergoing hemodialysis.

Keywords: *Fatigue*, Kidney failure, Hemodialysis

PENDAHULUAN

Gagal ginjal kronik merupakan penyakit ginjal tahap akhir dimana gangguan yang terjadi secara terus menerus dan ireversibel. Gangguan yang terjadi pada ginjal disebabkan karena ginjal mengalami ketidak seimbangan pada cairan dan elektrolit dan memerlukan monitoring yang adekuat untuk mendeteksi masalah (Smeltzer dan Bare, 2013). Lebih lanjut hasil penelitian yang dilakukan oleh Kassebaum et al., (2016) memperkirakan bahwa 1,2 juta orang meninggal karena gagal ginjal dan diperkirakan menduduki peringkat ke 5 sebagai penyakit penyebab kematian dini dilihat dari aspek usia potensial hidup yang hilang atau *years life lost* (YLL) (*Institute for Health Metrics and Evaluation*, 2018).

Menurut The Third National Health and Examination Survey (NHANES III) diperkirakan bahwa prevalensi penyakit ginjal kronik pada orang dewasa di Amerika Serikat mencapai 11% (19,2 juta) terdiri dari pada stadium I terdapat sebanyak 3,3 % (5,9 juta), pada stadium II terdapat sebanyak 3% (5,3 juta), pada stadium III terdapat sebanyak 4,3% (7,6 juta), pada stadium IV terdapat sebanyak 0,2% (400.000), dan pada stadium V terdapat sebanyak 0,2% (300.000) (Verberne et al., 2019).

Tindakan yang dapat dilakukan pada pasien dengan gagal ginjal kronik yaitu dengan rutin menjalani terapi hemodialisa. Lebih lanjut hemodialisa merupakan proses pembuangan zat-zat sisa metabolisme yang beracun dengan mengalirkan darah dari tubuh pasien ke dialiser tempat darah dibersihkan kemudiandikembalikan lagi ketubuh pasien setelah mengeluarkan air, elektrolit dan limbah terlalu banyak dari tubuh (Smeltzer & Bare, 2013).

Hemodialisis menjadi metode yang paling banyak dipilih oleh pasien yang menderita GJK (Saglimbene et al., 2017). Pasien hemodialisis terus-menerus menghadapi berbagai masalah seperti kelelahan akibat sifat alamiah penyakit kronis, dan efek samping hemodialisis yang berdampak negatif pada kualitas hidup mereka (Jhamb et al., 2014) Lebih lanjut terapi hemodialisis yang berlangsung lama atau seumur hidup dapat menimbulkan berbagai macam komplikasi, masalah, serta berbagai perubahan pada bentuk pada fungsi sistem tubuh (Smeltzer & Bare, 2010). Lebih lanjut efek dari hemodialisa berupa *fatigue* yang dirasakan berkaitan dengan mental dan fisik dalam jangka waktu yang lama dan tidak dapat hilang dengan beristirahat.

Fatigue yang dialami pada pasien gagal ginjal kronis menjadi gejala umum yang menjadi fenomena yang kompleks didefinisikan sebagai kelelahan mental dan fisik maupun

keduanya (Sturgeon, J.A., Darnall B.D., Kao m.J., 2016). *Fatigue* pada pasien dengan hemodialisa kronis memiliki angka lebih tinggi dari pada gejala lain dan prevalensi seperti kaki gelisah, rasa sedih, sulit berkonsentrasi dan tidak adanya gairah seksual secara signifikan meningkat angkanya ketika pasien merasa lelah dari pada saat tidak merasa lelah (Bossola et al., 2018). Menurut Suwanti et al (2017) dalam penelitiannya kepada 41 sampel didapatkan data bahwa kesehatan fisik dalam kategori baik sebanyak 18 orang dan kesehatan dalam kategori buruk sebanyak 23 orang yang berarti masih banyak responden yang mengalami gangguan fisik dan menurunkan kualitas hidupnya.

Melihat adanya dampak yang terjadi pada pasien gagal ginjal kronik yang menjalani hemodialisa sangatlah perlu diberikan edukasi manajemen *fatigue* kepada pasien gagal ginjal kronik. Sehingga menjadi gambaran oleh pasien gagal ginjal kronik terkait kejadian *fatigue* yang dialami oleh pasien gagal ginjal kronik yang menjalani hemodialisa.

Berdasarkan uraian diatas sebagai salah satu upaya dalam meningkatkan kualitas hidup pasien perlu diselenggarakannya program kegiatan pengabdian masyarakat dalam bentuk edukasi manajemen *fatigue* kepada pasien gagal ginjal kronik yang menjalani hemodialisa dalam mengatasi *fatigue*. Manfaat dari kegiatan ini adalah meningkatkan pengetahuan pasien gagal ginjal kronik dalam menjalani hemodialisa.

METODE

Metode kegiatan ini dikemas dalam bentuk pendidikan kesehatan dengan penyuluhan, pengisian kuesioner *fatigue*. Pelaksanaan pengabdian dilakukan dengan tiga tahapan, di mana tahap pertama merupakan tahap persiapan. Pada tahap ini kami melakukan survey pendahuluan untuk melihat kondisi di lapangan yaitu Rumah sakit. Dalam tahap ini kami memberikan kuesioner pada pada pasien-pasien yang mengalami *fatigue*, kami meminta bantuan staf tenaga kesehatan dan mahasiswa. Tahap kedua Pelaksanaan kegiatan Pengabdian Pada Masyarakat ini dikemas dengan menggunakan menggunakan metode ceramah menggunakan poster, diskusi

1.1 Permasalahan mitra

Adapun solusi manajemen *fatigue* pada pasien gagal ginjal kronik yang menjalani hemodialisa adalah:

1. Mengedukasi manajemen *fatigue* yang ada di RS tentang penanganana *fatigue*
2. Meningkatkan derajat kesehatan tentang mengenal intervensi yang dapat dilakukan dalam mengatasi *fatigue*
3. Mendeteksi tanda dan gejala *fatigue*

Adapun luaran dari solusi yang ditawarkan diatas adalah sebagai berikut:

1. *Knowledge*: pasien gagal ginjal kronik yang menjalani hemodialisa akan bertambah pengetahuannya tentang faktor yang dapat memperburuk kondisi *fatigue* dan teknik penanganannya didapatkan hasil 75%-80% pengetahuan meningkat setelah diberi edukasi manajemen *fatigue* paa pasien gagal ginjal kronik yang menjalani hemodialisa.
2. *Attitude*: 75%-80% Pasien gagal ginjal kronik yang menjalani hemodialisa yang ada di RS mengikuti pendidikan kesehatan tersebut.
3. *Practice*: setelah dilakukan pendidikan kesehtan 75-80 % pasien gagal ginjal kronik yang menjalani hemodialisa tau terkait penanganan *fatigue*

HASIL DAN PEMBAHASAN

Hasil pengabdian masyarakat didapatkan bahwa 55% pasien gagal ginjal kronik kurang memahami tentang *fatigue* dan penanganannya kurang dalam mengatasi *fatigue*, setelah dilaksanakan pendidikan kesehatan, didapatkan adanya peningkatan skor dari pemahaman *fatigue* dan penanganan *fatigue* sebesar 79,9%, pemahaman *fatigue* dan penanganan *fatigue* bertujuan untuk membantu pasien gagal ginjal kronik yang menjalani hemodialisa dalam meningkatkan kualitas hidup.

Pelaksanaan kegiatan pengabdian masyarakat ini bisa terlaksanan berkat adanya dukungan dan kerjasama dari pihak mitra, serta antusias dari para pasien gagal ginjal kronik yang menjalani hemodialisa untuk mengikuti kegiatan tersebut. Meskipun demikian terdapat beberapa pasien yang kurang memahami terkait *fatigue* dan penanganan *fatigue* sehingga kurang aktif dalam kegiatan yang dilaksanakan. Faktor lingkungan non fisik juga mempengaruhi efektivitas pelaksanaan kegiatan.

Gagal ginjal kronik yang menjalani hemodialisa menjadi dasar perlunya diberikan edukasi manajemen *fatigue*, Pendidikan ataupun pengetahuan yang dimiliki dapat menurunkan dan memahami kaitannya dengan gejala dan penanganan dalam mengatasi *fatigue*. Perlu dilakukan pengkajian secara berkala terkait masalah *fatigue* dan dapat melakukan penanganan atau intervensi yang tepat dalam mengatasinya. Perlunya melibatkan keluarga sebagai support system bagi pasien karena dengan dukungan keluarga juga sangat berpengaruh dalam

penurunan tingkat *fatigue* yang menjalani hemodialisa.



KESIMPULAN

Terdapat peningkatan skor dari pemahaman dan penanganan *fatigue* untuk membantu pasien gagal ginjal kronis yang menjalani hemodialisa.

UCAPAN TERIMA KASIH

Penulis mengucapkan terimakasih yang sebesar-besarnya kepada pihak-pihak yang telah berkontribusi dalam kegiatan dan penulisan artikel ini, baik berupa dukungan dana, perizinan, konsultan maupun kelompok yang berperan membantu dalam pengambilan data.

DAFTAR PUSTAKA

- Bossola, M., Di Stasio, E., Marzetti, E., De Lorenzis, K., Pepe, G., & Vulpio, C. (2018). Fatigue is associated with high prevalence and severity of physical and emotional symptoms in patients on chronic hemodialysis. *International Urology and Nephrology*, 50(7), 1341–1346. <https://doi.org/10.1007/s11255-018-1875-0>
- Institute for Health Metrics and Evaluation (IHME). 2018. *Findngs from the Global Burden of Disease Study 2017*. [pdf] Seattle, WA: IHME, Tersedia http://www.healthdata.org/sites/default/files/policy_report/2019/GBD_2017_Booklet.pdf[20 Mei 2019].
- Jhamb, M., Liang, K., Yabes, J., Steel, J. L., Dew, M. A., Shah, N., & Unruh, M. (2014). Prevalence and correlates of fatigue in chronic kidney disease and end-stage renal disease: Are sleep disorders a key to understanding fatigue? *American Journal of Nephrology*, 38(6), 489–495. <https://doi.org/10.1159/000356939>
- Saglimbene, V., Natale, P., Palmer, S., Scardapane, M., Craig, J. C., Ruospo, M., Gargano, L., Lucisano, G., Török, M., Celia, E., Gelfman, R., Bednarek-Skublewska, A., Dulawa, J., Stroumza, P., Leal, M., Del Castillo, D., Murgo, A. M., Schon, S., Wollheim, C., ... Strippoli, G. F. M. (2017). The prevalence and correlates of low

- sexual functioning in women on hemodialysis: A multinational, cross-sectional study. *PLoS ONE*, 12(6), 1–12. <https://doi.org/10.1371/journal.pone.0179511>
- Smeltzer & Bare. (2013). *Buku Ajar Keperawatan Medikal Bedah Brunner & Suddarth* (8 Volume 2). Jakarta: ECG
- Sturgeon, J.A., Darnall B.D., Kao m.J., & M.S.C. (2016). Physical and Psychological Correlates of Fatigue and Physical Function: A Stanford-NIH Open Source Pain registry Study. *Journal of Pain*, 16(3), 291-298. <https://doi.org/10.1016/j.jpain.2014.12.004.physical>.
- Suwanti, Taufikurrahman, Rosyidi, M. I., & Wakhid, A. (2017). Description Of Life Quality Of The Patients Suffering From Chronic Renal Failure Who Went Underhemodialysis. *Jurnal Keperawatan Jiwa*, 2, 107–114. Retrieved From : <https://Jurnal.Unimus.Ac.Id/Index.Php/Jkj/Article/Viewfile/4495/4099>
- Verberne, W. R., Das-Gupta, Z., Allegretti, A. S., Bart, H. A. J., van Biesen, W., García-García, G., Gibbons, E., Parra, E., Hemmeler, M. H., Jager, K. J., Ketteler, M., Roberts, C., Al Rohani, M., Salt, M. J., Stopper, A., Terkivatan, T., Tuttle, K. R., Yang, C. W., Wheeler, D. C., & Bos, W. J. W. (2019). Development of an International Standard Set of Value-Based Outcome Measures for Patients With Chronic Kidney Disease: A Report of the International Consortium for Health Outcomes Measurement (ICHOM) CKD Working Group. *American Journal of Kidney Diseases*, 7