



Studi Kasus

Penurunan fatigue pada pasien Chronic Kidney Disease yang menjalani hemodialisis menggunakan terapi akupresur

Annisa Afiyani¹, Nury Sukraeny¹

¹ Program Studi D3 Keperawatan, Fakultas Ilmu Keperawatan dan Kesehatan, Universitas Muhammadiyah Semarang, Indonesia

Informasi Artikel	Abstrak
Riwayat Artikel: • Submit: 28 Agustus 2024 • Diterima: 15 Januari 2026 • Terbit: 31 Januari 2026 Kata kunci: Akupresur; chronic kidney disease; fatigue	Pasien <i>Chronic Kidney Disease</i> (CKD) yang menjalani hemodialisis akan mengalami kondisi fatigue. Fatigue dapat mempengaruhi kualitas hidup pasien. Studi kasus ini bertujuan untuk melakukan penerapan terapi akupresur terhadap fatigue pada pasien dengan CKD yang menjalani hemodialisis. Studi kasus ini menggunakan metode deskriptif studi dengan pendekatan proses keperawatan yang menggambarkan pengelolaan studi kasus dalam mengaplikasikan pemberian terapi akupresur pada pasien CKD. Subjek studi berjumlah 3 orang yang dipilih berdasarkan kriteria inklusi. Intervensi terapi akupresur dilakukan selama 2 minggu sebanyak 4 kali pertemuan dengan durasi 12 menit setiap sesi. Skor fatigue diukur dengan menggunakan Facit Fatigue Scale. Hasil studi kasus pada ketiga subyek studi setelah dilakukan intervensi menunjukkan adanya peningkatan skor fatigue dimana sebelum dilakukan terapi didapatkan kondisi fatigue sedang pada ketiga subyek studi dengan skor antara 19,19-26,76 dan setelah dilakukan terapi akupresur skor meningkat dimana pada salah satu subyek studi tidak mengalami fatigue dengan skor 50,81 dan kedua subyek studi lain mengalami fatigue ringan dengan skor antara 37,14-39. Terapi akupresur menjadi salah satu terapi komplementer yang efektif untuk menurunkan skor fatigue pada pasien hemodialisis.

PENDAHULUAN

Penyakit ginjal kronik atau *Chronic Kidney Disease* (CKD) merupakan penyakit kompleks yang menyerang sekitar 13% populasi dunia. Seiring berjalannya waktu, CKD dapat menyebabkan berkurangnya fungsi ginjal dan berkembang menjadi penyakit ginjal stadium akhir (Evans et al., 2022). CKD adalah suatu sindrom klinis akibat perubahan definitif pada fungsi dan struktur ginjal dan ditandai dengan sifat ireversibel serta evolusi yang lambat dan progresif. Aspek penting lainnya adalah patologi menunjukkan risiko komplikasi

dan kematian yang lebih tinggi, terutama yang berhubungan dengan kardiovaskular (Ammirati, 2020).

Beban CKD merupakan masalah kesehatan global yang signifikan. Statistik mengenai epidemiologi CKD di Indonesia masih terbatas. Menurut Riskesdas tahun 2018 prevalensi kasus gagal ginjal kronis di Indonesia mencapai sebesar 0,38% atau sebanyak 713.783 jiwa. Menurut data Riskesdas tahun 2018 prevalensi CKD berdasarkan diagnosis dokter pada penduduk umur ≥ 15 yaitu sebanyak 96,794 jiwa (Kemenkes RI, 2018).

Corresponding author:

Annisa Afiyani

annisaafiyani25@gmail.com

Holistic Nursing Care Approach, Vol 6 No 1, Januari 2026

e-ISSN: 2808-2095

DOI: <https://doi.org/10.26714/hnca.v6i1.15628>

CKD jika tidak segera diatasi maka berpotensi menyebabkan kerusakan ginjal lebih lanjut yang berujung kematian. Penatalaksanaan yang dilakukan untuk meminimalkan risiko kerusakan ginjal lebih lanjut salah satunya dengan terapi hemodialisis (Patimah, 2022). Hemodialisis merupakan proses pembersihan darah dari zat-zat yang berfungsi sebagai ginjal buatan. Hemodialisis mempunyai dampak yang beragam, diantara banyaknya dampak dari terapi hemodialisis (Listiani & Hartanti, 2021). Hemodialisis adalah upaya mempertahankan hidup pasien gagal ginjal yang memerlukan koneksi antara pasien dan sirkuit dialisis ekstrakorporeal, yang menciptakan antarmuka teknologi biologi (Zoccali et al., 2023).

Fatigue merupakan gejala yang sangat umum terjadi pada penerima hemodialisis yang menyebabkan buruknya kualitas hidup. Hal ini tidak hanya dikaitkan dengan kualitas hidup. Menurut pasien yang menjalani hemodialisis, kelelahan adalah salah satu gejala utama yang harus dikembangkan dengan terapi. Akupresur pada titik CV-4, SP-6, ST-36 dan GV-20 juga dapat mengaktifkan myelin dan menyebabkan pelepasan β endorphine dari kelenjar hypophysis ke dalam aliran darah yang memberi efek analgesic dan sedative dari β endorphine untuk memfasilitasi fungsi pernapasan normal pada pasien (Tanemoto et al., 2023; Tsirigotis et al., 2022). Sekitar 70% pasien CKD melaporkan kelelahan, dan hingga 25% melaporkan gejala parah (Gregg et al., 2021). Tindakan keperawatan untuk mengurangi *fatigue* pada pasien hemodialisis berupa terapi komplementer, salah satunya terapi akupresur.

Akupresur adalah cara pijat berdasarkan ilmu akupunktur atau dapat juga disebut akupunktur tanpa jarum. Terapi akupresur menggunakan jari, tangan, bagian tubuh lainnya atau alat tumpul sebagai pengganti jarum (Mariyana et al., 2021). Akupresur

dapat melepaskan hormon endorfin di otak untuk mengendurkan otot, mengurangi rasa sakit, dan meningkatkan kenyamanan (Pham et al., 2020). Akupresur pada titik CV-4, SP-6, ST-36 dan GV-20 juga dapat mengaktifkan myelin dan menyebabkan pelepasan β endorphine dari kelenjar hypophysis ke dalam aliran darah yang memberi efek analgesic dan sedative dari β endorphine untuk memfasilitasi fungsi pernapasan normal pada pasien (Mehta et al., 2017).

Studi sebelumnya menunjukkan bahwa terapi akupresur dapat menurunkan *fatigue* pada pasien CKD yang menjalani hemodialisis (Hibatullah et al., 2023). Terapi akupresur diberikan selama 2 minggu dengan frekuensi 2× dalam seminggu dengan total 4× terapi akupresur dengan waktu 12 menit satu kali intervensi. Studi ini menerapkan pemberian terapi akupresur untuk menurunkan *fatigue* pasien hemodialisis. Studi kasus ini bertujuan untuk mengetahui penurunan *fatigue* pasien hemodialisis setelah dilakukan terapi akupresur.

METODE

Desain yang digunakan dalam perawatan studi kasus ini adalah *descriptive study*. Studi deskriptif adalah perawatan dilaksanakan dengan tujuan untuk mengetahui nilai dari variabel mandiri tanpa mengkorelasikan dengan variabel yang lain. Studi ini digunakan untuk mengatasi *fatigue*. Pendekatan pada terapi akupresur dengan menggunakan asuhan keperawatan. Subjek studi kasus yang digunakan dalam asuhan keperawatan ini adalah mengambil klien dari RS Roemani Semarang dengan *fatigue* pada pasien hemodialisis. Jumlah subjek studi kasus adalah 3 orang. Kriteria inklusi subjek studi antara lain: jenis kelamin wanita, usia dewasa tengah 40-60 tahun, pasien CKD yang menjalani hemodialisis dengan frekuensi dua kali dalam seminggu, pasien



memiliki masalah *fatigue* dengan skor <30, pasien memiliki riwayat hemodialisis minimal 1 tahun. Studi kasus ini dilaksanakan di RS Roemani Semarang pada bulan Juni-Juli 2024

Instrumen yang akan digunakan dalam studi kasus ini adalah *Facit Fatigue-Scale* merupakan salah satu cara untuk mengukur tingkat *fatigue*. *Facit Fatigue-Scale* terdiri dari 13 pertanyaan.

Terapi akupresur diterapkan selama 2 minggu. Intervensi dilakukan dua kali seminggu dengan durasi 12 menit setiap sesi. Terapi akupresur dilakukan pada saat pasien menjalani hemodialisis. Skor *fatigue* diukur sebelum melakukan akupresur, setelah dua kali dilakukan akupresur dan setelah empat kali dilakukan akupresur.

Penulis memberikan penjelasan tentang tujuan dan prosedur kepada subjek studi pada saat kontrak dengan subjek studi. Subjek studi diminta untuk menandatangani lembar persetujuan menjadi subjek studi sebelum dilakukan tindakan keperawatan. Penulis tidak mencantumkan identitas studi kasus. Hal ini dilakukan untuk menjaga kerahasiaan. Data skor *fatigue* disajikan dalam table dan grafik.

HASIL

Pengkajian dilakukan dengan mendatangi RS Roemani Semarang. Subjek studi adalah 3 pasien perempuan hemodialisis. Hasil pengkajian tekanan darah subjek 1 adalah 194/104mmHg. Subjek 1 mengeluh beberapa hari terakhir kurang bersemangat dan merasa malas-malasan, subjek tampak lesu dan didapatkan skor *fatigue* 26,76 dengan kelelahan sedang. Pengkajian subjek 2 mengatakan beberapa hari terakhir badan terasa lemas, kurang bertenaga dan sering merasa lelah, subjek tampak lemas, tekanan darah 182/104 mmHg dan didapatkan skor *fatigue* 19,19

dengan kelelahan sedang. Hasil pengkajian subjek 3 mengatakan sering merasa lelah, subjek tampak lemas, tekanan darah 162/95mmHg dan didapatkan skor *fatigue* 20,42 dengan kelelahan sedang.

Berdasarkan data yang diperoleh pada ketiga subjek studi, diagnosa yang dirumuskan adalah kelelahan berhubungan dengan program perawatan/pengobatan jangka panjang (hemodialisis) sesuai dengan karakteristik yang ada pada SDKI (Standar Diagnosa Keperawatan Indonesia). Perencanaan tindakan keperawatan dalam studi kasus ini untuk mengatasi *fatigue*. Rencana tindakan keperawatan yang disusun bertujuan untuk menurunkan fatigue dengan melakukan pemberian terapi non farmakologi yaitu terapi akupresur yang dilakukan pada saat pasien menjalani hemodialisis dengan waktu 12 menit fatigue menurun.

Tindakan keperawatan dengan mengukur tingkat *fatigue* menggunakan alat ukur *Facit Fatigue-Scale*. Setelah dilakukan tindakan keperawatan luaran utama yang diharapkan tingkat kelelahan menurun. Kriteria hasil yang dapat dirumuskan dari luaran tingkat kelelahan menurun dengan kriteria hasil sebagai berikut: verbalisasi kepulihan energi meningkat, kemampuan melakukan aktivitas rutin meningkat, keluhan lelah menurun, lesu menurun. Berdasarkan dari kriteria hasil penulis merumuskan beberapa intervensi yaitu ada beberapa intervensi keperawatan yang dilakukan sebagai berikut: Aktivitas intervensi observasi berupa: periksa kontraindikasi, terapeutik tentukan titik akupresur. Antivitas intervensi terapeutik berupa : tentukan titik akupresur, lakukan penekanan pada titik GV-20, CV-4, ST-36 (kanan dan kiri), SP-6 (kanan dan kiri), lakukan akupresur dua kali dalam satu minggu. Aktivitas intervensi edukasi berupa: anjurkan untuk rileks, anjurkan keluarga untuk melakukan akupresur mandiri.



Tindakan dilakukan kepada 3 subjek studi 4 kali dalam 2 minggu. Tindakan dilakukan saat subjek studi menjalani hemodialisis dengan waktu 12 menit setiap sesi. Sebelum dilakukan terapi akupresur penulis mengukur tingkat *fatigue*, diukur kembali setelah 2 kali dilakukan terapi akupresur dan setelah 4 kali dilakukan terapi. Saat penerapan berlangsung ada beberapa faktor pendukung diantaranya : 1) 3 subjek studi menjalani hemodialisis dihari yang sama 2) lingkungan cukup nyaman untuk melakukan terapi akupresur. Adapun faktor

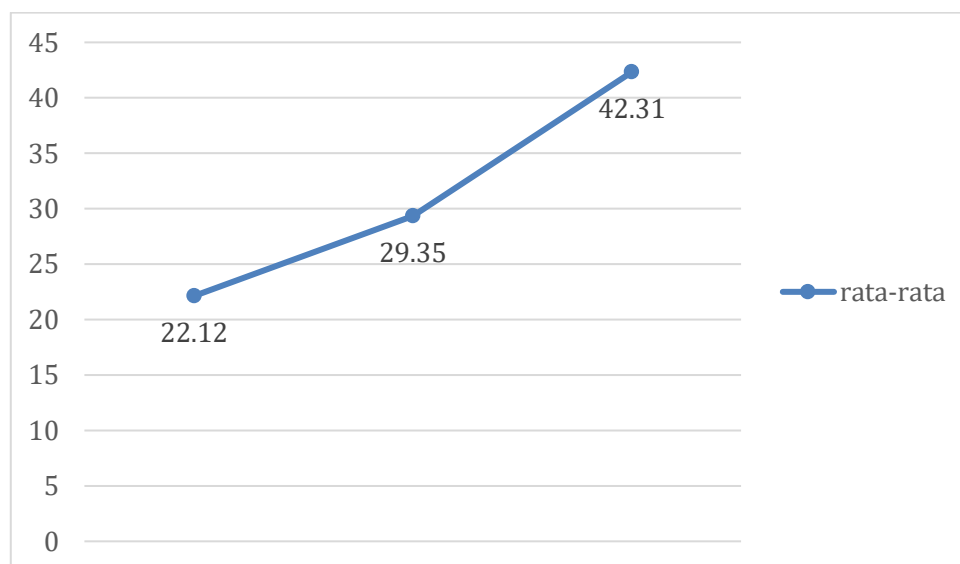
penghambat dalam pelaksanaan penerapan yaitu : 1) mencari subjek dengan selisih usia berdekatan 2) mencari subjek yang bersedia dilakukan terapi akupresur 3) mencari subjek dengan tingkat fatigue sesuai kriteria inklusi.

Tabel 1 menunjukkan hasil pengukuran skala kecemasan dari sebelum, setelah dilakukan 2 kali dan setelah dilakukan 4 kali terapi akupresur dalam menurunkan *fatigue* pada ke 3 subyek tersebut.

Tabel 1

Hasil skala fatigue sebelum, setelah 2 kali dan setelah 4 kali dilakukan terapi akupresur

Waktu Pengukuran	Subjek 1	Subjek 2	Subjek 3	Rata-rata
Sebelum terapi	26,76	19,19	20,42	22,12
Setelah 2 kali terapi	29,82	27,44	30,81	29,35
Setelah 4 kali terapi	50,81	37,14	39	42,31



Gambar 1

Rata-rata peningkatan skor fatigue setelah dilakukan terapi akupresur

Tabel 1 menunjukkan bahwa ketiga subjek studi sebelum dilakukan terapi akupresur memiliki tingkat *fatigue* sedang. Setelah penerapan kedua skor *fatigue* subjek studi meningkat tetapi masih dengan tingkat *fatigue* sedang. Saat terakhir diberikan akupresur skor *fatigue* bertambah dan tingkat *fatigue* sudah menjadi ringan bahkan pada subjek 1 sudah tidak mengalami *fatigue*.

Gambar 1 menunjukkan bahwa dari ketiga subjek studi pada hari pertama sebelum dilakukan terapi akupresur menunjukkan adanya tingkat *fatigue* sedang dengan skor rata-rata 22,12. Setelah diberikan terapi akupresur pada setiap pertemuan subjek studi menunjukkan adanya peningkatan skor *fatigue*. Hasil yang diperoleh dari ke 3 subjek studi yaitu menunjukkan adanya penurunan tingkat *fatigue* ringan dan sudah

tidak mengalami *fatigue* dengan skor rata-rata 42,31.

PEMBAHASAN

Hasil studi kasus dalam pengkajian menunjukkan bahwa ketiga subjek studi mengalami kelemahan fisik yang disebabkan oleh *fatigue*. Data yang dapat disimpulkan dari ketiga subjek studi yaitu subjek mengeluh lemas, lesu dan merasa malas. Hasil pengkajian menunjukkan bahwa subjek studi mengalami *fatigue* sedang. Hal ini sama halnya dengan penelitian Santoso et al. (2022) yang menyatakan bahwa *fatigue* dapat mempengaruhi kelemahan fisik pada pasien hemodialisis.

Hasil studi kasus menunjukkan bahwa diagnosis keperawatan kelelahan sesuai dengan karakteristik yang ada pada SDKI (Standar Diagnosa Keperawatan Indonesia). Kelelahan atau *fatigue* merupakan rasa subjektif dari kelemahan, kehilangan energi, kelelahan dan malas (Salehi et al., 2020).

Hasil studi kasus menunjukkan bahwa intervensi yang digunakan kepada ketiga subjek studi yaitu dengan terapi non farmakologi terapi akupresur sesuai dengan intervensi terapi yang telah tertera pada SIKI (Standar Intervensi Keperawatan Indonesia). Hal ini diperkuat dengan hasil penelitian dari studi lain yang menyatakan bahwa tingkat *fatigue* dapat diturunkan dengan terapi akupresur (Mehta et al., 2017). Akupresur adalah cara pijat berdasarkan ilmu akupunktur atau dapat juga disebut akupunktur tanpa jarum. Terapi akupresur menggunakan jari, tangan, bagian tubuh lainnya atau alat tumpul sebagai pengganti jarum (Mariyana et al., 2021). Akupresur dapat melepaskan hormon endorfin di otak untuk mengendurkan otot, mengurangi rasa sakit, dan meningkatkan kenyamanan (Pham et al., 2020). Akupresur pada titik CV-4, SP-6,

ST-36 dan GV-20 juga dapat mengaktifkan myelin dan menyebabkan pelepasan β endorphine dari kelenjar hypophysis ke dalam aliran darah yang memberi efek analgesic dan sedative dari β endorphine untuk memfasilitasi fungsi pernapasan normal pada pasien (Mehta et al., 2017).

Hasil studi kasus ini menunjukkan bahwa implementasi yang digunakan sesuai dengan penelitian Hibatullah et al. Implementasi yang dilakukan yaitu dengan menerapkan terapi akupresur yang mana sebelum melakukan terapi penulis mengukur tingkat *fatigue* dan diukur kembali setelah dua kali penerapan dan setelah 4 kali penerapan, penulis mengukur *fatigue* menggunakan *Facit Fatigue-Scale*. Setelah implementasi dilakukan penulis mengevaluasi ke 3 subjek studi mengenai peningkatan skor *fatigue*. Hasil dari dilakukannya terapi akupresur dapat memberikan pengaruh terhadap *fatigue* subjek studi. Tingkat *fatigue* pada subjek studi menurun dari *fatigue* sedang menjadi *fatigue* ringan dan pada salah satu subjek studi sudah tidak mengalami *fatigue*.

Studi sebelumnya dari Hibatullah et al. pada tahun 2023 yang berjudul "Pengaruh Akupresur dan Terapi Murottal terhadap *Fatigue* pada Pasien *Chronic Kidney Disease* yang Menjalani Hemodialisis" membuktikan benar adanya bahwa teknik akupresur dapat menurunkan *fatigue*. Hal ini dibuktikan juga dengan pengukuran *fatigue* dengan menggunakan kuisioner *Facit Fatigue-Scale* dengan peningkatan skor yang sebelum dilakukan terapi dapat dikategorikan *fatigue* sedang dan setelah diberikan terapi mengalami peningkatan skor sehingga kategori *fatigue* menjadi ringan dan salah satu subjek sudah tidak mengalami *fatigue*.

SIMPULAN

Implementasi penerapan akupresur dilakukan selama 4× pertemuan dalam 2



minggu, penerapan sesuai dengan standart operasional prosedur yang diberikan selama 12 menit. Pemberian terapi akupresur kepada ketiga subjek studi selama 2 minggu dapan menurunkan *fatigue* secara signifikan dari fatigue sedang menjadi *fatigue* ringan dan tidak mengalami *fatigue*.

UCAPAN TERIMAKASIH

Penulis mengucapkan terima kasih kepada semua pihak yang telah terlibat dan membantu dalam penyelesaian studi kasus ini.

REFERENSI

- Ammirati, A. L. (2020). Chronic kidney disease. *Revista Da Associacao Medica Brasileira* (1992), 66Suppl 1(Suppl 1), 3–9. <https://doi.org/10.1590/1806-9282.66.S1.3>
- Evans, M., Lewis, R. D., Morgan, A. R., Whyte, M. B., Hanif, W., Bain, S. C., Davies, S., Dashora, U., Yousef, Z., Patel, D. C., & Strain, W. D. (2022). A narrative review of chronic kidney disease in clinical practice: current challenges and future perspectives. *Advances in Therapy*, 39(1), 33–43. <https://doi.org/10.1007/S12325-021-01927-Z>
- Gregg, L., Bossola, M., Ostrosky-Frid, M., & Susan Hedayati, S. (2021). Fatigue in CKD: epidemiology, pathophysiology, and Treatment. *Clinical Journal of the American Society of Nephrology: CJASN*, 16(9), 1445. <https://doi.org/10.2215/CJN.19891220>
- Hibatullah, F., Mardiyono, & Supriyadi. (2023). Pengaruh akupresur dan terapi murottal terhadap fatigue pada pasien chronic kidney disease yang menjalani hemodialisis. *Health Information: Jurnal Penelitian*, 15(2), e1164. <https://myjurnal.poltekkes-kdi.ac.id/index.php/hijp/article/view/1164>
- Kemenkes RI. (2018). *Laporan Riset Kesehatan Dasar*.
- Listiani, D., & Hartanti, R. D. (2021). Pengaruh foot reflexology terhadap penurunan kelelahan pada pasien gagal ginjal kronik yang menjalani terapi hemodialisa: Literature Review. *Prosiding Seminar Nasional Kesehatan*, 1, 1383–1392. <https://doi.org/10.48144/PROSIDING.V1I1.840>
- Mariyana, R., Alfitrianti, A., Prima Zolla, D., & Susanto, E. (2021). Pendidikan kesehatan tentang terapi komplementer penerapan akupresure untuk meningkatkan kesehatan. *Empowering Society Journal*, 2(2), 130–135. <https://ojs.fdk.ac.id/index.php/ESJ/article/view/1355>
- Mehta, P., Dhapte, V., Kadam, S., & Dhapte, V. (2017). Contemporary acupressure therapy: Adroit cure for painless recovery of therapeutic ailments. *Journal of Traditional and Complementary Medicine*, 7(2), 251. <https://doi.org/10.1016/J.JTCME.2016.06.004>
- Patimah, I. (2022). *Konsep relaksasi zikir dan implikasinya terhadap penderita gagal ginjal kronis* (M. B. Muvid, Ed.). Penerbit Adab (CV. Adanu Abimata).
- Pham, T. V., Beasley, C. M., Gagliardi, J. P., Koenig, H. G., & Stanifer, J. W. (2020). Spirituality, coping, and resilience among rural residents living with chronic kidney disease. *Journal of Religion and Health*, 59(6), 2951–2968. <https://doi.org/10.1007/S10943-019-00892-W>
- Salehi, F., Dehghan, M., Mangolian Shahrabaki, P., & Ebadzadeh, M. R. (2020). Effectiveness of exercise on fatigue in hemodialysis patients: a randomized controlled trial. *BMC Sports Science, Medicine & Rehabilitation*, 12(1). <https://doi.org/10.1186/S13102-020-00165-0>
- Santoso, D., Sawiji, S., Oktantri, H., & Septiwi, C. (2022). Faktor-faktor yang berhubungan dengan fatigue pada pasien gagal ginjal kronik yang menjalani hemodialisa di rsud dr. soedirman kebumen. *Jurnal Ilmiah Kesehatan Keperawatan*, 18(1), 60–70. <https://doi.org/10.26753/JIKK.V18I1.799>
- Tanemoto, Y., Yamada, U., Nakayama, M., Takeuchi, T., Tanemoto, F., Ito, Y., Kobayashi, D., Ohta, D., & Hashizume, M. (2023). Association of illness perception and alexithymia with fatigue in hemodialysis recipients: a single-center, cross-sectional study. *Scientific Reports*, 13(1). <https://doi.org/10.1038/S41598-023-43935-9>
- Tsirigotis, S., Polikandrioti, M., Alikari, V., Dousis, E., Koutelekos, I., Toulia, G., Pavlatou, N., Panoutsopoulos, G. I., Leftheriotis, D., & Gerogianni, G. (2022). Factors associated with fatigue in patients undergoing hemodialysis. *Cureus*, 14(3). <https://doi.org/10.7759/CUREUS.22994>



Zoccali, C., Mallamaci, F., Adamczak, M., De Oliveira, R. B., Massy, Z. A., Sarafidis, P., Agarwal, R., Mark, P. B., Kotanko, P., Ferro, C. J., Wanner, C., Burnier, M., Vanholder, R., & Wiecek, A. (2023). Cardiovascular complications in chronic

kidney disease: a review from the European Renal and Cardiovascular Medicine Working Group of the European Renal Association. *Cardiovascular Research*, 119(11). 2017–2032. <https://doi.org/10.1093/CVR/CVAD083>

