

KARYA ILMIAH AKHIR
LATIHAN PEREGANGAN OTOT UNTUK MENGURANGI
KELETIHAN PADA PASIEN *CHRONIC KIDNEY DISEASE*

Disusun untuk Memenuhi Sebagian Syarat Memperoleh
Derajat Profesi Ners pada Fakultas Kedokteran dan Ilmu Kesehatan
Universitas Muhammadiyah Yogyakarta



Disusun Oleh :

FAUZI NOOR ROCHMAN

20214030092

PROGRAM STUDI PENDIDIKAN PROFESI NERS
FAKULTAS KEDOKTERAN DAN ILMU KESEHATAN
UNIVERSITAS MUHAMMADIYAH YOGYAKARTA

2022

KARYA ILMIAH AKHIR
LATIHAN PEREGANGAN OTOT UNTUK MENGURANGI
KELETIHAN PADA PASIEN *CHRONIC KIDNEY DISEASE*

Disusun untuk Memenuhi Sebagian Syarat Memperoleh
Derajat Profesi Ners pada Fakultas Kedokteran dan Ilmu Kesehatan
Universitas Muhammadiyah Yogyakarta



Disusun Oleh :

FAUZI NOOR ROCHMAN

20214030092

PROGRAM STUDI PENDIDIKAN PROFESI NERS
FAKULTAS KEDOKTERAN DAN ILMU KESEHATAN
UNIVERSITAS MUHAMMADIYAH YOGYAKARTA

2022

PERNYATAAN KEASLIAN TULISAN

Saya yang bertanda tangan dibawah ini

Nama : Fauzi Noor Rochman
NIM : 20214030092
Program Studi : Pendidikan Profesi Ners
Fakultas : Kedokteran dan Ilmu Kesehatan

Menyatakan dengan sebenarnya bahwa karya ilmiah akhir yang saya tulis ini benar-benar merupakan hasil karya saya sendiri dan belum diajukan dalam bentuk apa pun kepada perguruan tinggi mana pun. Sumber informasi yang berasal atau dikutip dari karya yang diterbitkan maupun tidak diterbitkan dari penulis lain telah disebutkan dalam teks dan dicantumkan dalam daftar pustaka di bagian akhir karya ilmiah akhir ini.

Apabila dikemudian hari terbukti atau dapat dibuktikan karya ilmiah akhir ini hasil jiplakan, maka saya bersedia menerima sanksi atas perbuatan tersebut.

Yogyakarta, Agustus 2022

Yang membuat pernyataan,



Fauzi Noor Rochman

KATA PENGANTAR

Assalamualaikum., Wr., Wb.,

Alhamdulillah, puji syukur kehadiran Allah SWT atas segala rahmat dan hidayah Nya sehingga penulis dapat menyelesaikan penyusunan Karya Ilmiah Akhir ini. Sholawat dan salam tak lupa penulis curahkan kepada junjungan nabi kita Nabi Muhammad SAW. Ucapan terima kasih ingin penulis haturkan kepada pihak-pihak yang telah membantu penulis dalam menyelesaikan skripsi ini, khususnya kepada:

1. Dr. dr. Sri Sundari M.Kes selaku Dekan Fakultas Kedokteran dan Ilmu Kesehatan Universitas Muhammadiyah Yogyakarta.
2. Dr. Nur Cahyati, Ns., M. Kep selaku Ketua Program Studi Pendidikan Profesi Ners Fakultas Kedokteran dan Ilmu Kesehatan Universitas Muhammadiyah Yogyakarta.
3. Fitri Arofiati, S.Kep., Ns., MAN., Ph.D selaku selaku dosen pembimbing yang telah menyempatkan waktu dalam proses bimbingan, serta memberikan dukungan, motivasi, dan arahan dalam penyusunan karya ilmiah akhir.
4. Keluarga tercinta khususnya kedua orang tua yang selalu memberikan motivasi, doa, dan dukungan dalam penyusunan karya ilmiah akhir.

Penulis menyadari dalam penulisan skripsi ini masih banyak kekurangan, maka dari itu penulis mengharapkan kritik, saran, serta bimbingan demi kelancaran dan kemajuan penelitian.

Wassalamualaikum., Wr., Wb.,

Yogyakarta, Agustus 2022



Fauzi Noor Rochman

DAFTAR ISI

HALAMAN SAMPUL	i
HALAMAN PENGESAHAN KARYA ILMIAH AKHIR	ii
PERNYATAAN KEASLIAN TULISAN	iii
KATA PENGANTAR	iv
DAFTAR ISI	v
DAFTAR GAMBAR	vii
ABSTRAK	viii
BAB I PENDAHULUAN	1
A. Latar Belakang Masalah	1
B. Rumusan Masalah	4
C. Tujuan.....	4
D. Manfaat.....	4
BAB II TINJAUAN PUSTAKA	6
A. Penyakit ginjal kronis	6
1. Pengertian penyakit ginjal	6
2. Stage/derajat penyakit ginjal.....	6
B. Keletihan dalam gagal ginjal	7
C. Latihan peregangan otot	9
BAB III PRESENTASI KASUS	11
A. Deskripsi kasus dan setting.....	11
B. Penjelasan tentang kasus meliputi keluhan, lokasi, intensitas, tanda dan gejala dan aspek lainnya terkait kasus	11
C. Penjelasan lebih lanjut tentang riwayat penyakit dan proses perkembangan penyakit yang terjadi, masalah keperawatan yang dihadapi, atau masalah di komunitas/keluarga	12
D. Penjelasan tentang factor yang memperparah dan mengurangi keparahan kondisi.....	13
E. Riwayat kesehatan pasien dan keluarga.....	13
F. Ringkasan hasil pemeriksaan, meliputi hasil anamnesis, observasi, pemeriksaan fisik, pemeriksaan penunjang.....	13
BAB IV HASIL	15
A. Manajemen yang sudah dilakukan	15
B. Outcome dari manajemen yang dilakukan	18
BAB V PEMBAHASAN	20

A. Pembahasan	20
B. Implikasi	22
BAB VI KESIMPULAN DAN SARAN.....	23
A. Kesimpulan.....	23
B. Saran	23
DAFTAR PUSTAKA	25
LAMPIRAN.....	28

DAFTAR GAMBAR

Gambar 1 Ankle dors dan plantar fleksi (Sumber : https://orthoinfo.aaos.org/)... 15
Gambar 2 Soleus dan Gastrocnemius (Sumber: https://orthoinfo.aaos.org/) 16
Gambar 3 Peregangan hamstring (Sumber: https://orthoinfo.aaos.org/) 16
Gambar 4 Peregangan quadrisep (Sumber: https://orthoinfo.aaos.org/) 17
Gambar 5 Siku fleksi dan diregangkan (Sumber: https://orthoinfo.aaos.org/) 17
Gambar 6 Mengangkat bahu (Sumber: https://www.le.ac.uk/)..... 18