



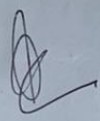



LAMPIRAN

Lampiran 1 Formulir Bimbingan KTI

		FORMULIR BIMBINGAN KTI PROGRAM STUDI KEPERAWATAN BOGOR			
NAMA MAHASISWA	:	Afira Nadzifa Hariyanto			
NIM	:	19220321001			
NAMA PEMBIMBING	:	Sulman, M.Kep			
JUDUL KTI	:	Penerapan Intensity Exercise terhadap tingkat fatigue pada pasien dengan gagal ginjal kronis yang mengalami hemodialisa			
TAHUN AKADEMIK	:	2023/2024			
CATATAN PROSES BIMBINGAN					
NO.	TANGGAL	TOPIK BIMBINGAN	REKOMENDASI (PERUBAHAN ISI DAN BAHAN BACAAN)	TANDA TANGAN PEMBIMBING	
1.	27 Januari 2024	Judul	Diskusikan tentang penetapan judul		
2.	29 Januari 2024	Judul Konsep Metabolic Exercise	Diskusikan gambaran umum penelitian		
3.	31 Januari 2024	Bab 1	Perbaikan dan saran untuk latar belakang, rumusan masalah, tujuan dan manfaat.		
Bogor, 25 Maret 2024					
Pembimbing,					
 (.....)					



POLITEKNIK KESEHATAN KEMENKES BANDUNG



FORMULIR BIMBINGAN KTI
PROGRAM STUDI KEPERAWATAN BOGOR



NAMA MAHASISWA : Afira Nadiafa Harianto
 NIM : D19202321001
 NAMA PEMBIMBING : Susmadi, M.Kep
 JUDUL KTI : Perawatan Intracranial Exercise terhadap tingkat fatigue pada pasien dengan Gagal Ginjal Kronis yang mengalami hemodialisa
 TAHUN AKADEMIK : 2023/2024

CATATAN PROSES BIMBINGAN

NO.	TANGGAL	TOPIK BIMBINGAN	REKOMENDASI (PERUBAHAN ISI DAN BAHAN BACAAN)	TANDA TANGAN PEMBIMBING
4.	12/februari 2024	Bab 1 dan Bab 2	1. Perbaiki dan Saran untuk latar belakang, rumusan masalah, tujuan dan manfaat. 2. Perbaiki dan Saran untuk Bab 2 Tinjauan Pustaka.	
5.	16/februari 2024	Bab 1, Bab 2, dan Bab 3	1. Perbaiki dan saran untuk Bab 2 tinjauan pustaka 2. Perbaikan dan saran untuk Bab metode penelitian	
6.	20/februari 2024	Bab 2 dan Bab 3	1. Perbaiki dan Saran untuk bab 2 tinjauan pustaka 2. Perbaikan & Saran Bab 3 metode penelitian	




Bogor, 25 Maret 2024

Pembimbing,

	POLITEKNIK KESEHATAN KEMENKES BANDUNG	
	FORMULIR BIMBINGAN KTI PROGRAM STUDI KEPERAWATAN BOGOR	

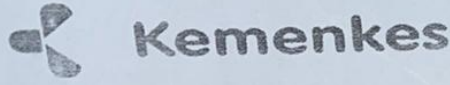
NAMA MAHASISWA : Afira Nadzifa Hanzanto.....
 NIM : 019320321021.....
 NAMA PEMBIMBING : Gusnadi, M.Kep.....
 JUDUL KTI : Penerapan Intradialytic Exercise terhadap tingkat Fatigue pada pasien dengan Gagal ginjal Kronis yang menjalani Hemodialisis.....
 TAHUN AKADEMIK : 2023/2024.....

CATATAN PROSES BIMBINGAN

NO.	TANGGAL	TOPIK BIMBINGAN	REKOMENDASI (PERUBAHAN ISI DAN BAHAN BACAAN)	TANDA TANGAN PEMBIMBING
7	22/ maret 2024	Bab 1, Bab 2, Bab 3	ACE Naskah dan persiapan cetak pembuat PPT Seminar proposal	
8.	25/3 2024	konsul PPT Seminar proposal	pembinaan dan saran untuk PPT seminar proposal	
9.	4/4 2024	Revisi bab I, II & III	Saran & perubahan bab 1, 2, 3	

Bogor, 25 Maret 2024.....

Pembimbing,



Kementerian Kesehatan

Jalan Pajajaran No.56, Pasir Kaliki, Cicendo, Bandung, Jawa Barat 40171
(022) 4231627
https://poltekkesbandung.ac.id

BIMBINGAN UJIAN AKHIR KARYA TULIS ILMIAH (KTI)
PROGRAM STUDI KEPERAWATAN (KAMPUS BOGOR) PROGRAM DIPLOMA TIGA TA. /

NAMA MAHASISWA : Afira Nadzifa Hartanto
NIM : P17320321501
NAMA PEMBIMBING : Susmah, Ns. KeP
JUDUL KTI : Penerapan Intelektualthe Beres cde Pada tingkat fatigue pasien dengan gaya hidup kronis yang mendiami neneknya.
TAHUN AKADEMIK : 2023/2024

CATATAN PROSES BIMBINGAN


NO.	TANGGAL	TOPIK BIMBINGAN	REKOMENDASI (PERUBAHAN ISI DAN BAHAN BACAAN)	TANDA TANGAN PEMBIMBING
10.	4/5 2024	Bab 4 Bimbingan Bab 4 & 5	Saran untuk Bab 4 dan Bab 5	
11	16/5 2024	• Konsul Bab 4 & 5	• Perbaiki dan Saran untuk bab 4 & 5 • Saran untuk Abstrak.	
12	22/5 2024	• Bimbingan Bab 4 & 5 • Bimbingan Abstrak	• Saran dan masukan untuk Bab 4 & 5 • Perbaiki Abstrak.	

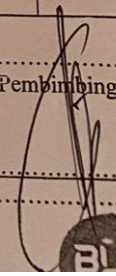

Bogor.....

**BIMBINGAN UJIAN AKHIR KARYA TULIS ILMIAH (KTI)
 PROGRAM STUDI KEPERAWATAN (KAMPUS BOGOR) PROGRAM DIPLOMA TIGA TA. /**

NAMA MAHASISWA : Afina Nafisa Haryanto
 NIM : P17320221021
 NAMA PEMBIMBING : Sulamad, M. KeP
 JUDUL KTI : penerapan Intracavitary Exercise terhadap tingkat keteguhan pada pasien dengan Gagal ginjal kronis yang menderita hemodialisa
 TAHUN AKADEMIK : 2023/2024

CATATAN PROSES BIMBINGAN

NO.	TANGGAL	TOPIK BIMBINGAN	REKOMENDASI (PERUBAHAN ISI DAN BAHAN BACAAN)	TANDA TANGAN PEMBIMBING
13.	22/5/2024	Konsul Bab 4,5, dan Abstrak.	<ul style="list-style-type: none"> • Ace Bab 4,5, dan Abstrak • Lap danoran seminar hari. 	

Bogor,
 Pembimbing,
 (.....)
 NIP.



LEMBAR PENJELASAN PENELITIAN

Judul Penelitian : Penerapan *Intradialytic Exercise* Pada Tingkat *Fatigue* Pasien dengan Gagal Ginjal Kronis Yang Menjalani Hemodialisa

Peneliti : Afina Nadzifa Hariyanto

NIM : P17320321001

Narahubung : 085888168817 (WhatsApp)

Saya mahasiswa Politeknik Kesehatan Kemenkes Bandung Program Studi Keperawatan (Kampus Bogor) Program Diploma Tiga, bermaksud untuk mengadakan penelitian selama 1 minggu dimulai dengan tujuan untuk mengetahui Penerapan *Intradialytic Exercise* Pada Tingkat *Fatigue* Pasien dengan Gagal Ginjal Kronis Yang Menjalani Hemodialisa.

Saya menjamin bahwa penelitian ini tidak akan memberikan dampak negatif bagi siapa pun. Apabila selama berpartisipasi dalam penelitian ini responden merasa tidak nyaman dan dirugikan, maka responden berhak mengundurkan diri sebagai responden penelitian ini. Peneliti berjanji akan menjunjung tinggi hak-hak responden dengan cara menjaga kerahasiaan data-data yang diperoleh, baik proses pengumpulan, pengolahan, maupun penyajian. Peneliti juga akan menghargai keputusan responden apabila tidak ingin berpartisipasi dalam penelitian ini.

Melalui penjelasan ini, peneliti sangat mengharapkan kesediaan responden berpartisipasi. Peneliti mengucapkan terimakasih atas perhatian dan partisipasi responden dalam penelitian ini.

Bogor, April 2024

Afina Nadzifa Hariyanto

LEMBAR PERSETUJUAN RESPONDEN

Setelah diberikan penjelasan secara lisan dan tulisan tentang penelitian ini, saya mengerti tujuan penelitian ini untuk mengetahui Penerapan *Intradialytic Exercise* Pada Tingkat *Fatigue* Pasien dengan Gagal Ginjal Kronis Yang Menjalani Hemodialisa. Saya juga mengerti manfaat dari penelitian ini untuk mengetahui Penerapan *Intradialytic Exercise* Pada Tingkat *Fatigue* Pasien dengan Gagal Ginjal Kronis Yang Menjalani Hemodialisa.

Dengan ini, saya yang bertanda tangan di bawah ini :

Nama :

Jenis Kelamin :

Usia :

Bersedia untuk menjadi responden dalam penelitian Penerapan *Intradialytic Exercise* Pada Tingkat *Fatigue* Pasien dengan Gagal Ginjal Kronis Yang Menjalani Hemodialisa.

Bogor, April 2024

Peneliti

Responden

Afina Nadzifa Hariyanto

(.....)

LEMBAR KARAKTERISTIK

No. Responden :

1. Nama :
2. Usia :
3. Jenis Kelamin : () Laki-laki () Perempuan
4. Pendidikan : () Tidak sekolah () SD () SMP () SMA
() Perguruan Tinggi
- 5 Pekerjaan : () PNS/TNI/Polri () Buruh () Pegawai swasta
() Wiraswasta () Wirausaha () Tidak Bekerja
() Lainnya.....

**LEMBAR PENILAIAN TINGKAT *FATIGUE* DENGAN
KUISISIONER *FAS* (*FATIGUE ASESMENT SCALE*)**

No. Responden :

Berilah *check - list* (✓) pada setiap item pernyataan paling tepat sesuai dengan pendapat Bapak/Ibu/Saudara/i.

Pilihlah jawaban yang tersedia di bawah ini :

- 1 = Tidak pernah
- 2 = Kadang-kadang
- 3 = Dirasakan secara teratur
- 4 = Sering dialami
- 5 = Selalu dialami

No	Pertanyaan	Tidak pernah	Kadang-kadang	Dirasakan secara teratur	Sering dialami	Selalu dialami
1.	Saya sangat terganggu dengan rasa lelah yang saya rasakan.					
2.	Saya mudah merasa lelah.					
3.	Saya tidak banyak melakukan kegiatan di siang hari.					
4.	Saya merasa memiliki energi yang cukup untuk melakukan aktivitas harian saya.					

5.	Secara fisik, saya merasa lelah.					
6.	Saya merasa sulit untuk memulai mengerjakan sesuatu.					
7.	Saya merasa kesulitan untuk berpikir secara jernih.					
8.	Saya merasa malas untuk melakukan berbagai kegiatan.					
9.	Secara mental saya merasa lelah.					
10.	Ketika saya sedang melakukan kegiatan, saya dengan mudah berkonsentrasi penuh.					

Keterangan Hasil Score :

10-21 = *Fatigue* Ringan

22-35 = *Fatigue* Sedang

> 35 = *Fatigue* Berat

LEMBAR OBSERVASI RESPONDEN

No. Responden :

Nama :

Usia :

TINGKAT <i>FATIGUE</i>			
<i>..../..../2024</i>		<i>..../..../2024</i>	
Sebelum Tindakan	Sesudah Tindakan	Sebelum Tindakan	Sesudah Tindakan

STANDAR OPERASIONAL PROSEDUR (SOP)
INTRADIALYTIC EXERCISE ROM

STANDAR OPERASIONAL PROSEDUR PENERAPAN <i>INTRADIALYTIC EXERCISE</i>	
Pengertian	<p><i>Intradialytic exercise</i> adalah pergerakan terencana, terstruktur yang dilakukan untuk memperbaiki atau memelihara satu atau lebih aspek kebugaran fisik yang dilakukan pada saat menjalani hemodialisa.</p> <p><i>Range of Motion (ROM)</i> adalah salah satu <i>Intradialytic Exercise</i> yang dapat dilakukan pada pasien hemodialisa yang mengalami <i>fatigue</i> dan merupakan salah satu tindakan untuk memelihara fleksibilitas, kemampuan gerak sendi, dan melancarkan peredaran darah pasien.</p>
Tujuan	<ol style="list-style-type: none">1. Meningkatkan aliran darah pada otot, memperbesar jumlah kapiler serta memperbesar luas dan permukaan kapiler sehingga meningkatkan perpindahan 23 urea dan toksin dari jaringan ke vaskuler yang kemudian dialirkan ke dializer atau mesin HD.2. Meningkatkan kebugaran tubuh, fungsi fisiologis, ketangkasan, mengurangi tingkat <i>fatigue</i>, ketangkasan dan meningkatkan kekuatan otot ekstremitas bawah.3. Merangsang pertumbuhan pembuluh darah yang kecil (kapiler) dalam otot yang nantinya akan membantu tubuh untuk lebih efisien menghantarkan oksigen ke otot, dapat memperbaiki sirkulasi secara

	menyeluruh dan menurunkan tekanan darah serta mengeluarkan hasil sampah metabolik seperti asam laktat dari dalam otot.
Indikasi	Pasien dengan tingkat <i>Fatigue</i> sedang hingga berat yang menjalani hemodialisa.
Kontraindikasi	<ol style="list-style-type: none"> 1). Hipertensi yang tidak terkontrol 2). Gagal jantung kongestif 3). Aritmia membutuhkan pengobatan 4). Angina tidak stabil 5). Penyakit katup jantung utama 6). Infark miokard 7). Risiko fraktur 8). Gangguan muskuloskeletal 9). Perubahan EKG 10). Stenosis aorta berat 11). Myocarditis
Alat dan Bahan	Lembar observasi/kuisisioner <i>Fatigue</i>
Waktu	Saat hemodialisa sedang berlangsung
Langkah-langkah	<p>1). Persiapan</p> <p>a. Mengkaji tingkat <i>Fatigue</i> sebelum dilakukan <i>Intradialytic Exercise</i></p> <ul style="list-style-type: none"> • Mencuci tangan • Memberi salam dan memperkenalkan diri pada responden • Menjelaskan tujuan, prosedur dan lama tindakan pada responden atau keluarga • Memberikan kesempatan klien untuk bertanya sebelum kegiatan dilakukan

- Menjaga privasi klien
 - Membantu klien untuk memilih posisi yang nyaman
- b. Latihan mulai dilakukan 30 menit setelah dialisis dimulai, lakukan *Intradialytic Exercise* selama 20 menit saat klien menjalani hemodialisa
- c. Kaji tingkat *Fatigue* setelah 30 menit diberikan *Intradialytic Exercise*
- d. Hal-hal yang harus diperhatikan :
- Ketidakmampuan atau keterbatasan rentang gerak sendi.
 - Kelainan bentuk sendi, rasa tidak nyaman, bengkak, kemerahan, dan krepitasi.
 - Gerakan dilakukan dengan berhati-hati dan perlahan.
 - Gerakan dilakukan sesuai dengan kemampuan.
 - Mengulangi tiap gerakan sebanyak 4 kali
 - Gerakan dihentikan jika pasien merasa tidak nyaman seperti adanya nyeri atau terjadi spasme pada daerah otot yang sedang dilakukan.

2). Prosedur

a. Bahu

1. Fleksi : Mengangkat lengan ke atas sisi tubuh ke arah kepala
2. Ekstensi : Mengembalikan posisi lengan ke bawah di samping tubuh
3. Abduksi : Mengangkat lengan secara lateral dari sisi tubuh ke arah kepala
4. Adduksi : Mengembalikan lengan ke bawah secara lateral di samping

	<ol style="list-style-type: none"> 5. Circumduksi : Gerakan memutar lengan dari bahu 6. Rotasi eksternal : Mempertahankan rotasi lengan yang dipegang ke samping pada tingkat bahu dan dibengkokkan ke sudut yang tepat, jari-jari menunjuk ke atas dan berada di atas bahu. 7. Internal : Menggerakkan lengan ke depan dan ke bawah untuk kembali ke posisi awal, jari-jari menunjuk ke bawah. <p>b. Siku</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Fleksi : Menekuk siku keatas hingga sejajar dengan bahu 2. Ekstensi : Meluruskan kembali siku hingga ke samping tubuh 3. Supinasi : Menengadahkan telapak tangan dan lengan bawah hingga menghadap keatas. 4. Pronasi : Memutar kembali telapak tangan dan lengan bawah hingga menghadap kebawah. <p>c. Pergelangan Tangan</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Fleksi : Menekuk pergelangan tangan mengarah ke lengan bawah 2. Ekstensi : Meluruskan kembali pergelangan tangan 3. Hiperekstensi : Menekuk pergelangan tangan mengarah ke lengan atas sejauh mungkin 4. Abduksi : Menangkupkan jari-jari tangan dan ditekuk secara lateral ke arah dalam 5. Adduksi : Menangkupkan jari-jari tangan dan ditekuk secara lateral ke arah luar <p>d. Tangan dan jari</p>
--	--

	<ol style="list-style-type: none"> 1. Fleksi : Mengepalkan jari-jari tangan 2. Ekstensi : Membuka kepalan jari dengan meluruskan jari-jari tangan 3. Hiperekstensi : Menekuk jari-jari ke belakang sejauh mungkin 4. Abduksi : Merentangkan keluar jari-jari 5. Adduksi : Mengembalikan jari-jari yang sudah direntangkan <p>e. Thumb (Ibu jari)</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Fleksi : Memindahkan ibu jari ke arah jari kelingking 2. Ekstensi : Memindahkan ibu jari menjauh secara lateral menjauh dari jari-jari tangan 3. Oposisi : Menyentuh setiap ujung atas jari dengan ibu jari <p>f. Hip (Pinggul)</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Fleksi : Mengangkat kaki ke arah atas 2. Ekstensi : Menurunkan kembali kaki ke bawah 3. Hiperekstensi : Menekuk kaki ke belakang sejauh mungkin dari tubuh 4. Abduksi : Membawa kaki secara lateral menjauh dari tubuh 5. Adduksi : Membawa kembali kaki secara lateral mendekat dari tubuh 6. Circumduksi : Menggerakkan kaki memutar 7. Rotasi : Menekuk kaki lalu membuka kaki menjauh dari tubuh <p>g. Knee (Lutut)</p>
--	---

	<ol style="list-style-type: none"> 1. Fleksi : Menekuk lutut dan dekatkan tumit ke arah bokong 2. Ekstensi : Meluruskan kembali lutut yang ditekuk <p>h. Pergelangan kaki</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Ekstensi : Mengarahkan kaki ke bawah 2. Fleksi (Dorsofleksi) : Menarik kaki ke atas <p>i. Kaki</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Inversi : Menekuk jari kaki ke dalam secara lateral 2. Eversi : Meluruskan kembali jari kaki <p>j. Jari Kaki</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Fleksi : Menekuk jari kaki ke bawah 2. Ekstensi : Meluruskan kembali jari kaki 3. Abduksi : Meregangkan jari kaki menjauh satu sama lain 4. Adduksi : Mendekatkan kembali jari kaki <p>3). Evaluasi</p> <ol style="list-style-type: none"> a. Evaluasi respon pasien b. Mengkaji kembali tingkat <i>fatigue</i> setelah 30 menit diberikan <i>Intradialytic Exercise</i> c. Berikan <i>reinforcement</i> positif d. Jadwalkan pertemuan selanjutnya e. Salam penutup
--	---

Penerapan *Intradialytic Exercise* Pada Tingkat *Fatigue* Pasien Gagal Ginjal Kronis Yang Menjalani Hemodialisa

INTRADIALYTIC EXERCISE RANGE OF MOTION (ROM)



Disusun Oleh:
Afina Nadzifa Hariyanto
P17320321001

POLITEKNIK KESEHATAN
KEMENTERIAN KESEHATAN BANDUNG
PROGRAM STUDI KEPERAWATAN
(KAMPUS BOGOR) PROGRAM
DIPLOMA TIGA
2024

APA ITU INTRADIALYTIC EXERCISE RANGE OF MOTION (ROM)?

Intradialytic exercise adalah pergerakan terstruktur untuk memelihara kebugaran fisik yang dilakukan pada saat menjalani hemodialisa.

Range of Motion (ROM) adalah salah satu Intradialytic Exercise pada pasien hemodialisa yang mengalami *fatigue* dan untuk memelihara fleksibilitas, kemampuan gerak sendi, dan melancarkan peredaran darah pasien.

TUJUAN

1. Meningkatkan aliran darah pada otot
2. Meningkatkan kebugaran tubuh, dan mengurangi tingkat *fatigue*
3. Merangsang pembuluh darah dalam otot agar lebih efisien menghantarkan oksigen ke otot.

CONTOH GERAKAN

BAHU

1. Angkat lengan ke atas sisi tubuh ke arah kepala dan kembalikan posisi lengan ke posisi semula
2. Angkat lengan ke samping dari sisi tubuh dan kembalikan lengan ke posisi semula
3. Gerakan memutar lengan dari bahu
4. Menekuk lengan lalu gerakan ke depan dan ke belakang seperti pada gambar






SIKU

1. Menekuk siku keatas hingga sejajar dengan bahu dan luruskan kembali ke posisi semula
2. Menengadahkan telapak tangan keatas dan memutar kembali menghadap kebawah




TANGAN DAN JARI

1. Mengepalkan jari tangan dan membuka kepalan lalu rentangkan jari-jari keluar dan kembalikan semula



IBU JARI

Memindahkan ibu jari ke arah jari kelingking dan sentuh setiap ujung atas jari dengan ibu jari



PINGGUL

1. Mengangkat kaki ke atas dan menurunkan kembali ke bawah
2. Lalu lakukan gerakan membawa kaki menyamping menjauh dari tubuh dan mendekat kembali dari tubuh lalu gerakan kaki memutar



LUTUT

Menekuk lutut dan dekatkan tumit ke arah bokong dan kembali lutut yang ditekuk



KAKI

1. Menekuk kaki ke atas dan ke bawah lalu menekuk kaki ke arah dalam dan ke arah luar
2. Menelungkupkan jari kaki ke bawah dan ke atas lalu meregangkan jari kaki dan kembalikan seperti semula








Lampiran 9 Surat Keterangan Studi Kasus

RUMAH SAKIT PALANG MERAH INDONESIA BOGOR
BIRO SUMBER DAYA MANUSIA
BAGIAN PENDIDIKAN DAN LATIHAN
Jln. Pajajaran No. 80 Bogor-Indonesia. Telepon : (0251) 8324080, Ext. 3318

Nomor: 0031/SDM-Diklat/IV/2024

Bogor, 15 April 2024

Kepada Yth,
Ka.Instalasi dan Ka.Ru Hemodialisa
Rumah Sakit PMI Bogor
di-
T e m p a t

Hal : Surat Pengantar Studi Kasus

Dengan hormat,

Sesuai surat masuk Poltekkes Kemenkes Bandung Nomor: PP.04.03/4.1.1/0016/2024 perihal: Laporan Tugas Akhir yang telah di setujui oleh Plt Direktur Utama RS PMI Bogor tanggal 2 April 2024 disposisi Nomor: E.0012/B.UM/IV/2023. Nama Mahasiswa Tersebut di bawah ini:

Nama : Afina Nadzifa Hariyanto
NIM : P17320321001
Program Studi : D3 Keperawatan
Judul Studi kasus : Penerapan Intradialytic Exercise Pada Tingkat Fatigue Pada Pasien Dengan Gagal Ginjal Kronis Yang Menjalani Hemodialisa

Untuk melengkapi laporan mahasiswa sebagai salah satu syarat tugas akhir dari D3 Keperawatan

Demikian surat pengantar ini dibuat, atas perhatiannya dan kerja samanya kami ucapkan terima kasih.

Hormat Kami,
Ka.Bag.Diklat & Litbang


Ns. Firmansyah, M.Kep., Sp.Kep.MB

Lampiran 10 Dokumentasi Penelitian

