

SKRIPSI

**PENGARUH RELAKSASI OTOT PROGRESIF TERHADAP KUALITAS
TIDUR PADA PASIEN PENYAKIT GINJAL KRONIK YANG
MENJALANI HEMODIALISIS**

LITERATURE REVIEW



DEDY DWI RIZKYAWAN
NIM 16.02.01.2242

**PROGRAM STUDI S1 KEPERAWATAN
FAKULTAS ILMU KESEHATAN
UNIVERSITAS MUHAMMADIYAH LAMONGAN**

2020

SKRIPSI

**PENGARUH RELAKSASI OTOT PROGRESIF TERHADAP KUALITAS
TIDUR PADA PASIEN PENYAKIT GINJAL KRONIK YANG
MENJALANI HEMODIALISIS**

LITERATUR REVIEW

**Diajukan Kepada Fakultas Ilmu Kesehatan Program Studi S1 Keperawatan
Universitas Muhammadiyah Lamongan Sebagai Salah Satu Syarat
Mendapatkan Gelar Sarjana Keperawatan**

**DEDY DWI RIZKYAWAN
NIM 16.02.01.2242**

**PROGRAM STUDI S1 KEPERAWATAN
FAKULTAS ILMU KESEHATAN
UNIVERSITAS MUHAMMADIYAH LAMONGAN
2020**

SURAT PERNYATAAN

Yang bertanda tangan di bawah ini :

NAMA : DEDY DWI RIZKYAWAN
NIM : 16.02.01.2242
TEMPAT, TANGGAL LAHIR : BOJONEGORO, 01 DESEMBER 1997
INSTITUSI : PROGRAM STUDI S1-KEPERAWATAN
FAKULTAS ILMU KESEHATAN
UNIVERSITAS MUHAMMADIYAH
LAMONGAN

Menyatakan bahwa literatur review yang berjudul: “Pengaruh Relaksasi Otot Progresif Terhadap kualitas tidur pada pasien Penyakit Ginjal Kronik yang menjalani hemodialisis”. adalah bukan literatur review orang lain baik sebagian maupun keseluruhan, kecuali dalam bentuk kutipan yang telah disebutkan sumbernya.

Demikian surat pernyataan ini saya buat dengan sebenar-benarnya dan apabila pernyataan ini tidak benar, saya bersedia mendapatkan sanksi akademis.

Lamongan, 10 Juni 2020

Yang menyatakan,

DEDY DWI RIZKYAWAN
NIM 16.02.01.2242

LEMBAR PERSETUJUAN

LITERTUR REVIEW

OLEH : DEDY DWI RIZKYAWAN

NIM : 16.02.01.2242

JUDUL : PENGARUH RELAKSASI OTOT PROGRESIF TERHADAP
KUALITAS TIDUR PADA PASIEN PENYAKIT GINJAL
KRONIK YANG MENJALANI HEMODIALISIS

Telah disetujui dan diujikan di hadapan Dewan Penguji Skripsi Literatur
review pada tanggal 18 Juni 2020

Mengetahui

Pembimbing I

Pembimbing II

Virgianti Nur Faridah, S.Kep., Ns., M.Kep.
NIK. 1983.1031.200911.049

Trijati Puspita Lestari, S.Kep., Ns., M.Kep.
NIK. 1984.0127.200812.043

LEMBAR PENGESAHAN

Telah Diuji dan Disetujui Oleh Tim Penguji Pada Ujian Sidang Skripsi Literatur Review
Di Fakultas Ilmu Kesehatan Prodi S1-Keperawatan
Universitas Muhammadiyah Lamongan

Tanggal: 18 Juni 2020

PANITIA PENGUJI

Tanda tangan

Ketua	: Drs. H. Budi Utomo, M.Kes.
Anggota	: 1. Virgianti Nur Faridah, S.Kep., Ns., M.Kep.
	2. Trijati Puspita Lestari S.Kep., Ns., M.Kep.

Mengetahui,
Dewan Fakultas Ilmu Kesehatan
Universitas Muhammadiyah Lamongan

Arifal Aris, S.Kep., Ns., M.Kes.
NIK. 1978.0821.200601.015

CURICULUM VITAE

Nama : Dedy Dwi Rizkyawan
Tempat Tgl. Lahir : Bojonegoro, 01 Desember 1997
Alamat Rumah : Desa Pohwates Dusun Clingur Kecamatan Kepohbaru,
Bojonegoro.
Pekerjaan : Mahasiswa
Riwayat pendidikan :
1. TK PKK Mejuwet Lulus Tahun 2004
2. SD Negeri Mejuwet 2 Lulus Tahun 2010
3. SMP Negeri 1 Sumberrejo Lulus Tahun 2013
4. SMA Negeri 1 Baureno Lulus Tahun 2016
5. Fakultas Ilmu Kesehatan Program studi SI Keperawatan Universitas
Muhammadiyah Lamongan mulai tahun 2016 sampai sekarang.

MOTTO

“ Sesungguhnya bersama kesulitan ada kemudahan. Maka apabila engkau telah selesai (dari sesuatu urusan), tetaplah bekerja keras (untuk urusan yang lain). Dan hanya kepada Allah SWT engkau berharap.”

(QS. Al-Insyirah, 6-8)

“Lakukan yang terbaik, bersikaplah yang baik maka kau akan menjadi yang terbaik.”

PERSEMBAHAN

Puji Syukur Alhamdulillah saya panjatkan kepada ALLAH SWT atas segala limpahan rahmad dan kesempatan dalam menyelesaikan tugas akhir skripsi saya dengan segala kekurangannya.

Kupersembahkan Skripsi Ini untuk :

- Kedua Orang tua saya, Bapak Alm.Koyo dan Ibu Sulikah yang telah memberikan semangat, doa, kasih sayang, semangat serta pengorbanan yang mereka lakukan untuk saya.
- Kepada nenek, dan kakak saya yang telah memberikan semangat serta doanya kepada saya.
- Keluarga besar saya yang selalu memberi support dan dukungan kepada saya selama saya menempuh studi.
- Sahabatku (Dicki, Udin, Mahendra, dan Aji) yang telah memberikan dukungan dan telah membantu saya selama proses mengerjakan Skripsi ini.
- Teman-teman kelas C angkatan 2016 yang telah banyak memberikan semangat dan motivasi.

ABSTRAK

Pengaruh Relaksasi Otot Progresif Terhadap Kualitas Tidur Pada Pasien Penyakit Ginjal Kronik Yang Menjalani Hemodialisis : Literature Review

Dedy Dwi Rizkyawan. 2020

Program Studi S1 Keperawatan Universitas Muhammadiyah Lamongan

Pembimbing 1 : Virgianti Nur Faridah S.Kep., Ns., M.Kep

Pembimbing 2 : Trijati Puspita Lestari S.Kep., Ns., M.Kep

Latar Belakang : Individu pada dasarnya menginginkan dirinya selalu dalam kondisi yang sehat, baik sehat secara fisik ataupun sehat secara psikis. Dengan kondisi yang sehat, individu dapat melakukan segala sesuatu secara optimal. Tetapi pada kenyataannya, individu terkadang dihadapkan pada permasalahan kesehatan dan salah satunya adalah munculnya penyakit yang dapat mempengaruhi kualitas tidur kurang nyaman yaitu penyakit ginjal kronik (PGK).

Metode : *Literatur Review* dengan menggunakan 3 database (*Science Direct*, Google Scholar, dan pubmed) untuk mencari artikel dengan kriteria artikel yang terbit tahun 2015-2020, fulltext, artikel yang sesuai dengan topik, terdapat ISSN, volume, dan nomer jurnal, merupakan jurnal intervensi relaksasi otot progresif pada pasien penyakit ginjal kronik.

Hasil : Setelah mengumpulkan data, semua data diseleksi sesuai dengan kriteria inklusi dan eksklusi, kemudian diseleksi studi dengan menggunakan flow diagram PRISMA 2009. Berdasarkan 10 jurnal yang terpilih didapatkan hasil terapi relaksasi otot progresif dapat meningkatkan kualitas tidur pasien penyakit ginjal kronik.

Kesimpulan : Berdasarkan 10 jurnal terpilih sesuai kriteria inklusi yaitu terapi relaksasi otot progresif dapat diterapkan pada pasien penyakit ginjal kronik untuk meningkatkan kualitas tidur pasien.

Kata Kunci : terapi relaksasi otot progresif, kualitas tidur.

ABSTRACT

Effect of the progressive muscle relaxation on sleep quality in patients with chronic kidney disease undergoing hemodialysis : Literature Review

Dedy Dwi Rizkyawan. 2020

Program Studi S1 Keperawatan Universitas Muhammadiyah Lamongan

Advisors 1 : Virgianti Nur Faridah S.Kep., Ns., M.Kep

Advisors 2 : Trijati Puspita Lestari S.Kep., Ns., M.Kep

Background : Individuals basically want themselves to be in a healthy condition, both physically fit or psychologically healthy. With healthy condition. individuals can do everything optimally But in reality, individuals are sometimes faced with health problems and one of them is the emergence of a disease that can affect the quality of sleep that is not comfortable that is chronic kidney disease (CKD).

Method : Regular Review using 3 databases (Science Direct, Google Scholar, and PubMed) to search for articles with criteria for articles published in 2015-2020, full text, articles that fit the topic, there are ISSNs, volumes, and number numbers, are numbers progressive muscular relaxation interventions in patients with chronic renal failure.

Results : After collecting data, all data were selected according to the inclusion and exclusion criteria, then the study was selected using the PRISMA 2009 flow diagram. Based on the selected 10 journal results, progressive muscle relaxation therapy results can improve the sleep quality of chronic renal failure patients.

Conclusion : Based on 10 selected journals according to inclusion criteria, Progressive muscle relaxation therapy can applied on kidney failure patients to increase the sleep quality patients.

Keyword: progressive muscle relaxation therapy, sleep quality

KATA PENGANTAR

Puji syukur penulis panjatkan kehadirat Allah SWT, karena berkat rahmat dan hidayah-Nya sehingga penulis dapat menyelesaikan literatur review yang berjudul “Pengaruh Relaksasi Otot Progresif Terhadap kualitas tidur pada pasien Penyakit Ginjal Kronik yang menjalani hemodialisis” sesuai waktu yang ditentukan.

Literatur review ini disusun penulis sebagai salah satu persyaratan untuk mendapatkan gelar sarjana keperawatan di Universitas Muhammadiyah Lamongan.

Dalam penyusunan penulis mendapatkan banyak pengarahan dan bantuan dari berbagai pihak, untuk itu penulis tidak lupa mengucapkan terima kasih kepada yang terhormat Bapak/ Ibu:

1. Drs. H. Budi Utomo, M.Kes., selaku Rektor Universitas Muhammadiyah Lamongan.
2. Arifal Aris, S.Kep., Ns., M.Kes, selaku Dekan Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas Muhammadiyah Lamongan.
3. Suratmi, S.Kep., Ns., M.Kep., selaku Ketua Program Studi Ilmu Keperawatan Universitas Muhammadiyah Lamongan.
4. Virgianti Nur Faridah, S.Kep., Ns., M.Kep., selaku pembimbing I, yang telah banyak memberikan petunjuk, saran, dorongan moril selama penyusunan Literatur review ini.
5. Trijati Puspita Lestari, S.Kep., Ns., M.Kep., selaku pembimbing II, yang telah banyak memberikan petunjuk, saran, dorongan moril selama penyusunan Literatur review ini.
6. Kasmuri, SE., M.Mkes, selaku direktur RSUD Dr. Soegiri Lamongan.
7. Kepala Ruang Hemodialisa RSUD Dr. Soegiri Lamongan.
8. Semua pihak yang telah memberikan dukungan moril dan materil demi terselesaikannya Literatur review ini.

Semoga Allah SWT memberi balasan pahala atas semua amal kebaikan yang diberikan. Penulis menyadari Litertur review ini masih banyak kekurangan, untuk itu segala kritik dan saran yang bersifat membangun sangat penulis harapkan, akhirnya penulis berharap semoga litertur review ini bermanfaat bagi penulis pada khususnya dan bagi semua pembaca pada umumnya.

Lamongan, 10 Juni 2020

Peneliti

DAFTAR ISI

HALAMAN JUDUL	i
LEMBAR PERNYATAAN	ii
LEMBAR PERSETUJUAN	iii
LEMBAR PENGESAHAN	iv
<i>CURICULUM VITAE</i>	v
MOTTO DAN PERSEMBAHAN.....	vi
ABSTRAK	vii
ABSTRACT	viii
KATA PENGANTAR.....	ix
DAFTAR ISI	xi
DAFTAR TABEL	xii
DAFTAR GAMBAR.....	xiii
DAFTAR LAMPIRAN	xiv
DAFTAR SINGKATAN.....	xv
DAFTAR SIMBOL	xvi
BAB 1 : PENDAHULUAN	1
1.1 Latar Belakang	1
1.2 Rumusan Masalah	4
1.3 Tujuan Penelitian	5
1.4 Manfaat Penelitian	5
BAB 2 : TINJAUAN PUSTAKA	6
2.1 Konsep Dasar Penyakit Penyakit Ginjal Kronik	6
2.2 Konsep Dasar Kualitas Tidur.....	13
2.3 Konsep Dasar Hemodialisa.....	21
2.4 Konsep Dasar Relaksasi Otot Progresif.....	25
2.5 Konsep Dasar Peran Perawat	29
2.6 Konsep Dasar Keluarga	32
2.7 Kerangka Konsep.....	35
2.8 Hipotesis Penelitian	37
BAB 3 METODE PENELITIAN.....	38
3.1 Strategi Pencarian Literature	38
3.2 Kriteria Inklusi dan Eksklusi	39
3.3 Seleksi hasil dan penilaian Studi	40
BAB 4 HASIL DAN PEMBAHASAN.....	41
4.1 Karakteristik Studi	41
4.2 Pembahasan	46
BAB 5 PENUTUP.....	49
5.1 Kesimpulan	49
5.2 Saran	49
DAFTAR PUSTAKA	50
LAMPIRAN-LAMPIRAN	

DAFTAR TABEL

Tabel 3.1 Kriteria Inklusi Dan Eksklusi.....	39
Tabel 4.1 Hasil Pencarian	41

DAFTAR GAMBAR

Gambar 2.1 Kerangka konsep pengaruh Relaksasi Otot Progresif Terhadap kualitas tidur pada pasien Penyakit Ginjal Kronik yang menjalani hemodialisis.	35
Gambar 3.1 Diagram Flow Literature Review	40

DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran 1	Jadwal Penyusunan Litertur review
Lampiran 2	Surat Izin Melakukan Survei Awal dari Universitas Muhammadiyah Lamongan
Lampiran 3	Lembar Konsultasi

DAFTAR SINGKATAN

M.Kes	: Megister Kesehatan
GGK	: Penyakit Ginjal Kronik
Riskedes	: Riset Kesehatan Dasar
PENEFRI	: Persatuan Nefrologi Indonesia
HD	: Hemodialisis
IRR	: <i>Indonesia Renal Registry</i>
RSUD	: Rumah Sakit Umum Daerah
Dr	: Doktor
RI	: Republik Indonesia
WHO	: <i>World Health Organization</i>
Ns	: Ners (Perawat)
S1	: Strata 1
S.Kep	: Sarjana Keperawatan
SPSS	: <i>Statistical Product and Service Solution</i>

DAFTAR SIMBOL

%	: Presentase
+	: Ditambah
O1	: Data sebelum dilakukan tindakan
O2	: Data setelah dilakukan perlakuan
X	: Perlakuan yang diberikan
=	: Sama dengan
<	: Kurang Dari
p	: Perkiraan Proporsi (Prevalensi), Jika Tidak Diketahui Dianggap 50%
H1	: Diterima
H0	: Ditolak
>	: Lebih Dari