

**ASUHAN KEPERAWATAN MEDIKAL BEDAH PADA NY. A DENGAN
PEMBERIAN TEKNIK RELAKSASI OTOT PROGRESIF TERHADAP
KUALITAS TIDUR PADA PASIEN *CHRONIC KIDNEY DISEASE*
(CKD) YANG MENJALANI HEMODIALISA
DI RSUP DR. M. DJAMIL PADANG
TAHUN 2025**

KEPERAWATAN MEDIKAL BEDAH



Oleh

**Zona Vauzi, S.Kep
2414901072**

**PROGRAM STUDI PENDIDIKAN PROFESI NERS
UNIVERSITAS ALIFAH PADANG
TAHUN 2025**

PERNYATAAN TIDAK PLAGIAT

Saya yang bertanda tangan dibawah ini :

Nama Lengkap : Zona Vauzi, S.Kep
NIM : 2414901072
Tempat/ Tanggal Lahir : Surantih, 30 Mei 2002
Tahun Masuk : 2024
Program Studi : Pendidikan Profesi Ners
Nama Pembimbing Akademik : Ns.Rebbi Permata Sari, M. Kep
Nama Pembimbing : Ns.Rebbi Permata Sari, M. Kep

Menyatakan bahwa saya tidak melakukan plagiat dalam penulisan karya tulis ilmiah saya yang berjudul :

“Asuhan Keperawatan Medikal Bedah Pada Ny. A Dengan Pemberian Teknik Relaksasi Otot Progresif Terhadap Kualitas Tidur Pada Pasien *Chronic Kidney Disease* (CKD) Yang Menjalani Hemodialisa Di RSUP Dr. M. Djamil Padang Tahun 2025”

Apabila suatu saat nanti terbukti saya melakukan tindakan plagiat, dalam penulisan Laporan Karya Ilmiah Akhir Ners, maka saya akan menerima sanksi yang telah ditetapkan.

Demikianlah surat pernyataan ini saya buat dengan sebenar-benarnya.

Padang, 16 September 2025



Zona Vauzi, S.Kep
NIM: 2414901072

PERSETUJUAN LAPORAN ILMIAH AKHIR

**ASUHAN KEPERAWATAN MEDIKAL BEDAH PADA NY. A DENGAN
PEMBERIAN TEKNIK RELAKSASI OTOT PROGRESIF TERHADAP
KUALITAS TIDUR PADA PASIEN *CHRONIC KIDNEY DISEASE*
(CKD) YANG MENJALANI HEMODIALISA
DI RSUP DR. M. DJAMIL PADANG
TAHUN 2025**

**Zona Vauzi, S.Kep
2414901072**

**Laporan Karya Ilmiah Akhir Ners ini telah disetujui,
Tanggal Bulan September Tahun 2025**

Oleh:

Pembimbing



**(Ns.Rebbi Permata Sari, M. Kep)
Mengetahui,**

**Dekan Fakultas Ilmu Kesehatan dan Teknologi Informasi
Univesitas Alifah Padang**



(Ns. Syalvia Oresti, M. Kep, Ph. D)

PERSETUJUAN PENGUJI

ASUHAN KEPERAWATAN MEDIKAL BEDAH PADA NY. A DENGAN PEMBERIAN TEKNIK RELAKSASI OTOT PROGRESIF TERHADAP KUALITAS TIDUR PADA PASIEN *CHRONIC KIDNEY DISEASE* (CKD) YANG MENJALANI HEMODIALISA DI RSUP DR. M. DJAMIL PADANG TAHUN 2025

**Zona Vauzi, S.Kep
2414901072**

**Laporan Karya Ilmiah Akhir Ners ini telah di uji dan dinilai oleh
penguji Program Studi Pendidikan Profesi Ners
Pada Tanggal Bulan September Tahun 2025**

Oleh :

TIM PENGUJI

Pembimbing : Ns. Rebbi Permata Sari, S.Kep.,M.Kep (.....)

Penguji I : Ns. Revi Neini Ikbal, S.Kep.,M.kep (.....)

Penguji II : Ns. Delvi Sri Hayati, S.Kep.,M.kep (.....)

**Mengetahui,
Dekan Fakultas Ilmu Kesehatan dan Teknologi Informasi
Universitas Alifiah Padang**



(Ns. Syalvia Oresti, M. Kep, Ph. D)

UNIVERSITAS ALIFAH PADANG

Karya Ilmiah Akhir Ners, September 2025

Zona Vauzi, S. Kep

Asuhan Keperawatan Medikal Bedah Pada Ny. A Dengan Pemberian Teknik Relaksasi Otot Progresif Terhadap Kualitas Tidur Pada Pasien *Chronic Kidney Disease* (CKD) Yang Menjalani Hemodialisa Di RSUP Dr. M. Djamil Padang Tahun 2025

xiv + 146 Halaman + 9 tabel + 1 gambar + 5 lampiran

RINGKASAN EKSLUSIF

Berdasarkan data RSUP. Dr. M. Djamil (2025) hingga bulan Juni, terdapat 185 orang pasien *Chronic Kidney Disease* (CKD) dan dari bulan Januari hingga Juni 2025 terdapat 105 orang pasien yang menjalani hemodialisa. Pasien hemodialisis sering mengalami gangguan tidur. Kondisi ini berkaitan dengan lamanya terapi, kadar ureum/kreatinin tinggi, nyeri, kecacatan, serta keluhan somatik seperti pruritus dan nyeri tulang. Salah satu intervensi yang efektif untuk mengatasi gangguan tidur adalah *Progressive Muscle Relaxation* (PMR). Tujuan laporan akhir ilmiah ini untuk mengaplikasikan Menerapkan asuhan keperawatan medikal bedah pada Ny. A dengan pemberian teknik relaksasi otot progresif untuk meningkatkan kualitas tidur pasien CKD yang menjalani hemodialisa di RSUP Dr. M. Djamil Padang tahun 2025.

Hasil pengkajian menunjukkan pasien mengalami sesak nafas, gangguan tidur dengan skor PSQI awal 12 (kategori buruk). Berdasarkan hasil pengkajian didapatkan diagnosa gangguan pertukaran gas berhubungan dengan ketidakseimbangan ventilasi, hipervolemia berhubungan dengan penyakit ginjal, gangguan pola tidur berhubungan dengan proses penyakit. Untuk mengatasi gangguan pola tidur diberikan implementasi PMR secara rutin selama tiga hari

Hasil yang didapatkan penulis dalam melaksanakan intervensi selama 3 hari pada Ny. A dalam pemberian PMR didapatkan penurunan skor PSQI dari 12 menjadi 5, yang menunjukkan adanya perbaikan kualitas tidur. Pasien melaporkan tidur lebih nyenyak, berkurangnya keluhan sering terbangun, dan meningkatnya rasa segar saat bangun pagi.

Disimpulkan bahwa kPemberian teknik relaksasi otot progresif efektif meningkatkan kualitas tidur pasien CKD yang menjalani hemodialisa. Saran bagi perawat di ruangan agar dapat menerapkan PMR sebagai upaya mengatasi gangguan pola tidur pada pasien di ruangan sesuai dengan SOP yang ada

Daftar Pustaka : 52 (2017- 2024)

Kata kunci : *Chronic Kidney Disease*, Hemodialisa, Kualitas Tidur, Teknik Relaksasi Otot Progresif

UNIVERSITAS ALIFAH PADANG

Ners Final Scientific Work Report, September 2025

Zona Vauzi, S. Kep

Medical-Surgical Nursing Care for Mrs. A Through the Application of Progressive Muscle Relaxation Techniques to Improve Sleep Quality in Chronic Kidney Disease (CKD) Patients Undergoing Hemodialysis at Dr. M. Djamil General Hospital Padang in 2025

xiv + 146 Pages + 9 tables + 1 pictures + 5 attachments

EXCLUSIVE SUMMARY

Based on data from RSUP Dr. M. Djamil (2025), up to June there were 185 patients with Chronic Kidney Disease (CKD), and from January to June 2025 there were 105 patients undergoing hemodialysis. Hemodialysis patients frequently experience sleep disturbances. This condition is associated with the length of therapy, elevated urea/creatinine levels, pain, disability, and somatic complaints such as pruritus and bone pain. One effective intervention to address sleep disturbances is Progressive Muscle Relaxation (PMR). The aim of this scientific final report is to apply medical-surgical nursing care to Ms. A by providing progressive muscle relaxation to improve the sleep quality of a CKD patient undergoing hemodialysis at RSUP Dr. M. Djamil Padang in 2025.

The assessment results showed that the patient experienced sleep disturbances with an initial PSQI score of 12 (poor category). Based on the assessment, the nursing diagnoses established were: impaired gas exchange related to ventilation imbalance, hypervolemia related to kidney disease, and sleep pattern disturbance related to the disease process. To address the sleep disturbance, PMR was implemented routinely for three consecutive days.

The results obtained showed a decrease in PSQI score from 12 to 5, indicating a significant improvement in sleep quality. The patient reported sleeping more soundly, reduced complaints of frequent awakenings, and feeling more refreshed upon waking.

It is concluded that progressive muscle relaxation is effective in improving sleep quality in CKD patients undergoing hemodialysis. It is recommended that nurses in the ward apply PMR as an effort to manage sleep disturbances in patients, in accordance with the existing Standard Operating Procedures (SOP).

Daftar Pustaka : 52 (2017- 2024)

Keywords : **Chronic Kidney Disease, Hemodialysis, Sleep Quality, Progressive Muscle Relaxation Technique**