

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar belakang

Kelelahan adalah suatu kondisi dimana tubuh sudah mulai kehilangan energi karena panjangnya waktu kerja yang dilakukan. Kelelahan sering muncul pada jenis pekerjaan yang selalu dilakukan (Nurmianto, 2004). Kelelahan juga kondisi tubuh menunjukkan keadaan tubuh baik fisik maupun mental yang berakibat pada penurunan daya ketahanan tubuh (suma'mur, 2009).

Kelelahan atau fatigue menunjukkan keadaan yang berbeda-beda, namun dari semua keadaan kelelahan berakibat kepada pengurangan kapasitas kerja dan juga ketahanan tubuh, secara konseptual keadaan meliputi aspek fisiologis serta psikologis dan konsep kelelahan ini mempunyai arti tersendiri dan bersifat subjektif dimana ditandai dengan penurunan kinerja fisik, perasaan lelah, penurunan motivasi dan penurunan produktivitas kerja.

Berdasarkan data World Health Organization (WHO) dalam model yang dibuat sampai tahun 2020 bahwa gangguan psikis berupa perasaan lelah yang berat serta berujung pada depresi akan menjadi penyakit pembunuh nomer dua, setelah penyakit jantung. Hasil penelitian yang dilakukan oleh Tenaga Kesehatan Jepang kepada 12.000 perusahaan yang melibatkan 16.000 pekerja dinegara tersebut yang dipilih secara acak menunjukkan bahwa 65% pekerja mengeluh

kelelahan fisik akibat kerja rutin, 28% mengeluhkan kelelahan mental serta 7% pekerja mengeluhkan stres berat. Hasil penelitian yang dilakukan salah satu perusahaan di Indonesia khususnya pada bagian produksi mengatakan rata-rata pekerja mengalami kelelahan dengan mengalami gejala sakit dikepala, nyeri dipunggung, pening dan kekakuan dibahu.

Survei di USA, kelelahan adalah masalah terbesar. Didapatkan 24% dari seluruh orang dewasa yang datang ke poliklinik menderita kelelahan kronik. Data yang hampir sama juga terlihat dalam komunitas yang menyebutkan bahwa 25% wanita dan 20% pria selalu mengeluh lelah.

Penelitian lainnya juga mengevaluasi 100 orang penderita kelelahan menunjukkan bahwa 64% kasus kelelahan disebabkan karena faktor psikis, 3% karena faktor fisik dan 33% karena faktor kedua tersebut.

Adanya status nutrisi yang buruk, fisiologis yang tidak normal, dan kurang tidur juga dapat menyebabkan penderita mengeluh malaise dan fatigue (Sakitri, 2017) (Astroth, 2013).

Hasil beberapa penelitian menunjukkan bahwa fatigue merupakan salah satu gejala yang paling umum dan paling sering dirasakan oleh pasien yang menjalani hemodialisis jangka panjang. Prevalensi kelelahan berkisar dari 42% sampai dengan 89% sesuai dengan modalitas pengobatan dan instrumen pengukuran yang

digunakan. Sedangkan menurut Joshwa (2012), lebih dari 70 % pasien hemodialisa mengalami kelelahan / fatigue.

Pasien yang sudah lama menjalani hemodialisis memiliki kadar ureum dan kreatinin yang tinggi. Ureum yang tinggi akan mengganggu produksi hormon eritropoietin yang mengakibatkan jumlah sel darah merah menurun yang akan menyebabkan tubuh mengalami lelah, letih, lesu yang merupakan gejala kelelahan yang ekstrem dan akan memaksa jantung bekerja lebih keras untuk mensuplay oksigen yang dibutuhkan (Sullivan, 2009). Penurunan fungsi ginjal juga menyebabkan penumpukkan racun-racun dan kotoran dalam darah sehingga memicu kelelahan. Fatigue yang menjalani terapi hemodialisis merupakan salah satu masalah dalam keperawatan yang memerlukan asuhan keperawatan dan intervensi yang tepat, apabila fatigue tidak segera diatasi akan berdampak pada perubahan fisiologis dan psikologis (Agustina, 2016).

Intervensi yang dapat dilakukan untuk mengatasi kelelahan (fatigue) adalah Slow Stroke Back Massage. Keluhan fatigue akan menimbulkan ketidaknyamanan pasien. Menurut teori comfort yang disampaikan oleh Kolcaba, intervensi awal dari pelayanan keperawatan adalah kenyamanan Massage adalah sentuhan dengan memanipulasi jaringan lunak untuk mempromosikan kenyamanan dan penyembuhan. Back massage merupakan intervensi mandiri keperawatan dan menunjukkan caringnya perawat pada pasien.

Tindakan back massage mudah dilakukan dan aman. Massage sudah lama dikenal dan disukai oleh masyarakat Indonesia. Tindakan massage meningkatkan sirkulasi darah, menurunkan ketegangan otot, memberikan relaksasi (Karagozoglu, S. & Kahve, E. 2013) (Weerapong, P., Hume, P. A., & Kolt, G. S. 2005) meningkatkan suasana hati (Listing et al. 2009) peningkatan hormon endorphin (Weerapong, P., Hume, P. A., & Kolt, G. S. 2005) meningkatkan aktivitas neurotransmitter serotonin dan membantu klien meningkatkan istirahat dan tidur (Shinde, M. B., & Anjum, S. 2014).

Berdasarkan uraian yang telah dijabarkan diatas, penelitian ingin mengidentifikasi efektifitas back massage terhadap keluhan fatigue. Penelitian ini bertujuan untuk untuk mengetahui efektifitas back massage pada pasien dengan keluhan fatigue.

B. Rumusan Masalah

Berdasarkan latar belakang yang sudah dijelaskan sebelumnya, skripsi dalam bentuk *literature riviw* ini adalah apakah ada pengaruh pemberian *slow stroke back massage* terhadap *fatigue*?

C. Tujuan Penelitian

Berdasarkan rumusan masalah yang sudah dijelaskan sebelumnya, tujuan dari penyusunan skripsi dalam bentuk *literature riviw* adalah untuk mengetahui apakah ada pengaruh pemberian *slow stroke back massage* terhadap *fatigue*.

D. Manfaat Penelitian

1. Bagi Peneliti

Diharapkan bahwa hasil penelitian ini dapat menambah pengetahuan serta keterampilan peneliti untuk bisa menangani pasien dengan keluhan *fatigue* dengan pemberian *slow stroke back massage*.

2. Bagi pasien

Diharapkan penelitian ini dapat berguna bagi pasien khususnya yang mengalami *Fatigue* agar intervensi *Slow Stroke Back Massage* dapat diterapkan secara mandiri dirumah dengan keluarga.

3. Bagi Rumah Sakit

Diharapkan dan dipertimbangkan oleh pihak Rumah Sakit sebagai landasan dasar untuk menangani *Fatigue*, sesuai dengan klasifikasi tingkat keparah *fatigue*. Hasil penelitian ini juga dapat dipertimbangkan oleh pihak institusi pendidikan sebagai landasan dasar meningkatkan keterampilan keperawatan dalam melakukan prosedur perawat mengenai *fatigue* sesuai dengan klasifikasi tingkat keparahan *fatigue* terutama pada tingkat berat.

4. Manfaat Teoritis

Diharapkan hasil penelitian ini dapat menjadi referensi dalam bidang ilmu pengetahuan kesehatan mengenai bagaimana mengatasi keluhan pasien dengan pemberian *slow stroke back*

massage terhadap *fatigue*.

Diharapkan hasil penelitian ini dapat menjadi dasar untuk mengembangkan dan melanjutkan penelitian yang berkaitan dengan pengaruh *slow stroke back massage* terhadap keluhan *fatigue*.