



KARYA ILMIAH AKHIR NERS

**PENERAPAN KOMBINASI TERAPI *SLOW DEEP BREATHING*
DAN AROMATERAPI LAVENDER TERHADAP *FATIGUE*
PADA PASIEN HEMODIALISA DI RSUD dr. SOEKARDJO
KOTA TASIKMALAYA**

GINA YANTI

NIM. P2.06.20.6.25.016

**PROGRAM STUDI PENDIDIKAN PROFESI NERS
JURUSAN KEPERAWATAN
POLITEKNIK KESEHATAN TASIKMLAYA
KEMENTERIAN KESEHATAN REPUBLIK INDONESIA
TAHUN 2026**



KARYA ILMIAH AKHIR NERS

**PENERAPAN KOMBINASI TERAPI *SLOW DEEP*
BREATHING DAN AROMATERAPI LAVENDER
TERHADAP *FATIGUE* PADA PASIEN HEMODIALISA
DI RSUD dr. SOEKARDJO KOTA TASIKMALAYA**

GINA YANTI

NIM. P2.06.20.6.25.016

**PROGRAM STUDI PENDIDIKAN PROFESI NERS
JURUSAN KEPERAWATAN
POLITEKNIK KESEHATAN TASIKMLAYA
KEMENTRIAN KESEHATAN REPUBLIK INDONESIA
TAHUN 2026**

POLITEKNIK KESEHATAN KEMENKES TASIKMALAYA
PROGRAM STUDI PENDIDIKAN PROFESI NERS

Karya Ilmiah Akhir Ners, Juni 2026

Penerapan Kombinasi Terapi *Slow Deep Breathing* Dan Aromaterapi Lavender Terhadap *Fatigue* Pada Pasien Hemodialisis Di RSUD dr. Soekardjo Kota Tasikmalaya

Gina Yanti, Yudi Triguna

ABSTRAK

Latar Belakang : Proses hemodialisis yang dilakukan secara rutin dan jangka panjang berdampak pada kondisi fisik dan psikologis pasien, seperti gangguan tidur, nyeri, kecemasan, hingga *fatigue* (kelelahan). *Fatigue* menjadi keluhan paling umum pada pasien hemodialisa dengan prevalensi mencapai 71%–92,2%. Salah satu intervensi nonfarmakologis yang dapat digunakan untuk mengurangi *fatigue* adalah kombinasi terapi *slow deep breathing* dan aromaterapi lavender..

Tujuan : Mengetahui hasil penerapan kombinasi terapi *slow deep breathing* dan aromaterapi lavender terhadap *fatigue* pada pasien hemodialisis di RSUD dr. Soekardjo Kota Tasikmalaya.

Metode : Karya ilmiah ini menggunakan metode studi kasus dengan pendekatan asuhan keperawatan pada dua pasien hemodialisis yang mengalami *fatigue*. Tingkat *fatigue* diukur menggunakan instrumen *Fatigue Severity Scale* (FSS). Intervensi diberikan selama dua kali pertemuan dengan menerapkan teknik *slow deep breathing* dan inhalasi aromaterapi lavender selama 15–20 menit. **Hasil :** Hasil penerapan menunjukkan penurunan tingkat *fatigue* pada kedua pasien. Skor FSS pasien pertama menurun dari 44 menjadi 37, sedangkan pasien kedua menurun dari 42 menjadi 36. **Kesimpulan :** Kombinasi terapi *slow deep breathing* dan aromaterapi lavender efektif dalam menurunkan *fatigue* pada pasien yang menjalani hemodialisis di RSUD dr. Soekardjo. **Saran:** Pasien hemodialisa dan keluarganya disarankan untuk aktif melakukan terapi *slow deep breathing* dan aromaterapi lavender sebagai upaya mandiri untuk mengurangi kelelahan dan meningkatkan kenyamanan selama terapi hemodialisis.

Kata kunci: Aromaterapi Lavender, *Fatigue*, Hemodialisis, *Slow Deep Breathing*.

POLITEKNIK KESEHATAN KEMENKES TASIKMALAYA
NURSING PROFESSIONAL EDUCATION STUDY PROGRAM

Final Scientific Paper for Nurses, June 2026

Application of a Combination of Slow Deep Breathing Therapy and Lavender Aromatherapy on Fatigue in Hemodialysis Patients at Dr. Soekardjo Regional Hospital, Tasikmalaya City

Gina Yanti, Yudi Triguna

ABSTRACT

Background: The hemodialysis process carried out routinely and long-term has an impact on the physical and psychological conditions of patients, such as sleep disturbances, pain, anxiety, and fatigue. Fatigue is the most common complaint in hemodialysis patients, with a prevalence of 71%–92.2%. One non-pharmacological intervention that can be used to reduce fatigue is a combination of slow deep breathing therapy and lavender aromatherapy. **Objective:** To determine the results of the application of a combination of slow deep breathing therapy and lavender aromatherapy on fatigue in hemodialysis patients at Dr. Soekardjo Regional Hospital, Tasikmalaya City. **Methods:** This research paper uses a case study approach with a nursing care approach for two hemodialysis patients experiencing fatigue. Fatigue levels were measured using the Fatigue Severity Scale (FSS). The intervention was delivered over two sessions, applying slow deep breathing techniques and lavender aromatherapy inhalation for 15–20 minutes. **Results:** The results showed a decrease in fatigue levels in both patients. The FSS score of the first patient decreased from 44 to 37, while the score of the second patient decreased from 42 to 36. **Conclusion:** The combination of slow deep breathing therapy and lavender aromatherapy was effective in reducing fatigue in patients undergoing hemodialysis at Dr. Soekardjo Regional General Hospital. **Recommendation:** Hemodialysis patients and their families are advised to actively engage in slow deep breathing therapy and lavender aromatherapy as independent efforts to reduce fatigue and increase comfort during hemodialysis therapy.

Keywords: Lavender Aromatherapy, Fatigue, Hemodialysis, Slow Deep Breathing.

KATA PENGANTAR

Puji dan syukur penulis panjatkan kehadiran Allah SWT atas rahmat dan karunia-Nya, sehingga penulis dapat menyelesaikan penyusunan Karya Ilmiah Akhir ini dengan judul “Penerapan Kombinasi Terapi *Slow Deep Braething* Dan Aromaterapi Lavender Terhadap *Fatigue* Pada Pasien Hemodialisis di RSUD dr.Soekardjo Kota Tasikmalaya”

Dalam penyusunan Karya Ilmiah ini tidak lepas dari bantuan berbagai pihak. Maka dari itu penulis mengucapkan terima kasih banyak kepada :

1. Ibu Dr Dini Mariani, S.Kep., Ns. M.Kep., Sp.An. selaku Direktur PoltekNIK Kesehatan Kementerian Kesehatan Tasikmalaya.
2. Bapak Ridwan Kustiawan, M.Kep., Ns., Sp.Kep.Jiwa., selaku Ketua Jurusan Keperawatan PoltekNIK Kesehatan Kementerian Kesehatan Tasikmalaya.
3. Bapak Yudi Triguna, S.Kep., Ns., M.Kep., selaku Ketua Program Studi Sarjana Terapan Keperawatan PoltekNIK Kesehatan Kementerian Kesehatan Tasikmalaya
4. Ibu Ida Rosdiana, S.Kep., Ns., M.Kep., selaku ketua Program Studi Pendidikan Profesi Ners Politeknik Kesehatan Kementrian Kesehatan Tasikmalaya.
5. Bapak Yudi Triguna, S.Kep., Ns., M.Kep., selaku Pembimbing, yang telah membimbing penulis dengan saran, masukan serta motivasi yang membangun selama penyusunan Karya Ilmiah ini.

6. Seluruh staf Pendidikan dan dosen di lingkungan Jurusan Keperawatan PoltekNIK Kesehatan Kementerian Kesehatan Tasikmalaya, yang telah memberikan bantuan dan bimbingan selama penulis menjalankan perkuliahan.
7. Teristimewa kepada kedua orang tua dan saudara yang sudah memberikan dukungan baik moral maupun material, mendoakan dan selalu memotivasi penulis dalam penyelesaian karya ilmiah ini.
8. Sahabat-sahabatku tercinta yang telah rela meluangkan waktu, tenaga dan memberikan semangat kepada penulis dalam penyusunan karya ilmiah.
9. Rekan-rekan seperjuangan Mahasiswa Program Studi Pendidikan Profesi Ners angkatan 3 yang telah bersama-sama membuat karya ilmiah.
10. Semua pihak yang tidak bisa disebutkan satu persatu yang telah memberikan semangat kepada penulis dalam penyusunan karya ilmiah.

Penulis menyadari bahwa dalam penulisan Karya Ilmiah ini masih jauh dari kata sempurna. Hal ini tidak luput dari kekurangan maupun keterbatasan dalam kemampuan, pengalaman, dan literature yang penulis miliki. Oleh karena itu, penulis sangat mengharapkan kritik dan saran yang membangun guna perbaikan di masa yang akan datang.

Tasikmalaya, 17 Juni 2026



Gina Yanti

NIM. P2.06.20.6.25.016

DAFTAR ISI

HALAMAN JUDUL	i
LEMBAR PENGESAHAN	ii
SURAT PERNYATAAN KEASLIAN TULISAN	iii
PERNYATAAN PERSETUJUAN PUBLIKASI.....	iv
ABSTRAK	v
ABSTRACT	vi
KATA PENGANTAR.....	vii
DAFTAR ISI.....	ix
DAFTAR TABEL	xii
DAFTAR GAMBAR	xiii
DAFTAR BAGAN	xiv
DAFTAR LAMPIRAN	xv
BAB 1 PENDAHULUAN	1
A. Latar Belakang	1
B. Rumusan Masalah	5
C. Tujuan	5
D. Manfaat	6
BAB 2 TINJAUAN LITERATUR	8
A. Konsep Dasar Hemodialisis	8
1. Definisi.....	8
2. Tujuan hemodialisis	8
3. Indikasi hemodialisis	9
4. Proses hemodialisis	9
5. Dampak Hemodialisis	11
B. Konsep <i>Fatigue</i>	13
1. Definisi.....	13
2. Penyebab <i>Fatigue</i>	14
3. Komponen <i>Fatigue</i>	14
4. Dampak <i>Fatigue</i>	15

5.	<i>Fatigue</i> pada pasien gagal ginjal kronik yang menjalani hemodialisa.....	16
6.	Faktor yang mempengaruhi <i>Fatigue</i> pada pasien yang menjalani hemodialisa 19	
7.	Manajemen <i>Fatigue</i>	19
8.	Penilaian <i>Fatigue</i>	20
9.	WOC (<i>Web Of Caution</i>).....	22
C.	Konsep <i>Slow Deep Breathing</i>	23
1.	Definisi.....	23
2.	Mekanisme	23
3.	Pengaruh <i>Slow deep breathing</i> terhadap <i>Fatigue</i>	25
4.	Teknik Relaksasi Napas Dalam/ <i>Slow deep breathing</i>	26
D.	Konsep Aromaterapi Lavender	27
1.	Definisi.....	27
2.	Mekanisme	28
3.	Kandungan Lavender	30
4.	Manfaat Aromaterapi Lavender	30
5.	Metode Pemberian Aromaterapi	31
6.	Pengaruh Pemberian Aromaterapi Terhadap <i>Fatigue</i>	33
7.	Langkah-langkah Pemberian Aromaterapi Lavender.....	34
E.	Konsep Asuhan Keperawatan.....	35
1.	Pengkajian.....	35
2.	Diagnosis Keperawatan.....	41
3.	Intervensi Keperawatan.....	43
4.	Implementasi Keperawatan.....	55
5.	Evaluasi Keperawatan.....	55
F.	Kerangka Teori	56
BAB 3	GAMBARAN KASUS	57
A.	Gambaran Lokasi Penelitian	57
B.	Subjek Studi Kasus	57
C.	Resume Asuhan Keperawatan Pasien 1 Dan Pasien 2	58
D.	Gambaran Tahapan Pelaksanaan Tindakan Kombinasi <i>Slow Deep Breathing</i> dan Aromaterapi Lavender	76
E.	Gambaran Perubahan <i>Fatigue</i> Pada Pasien Hemodialisa Yang Dilakukan Kombinasi Terapi <i>Slow Deep Breathing</i> Dan Aromaterapi Lavender Terhadap <i>Fatigue</i> Pada Pasien Hemodialisa	78
BAB 4	PEMBAHASAN	75

A. Tahapan Asuhan Keperawatan Pada Pasien Hemodialisa Sebelum Dilakukan Kombinasi Terapi <i>Slow Deep Breathing</i> Dan Aromaterapi Lavender	75
B. Perubahan Pada Pasien Hemodialisa Yang Telah Dilakukan Kombinasi Terapi <i>Slow Deep Breathing</i> Dan Aromaterapi Lavender	81
C. Analisis Kesenjangan Pada Kedua Pasien Yang Dilakukan Penerapan Kombinasi Terapi <i>Slow Deep Breathing</i> Dan Aromaterapi Lavender	85
BAB 5 KESIMPULAN DAN SARAN	88
A. Kesimpulan	88
B. Saran	89
DAFTAR PUSTAKA.....	92
LAMPIRAN.....	96

DAFTAR TABEL

Tabel 2.1	Diagnosis Keperawatan.....	41
Tabel 2.2	Intervensi Keperawatan.....	43
Tabel 3.1	Data Pengkajian Pasien 1	58
Tabel 3.2	Data Pengkajian Pasien 2	60
Tabel 3.3	Diganosis Keperawatan Pasien 1	62
Tabel 3.4	Diagnosis Keperawatan Pasien 2	63
Tabel 3.5	Intervensi keperawatan Pasien 1	65
Tabel 3.6	Intervensi Keperawatan Pasien 2	66
Tabel 3.7	Sebelum dan Sesudah Intervensi.....	78

DAFTAR GAMBAR

Gambar 2.1 Proses Hemodialisa	11
Gambar 22. Essential oil lavender	30

DAFTAR BAGAN

Bagan 2.1 Pathway Chronic Kidney Disease (CKD)	22
Bagan 2.2 Kerangka Teori.....	56

DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran 1	Permohonan Menjadi Responden.....	97
Lampiran 2	Informed Consent	98
Lampiran 3	Standar Operasional Prosedur (SOP) Aromaterapi Lavender	99
Lampiran 4	Standar Operasional Prosedur (SOP) Slow Deep Breathing.....	100
Lampiran 5	Kuesioner Pengukuran Fatigue.....	101
Lampiran 6	Lembar Observasi Jadwal Kegiatan	103
Lampiran 7	Surat Permohonan Izin Penelitian	104
Lampiran 8	Surat Izin Penelitian Ke RSUD dr Soekardjo.....	105
Lampiran 9	Dokumentasi Asuhan Keperawatan Responden 1	106
Lampiran 10	Dokumentasi Asuhan Keperawatan Responden 2	128
Lampiran 11	Cek Plagiarisme	151
Lampiran 12	Dokumentasi Kegiatan	152
Lampiran 13	Lembar Bimbingan	155
Lampiran 14	Persetujuan Perseptor Ruangan	157
Lampiran 15	Daftar Riwayat Hidup.....	158