



KARYA ILMIAH AKHIR

**IMPLEMENTASI *PROGRESSIVE MUSCLE RELAXATION*  
TERHADAP PERFUSI PERIFER TIDAK EFEKTIF  
PADA PASIEN *CHRONIC KIDNEY DISEASE*  
DI RUANG BOUGENVILLE RSUD  
dr. H. KOESNADI BONDOWOSO**

Diajukan Untuk Memenuhi Salah Satu Persyaratan Dalam Menyelesaikan  
Program Profesi Ners

Oleh:

Hera Puspita Anggraini Respita Dewi, S.Kep  
NIM 25.0103.1012

**PROGRAM STUDI PROFESI NERS  
FAKULTAS ILMU KESEHATAN  
UNIVERSITAS MUHAMMADIYAH JEMBER  
TAHUN 2026**

**KARYA ILMIAH AKHIR**

**IMPLEMENTASI *PROGRESSIVE MUSCLE RELAXATION*  
TERHADAP PERFUSI PERIFER TIDAK EFEKTIF  
PADA PASIEN *CHRONIC KIDNEY DISEASE*  
DI RUANG BOUGENVILLE RSUD  
dr. H. KOESNADI BONDOWOSO**

Diajukan Untuk Memenuhi Salah Satu Persyaratan Dalam Menyelesaikan  
Program Profesi Ners

Oleh:

Hera Puspita Anggraini Respita Dewi, S.Kep  
NIM 25.0103.1012

**PROGRAM STUDI PROFESI NERS  
FAKULTAS ILMU KESEHATAN  
UNIVERSITAS MUHAMMADIYAH JEMBER  
TAHUN 2026**

**HALAMAN PERSETUJUAN**

**IMPLEMENTASI *PROGRESSIVE MUSCLE RELAXATION*  
TERHADAP PERFUSI PERIFER TIDAK EFEKTIF  
PADA PASIEN *CHRONIC KIDNEY DISEASE*  
DI RUANG BOUGENVILLE RSUD  
dr. H. KOESNADI BONDOWOSO**

Oleh:

Hera Puspita Anggraini Respita Dewi, S.Kep  
NIM 25.0103.1012

KIA ini telah diperiksa oleh pembimbing dan telah disetujui untuk Karya Ilmiah  
Akhir Program Studi Profesi Ners Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas  
Muhammadiyah Jember

Jember, 15 Juni 2026

Pembimbing,

  
Asmuji, SKM., M.Kep

NIP. 197206152005011004

## PENGESAHAN

### **IMPLEMENTASI *PROGRESSIVE MUSCLE RELAXATION* TERHADAP PERFUSI PERIFER TIDAK EFEKTIF PADA PASIEN *CHRONIC KIDNEY DISEASE* DI RUANG BOUGENVILLE RSUD dr. H. KOESNADI BONDOWOSO**

Oleh:  
Hera Puspita Anggraini Respita Dewi, S.Kep  
NIM 25.0103.1012

Dewan Penguji Ujian Karya Ilmiah Akhir (KIA) pada Program Studi Profesi Ners  
Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas Muhammadiyah Jember

Jember, 19 Juni 2026

Penguji

1. Penguji I : Ns. Ginanjar Sasmito Adi, M.Kep., Sp.Kep.MB (.....)  
NPK: 1990021011509368
2. Penguji II : Ns. Mohammad Ali Hamid, S.Kep., M.Kes (.....)  
NPK. 1981080710310368
3. Penguji III : Asmuji, SKM., M.Kep (.....)  
NIP. 197206152005011004

Mengetahui,  
Dekan Fakultas Ilmu Kesehatan  
Universitas Muhammadiyah Jember

  
Ns. Sri Wahyuni Adriani, S.Kep., M.Kep., Sp.Kep.Kom  
NPK. 19880303 11703821

## PENGUJI KARYA ILMIAH AKHIR

Dewan Penguji Karya Ilmiah Akhir  
Program Studi Profesi Ners Fakultas Ilmu Kesehatan  
Universitas Muhammadiyah Jember

Jember, 19 Juni 2026

Penguji I

Ns. Ginanjar Sasmito Adi, M.Kep., Sp.Kep.MB  
NPK: 1990021011509368

Penguji II

Ns. Mohammad Ali Hamid, S.Kep., M.Kes.  
NPK: 1981080710310368

Penguji III

Asmuji, SKM., M.Kep.  
NIP. 197206152005011004

## SURAT PERNYATAAN KEABSAHAN KARYA ILMIAH



### UNIVERSITAS MUHAMMADIYAH JEMBER FAKULTAS ILMU KESEHATAN

Jl. Karimata No. 49 Jember 68121 Jawa Timur Indonesia  
Kotak Pos 104 Telp. 0331-336728 Fax. 0331-337957



Website : <http://www.unmuhjember.ac.id> E-mail: [fikes@unmuhjember.ac.id](mailto:fikes@unmuhjember.ac.id)

## SURAT PERNYATAAN KEABSAHAN KARYA ILMIAH

Yang bertanda tangan di bawah ini :

Nama : Hera Puspita Anggraini Respita Dewi, S.Kep.  
 NIM : 2501031012  
 Tempat, tanggal lahir : Bondowoso, 13 Oktober 2002  
 Agama : Islam  
 Jenis Kelamin : Perempuan  
 Alamat : Desa Purwodadi RT 04 RW 01 Kecamatan Gambiran, Kabupaten Banyuwangi, Jawa Timur  
 Jurusan/Program Studi : Profesi Ners  
 Fakultas : Ilmu Kesehatan  
 Universitas : Universitas Muhammadiyah Jember

Dengan ini menyatakan bahwa Karya Ilmiah Akhir, dengan Judul di bawah ini :

**Implementasi Progressive Muscle Relaxation terhadap Perfusi Perifer Tidak Efektif pada Pasien Chronic Kidney Disease di Ruang Bougenville RSUD dr. H. Koesnadi Bondowoso**

1. Penelitian dengan judul tersebut di atas benar-benar telah saya lakukan sebagaimana yang sudah ditulis dalam metode penelitian.
2. Adalah benar **karya saya sendiri atau bukan plagiat hasil karya orang lain** dan saya ajukan sebagai bahan ujian akhir skripsi.
3. Apabila dikemudian hari terbukti bahwa karya ilmiah ini **bukan** karya saya sendiri atau plagiat hasil karya orang lain, maka saya bersedia menerima sanksi sesuai ketentuan perundang-undangan yang berlaku

Demikian surat pernyataan ini saya buat untuk dipergunakan sebagaimana mestinya.

Jember, 15 Juni 2026

Yang Membuat Pernyataan,



(Hera Puspita Anggraini R. D., S.Kep.)

NIM. 2501031012

## LEMBAR PERSEMBAHAN

Alhamdulillahirobbil Alamin, segala puji dan syukur hanya kepada Allah SWT atas izin dan karunia-Nya, yang telah memungkinkan penulis untuk menyelesaikan karya ilmiah akhir ini. Shalawat dan salam semoga senantiasa tercurah kepada Nabi Muhammad SAW, semoga kita semua mendapatkan syafaat-Nya hingga yaumul qiyamah. Skripsi ini penulis persembahkan kepada :

1. Allah SWT yang selalu memberikan rahmat, kemudahan serta petunjuk kepada penulis sehingga dapat menyelesaikan skripsi ini.
2. Dosen pembimbing Bapak Amuji, SKM., M.Kep, selaku dosen pembimbing yang telah memberikan bimbingan, arahan, dan motivasi selama proses penelitian ini.
3. Kepada orang tua yang selalu menjadi sumber motivasi dan kasih sayang yang tak terputus. Terimakasih atas doa dan dukungan ibu, sehingga penulis dapat mencapai titik ini
4. Seluruh civitas akademika Universitas Muhammadiyah Jember, terutama Fakultas Ilmu Kesehatan, Program Studi Ilmu Keperawatan.
5. Rekan-rekan yang telah memberikan semangat, dukungan dan bantuan selama proses penyusunan skripsi ini.

## MOTTO

فَإِنَّ مَعَ الْعُسْرِ يُسْرًا , إِنَّ مَعَ الْعُسْرِ يُسْرًا

“Maka sesungguhnya bersama kesulitan ada kemudahan. Sesungguhnya bersama kesulitan ada kemudahan”

- QS. Al-Insyirah Ayat 5-6 -

لَا يُكَلِّفُ اللَّهُ نَفْسًا إِلَّا وُسْعَهَا

“Allah tidak membebani seseorang melainkan sesuai dengan kesanggupannya.”

- QS. Al-Baqarah Ayat 286 -



## KATA PENGANTAR

Puji syukur penulis panjatkan ke hadirat Tuhan Yang Maha Esa atas segala rahmat dan hidayah-Nya, sehingga penulis dapat menyelesaikan karya ilmiah akhir yang berjudul “Implementasi Progressive Muscle Relaxation terhadap Perfusi Perifer Tidak Efektif pada Pasien Chronic Kidney Disease di Ruang Bougenville RSUD dr. H. Koesnadi Bondowoso” dengan baik. Penyusunan karya ilmiah akhir ini merupakan salah satu persyaratan untuk menyelesaikan pendidikan pada Program Studi Profesi Ners di Universitas Muhammadiyah Jember.

Karya ilmiah ini bertujuan untuk menerapkan serta mengevaluasi pelaksanaan Progressive Muscle Relaxation (PMR) sebagai salah satu intervensi keperawatan dalam mengatasi masalah perfusi perifer tidak efektif pada pasien Chronic Kidney Disease (CKD), khususnya melalui indikator perubahan tekanan darah sebagai parameter evaluasi.

Penulis menyadari bahwa dalam proses penyusunan karya ilmiah akhir ini masih terdapat kekurangan. Namun, berkat dukungan, bimbingan, dan bantuan dari berbagai pihak, karya ilmiah ini dapat terselesaikan. Oleh karena itu, penulis mengucapkan terima kasih kepada.:

1. Dr. Hanafi, M.Pd selaku Rektor Universitas Muhammadiyah Jember.
2. Yth. Ibu Ns. Sri Wahyuni Adriani, S.Kep., M.Kep., Sp.Kep.Kom. selaku Dekan Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas Muhammadiyah Jember.
3. Yth. Bapak Ns. Ginanjar Sasmito Adi, M.Kep., Sp.Kep.MB selaku Ketua Program Studi Profesi Ners Universitas Muhammadiyah Jember.
4. Yth. Bapak Amuji, SKM., M.Kep, selaku dosen pembimbing yang telah memberikan bimbingan, arahan, dan motivasi selama proses penelitian ini.

5. Kepada orang tua yang selalu menjadi sumber motivasi dan kasih sayang yang tak terputus. Terimakasih atas doa dan dukungan ibu, sehingga penulis dapat mencapai titik ini
6. Seluruh civitas akademika Universitas Muhammadiyah Jember, terutama Fakultas Ilmu Kesehatan, Program Studi Ilmu Keperawatan.
7. Rekan-rekan yang telah memberikan semangat, dukungan dan bantuan selama proses penyusunan skripsi ini.

Penulis berharap karya ilmiah akhir ini dapat memberikan manfaat bagi pembaca, khususnya dalam penerapan Progressive Muscle Relaxation (PMR) sebagai intervensi keperawatan dalam mengatasi masalah perfusi perifer tidak efektif pada pasien Chronic Kidney Disease (CKD). Penulis menyadari bahwa karya ilmiah ini masih memiliki keterbatasan dan jauh dari kesempurnaan, sehingga kritik dan saran yang membangun sangat diharapkan guna perbaikan di masa yang akan datang. Akhir kata, penulis berharap penelitian ini dapat memberikan kontribusi positif bagi pengembangan ilmu keperawatan serta menjadi referensi dalam praktik pelayanan kesehatan, khususnya dalam upaya peningkatan kualitas asuhan keperawatan

## DAFTAR ISI

<b>HALAMAN PERSETUJUAN</b> .....	iii
<b>PENGESAHAN</b> .....	iv
<b>PENGUJI KARYA ILMIAH AKHIR</b> .....	v
<b>ABSTRAK</b> .....	vi
<b>ABSTRACT</b> .....	vii
<b>SURAT PERNYATAAN KEABSAHAN KARYA ILMIAH</b> .....	viii
<b>LEMBAR PERSEMBAHAN</b> .....	ix
<b>MOTTO</b> .....	x
<b>KATA PENGANTAR</b> .....	xi
<b>DAFTAR ISI</b> .....	xiii
<b>DAFTAR TABEL</b> .....	xiv
<b>DAFTAR LAMPIRAN</b> .....	xv
<b>BAB 1 PENDAHULUAN</b> .....	1
1.1 Latar Belakang .....	1
1.2 Batasan Masalah.....	4
1.3 Rumusan Masalah .....	4
1.4 Tujuan.....	5
1.5 Manfaat.....	6
<b>BAB 2 TINJAUAN PUSTAKA</b> .....	8
2.1 Konsep Tinjauan Pustaka .....	8
2.2 Keaslian Penelitian .....	33
<b>BAB 3 METODE PENELITIAN</b> .....	39
3.1 Desain Penelitian.....	39
3.2 Subjek Penelitian.....	39
3.3 Fokus Penelitian .....	39
3.4 Lokasi dan Waktu Penelitian .....	40
3.5 Instrumen Penelitian.....	40
3.6 Metode Pengumpulan Data .....	45
3.7 Analisis Data dan Penyajian Data .....	49
3.8 Etik Penelitian .....	51
<b>BAB 4 HASIL DAN PEMBAHASAN</b> .....	53
4.1 Hasil .....	53
4.2 Pembahasan.....	72
<b>BAB 5 KESIMPULAN DAN SARAN</b> .....	83
5.1 Kesimpulan .....	83
5.2 Saran.....	83
<b>DAFTAR PUSTAKA</b> .....	85
<b>LAMPIRAN</b> .....	88

## DAFTAR TABEL

Tabel 4. 1 Hasil Pengkajian Identitas Pasien .....	53
Tabel 4. 2 Hasil Pengkajian Riwayat Kesehatan Pasien .....	54
Tabel 4. 3 Hasil Pengkajian Pemeriksaan Fisik Pasien .....	55
Tabel 4. 4 Hasil Pengkajian Analisa Data Pasien.....	57
Tabel 4. 5 Hasil Diagnosa Keperawatan Pasien.....	59
Tabel 4. 6 Hasil Rencana Tindakan Pasien .....	60
Tabel 4. 7 Hasil Pelaksanaan Tindakan Keperawatan Pasien .....	63
Tabel 4. 8 Hasil Evaluasi Tindakan Keperawatan Pasien .....	69



## DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran 1 SOP Progressive Muscle Relaxation .....	89
Lampiran 2 Lembar Persetujuan .....	92
Lampiran 3 Lembar Observasi.....	93
Lampiran 4 Leaflet.....	95
Lampiran 5 Lembar Pengesahan Judul KIA .....	96
Lampiran 6 Surat Bebas Plagiasi .....	97
Lampiran 7 Lembar Konsultasi.....	98
Lampiran 8 Daftar Riwayat Hidup.....	99

