

PROGRAM PROFESI NERS PROGRAM PROFESI
FAKULTAS ILMU KESEHATAN UNIVERSITAS
KUSUMA HUSADA SURAKARTA

2023

**PENERAPAN *FOOT MASSAGE* TERHADAP PENURUNAN KELELAHAN PADA
PASIEN *CHRONIC KIDNEY DISEASE* YANG MENJALANI HEMODIALISA DI RSUD**

dr.GONDO SUWARNO UNGARAN

Erika Anggita¹⁾, Lalu M. Panji Azali²⁾

**¹⁾Mahasiswa Program Profesi Ners Program Profesi Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas
Kusuma Husada Surakarta**

**²⁾Dosen Program Profesi Ners Program Profesi Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas
Kusuma Husada Surakarta**

Email : erikaanggita05@gmail.com

ABSTRAK

Chronic Kidney Disease (CKD) merupakan perburukan fungsi ginjal yang lambat, progresif, dan irreversible yang menyebabkan ketidakmampuan ginjal untuk membuang produk sisa dan mempertahankan keseimbangan cairan dan elektrolit. Hemodialisis merupakan terapi yang dilakukan untuk menggantikan fungsi ginjal dengan menggunakan suatu alat yang dibuat khusus, target dilakukannya terapi ini adalah untuk menambah jangka waktu hidup penderita CKD serta dapat meningkatkan kualitas hidup penderita. Kelelahan (fatigue) pada pasien hemodialisa merupakan salah satu masalah dalam keperawatan yang memerlukan asuhan keperawatan dan intervensi yang tepat, apabila kelelahan tidak segera ditangani akan berdampak pada perubahan fisiologis dan psikologis, kualitas hidup yang negatif serta mengancam jiwa. Penelitian ini menggunakan studi kasus. Responden adalah pasien yang menjalani terapi hemodialisis. Berdasarkan hasil studi kasus menunjukkan bahwa setelah tindakan foot massage kelelahan pasien menjadi ringan dengan sebelumnya termasuk dalam kelelahan sedang, dari itu menunjukkan bahwa kelelahan pasien berkurang.

Kata kunci : CKD, Hemodialisa, Kelelahan

Daftar pustaka : 25 (2014-2022)

**APPLICATION OF FOOT MASSAGE TO REDUCE FATIGUE IN CHRONIC KIDNEY
DISEASE PATIENTS UNDERGOING HEMODIALISA AT Dr.GONDO SUWARNO
UNGARAN HOSPITAL**

Erika Anggita¹⁾, Lalu M. Panji Azali²⁾

**¹⁾Students of the Ners Professional Program Professional Program, Faculty of Health
Sciences, Kusuma Husada University, Surakarta**

**²⁾Lecturer of Ners Professional Program Professional Program, Faculty of Health
Sciences, Kusuma Husada University, Surakarta**

Email : erikaanggita05@gmail.com

ABSTRAK

Chronic Kidney Disease (CKD) is a slow, progressive and irreversible deterioration in kidney function that causes the kidneys to be unable to remove waste products and maintain fluid and electrolyte balance. Hemodialysis is a therapy carried out to replace kidney function using a specially made device. The target of this therapy is to increase the life span of CKD sufferers and improve the quality of life of sufferers. Fatigue in hemodialysis patients is a problem in nursing that requires appropriate nursing care and intervention, if fatigue is not treated immediately it will impact physiological and psychological changes, negative quality of life and be life threatening. This research uses a case study. Respondents were patients undergoing hemodialysis therapy. Based on the results of the case study, it shows that after the foot massage the patient's fatigue became mild compared to previously being categorized as moderate fatigue, this shows that the patient's fatigue has reduced.

Keywords : Chronic Kidney Disease, hemodialisa, fatigue

Bibliography : 25 (2014-2022)

PENDAHULUAN

Chronic Kidney Disease (CKD) merupakan perburukan fungsi ginjal yang lambat, progresif, dan *irreversible* yang menyebabkan ketidakmampuan ginjal untuk membuang produk sisa dan mempertahankan keseimbangan cairan dan elektrolit (Rizqiea et al., 2017).

Hemodialisis merupakan terapi yang dilakukan untuk menggantikan fungsi ginjal dengan menggunakan suatu alat yang dibuat khusus, target dilakukannya terapi ini adalah untuk menambah jangka waktu hidup penderita CKD serta dapat meningkatkan kualitas hidup penderita. Secara sederhana hemodialisis dapat diartikan sebagai metode pencucian darah, dengan cara membuang sisa ataupun senyawa berbahaya yang berlebihan untuk menggantikan fungsi ginjal yang sudah tidak berfungsi dengan baik (Rachmanto, 2018).

Berdasarkan data dari *World Health Organization* (WHO), sebanyak 697,5 juta pasien gagal ginjal kronis pada tahun 2017 dan sebanyak 1,2 juta meninggal dunia pada tahun 2017 (Bikbov, 2020). Hasil Riset Kesehatan Dasar (Riskesdas) tahun 2018, menjelaskan prevalensi CKD yang terdiagnosis oleh dokter sebesar 3,8 % di Indonesia. Didapatkan prevalensi gagal ginjal terminal yang terdiagnosis dokter tertinggi terdapat di provinsi Kalimantan Utara 6,4%. Berdasarkan data Kemenkes tercatat di DKI Jakarta masih mendominasi jumlah kasus gangguan gagal ginjal kronis yakni 57 kasus, diikuti Jawa

Barat dengan 36 kasus, Aceh 30 kasus, Jawa Timur 25 kasus, dan Sumatera Barat 19 kasus setiap bulannya (Kemenkes RI, 2022).

Proses dialisis yang berkepanjangan dapat menimbulkan dampak fisik maupun psikologis, kram otot, stress, gangguan sosial, gatal-gatal, tremor, konsentrasi menurun, seksualitas menurun, terjadi kecemasan, perubahan tingkah laku, kesulitan dalam bekerja, serta kelelahan (Wahyuningsih & Astuti, 2022).

Kelelahan dapat didefinisikan sebagai perasaan subjektif yang merupakan pengalaman tidak menyenangkan dan sulit dalam hidup (Listiani, 2021). Kelelahan dapat disebabkan karena anemia yang terjadi pada pasien gagal ginjal kronik, anemia disebabkan karena kegagalan memproduksi eritropin yang diakibatkan karena ginjal kehilangan fungsi nonestretorik sehingga timbul keadaan lelah. Kelelahan yang dialami pasien hemodialisa dapat terjadi karena produksi eritropotein yang berkurang, kapiler darah yang mudah pecah sehingga dapat menimbulkan kehilangan banyak darah, fungsi dari trombosit yang menurun, serta terjadi peningkatan *inhibitor sitokin* (Rohaeti, 2014).

Khamid (2017), menyatakan prevalensi kelelahan pada pasien hemodialisis mencapai 71,0 % - 92,2%. Kelelahan pada pasien hemodialisis dapat terjadi karena ada akumulasi bahan limbah, kelemahan otot, proses inflamasi, ketidakseimbangan cairan elektrolit dan anemia (Sitorus, 2020). Kelelahan pada pasien hemodialisis

merupakan salah satu masalah dalam keperawatan yang memerlukan asuhan keperawatan dan intervensi yang tepat, apabila kelelahan tidak segera ditangani akan berdampak pada perubahan fisiologis dan psikologis, kualitas hidup yang negatif serta mengancam jiwa (Bai et al, 2019).

Kelelahan (*fatigue*) pada pasien hemodialisa merupakan salah satu masalah dalam keperawatan yang memerlukan asuhan keperawatan dan intervensi yang tepat, apabila kelelahan tidak segera ditangani akan berdampak pada perubahan fisiologis dan psikologis, kualitas hidup yang negatif serta mengancam jiwa (Bai et al, 2019). Kelelahan dapat menimbulkan banyak sekali masalah bagi penderitanya, dampak yang dapat timbul akibat kelelahan seperti stres, penurunan kualitas hidup, serta gangguan sistem kardiovaskuler. Oleh karena itu, dibutuhkan penatalaksanaan yang tepat untuk menurunkan kelelahan. Metode penanganan kelelahan dapat dilakukan dengan farmakologi dan nonfarmakologi (Zeinab, 2014).

Kelelahan dapat diatasi dengan terapi non farmakologi seperti melakukan *foot massage* atau pijat kaki. Pada pasien gagal ginjal yang menjalani hemodialisa terapi pijat ini sangat efektif untuk mengatasi kelelahan karena ketika dilakukan pijat kaki, pasien akan merasa nyaman dan rileks (Sharifi, 2018). Berdasarkan penelitian dahulu rata-rata skor kelelahan setelah pelaksanaan pijat kaki pada semua kelompok intervensi secara signifikan lebih rendah daripada kelompok kontrol (Habibzadeh et al,

2020). Saat dilakukan pijat kaki, sel saraf disetiap tungkai terstimulus membuat pasien lebih rileks dan mengurangi ketegangan, serta mengembalikan keseimbangan tubuh (Unal & Balci Akpinar, 2016).

METODE PENELITIAN

Desain penelitian ini adalah penelitian studi kasus. Penelitian studi kasus ini mengenai salah satu subjek dengan masalah asuhan keperawatan pada Ny S dengan ckd pada proses hemodialisa. Metode penelitian menggunakan deskriptif dengan metode studi kasus. Fokus studi kasus penelitian ini yaitu pada pasien CKD yang menjalani hemodialisis yang mengalami kelelahan di ruang Hemodialisa RSUD dr.Gondo Suwarno Ungaran yang dilakukan pada tanggal 7November 2023.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Berdasarkan dari pengkajiam 1 orang sebagai subyek studi kasus yaitu pasien yang mengalami kelelahan karena lamanya waktu proses hemodialisa. Pasien bernama Ny.S berjenis kelamin perempuan dengan usia 54 tahun, berstatus sudah menikah, beragama Islam dan bertempat tinggal di Banyumanik. Riwayat penyakit dahulu pasien mengatakan mempunyai penyakit tekanan darah tinggi yang diturunkan dari ayahnya. Pasien mengatakan sudah menjalani hemodialisa kurang lebih 4 tahun dan telah melakukan pemasangan akses AV shunt. Selama menjalani proses hemodialisa, pasien mengatakan merasa capek atau lelah, merasa pegal-pegal karena lamanya waktu proses hemodialisa yaitu kurang lebih 4,5 jam.

Pasien juga mengatakan nyeri pada bagian tengkuk belakang. Saat pengkajian tanggal 6 November 2023 didapatkan hasil TD : 190/95 mmHg, Suhu : 36,3⁰ C, RR : 20 x/menit, Nadi : 98 x/menit, BB : 66 Kg, BB kering : 63 Kg, QB : 165, UFG : 1800. Keluhan utama pre HD pasien mengatakan sedang menjalankan HD regular rutin setiap hari Selasa dan Jum'at, intra HD pasien mengatakan capek karena lamanya waktu HD dan pasien mengeluh nyeri pada tengkuk dan pusing, post HD tidak ada keluhan. Pasien juga mengkonsumsi obat dari rumah sakit yaitu : Asam folat 1x1, Vitamin B Complex 1x1, Nifedipin 1x1 dan candesartan 1x1. Didapatkan diagnosis nyeri akut dan juga kelelahan.

Hal ini sesuai dengan penelitian dari Yuni dan Dian (2022) dimana hemodialisa dapat menyebabkan berbagai masalah fisik maupun psikologis. Salah satu masalah fisik pasien yang menjalani hemodialisa adalah mengeluh lelah.

Intervensi keperawatan yang akan dilakukan pada Ny.S yaitu *foot massage* dimana ada pada yang dirumuskan yaitu manajemen energi (I. 05178) identifikasi gangguan fungsi tubuh yang mengakibatkan kelelahan, sediakan lingkungan yang nyaman dan rendah stimulus, berikan aktifitas distraksi menenangkan (*foot massage*),

Implementasi pertama yang dilakukan pada pasien Ny.S adalah mengatasi masalah keperawatan kelelahan dihari pertama Selasa, 4 November 2023 pukul 11.30 memberikan tindakan *foot massage* untuk menurunkan kelelahan kepada pasien respon subjektif pasien mengatakan lelah menurun, lesu menurun, energi sedikit meningkat. Data

objektif Pasien tampak lebih rileks, lebih tenang, tampak sedikit masih lesu. Dihari kedua Jum'at, 7 November 2023 memberikan tindakan *foot massage* untuk menurunkan kelelahan kepada pasien respon subjektif pasien mengatakan lelah menurun, lesu menurun, energi sedikit meningkat. Data objektif Pasien tampak lebih rileks, lebih tenang, tampak lesu menurun, tampak energi meningkat.

Dari data setelah tindakan didapatkan score sebelum tindakan yaitu 36 menunjukkan bawa Ny. S mengalami kelelahan berat. Di pertemuan kedua post diberikan terapi *foot massage* score kuesioner FAS adalah 28, score 28 menunjukkan bahwa kelelahan Ny. S sudah menurun yaitu menjadi kelelahan sedang.

KESIMPULAN

Hasil studi kasus yang telah dilakukan penulis setelah melakukan asuhan keperawatan pada Ny. S dengan asuhan keperawatan pada pasien chronic kidney disease di ruang hemodialisa Rumah Sakit dr. Gondo Suwarno Ungaran dengan mengaplikasikan pemberian terapi *foot massage* terhadap penurunan kelelahan, maka dapat ditarik kesimpulan yaitu : Pengkajian terhadap masalah utama kelelahan pada Ny. S telah dilakukan langkah pertama proses keperawatan yang dilakukan pada pasien hemodialisa dengan hasil data pengkajian dari data fokus yaitu TD :190/95 mmHg, Suhu : 36,3⁰ C, RR : 20 x/menit, Nadi : 98 x/menit, BB : 66 Kg, BB kering : 63 Kg, QB : 165, UFG : 1800. Diagnosis keperawatan yang muncul pada Ny. S adalah hasil dari data pengkajian dan observasi yang diperoleh, maka penulis merumuskan diagnosis keperawatan yaitu kelelahan berhubungan dengan program perawatan (hemodialisa) ditandai dengan

mengeluh lelah, tampak lesu. Intervensi keperawatan yang disusun untuk diagnosis keletihan berhubungan dengan program perawatan (hemodialisa) ditandai dengan mengeluh lelah, tampak lesu diantaranya : identifikasi gangguan fungsi tubuh yang mengakibatkan kelelahan, sediakan lingkungan yang nyaman dan rendah stimulus, berikan aktifitas distraksi menenangkan (*foot massage*), anjurkan menghubungi perawat jika tanda dan gejala kelelahan tidak berkurang. Implementasi keperawatan yang telah dilakukan yaitu dengan tindakan non farmakologi yaitu terapi *foot massage*, terapi tersebut dilakukan selama 2 kali pertemuan dengan durasi selama 15 menit untuk menurunkan kelelahan pasien yang menjalani hemodialisa. Evaluasi keperawatan yang dilakukan selama 2 kali pertemuan sudah dilakukan secara komprehensif dengan acuan rencana keperawatan yang didapatkan hasil bahwa masalah keletihan atau kelelahan teratasi sebagian dengan data subjektif pasien mengatakan lelah menurun, lesu menurun, energi sedikit meningkat. Data objektif didapatkan yaitu pasien tampak lebih rileks, lebih tenang, tampak lesu menurun, tampak tenaga meningkat, nilai FAS turun menjadi 28.

SARAN

1. Bagi Pasien
Terapi ini dapat menurunkan kelelahan pada pasien *chronic kidney disease* dengan menggunakan cara *foot massage*
2. Bagi Perawat
Dapat meningkatkan kualitas pelayanan kesehatan khususnya tindakan mandiri sebagai seorang perawat dan tenaga kesehatan pada umumnya

3. Bagi Institusi Rumah Sakit
Rumah sakit dapat menjadikan terapi ini sebagai standar operasional prosedur keperawatan dalam memberikan asuhan selama pasien menjalani hemodialisa
4. Bagi Institusi Pendidikan
Hasil KIA ini dapat digunakan sebagai bahan bacaan, pedoman, acuan bagi mahasiswa untuk menambah wawasan dan keterampilan untuk mengembangkan ilmu profesi keperawatan dalam memberikan intervensi keperawatan

DAFTAR PUSTAKA

- Afianti N & Mardhiyah A. 2017. Pengaruh Foot Massage terhadap Kualitas Tidur Pasien di Ruang ICU The Effect of Foot Massage on Sleep Quality of in ICU Rooms Patients. *Jurnal Konseling Dan Pendidikan*. 5 April 2017
- Berns J. S. 2017. Patient Education : *Hemodialysis (Beyond the Basics)* - *UptoDate*. Available at: <https://www.uptodate.com/ontens/hemodialisi>
- Bikbov B, Purcell C A, Smith M, Abdoli A, Abebe M, et al. 2020. Global, regional, and national burden of chronic kidney disease, 1990–2017: a systematic analysis for the Global Burden of Disease Study 2017. *Lancet*. 2020;395(10225):709–33.
- Black J. M & Hawks J. H. 2014. *Medical Surgical Nursing : Clinical Management for Positive Outcomes*. 8th Edition Elsevier Saunders

- Cecen S, Lafci D. 2021. The Effect of Hand and Foot Massage on Fatigue in Hemodialysis Patient: A Randomized Controlled Trial. *Complement Ther Clin Pract.* Vol 43(21)
- Devita L, Rita D H. 2021. *Pengaruh Foot Reflexology Terhadap Penurunan Kelelahan pada Pasien Gagal Ginjal Kronik yang Menjalani Terapi Hemodialisa : Literatur Review.* Seminar Nasional Kesehatan
- Gina N, Dwi Y, Dian A, Tri A K P. 2023. Pengaruh Foot Massage Dengan Minyak Zaitun Terhadap Fatigue Pasien Hemodialisis. *Jurnal Keperawatan PPNI Jawa Barat.* Vol 1 No 1
- Haryanti & Khairun. 2015. Terapi Konservatif dan Terapi Pengganti Ginjal sebagai Penatalaksanaan pada Gagal Ginjal Kronik. *Majority.* 2015: 4. 49- 53
- Haryanti I A & Nisa K. 2015. Terapi Konservatif dan Terapi Pengganti Ginjal Sebagai Penatalaksanaan Pada Gagal Ginjal Kronik. *Majority* 4:7 (49-54)
- Hidayat A A & Uliyah M. 2014. *Metode Penelitian Kebidanan dan Teknik Analisa Data.* Jakarta : Salemba Medika
- Jumadi A, F Suprpti, S Supardi. 2019. Effect of Foot Reflexology on Fatigue of End-Stage Renal Disease Patients with Hemodialysis Treatment. *Int. J. Heal Ners.* Vol 3 No 2. Pp 90-99
- Kabarbisnis.com.2021.Diambil Kembali dari Kabarbisnis.com: <https://www.kabarbisnis.com/read/28105184/biosimilar-epo-daewoong-infionringankan-beban-pengobatan-pasien-gagalginjal-kronis-melalui-jaminan-kesehatannational>
- Khamid A. 2017. The Influence of Foot Reflexology and Back Massage to The Value Score of Fatigue on Hemodialysis Patients in RSUD Kota Bekasi. *Jurnal Kesehatan Bhakti Husada.* Vol 3 No 2. Pp 1-11