



IMPLEMENTASI *FOOT MASSAGE* UNTUK MENURUNKAN KELELAHAN PADA PASIEN GAGAL GINJAL KRONIK DI RUMAH SAKIT VITA INSANI PEMATANGSIANTAR

Siti Nurzannah¹ Wulan Sari Purba²

(1, 2) Akademi Keperawatan Kesdam I/BB Pematangsiantar

✉ Corresponding author:
nurzannahsiti5@gmail.com

Abstrak

Gagal ginjal kronik (GGK) merupakan gagalnya fungsi ginjal untuk mempertahankan metabolisme keseimbangan cairan dan elektrolit akibat kerusakan struktur ginjal yang progresif dengan adanya penumpukan sisa metabolik didalam darah. Tujuan penelitian ini adalah untuk mendeskripsikan penerapan *foot massage* dalam menurunkan kelelahan pada pasien gagal ginjal kronik. Metode yang digunakan dalam penelitian ini adalah deskriptif dengan pendekatan studi kasus. Sample yang diambil 2 responden yang mengalami gagal ginjal kronik yang dirawat di Rumahsakit Vita Insani Pematangsiantar dengan teknik , dengan wawancara, *purposive sampling*. Data dikumpulkan dengan teknik observasi, wawancara, pemeriksaan fisik, pemeriksaan penunjang, dan dokumentasi. Hasil penelitian didapatkan klien 1 dan 2 mengeluh kaki terasa lemah, kurang bertenaga dan badan terasa lemah. Masalah keperawatan adalah kelelahan. Intervensi dan Implementasi yang ditetapkan pada klien 1 dan 2 yaitu melakukan *foot massage*. Selama 3 hari rawatan kelelahan klien menurun. Penerapan *Foot Massage* dapat menurunkan kelelahan pada pasien gagal ginjal kronik. *Foot Massage* diharapkan dapat dijadikan sebagai intervensi mandiri keperawatan dalam untuk menurunkan kelelahan pada pasien gagal ginjal kronik.

Kata Kunci: *Foot Massage, Kelelahan, Gagal Ginjal Kronik*

Abstract

Chronic renal failure (CKD) is the failure of the kidney function to maintain metabolic fluid and electrolyte balance due to progressive damage to the kidney structure due to the accumulation of metabolic waste in the blood. This study aims to describe the application of foot massage in reducing fatigue in patients with chronic kidney failure. The method used in this research is descriptive with a case study approach. Samples were taken from 2 respondents who experienced chronic kidney failure and were being treated at the Vita Insani Pematangsiantar Hospital using techniques, interviews, and purposive sampling. Data was collected using observation techniques, interviews, physical examination, supporting examinations, and documentation. The research showed that clients 1 and 2 complained that their legs felt weak, lacked energy, and their bodies felt weak. The nursing problem is fatigue. The intervention and implementation specified for clients 1 and 2 was doing a foot massage. During the three days of treatment, the client's fatigue decreased. Application of foot massage can reduce fatigue in patients with chronic kidney failure. It is hoped that Foot Massage can be used as an independent nursing intervention to reduce fatigue in patients with chronic kidney failure.

Keywords: *Nursing Care, Deep Breathing Relaxation Technique, Pain, Appendicitis*

PENDAHULUAN

Gagal Ginjal kronik yaitu menurunnya fungsi ginjal yang berangsur-angsur dalam waktu yang lama. Ginjal menyaring limbah dan cairan berlebihan dari darah, yang selanjutnya akan dibuang oleh tubuh melalui urin. Ketika ginjal berfungsi dengan baik maka tingkat cairan dan sampah yang berbahaya akan menumpuk di dalam tubuh (Soniawati Diah, 2023). Hipertensi sistemik, nefrotoksi atau obat-obat antiinflamasi maupun zat kontras intravena, penurunan perfusi, proteinuria, hiperlipdemia, merokok, dan diabetes melitus yang tidak terkontrol merupakan faktor resiko terjadinya gagal ginjal kronik (Kurniawan, 2019).

Menurut *World Health Organization* (WHO) pada tahun 2019 menemukan bahwa angka kejadian gagal ginjal kronik di seluruh dunia mencapai 1,3 juta (WHO, 2020). Angka kejadian CKD di Amerika Serikat diperkirakan mencapai 30 juta dan sebagai besar tidak didiagnosis, 40% orang dengan fungsi ginjal yang sangat berkurang (tidak menjalani CKD) (*Center For Disease Control and Prevention*, 2022).

Menurut (Kemenkes RI, 2018) prevalensi gagal ginjal kronik di Indonesia pada tahun 2013 sebanyak 2 per 1000 penduduk atau 499.800 penduduk Indonesia, pada tahun 2018 mengalami peningkatan 713.783 atau sekitar 3,8%. Prevalensi gagal ginjal kronik juga mengalami peningkatan pada tahun 2021 sebesar 861.712 (Nurtandhee, M, 2023). Adapun prevalensi di Sumatra Utara sebanyak 36410 atau sekitar 3,3%, sedangkan di kota pematangsiantar mencapai 297.979 jiwa (Kemenkes RI, 2018).

Kelelahan atau fatigue ialah salah satu akibat penyakit kronis yang menurunkan produktivitas dan pada akhirnya akan menurunkan kualitas hidup, kelelahan dapat diatasi dengan adanya non farmakologi seperti melakukan food massage atau pijat kaki, pada pasien ini yang mengalami hemodialisis terapi pijat kaki sangat efektif untuk mengatasi pijat kaki dan pasien akan merasakan rileks dan nyaman (Pamungkas, Bayu, B., Yuniartika, 2022). Faktor yang dapat mempengaruhi kelelahan antara lain ialah faktor sosiodemografi, faktor klinis, faktor rejimen pengobatan, serta faktor biokimia hematologic serta faktor psikososial dan kognitif (Salsabilla, 2024).

Hemodialisis ialah pengobatan terpenting untuk penyakit gagal ginjal kronik karena dari 3 juta orang yang mengalami pengobatan ganti ginjal atau cuci darah sudah 2,5 juta (80%), setiap tahunnya jumlah pasien yang menjalani cuci darah meningkat sekitar 16% mereka dapat juga sejumlah gejala terkait, pasien hemodialisis mengaami kelelahan sedang dengan 60,7% dan mengalami kelelahan parah, kelelahan dapat mempengaruhi kualitas hidup dan kepercayaan dari pasien yang mengalami hemodialisis sehingga mengakibatkan pasien lebih sedikit untuk mengeluarkan energi untuk beraktivitas sehari-hari sangat minimal (Harmilah, 2020).

Foot massage atau pijat kaki secara signifikan ialah mengurangi intensitas durasi atau frekuensi dari fatigue selain itu foot massage dapat juga meningkatkan aktivitas fisik, kesejahteraan emosional, pola tidur dan aktivitas sosial dan sel sel saraf di setiap tungkai terstimulasi membuat pasien lebih rileks dan dapat mengurangi ketergangguan, dengan demikian mengembalikan keseimbangan tubuh (Yanti Indra, 2023).

Penelitian yang dilakukan oleh (Salsabilla, 2024) hasil penelitian menunjukkan tingkat kelelahan, peneliti melakukan penelitian dengan responden menggunakan 1 pasien laki-laki 2 pasien perempuan dan hasil kelelahan sedang menjadi kelelahan ringan, setelah dilakukan intervensi *foot massage*, dapat disimpulkan bahwa terapi foot massage efektif untuk menurunkan kelelahan yang dirasakan sehingga dapat meningkatkan kualitas hidup bagi penderita gagal ginjal kronik, dan berdasarkan

penelitian (Alshelleh, S., Alhour, A., Taifour, A., Abu-Hussein, B., Alwreikat, F., Abdelghani, M., Badran, M., Al-Asa'd, Y., Alhawari, H., & Oweis, 2022) pengaruh terapi pijat kaki refleksi kaki terhadap pasien hemodialisis menghasilkan temuan mengalami penurunan terhadap kelelahan pada pasien heodialisis dan hasil penelitian tersebut menghasilkan dapat menunjukkan manfaat terhadap pijat kaki dan menurunkan kelelahan pada pasien yang mengalami hemodialisa.

METODE PENELITIAN

Metode yang digunakan dalam penelitian ini adalah deskriptif dengan pendekatan studi kasus. Sample yang diambil 2 responden yang mengalami gagal ginjal kronik yang dirawat di Rumahsakit Vita Insani Pematangsiantar dengan teknik , dengan wawancara, *purposive sampling*. Data dikumpulkan dengan teknik observasi, wawancara, pemeriksaan fisik, pemeriksaan penunjang, dan dokumentasi.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Bagian ini berisi pembahasan tentang adanya kesuaian maupun kesenjangan antara teori dengan praktek dalam penatalaksanaan Implementasi foot massage untuk menurunkan kelelahan di ruangan cendrawasih di rumah sakit vita insani Pematangsiantar. Tahap pembahasan ini meliputi: Pengkajian, diagnosa, intervensi, implementasi, dan evaluasi keperawatan.

1. Pengkajian Keperawatan

Tahap pengkajian merupakan upaya mengumpulkan data dan informasi yang benar, kemudian menegakkan diagnosa keperawatan berdasarkan pada tindakan keperawatan sesuai dengan rencana yang ada dan memelurkan evaluasi berdasarkan respon klien terhadap tindakan keperawatan yang telah dilakukan (Putri, R., Rosmalia, D., Sihombing, fahmi pardomuan ribinson, Siregar, S., Suardika, K., Dwi, W., 2022).

Penulis telah melakukan pengkajian pada klien dalam kasus ini meliputi : identitas klien, riwayat kesehatan sekarang, pola aktivitas sehari- hari. Hal ini sesuai dengan (Agnesia, Y., Sari, S. winda, Hamdani, & Dyah Wulan Ramadhani, 2023) yang menyatakan bahwa setelah klien berada diruang perawat meliputi: tanda- tanda vital, keadaan umum pasien, keadaan drainase, komplikasi, pengkajian luka, pengganti cairan, nutrisi serta kemungkinan rehabilitasi dan *discharge planning*.

Hasil pengkajian terhadap 2 klien dalam studi kasus ini ditemukan data bahwa : klien berjenis kelamin perempuan dengan usia 65 tahun. Menurut (Pamungkas, Bayu, B., Yuniartika, 2022) dan (Yakem-, 2021), faktor predisposisi gagal ginjal kronik salah satunya adalah berjenis laki-laki dan perempuan yang rentang usia 45-65 tahun. Hal ini didukung oleh penelitian sebelumnya bahwa responden tertinggi adalah laki-laki (0,3) sedangkan perempuan (0,2) Menurut (Pamungkas, Bayu, B., Yuniartika, 2022) dan (Yakem-, 2021). Hasil pengkajian meliputi keluhan utama, riwayat utama, kesehatan sekarang, kesehatan masa lalu, kesehatan keluarga, keadaan psikologi, pemeriksaan fisik, pemeriksaan *head to toe*, pemeriksaan abdomen, pemeriksaan genetalian, pola kebiasaan sehari- hari, pemriksaan penunjang, terapi, analisa data, intervensi dan implementasi.

Hasil penelitian studi kasus didapatkan data keluhan pada klien 1 yaitu klien mengatakan badan terasa lemas dan kurang bertenaga, dan klien 2 klien

mengatakan badan terasa lemah dan sesak napas. Hal ini sesuai dengan manifestasi menurut (Prabowo, E., & Pranata, 2014).

2. Diagnosa Keperawatan

Diagnosa keperawatan yang ditegakkan pada kasus ini yaitu berdasarkan hasil pengkajian, pemeriksaan fisik dan analisa data yang telah dilakukan oleh peneliti ditemukan dengan masalah yang ada pada klien 1 dan klien 2 dengan gagal ginjal kronik yaitu: kelelahan berhubungan dengan kondisi fisiologi ditandai dengan. Diagnosa ini ditegakkan karena ditemukan tanda – tanda: klien klien mengeluh badan terasa lemas dan kurang bertenaga, wajah tampak lesu, gelisah dan lemah, terdapat edema pada pasien 1 dengan kekuatan otot 3 pada klien 1 dan klien 2 yaitu 3.

Hal ini sesuai dengan SDKI yang menyatakan bahwa tanda dan mayor subjektif yaitu menanyakan masalah yang dihadapi, adapun tanda dan mayor objektif yaitu merasa energi tidak pulih walaupun telah tidur, merasa kurang tenaga, mengeluh lelah merupakan tanda subjektif, sedangkan data objektif yaitu tidak mampu mempertahankan aktivitas, tampak lesu merasa, tanda subjektif minor yaitu: merasa bersalah akibat tidak mampu menjalankan tanggung jawab, libido, data objektif yaitu: kebutuhan istirahat meningkat (Tim Pokja SLKI DPPNI, 2018).

3. Intervensi Keperawatan

Perencanaan keperawatan dimana berdasarkan konsep teori yang telah dapat ditetapkan secara actual terhadap pasien gagal ginjal kronik dalam penerapan *foot massage* untuk menurunkan kelelahan. Tujuan dari intervensi keperawatan terhadap diagnosa keperawatan kelelahan berhubungan dengan kondisi fisiologi ditandai dengan kaki terasa lemah dan kurang bertenaga ditemukan pada pasien 1 sedangkan pada pasien 1 terdapat badan lemah dan sesak napas, setelah dilakukan intervensi keperawatan selama 3x 24 jam maka tingkat kelelahan meningkat kriterial hasil berdasarkan SLKI (Standard Luaran Keperawatan Indonesia): keluhan verbalisasi kepulihan energi meningkat menjadi membaik, aktivitas rutin meningkat menjadi membaik, verbalisasi lelah lesu menurun menjadi meningkat, frekuensi napas frekuensi napas menurun menjadi membaik.

Berdasarkan tujuan dari kriterial hasil tersebut kemudian menyusun intervensi keperawatan berdasarkan SIKI (Standar Intervensi Keperawatan) yaitu identifikasi penurunan tingkat energi, ketidakmampuan berkonsentrasi, atau gejala lain yang mengganggu, periksa ketegangan otot, frekuensi nadi, tekanan darah, suhu sebelum dan sesudah melakukan tindakan, monitor respons terapi relaksasi *foot massage*, mengontrol BAB dan BAK, pola kebiasaan sehari-hari, ajarkan *foot massage* untuk menurunkan kelelahan (Tim Pokja SLKI DPP PPNI, 2019).

4. Implementasi Keperawatan

Implementasi atau pelaksanaan keperawatan yang dilakukan berdasarkan masalah keperawatan tersebut peneliti melakukan implementasi selama 3 hari atau 3x24 jam sesuai dengan intervensi yang telah disusun dengan memperhatikan aspek tujuan yang kriteria hasil dalam rentang yang telah ditentukan.

Adapun terapi non farmakologi yang dilakukan oleh peneliti untuk menurunkan kelelahan pada klien gagal ginjal kronik yaitu *foot massage* yang dilakukan dengan

cara kaki bagian depan meliputi lutut, pergelangan kaki, dan ibu jari kaki, kemudian dilanjutkan memijat kaki bagian telapak kaki, dan dilanjutkan dengan evaluasi, waktu yang dibutuhkan untuk melakukan *foot massage* kepada setiap klien 15-20 menit dilakukan dalam waktu 1 kali per hari selama 3 hari rawatan. Hal ini sejalan dengan (Warmansyah, 2020) yang menyatakan bahwa *foot massage* berpengaruh terhadap penurunan kelelahan pada pasien gagal ginjal kronik.

Selama melakukan perawatan terdapat intervensi yang tidak dilakukan hari ke 2 dan ke 3 oleh peneliti meliputi: identifikasi teknik relaksasi yang pernah efektif digunakan, berikan informasi tertulis tentang persiapan dan prosedur teknik relaksasi.

5. Evaluasi Keperawatan

Evaluasi keperawatan yaitu mengkaji respon klien setelah dilakukan intervensi keperawatan dan mengkaji kembali penerapan yang telah diberikan. Evaluasi yang dilakukan pada Ny. S dan Ny. N dengan metode (subjektif, objektif, analisa, dan planning), metode ini digunakan untuk mengetahui keefektifan dari tindakan keperawatan yang dilakukan sesuai tujuan dan kriterial hasil yang dilakukan dan hasil evaluasi keperawatan pada klien 1 dan klien 2 pada *foot massage* pada hari pertama dan ketiga, hasil evaluasi dan masalah pada klien 1 dan klien 2 teratasi sebagian.

Evaluasi keperawatan untuk klien 1 dan 2 pada hari pertama tanggal 23-04-2024 dan 03-06-2024 dengan diagnosa keletihan, pada hari pertama klien mengatakan klien mengatakan badan terasa lemah dan kurang bertenaga, klien tampak tegang, masalah belum teratasi, penelitian mengajarkan *foot massage* untuk menurunkan kelelahan dan intervensi dilanjutkan. Hal ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh (Pamungkas, Bayu, B., Yuniartika, 2022) bahwa tindakan *foot massage* berhasil untuk mengurangi kelelahan pada klien yang mengenai gagal ginjal kronik. Adapun kriterial hasil yang diharapkan selama 3 hari rawatan pada klien ke 1 verbalisasi kepulihan energi tenaga cukup meningkat dengan skor 4, kemampuan melakukan aktivitas cukup meningkat skor 4, motivasi meningkat skor 5, verbalisasi lesu sedang skor 3, frekuensi napas skor 3. Pada klien ke 2 yaitu: verbalisasi kepulihan energi tenaga cukup meningkat dengan skor 4, kemampuan melakukan aktivitas cukup menurun skor 2, motivasi meningkat skor 5, frekuensi napas skor 4, pola napas cukup membaik skor 4.

Evaluasi pada klien ke 1: pada hari pertama skor keletihan 2, pada hari kedua mengalami peningkatan yaitu skor 3, dan hari ketiga mengalami peningkatan menjadi 4 yaitu cukup meningkat. Evaluasi Pada klien ke 2 ditemukan pada hari pertama skor keletihan 2, pada hari kedua mengalami peningkatan yaitu skor 3, dan pada hari ketiga mengalami peningkatan 3 yaitu cukup meningkat.

SIMPULAN

Intervensi keperawatan pada pasien penyakit gagal ginjal kronik yang dilakukan pada Ny.S dan Ny.N meliputi tindakan observasi, terapeutik, dan edukasi sesuai dengan tinjauan teoritis. Adapun implementasi keperawatan pada pasien penyakit gagal ginjal kronik yang dilakukan pada Ny.S dan Ny.N dengan masalah keletihan yaitu verbalisasi kepulihan energi tenaga, kemampuan melakukan aktivitas rutin, verbalisasi lelah lesu, gangguan konsentrasi, frekuensi napas, pola napas, pola istirahat.

Hasil evaluasi keperawatan yang dilakukan pada Ny. S dengan masalah keperawatan keletihan teratasi sebagian pada hari ke 3 verbalisasi kepulihan energi

tenaga dan kemampuan melakukan aktivitas rutin mengalami peningkatan. Hasil evaluasi keperawatan yang dilakukan pada Ny. N dengan masalah keperawatan kelelahan teratasi pada hari ke 3 verbalisasi kepulihan energi tenaga dan kemampuan melakukan aktivitas rutin mengalami peningkatan.

UCAPAN TERIMA KASIH

Peneliti banyak mengucapkan terimakasih terhadap semua pihak yang terlibat yang telah bersedia menjadi responden sampai penulis selesai melakukan penelitian dan menyelesaikan artikel semoga hasil penelitian ini memberikan banyak kontribusi terhadap khalayak ramai.

DAFTAR PUSTAKA

- Agnesia, Y., Sari, S. Winda, Hamdani, & Dyah Wulan Ramadhani, N. (2023). Buku Ajar Metode penelitian kesehatan. Penerbit NEW.
- Alshelleh, S., Alhourri, A., Taifour, A., Abu-Hussein, B., Alwreikat, F., Abdelghani, M., Badran, M., Al-Asa'd, Y., Alhawari, H., & Oweis, A. O. (2022). Prevalence of depression and anxiety with their effect on the quality of life in chronic kidney disease patients. *Scientific Report*, 12(1).
- Harmilah. (2020). Kronik, Asuhan Keperawatan pada Pasien dengan Gagal Ginjal. *Pustaka baru preSS*.
- Kurniawan, N. A. W. (2019). Manajemen Sistem Perkemihan. *Literasi Nusantara*.
- Organization, W. H. (2020). *Intervensi angka kejadian gagal ginjal*.
- Pamungkas, Bayu, B., Yuniartika, & W. (2022). *Evidence Based Nursing: Pengaruh Foot Massage Terhadap Kelelahan Pasien Gagal Ginjal Kronik yang Menjalani Hemodialisis*. 1.
- Prabowo, E., & Pranata, E. (2014). Buku Ajar Asuhan Keperawatan Sistem Perkemihan. *Nuha Medika*.
- Putri, R., Rosmalia, D., Sihombing, Fahmi Pardomuan Ribinson, Siregar, S., Suardika, K., Dwi, W., & Z. (2022). *Metodologi Penelitian Sosial*. Yayasan Penerbit Muhammad Zaii.
- RI, K. K. (2018). *Laporan Nasional RISKESDAS 2018*.
- Salsabilla, & R. (2024). *Data Kemenkes: Lebih dari 700 Ribu Orang RI Menderita Ginjal Kronis*.
- Tim Pokja SLKI DPP PPNI. (2019). *Standar Luaran Keperawatan Indonesia (edisi 1)*.
- Tim Pokja SLKI DPPNI. (2018). *Standar Intervensi Keperawatan Indonesia (edisi 1)*.
- Warmansyah, J. (2020). *Metodologi Penelitian dan pengolahan*. PENERBIT DEEPUBLISH.
- Yakem-, & T. (2021). *Dampak psikologis pada pasien ggk yang melakukan Hemodialisis*.
- Yanti Indra, & S. (2023). Hubungan Kualitas Hidup Dengan Kesulitan Ekonomi Pasien Gagal Ginjal Kronik Di Unit Hemodialisis RSUD Dr. Chasbullah Abdulmajid Kota Bekasi. *Jurnal Sabdariffarma*, 10(2).