



**ASUHAN KEPERAWATAN PADA PASIEN *CHRONIK KIDNEY DISEASE* (CKD) DENGAN PEMBERIAN INTERVENSI TERAPI PIJAT KAKI TERHADAP PENURUNAN TEKANAN DARAH**

*Nursing Care For Patients With Chronic Kidney Disease (Ckd) By Providing Foot Massage Therapy Interventions For Lowering Blood Pressure*

**Shella Damayanti<sup>1</sup>, Meynur Rohmah<sup>2</sup>, Uang Musaeri<sup>3</sup>, Zahrah Maulidia Septimar<sup>4</sup>**

<sup>1,2,4</sup>Universitas Yatsi Madani

<sup>3</sup>Pembimbing Lapangan RSUD Kabupaten Tangerang

**Email: Shella.damay25@gmail.com**

**Abstract**

*Chronic kidney disease is a progressive and slow progression of kidney failure in each nephron (usually lasts several years and is reversible). Kidney disease often occurs in association with critical illness, progresses rapidly in a matter of days to weeks and is usually reversible if the patient can survive the critical illness (E. K. Sari, 2020). which is a state of abnormally increased blood pressure that lasts for some time is known by performing blood pressure exchanges. According to the WHO (World Health Organization) limit blood pressure to normal if the blood pressure is below < 130/85 mmHg while if it is more than 140/90 mmHg it is stated as hypertension. Interventions to lower blood pressure in 2 ways using pharmacology and non-pharmacology. Interventions using pharmacology are by consuming drugs and medical actions. Meanwhile, non-pharmacological interventions are taking herbs and traditional therapies such as reflexology (foot massage). Reflexology is the oldest treatment in the world, reflexology was first discovered in Mesi in 2500BC. Objective: To find out how effective foot massage relaxation therapy can reduce blood pressure in patients with chronic kidney disease (CKD). The author implements nursing care for CKD (Chronic Kidney Disease) patients by applying foot massage therapy relaxation techniques. The results of the study of reducing blood pressure after foot massage therapy. Based on the results of interventions and implementations that have been proven to be effective for lowering blood pressure without long-term side effects*

**Keywords:** *Chronic Kidney Failure, Hypertension and Foot Massage Therapy*

**Abstrak**

Penyakit gagal ginjal kronik yaitu perkembangan gagal ginjal yang progresif dan lambat pada setiap nefron (Biasanya berlangsung beberapa tahun dan reversible). Penyakit ginjal kronik seringkali berkaitan dengan penyakit kritis, berkembang cepat dalam hitungan beberapa hari hingga minggu dan biasanya reversible bila pasien dapat bertahan dengan penyakit kritisnya (E. K. Sari, 2020). Hipertensi yaitu keadaan peningkatan tekanan darah secara abnormal yang berlangsung beberapa waktu diketahui dengan melakukan pengukuran tekanan darah. Menurut WHO (*World Health Organization*) batasan tekanan darah normal jika tekanan darah dibawah < 130/85 mmHg sedangkan bila lebih dari 140/90 mmHg dinyatakan sebagai hipertensi. Intervensi untuk menurunkan tekanan darah dengan 2 cara menggunakan farmakologi dan non-farmakologi. Intervensi menggunakan farmakologi yaitu dengan mengkonsumsi obat-obatan dan tindakan medis. Sedangkan intervensi non-farmakologi dengan mengkonsumsi herbal dan terapi tradisional seperti refleksi (Pijat Kaki). Pijat refleksi yaitu pengobatan tertua di dunia, pertama kali pijat

refleksi ditemukan di mesi pada 2500SM. Tujuan penelitian mengetahui seberapa efektifnya terapi rileksasi pijat kaki dapat berpengaruh menurunkan tekanan darah pada pasien *chronik kidney disease* (CKD). Penulis melakukan implementasi asuhan keperawatan kepada pasien CKD (*Chronik Kidney Disease*) dengan penerapan teknik relaksasi terapi pijat kaki. Hasil penelitian terdapat penurunan tekanan darah setelah dilakukan terapi pijat kaki. Berdasarkan hasil intervensi dan implementasi teruji efektif untuk menurunkan tekanan darah yang tidak memiliki efek samping jangka panjang

**Kata Kunci:** *Gagal Ginjal Kronik, Hipertensi dan Terapi Pijat Kaki*

## PENDAHULUAN

Gagal ginjal kronik (GGK) merupakan penyakit yang sangat berbahaya karena penyakit ini dapat berlangsung lama dan mematikan. Gagal ginjal kronik menjadi masalah Kesehatan dunia karena sulit disembuhkan, dengan peningkatan angka kejadian, prevalensi dan tingkat morbiditasnya (Ali et al., 2017). Penyakit ginjal kronik sering kali berkaitan dengan penyakit kritis, berkecambah cepat dalam hitungan beberapa hari hingga minggu dan biasanya reversible bila pasien dapat bertahan dengan penyakit kritisnya (Nuratif & Kusuma, 2015). Menurut Lemone, Burke dan Bauldoff (2017) *Chronic Kidney Disease* atau penyakit renal tahap akhir (ESRD) merupakan penyakit gagal ginjal yang ditandai dengan adanya kerusakan ginjal selama 3 bulan atau lebih, pada akhirnya ginjal tidak dapat lagi mengekskresikan sisa metabolic dan tidak dapat lagi mengatur keseimbangan cairan dan elektrolit secara adekuat.

CKD merupakan penyakit yang sulit disembuhkan (Hudiyawati et al., 2019). Prevelensi CKD di Indonesia menurut Riskesdas 2018, menunjukkan bahwa sebanyak 713.783 orang dari 260 juta penduduk usia dewasa yang terdiagnosis CKD (Sitoresmi et al., 2020). ). Berdasarkan data WHO pada tahun 2014 didapatkan bahwa penyakit kardiovaskuler merupakan pembunuh nomor 1 di dunia pada usia 45 tahun dan diperkirakan 12 juta orang meninggal tiap tahunnya. Secara global hipertensi diperkirakan menjadi penyebab 7,5 juta kematian sekitar 12,8% dari total seluruh kematian. Tekanan darah tinggi merupakan faktor risiko utama pada penyakit jantung coroner dan stroke iskemik serta hemoragik. Selain penyakit jantung dan stroke komplikasi hipertensi termasuk gagal jantung, penyakit pembuluh darah perifer, gangguan ginjal, perdarahan retina dan gangguan penglihatan.

Tekanan darah secara signifikan berhubungan dengan peningkatan risiko kejadian gagal ginjal kronik dan frekuensi nadi juga dapat meningkat pada pasien yang tidak menjalani pengobatan anti hipertensi. Hubungan antara tekanan darah dan resiko gagal ginjal kronik menjadi lebih rendah pada wamota daripada pria yang tidak menjalani pengobatan. Peningkatan tekanan darah nokturnal dannon-dippinh nocturnal merupakan predictor kuata komplikasi kardiovaskular dan perkembangan CKD (Jeong, et al., 2020).

Pasien yang menjalani hemodialisa sering mengalami peningkatan tekanan darah. Selain itu keluarga pasien juga sering mengalami stress psikologis seperti kecemasan, gelisah dan perasaan emosional dalam merawat pasien. Salah satu Tindakan non-farmakologi yang dapat menurunkan tekanan darah yaitu relaksasi pijat kaki. Pijat kaki dipercaya aman karena tidak memiliki efek samping berkepanjangan, pijat kaki dipercaya dapat menurunkan tekanan darah dan stress psikologis pada keluarga pasien CKD (Nasution et al., 2022).

## **METODE**

Penulis melakukan implementasi asuhan keperawatan kepada pasien CKD (*Chronic Kidney Disease*) dengan penerapan teknik relaksasi terapi pijat kaki untuk menurunkan tekanan darah yang dilakukan selama 3 hari pada tanggal 17, 18 dan 20 Juni 2022, terapi pijat kaki dilakukan pada pagi hari satu kali sehari.

## **HASIL DAN PEMBAHASAN**

*Chronic kidney disease* (CKD) merupakan penyakit yang sangat berbahaya karena penyakit ini dapat berlangsung lama dan mematikan. CKD merupakan suatu sindrom klinis sekunder akibat perubahan definitive fungsi dan struktur ginjal dan ditandai dengan ireversibilitasnya serta evolusinya yang lambat progresif (Ammirati, 2020). Penyakit ginjal kronik makin berkecambah sampai sekarang, tetapi pedoman internasional saat ini mendefinisikan kondisi penurunan kerja ginjal yang digambarkan oleh kecepatan filtrasi glomerulus dibawah 60 mL/mnt per 1,73 m<sup>2</sup>. Pendorong utama gagal ginjal konstan adalah diabete dan hipertensi (Nasution et al., 2022).

Dalam menurunkan atau mengontrol tekanan darah tinggi dapat dilakukan dengan teknik nonfarmakologi yaitu dengan melakukan terapi pijat kaki. Pada dasarnya terapi pijat pada prinsipnya dilakukan pada penderita hipertensi untuk memperlancar aliran darah dalam tubuh sehingga gangguan hipertensi dan komplikasinya dapat diminimalisir, ketika semua pembuluh darah lancar maka tak lagi ada halangan yang disebabkan ketegangan otot dan hambatan lainnya (Hartutik & Suratih, 2017). Kontraindikasi terapi pijat sangat bergantung pada tipe keadaan yang diderita pasien. Ketika seseorang mengalami hipertensi, tekanan yang berlebihan merupakan usaha yang bertentangan terhadap dinding pembuluh darah. Suatu aktivitas yang mungkin meningkatkan tingginya tekanan intravascular yang beresiko membuat rupture pembuluh darah, salah satu efek fisiologis dari pijat, terutama pada daerah yang dipijat, hal ini merupakan aktivitas yang mampu meningkatkan sirkulasi darah. Peningkatan sirkulasi darah dapat meningkatkan tekanan intravaskuler

Tindakan keperawatan yang dilakukan selama 3 hari mendapat perunurunan tekanan darah setelah dilakukannya terapi pijat kaki. Hal ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Zunaidi (2014) mengatakan bahwa pijat kaki mampu menurunkan tekanan darah, karena pijat kaki memberikan rangsangan relaksasi yang mampu melancarkan aliran darah dan cairah tubuh pada bagian dalam tubuh yang berhubungan dengan titik saraf kaki yang di pijat, saat sirkulasi darah lancar akan memberikan relaksasi sehingga tubuh mengalami kondisi yang seimbang. Hal yang didapat setelah dilakukan asuhan keperawatan selama 3 hari pasien dan keluarga tampak memahami penanganan nonfarmakologi untuk menurunkan tekanan darah.

## **KESIMPULAN**

Setelah dilakukan asuhan keperawatan terapi pijat kaki terdapat perubahan tekanan darah, sehingga pijat kaki efektif dalam menurunkan tekanan darah. Hal ini juga sejalan dengan beberapa penelitian yang mengatakan pijat kaki efektif menurunkan tekanan darah dan tidak memiliki efek samping jika dilakukan terus menerus.



#### DAFTAR PUSTAKA

- Arianto, A. Dkk. (2018). Pengaruh Terapi Pijat Refleksi Telapak Kaki Terhadap Perubahan Tekanan Darah Pada Penderita Hipertensi. *Nursing News*, 3(1), 584–594.
- Cookson, M. D., & Stirk, P. M. R. (2019). *No Title No Title No Title. 1*, 6–29.
- Hartutik, S., & Suratih, K. (2017). Pengaruh Terapi Pijat Refleksi Kaki Terhadap Tekanan Darah Pada Penderita Hipertensi Primer. *Gaster*, 15(2), 132. <https://doi.org/10.30787/Gaster.V15i2.199>
- Nasution, F., Darmansyah, I. M., Larasati, D. S., & Anggeria, E. (2022). *Pengaruh Foot Massage Terhadap Penurunan Tekanan Darah Dan Stres Psikologis Pada Keluarga Pasien Gagal Ginjal Kronik Fakultas Keperawatan Dan Kebidanan , Universitas Prima Indonesia , Indonesia Abstract Chronic Disease ( Ckd ) A Clinical Condition Because*. 7(1), 37–43. <https://doi.org/10.30829/Jumantik.V7i1.10881>
- Nissa, C., Prima, A., Hamid Wada, F., Astuti, P., & Batubara, S. T. (2021). Studi Literatur: Pengaruh Terapi Pijat Refleksi Kaki Terhadap Kualitas Tidur Lanjut Usia. *Jurnal Ilmiah Keperawatan Imelda*, 7(1), 8–13. <https://doi.org/10.52943/Jikeperawatan.V7i1.425>
- Sari, E. K. (2020). Studi Dokumentasi Gangguan Integritas Kulit Pada An. R Dengan Chronic Kidney Disease (Ckd). *Akademi Keperawatan Yky*, 1–49. <http://repository.akperkyjogja.ac.id/314/>
- Sari, N. P. (2020). Asuhan Keperawatan Pada Pasien Dengan Hipertensi Yang Di Rawat Di Rumah Sakit. In *Journal Of Chemical Information And Modeling* (Vol. 53, Issue 9).

