

CASE REPORT: LIGHT MASSAGE THERAPY PADA PASIEN CHRONIC KIDNEY DISEASE YANG MENJALANI HEMODIALISA DENGAN HIPERTENSI

¹Paskaria Dini Pranastama, ²Fransisca Winandari, ³Agustin Eka Kristiningsih

¹STIKES Bethesda Yakkum Yogyakarta

²Rumah Sakit Bethesda Yogyakarta

e-mail: sisca@stikesbethesda.ac.id

ABSTRAK

Latar Belakang: Yogyakarta dengan persentase 33,8% penduduk yang mengalami gagal ginjal kronik. Hipertensi merupakan penyebab utama gagal ginjal kronik. Di Indonesia diperkirakan sebesar 8.472 jiwa atau 36% pasien gagal ginjal kronik disebabkan karena hipertensi. Diperkirakan 42% kematian pada tahun 2018 dengan komplikasi hipertensi. Komplikasi hipertensi dan gagal ginjal meningkatkan angka kematian pasien, hal ini menjadi dasar pentingnya pengendalian tekanan darah pada pasien gagal ginjal kronik. Gejala Utama: Pasien dengan gagal ginjal kronik yang mengalami tekanan darah diatas 140/90 mmHg. Metode: Jenis karya ilmiah akhir yang menggunakan pendekatan deskriptif dengan desain *case report*. Populasi yaitu pasien gagal ginjal kronik yang menjalani hemodialisa. Teknik pengambilan sampel menggunakan *purposive sampling*, jumlah sampel satu orang. Intervensi yang dilakukan adalah *Light Massage Therapy*. Penilaian menggunakan lembar observasi tekanan darah dan tensimeter. Hasil: Hasil selama dua kali intervensi didapatkan penurunan tekanan darah sistolik dan diastolic Kesimpulan: *Light Massage Therapy* mampu menurunkan tekanan darah pada pasien gagal ginjal kronik. Saran: *Light Massage Therapy* sebagai terapi komplementer dan alternatif edukasi keluarga untuk menurunkan tekanan darah.

Kata kunci: gagal ginjal kronik; hemodialisa; hipertensi; *Light Massage*

ABSTRACT

Background: Yogyakarta with a percentage of 33.8% of the population experiencing chronic renal failure. Hypertension is the main cause of chronic renal failure. In Indonesia, it is estimated that 8,472 people or 36% of chronic kidney failure patients are caused by hypertension. It is estimated that 42% of deaths in 2018 were complicated by hypertension. Complications of hypertension and renal failure increase patient mortality, this is the basis for the importance of blood pressure control in patients with chronic renal failure. Main Symptoms: Patients with chronic renal failure who have blood pressure above 140/90 mmHg. Methods: This type of final scientific work uses a descriptive approach with a case report design. The population is patients with chronic renal failure who undergo hemodialysis. The sampling technique used purposive sampling, the number of samples was one person. The intervention performed was Light Massage Therapy. Assessment using blood pressure observation sheets and tensimeters. Results: The results of two interventions showed a decrease in systolic and diastolic blood pressure. Conclusion: Successfully applying Light Massage Therapy to reduce blood pressure in patients with chronic renal failure. Suggestion: Light Massage Therapy as a complementary therapy and alternative family education to reduce blood pressure.

Keywords: chronic renal failure; hemodialysis; hypertension; light massage therapy

PENDAHULUAN

Penurunan fungsi ginjal dalam mempertahankan keseimbangan tubuh merupakan definisi dari penyakit gagal ginjal kronik. Penyakit ini merupakan penyakit tidak menular, perjalanan penyakit ini secara perlahan dan menetap. Gagal ginjal kronik merupakan penyakit kerusakan nefron yang akan berlangsung seumur hidup atau tidak dapat pulih ke kondisi semula (Anggraini and Fadila 2022). Gagal ginjal kronik memiliki prognosis yang buruk serta mengakibatkan angka kematian yang tinggi (Bening, Faozy, and Kusnanto 2022). Sebanyak 0,38% dari 252.124.458 jiwa mengalami gagal ginjal kronik di Indonesia (Kemenkes 2018). Penyebab gagal ginjal kronik diantaranya hipertensi dan diabetes melitus (Tarigan, Tarigan, and Siahaan 2020). Hipertensi merupakan penyebab utama gagal ginjal kronik (Gailea, Nurupik En Masrika, and Prihanto 2024).

Di Indonesia diperkirakan sebesar 8.472 jiwa atau 36% pasien gagal ginjal kronik disebabkan karena hipertensi. Hipertensi merupakan kondisi dimana tekanan darah lebih dari atau sama dengan 140/90 mmHg untuk usia lebih dari sama dengan 18 tahun. Komplikasi hipertensi salah satunya adalah kerusakan pembuluh darah ginjal sehingga fungsi ginjal menurun (Donatila Mano S et al. 2023). Di Indonesia diperkirakan 42% kematian pada tahun 2018 dengan komplikasi hipertensi termasuk gagal ginjal (Arisandy and Carolina 2023). Penatalaksanaan pada pasien gagal ginjal kronik diantaranya pengaturan diet, pembatasan asupan cairan, terapi pengganti ginjal seperti transplantasi ginjal dan hemodialisa (Yuda H. T., Lestari, and Nugroho 2021). Hemodialisis merupakan proses terapi pengganti ginjal (Santoso et al. 2022). Nefron digantikan dengan selaput membran permeabel, membran ini membantu untuk mengeluarkan produk sisa metabolisme dan mengoreksi gangguan keseimbangan cairan dan elektrolit (Mailani 2024).

Hemodialisis memiliki efek samping yang berbeda-beda pada setiap individu. Efek samping ini seringkali menjadi penyulit dalam proses dialisis. Efek samping yang sering terjadi diantaranya kram otot, pusing, sakit kepala, aritmia, tekanan darah rendah, hipertensi. Hipertensi dapat menjadi salah satu kontraindikasi hemodialisa (Sari 2018). Penatalaksanaan hipertensi dapat dilakukan secara farmakologi dan non farmakologi. *Light massage therapy* dapat menjadi terapi komplementer untuk menurunkan tekanan darah (Rahman et al. 2024). Tekanan pada area kulit akan memberikan tekanan pada syaraf perifer yang kemudian rangsangan diubah menjadi aliran listrik menuju ke medulla spinalis untuk diteruskan ke otak dan otot. Stimulasi pada saraf perifer ini menurunkan tekanan darah (Lukman et al. 2020). Saraf perifer ini terletak di luar otak dan medula spinalis seperti pada area kulit dan seluruh

tubuh termasuk wajah, tangan dan kaki (Meutia et al. 2021). Pijat merespon saraf parasimpatis sehingga terjadi vasodilatasi pembuluh darah dan arteriol peredaran darah perifer, mengurangi frekuensi nadi, kekuatan kontraksi jantung, sehingga tekanan darah turun (Cahyaningrum 2023). Pada pasien hemodialisa terapi ini dapat dilakukan selama 15 sampai 20 menit untuk menurunkan tekanan darah pasien sebelum tindakan hemodialisis. Proses pemijatan menyebabkan pelepasan endorfin sehingga meningkatkan rasa nyaman dan meningkatkan relaksasi yang dapat menurunkan tekanan darah (Agusthia, Muchtar, and Rosmian 2023). *Light massage* menyebabkan reduksi hormon stress seperti adrenalin, kortisol, dan norepinephrine sehingga pasien tenang dan rileks. Pemijatan ini mampu menstimulasi saraf perifer. Proses pemijatan menyebabkan pelebaran pembuluh darah sehingga memungkinkan setiap bagian tubuh mendapatkan sirkulasi darah yang lancar. Tubuh yang rileks dan sirkulasi darah yang baik mampu menurunkan tekanan darah (Awaludin, Upoyo, and Purnawan 2018).

METODE

Penelitian ini menggunakan pendekatan deskriptif dengan desain *case report* atau laporan kasus. Tujuan dari penelitian dengan *case report* adalah untuk menggambarkan pengamatan ilmiah penting yang ditemui dalam pelayanan atau praktik klinis untuk memperluas basis pengetahuan pada area keperawatan. Subjek dalam *case report* ini adalah pasien gagal ginjal kronik yang menjalani hemodialisa, mengalami hipertensi serta bersedia menjadi subjek penelitian pre-HD. Teknik pengumpulan data yang digunakan adalah dengan wawancara, pemeriksaan fisik, studi dokumentasi dari catatan medis pasien dan observasi. Hasil dari pelaksanaan pengumpulan data tersebut dicantumkan secara naratif untuk memberikan gambaran pelaksanaan asuhan keperawatan pada pasien gagal ginjal kronik. Pemijatan dilakukan dengan 2 gerakan yaitu *effleurage* (mengusap) dan *friction* (melingkar) (Pratama et al. 2020). Pemijatan dilakukan pada area wajah seperti dahi, bawah mata, hidung, sekitar mulut dan pipi. Bagian pemijatan selanjutnya adalah bagian tangan dan bagian kaki (Pratama et al. 2020). Tindakan dilakukan sebanyak 2 kali dalam seminggu. Sebelum dilakukan tindakan petugas melakukan pengukuran tekanan darah dilanjutkan dengan *light massage* selama 20 menit kemudian dilakukan evaluasi tekanan darah. Hal ini dilakukan kembali pada hari ketiga (Agusthia, Sitanggang, and Utami 2023)

HASIL

A. Hasil Observasi hari pertama (21 Oktober 2024)

Tabel 1. Tekanan Darah Intervensi (Hari 1)

<i>Light Massage Therapy</i>	Tekanan darah Sistolik (mmHg)	Tekanan Darah Diastolik (mmHg)
Sebelum Intervensi	179	95
Sesudah Intervensi	158	85

Sumber: primer terolah 2024

Analisis data:

Tabel 1 menunjukkan perbandingan tekanan darah sebelum dan sesudah dilakukan tindakan *light massage therapy*, terdapat penurunan tekanan darah dari hipertensi derajat 2 menjadi hipertensi derajat 1. Selisih penurunan tekanan darah sistolik sebelum dan sesudah intervensi sebesar 21 mmHg dan diastolik 10 mmHg.

B. Hasil Observasi hari pertama (21 Oktober 2024)

Tabel 2. Tekanan Darah Intervensi (Hari 2)

<i>Light Massage Therapy</i>	Tekanan darah Sistolik (mmHg)	Tekanan Darah Diastolik (mmHg)
Sebelum Intervensi	158	93
Sesudah Intervensi	152	90

Sumber: primer terolah 2024

Analisis data:

Tabel 2 menunjukkan perbandingan tekanan darah sebelum dan sesudah dilakukan tindakan *light massage therapy*, terdapat penurunan tekanan darah. Selisih penurunan tekanan darah sistolik sebelum dan sesudah intervensi sebesar 6 mmHg dan diastolik 3 mmHg. Hipertensi derajat 1.

PEMBAHASAN

Intervensi *light massage* pada Bp. T dilakukan dua kali yaitu pada 21 Oktober 2024 dan 24 Oktober 2024 pada saat *pre-hemodialisis*. Hasil observasi setelah diberikan intervensi kepada pasien didapatkan hasil perfusi perifer meningkat dengan kriteria hasil nadi teraba kuat, CRT <2 detik, akral hangat, dan terdapat penurunan tekanan darah sistolik sebesar 21 mmHg dan

diastolik 10 mmHg pada hari pertama dan penurunan tekanan darah sistolik 6 mmHg dan diastolik 3 mmHg pada tanggal 24 Oktober 2024. Hal ini selaras dengan literatur yang mengungkapkan bahwa *light massage therapy* mampu menurunkan tekanan darah. *Light massage* teknik manipulasi jaringan lunak pada tubuh dengan gerakan pijatan (Sholihatunnisa 2023). Proses pemijatan menyebabkan pelepasan endorfin sehingga meningkatkan rasa nyaman dan meningkatkan relaksasi yang dapat menurunkan tekanan darah. *Light massage* menyebabkan reduksi hormon stress seperti adrenalin, kortisol, dan norepinephrine sehingga pasien tenang dan rileks (Awaludin et al. 2018). Pemijatan ini mampu menstimulasi saraf perifer. Proses pemijatan menyebabkan pelebaran pembuluh darah sehingga memungkinkan setiap bagian tubuh mendapatkan sirkulasi darah yang lancar. Tubuh yang rileks dan sirkulasi darah yang baik mampu menurunkan tekanan darah (Awaludin et al. 2018). Pijat refleksi baik dilakukan dua sampai tiga hari sekali untuk mengatasi gangguan penyakit. Selain untuk menurunkan tekanan darah metode pijat *light massage* dapat meningkatkan kualitas tidur, dan menstabilkan denyut jantung. Tubuh yang rileks menghasilkan endorfin yang menurunkan tekanan darah (Agusthia, Sitanggang, et al. 2023).

Berdasarkan hasil selisih tekanan darah sebelum dan setelah intervensi, terdapat perbedaan yang cukup signifikan. Pada hari pertama penurunan tekanan darah sistolik sebesar 21 mmHg dan diastolik 10 mmHg dan penurunan tekanan darah pada intervensi kedua sistolik 6 mmHg dan diastolik 3 mmHg pada tanggal. Terapi relaksasi dilakukan untuk mencapai kenyamanan dan ketenangan yang berpengaruh terhadap tekanan darah (Pratama et al. 2020). Respon afektif yang tampak pada ansietas diantaranya, bingung, penguasaan diri tergesa-gesa, tidak sabar. Respon fisiologis ansietas diantaranya otot tegang, peningkatan frekuensi jantung dan peningkatan tekanan darah (Fauzi et al. 2022). Seseorang dengan keadaan panik, tegang, tergesa-gesa, meningkatkan denyut jantung dan peningkatan tekanan darah (Dinata 2015).

Terapi *light massage* dilakukan oleh penulis sebelum proses hemodialisa, hal ini berdampak pada penyitaan waktu pasien. Pasien menjadi lebih lama di lingkungan rumah sakit dan memungkinkan menyita waktu kegiatan pasien selanjutnya. Pada hari pertama pasien datang lebih awal, sehingga proses pemijatan dilakukan dengan lancar dan pasien mencapai relaksasi yang optimal. Sedangkan pada intervensi kedua pasien datang tidak seawal pertemuan pertama, sehingga pasien tergesa-gesa menginginkan mulai hemodialisis. Hal ini menyebabkan pusat perhatian pasien terbagi dan tidak mencapai relaksasi yang optimal sehingga penurunan tekanan darah tidak signifikan pertemuan pertama.

SIMPULAN DAN SARAN

Setelah dilakukan dua kali intervensi yaitu pada tanggal 21 dan 24 Oktober 2024, masalah yang muncul sesuai dengan kasus adalah risiko perfusi perifer tidak efektif dibuktikan dengan hipertensi. Hasil setelah diberikan intervensi *light massage therapy* didapatkan bahwa terjadi penurunan tekanan darah sistolik dan diastolik. Pada intervensi pertama terdapat penurunan tekanan darah dari hipertensi derajat 2 menjadi hipertensi derajat 1. Selisih penurunan tekanan darah sistolik sebelum dan sesudah intervensi sebesar 21 mmHg dan diastolik 10 mmHg. Pada intervensi kedua Selisih penurunan tekanan darah sistolik sebelum dan sesudah intervensi sebesar 6 mmHg dan diastolik 3 mmHg. Hipertensi derajat 1. Tindakan *light massage therapy* baik dilakukan untuk menurunkan tekanan darah pasien pre-HD. Penurunan tekanan darah dipengaruhi oleh faktor relaksasi. Pasien yang tenang dan tidak tergesa-gesa akan mengalami penurunan tekanan darah yang lebih signifikan. Program tindak lanjut bagi pasien adalah tetap melakukan hemodialisa rutin dua kali seminggu sesuai jadwal yaitu setiap hari Senin dan Kamis. Perawat dapat melakukan *light massage therapy* sebagai terapi komplementer untuk menurunkan tekanan darah dan sebagai alternatif edukasi terapi kepada keluarga pasien. Peneliti berharap hasil studi kasus ini dapat digunakan sebagai alternatif edukasi bagi pasien dan keluarga untuk menurunkan tekanan darah.

UCAPAN TERIMA KASIH

Ucapan terima kasih peneliti sampaikan kepada Rumah Sakit Bethesda, STIKES Bethesda Yakkum serta pembimbing akademik dan pembimbing klinik.

DAFTAR PUSTAKA

- Agusthia, Mira, Rizki Sari Utami Muchtar, and Rosmian. 2023. "Pengaruh Terapi Light Message Terhadap Tekanan Darah Penderita Hipertensi Primer Di Ruang Rawat Inap Teratairs Batam." *Warta Dharmawangsa* 17(3):1295–1301.
- Agusthia, Mira, Rosmian Br Sitanggang, and Rizki Sari Utami. 2023. "Pengaruh Terapi Light Massage Terhadap Tekanan Darah Penderita Hipertensi Primer Di Rumah Sakit Kota Batam." *Jurnal Ilmu Farmasi Dan Kesehatan* 1(4):293–301.
- Anggraini, Sevrina, and Zurayya Fadila. 2022. "Kualitas Hidup Pasien Gagal Ginjal Kronik Dengan Dialisis Di Asia Tenggara: A Systematic Review." *Hearty* 11(1):77. doi: 10.32832/hearty.v11i1.7947.
- Arisandy, Takesi, and Putria Carolina. 2023. "Hubungan Dukungan Keluarga Dengan Kualitas Hidup Pasien Gagal Ginjal Kronik (GGK) Yang Menjalani Terapi Hemodialisa." *Jurnal Surya Medika* 9(3):32–35. doi: 10.33084/jsm.v9i3.6463.
- Awaludin, Sidik, Arif Setyo Upoyo, and Iwan Purnawan. 2018. "Pengaruh Light Massage

- Terhadap Tekanan Darah Penderita Hipertensi Primer Di Kabupaten Banyumas.” *Interest : Jurnal Ilmu Kesehatan* 7(1):1–5. doi: 10.37341/interest.v7i1.50.
- Bening, Alfisa Her, Ekan Faozy, and Kusnanto Kusnanto. 2022. “Efektivitas Kombinasi Terapi Relaksasi Benson Dan Aromaterapi Terhadap Intensitas Nyeri Insersi AV Fistula Pasien Hemodialisa.” *ASJN (Aisyiyah Surakarta Journal of Nursing)* 3(2):76–82. doi: 10.30787/asjn.v3i2.931.
- Cahyaningrum, Widias. 2023. “PERBANDINGAN TERAPI MASSAGE EKSTERMITAS DENGAN SLOW DEEP BREATHING TERHADAP TEKANAN DARAH PADA PENDERITA HIPERTENSI DI RUMAH SAKIT ISLAM SULTAN AGUNG SEMARANG.” VIII(1):1–19.
- Dinata, Windo Wiria. 2015. “MENURUNKAN TEKANAN DARAH PADA LANSIA MELALUI SENAM YOGA.” 11.
- Donatila Mano S, Pasuarja Jeranding Ezra, Agnes Marcella, and Yohanes Firmansyah. 2023. “Kegiatan Pengabdian Masyarakat Dalam Rangka Edukasi Masyarakat Terhadap Hipertensi Serta Deteksi Dini Penyakit Gagal Ginjal Sebagai Komplikasi Dari Hipertensi.” *Jurnal Pengabdian Masyarakat Indonesia* 2(2):34–45. doi: 10.55606/jpmi.v2i2.1776.
- Fauzi, Salsabila Nasywa, Segita Citra Ferliensyah, Siprianus Palbeno, and Yolla Yohanna Febryantie. 2022. “Penurunan Respons Ansietas Klien Penyakit Fisik Dengan Terapi Generalis Ansietas Di Rumah Sakit Umu Bogor Salsabila.” *Jurnal Teknologi Kesehatan (Journal of Health Technology)* 19(1):14–17.
- Gailea, Kalsum, Nurupik En Masrika, and Eko Sudarmo D. Prihanto. 2024. “Fungsi Ginjal Pasien Hipertensi Primer Di RSUD Dr. H. Chasan Boesoirie Ternate.” *Seroja Husada Jurnal Kesehatan Masyarakat* 1(5):372–83.
- Kemendes, RI. 2018. “Hasil Riset Kesehatan Dasar Tahun 2018.” *Badan Penelitian Dan Pengembangan Kesehatan*.
- Lukman, Lukman, Sumitro Adi Putra, Elba Habiburrahma, Sukma Wicaturatmashudi, Rumentalia Sulistini, and Ismar Agustin. 2020. “Pijat Refleksi Berpengaruh Terhadap Tekanan Darah Pada Pasien Hipertensi Di Klinik Atgf 8 Palembang.” *Jurnal Bahana Kesehatan Masyarakat (Bahana of Journal Public Health)* 4(1):5–9. doi: 10.35910/jbkm.v4i1.238.
- Mailani, Fitri. 2024. “KUALITAS HIDUP PASIEN PENYAKIT GINJAL KRONIK YANG MENJALANI HEMODIALISIS: SYSTEMATIC REVIEW.” 11(1):1–8.
- Meutia, Syalwa, Nurul Utami, Selvi Rahmawati, and Rani Himayani. 2021. “Sistem Saraf Pusat Dan Perifer.” *Medical Profession Journal of Lampung* 11(2):306–11.
- Pratama, Koernia Nanda, Eva Rahayu, Sidik Awaludin, Nina Setiawati, and Meivita Dewi Purnamasari. 2020. “Buku Panduan Praktikum - Mata Kuliah Keperawatan Komplementer.” *Buku Panduan Praktikum* 1–78.
- Rahman, Rani Fitriana, Sherly Handayani, Rina Pratiwi, Nurani Cipta, Vivin Saputra Husnita, and Rachmawaty M.Noer. 2024. “Light Massase Therapy Sebagai Upaya Untuk Menurunkan Tekanan Darah Non Farmakologis.” 3(2):27–32.
- Santoso, Dadi, Sawiji Sawiji, Heni Oktantri, and Cahyu Septiwi. 2022. “Faktor-Faktor Yang Berhubungan Dengan Fatigue Pada Pasien Gagal Ginjal Kronik Yang Menjalani Hemodialisa Di Rsud Dr. Soedirman Kebumen.” *Jurnal Ilmiah Kesehatan Keperawatan* 18(1):60. doi: 10.26753/jikk.v18i1.799.
- Sari, Dwi Kartika. 2018. “ASUHAN KEPERAWATAN PADA KLIEN GAGAL GINJAL KRONIK DENGAN MASALAH GANGGUAN PERTUKARAN GAS DI RUANG HEMODIALISA RUMAH SAKIT UMUM DAERAH BANGIL PASURUAN.” 0.
- Sholihatunnisa, Dini. 2023. “ANALISIS ASUHAN KEPERAWATAN DENGAN INTERVENSI KOMBINASI DEEP BREATHING DAN LIGHT MASSAGE

TERHADAP NYERI DAN TEKANAN DARAH PADA PASIEN HIPERTENSI DI
RSPAD GATOT SOEBROTO.”

- Tarigan, Gracecilia, Pengarapen Tarigan, and Jekson Martiar Siahaan. 2020. “Hubungan Gagal Ginjal Kronik Dengan Diabetes Mellitus Tipe 2.” *Jurnal Kedokteran Methodist* 13(2):1–9.
- Yuda H. T., I. A. Lestari, and F. A. Nugroho. 2021. “Gambaran Usia Dan Kepatuhan Diet Pada Pasien Gagal Ginjal Kronik Di Ruang Hemodialisa RSUD Dr. Soedirman Kebumen.” *Prosiding Urecol* 1(1):389–93.