

PENGARUH PEMBERIAN PIJAT KAKI TERHADAP PENURUNAN SKALA KELELAHAN PADA PASIEN GAGAL JANTUNG DI RUMAH SAKIT

Oleh :

Rahmat Ali Putra

0120028903

Yuni hendyani Halawa

2001041007

Universitas audi Indonesia

Jalan bunga N'cole raya kelurahan No.83 kemenagan Tani

Kec, Medan tuntungan, kota medan sumatera utara

keperawatanaudiindo@gmail.com

Abstrak

Gagal jantung merupakan dimana jantung sebagai pompa yang tidak mampu memenuhi kebutuhan darah untuk metabolisme jaringan disebabkan bertambahnya usia. Kelelahan sering dialami oleh penderita gagal jantung. Terapi yang diberikan farmakologi dan non farmakologi dengan terapi komplementer seperti massage tungkai. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui Pengaruh Pemberian Massage Tungkai Terhadap Penurunan Skala Kelalahan Pada Pasien Gagal Jantung. Metode eksperimen yang menggunakan pendekatan atau rancangan one-group pre-post tes design. Jumlah sampel penelitian yaitu 20 pasien kelelahan pada gagal jantung yang mengalami kelelahan. Hasil penelitian ini sebelum dilakukan massage tungkai didapat nilai 0,370, sesudah dilakukan massage tungkai dapat nilai signifikan 0,558. Hasil p-value $(0,000) < \alpha (0,05)$ sehingga terlihat adanya penurunan massage tungkai pada pasien gagal jantung.

Kata Kunci: Massage tungkai, kelelahan, gagal

Abstract

Heart failure is where the heart as a pump that is incapable of meeting the blood requirement for tissue metabolism is due to an increase in age. Heart failure sufferers experience fatigue. Pharmacological and non-pharmacological therapy with complementary therapies such as leg massage. This study aims to determine the influence of leg massage to decrease the allergic scale in heart failure patients. An expression method that uses a one-group pre-post design approach or draft test. The number of research samples is 20 patients fatigue in heart failure that is experiencing fatigue. The results of this research before massage limbs obtained the value of 0,370, after massage limbs can be a significant value of 0,558. Results of the p-value $(0.000) < \alpha (0,05)$ have seen the decline of massage limbs in patients with heart failure. Keywords: leg massage, fatigue, heart failure.

Keyword: Covid-19, Pulmonary Heart Resuscitation

PENDAHULUAN

Gagal jantung merupakan suatu keadaan patofisiologi dimana jantung sebagai pompa yang tidak mampu memenuhi kebutuhan darah untuk metabolisemes jaringan. Penyebab utama gagal jantung meliputi kardiomiopati dilatasi, diikuti oleh iskemik, dan durasi gagal jantung rata rata adalah 37 bulan (Ruhanudin dkk, 2017). Faktor lain penyebab terjadinya penderita gagal jantung adalah merokok, diet yang tidak sehat, dan kurang aktivitas. Dari beberapa faktor tersebut dapat menyebabkan tekanan darah tinggi, gula darah meningkat, kadar lemak dalam darah juga tinggi dan obesitas. Jika semua faktor tersebut tidak dapat dicegah maka akan menyebabkan berbagai penyakit

jantung diantaranya adalah gagal jantung, serangan jantung berulang, dan komplikasi lainnya (WHO, 2016). Menurut data World Health Organization (WHO, 2018) sebanyak 15,4 juta orang di dunia meninggal akibat gangguan kardiovaskular. Menurut data Riset Kesehatan Dasar Nasional (RISKESDAS) tahun 2018 menunjukkan bahwa prevalensi penyakit gagal jantung meningkat seiring bertambahnya umur. Jumlah yang berhasil terdiagnosis oleh dokter, prevalensinya lebih tinggi pada perempuan sebesar 0,8% dibandingkan dengan laki-laki yaitu 0,7%.

Sehingga prevalensi penyakit gagal jantung di Indonesia sebesar 1,5%. Persentase di Kalimantan Selatan sendiri mencapai 1,2% dari total jumlah penduduk yang terdata, di kota Banjarmasin sebanyak 0,4% (RISKESDAS, 2018). Berdasarkan data dari Rumah Sakit X bulan Juli 2019 data jumlah pasien penyakit gagal jantung di Rumah Sakit Idaman Banjarbaru pada Tahun 2017 sebanyak 188 orang kemudian pada tahun 2018 sebanyak 143 orang. Dan pada tahun 2019 pada bulan Januari sampai dengan Juni sebanyak 93 orang. Sebanyak 76% penderita gagal jantung mengalami kelelahan yang mengarah ke gangguan respon psikologis yang terjadi akibat aktivitas sitokin serta penyebab dari respon simpatis yang akan memacu neurotransmitter seperti serotonin dan katekolamin sebagai respon adaptif dari gagal jantung sehingga penderita gagal jantung mengalami kelelahan yang mengarah ke depresi dan kecemasan (Smith dkk, 2017). Penurunan produktivitas pada pasien gagal jantung juga disebabkan oleh kelelahan.

Ketidakeimbangan antara suplai dan kebutuhan oksigen karena jantung gagal mempertahankan sirkulasi mengakibatkan terjadinya kelelahan. Kelelahan tersebut terjadi akibat penurunan kapasitas fisik pasien gagal jantung dalam melakukan aktivitas sehari-hari yang berakibatkan menurunnya kemampuan pasien dalam meningkatkan kualitas hidup pasien.

Penurunan curah jantung akan menyebabkan vasokonstriksi yang memperburuk sirkulasi sehingga kondisi perfusi perifer mengalami penurunan. Kondisi tersebut akan menyebabkan kelelahan pada pasien gagal jantung (Woung-Ru dkk, 2010). Menurut (Santoso, 2014) kelelahan merupakan ketidakmampuan otot untuk berkontraksi dan memetabolisme bahan-bahan yang dibutuhkan untuk menghasilkan pengeluaran kerja yang sama. Hal tersebut menjadi sebab berkurangnya energi pada kelelahan otot. Sehingga kurangnya keinginan dalam menanggapi suatu kondisi atau situasi dikarenakan aktivitas mental atau fisik yang berlebih. Teknik relaksasi merupakan intervensi keperawatan yang dilakukan untuk mengatasi masalah terutama akibat respon saraf simpatis.

Dengan dilakukannya teknik relaksasi, diharapkan dapat menstimulasi saraf parasimpatis yang akan meredakan ketegangan otot, vasodilatasi, dan yang paling utama adalah dapat mengatasi kelelahan. Beberapa penelitian lainnya menunjukkan bahwa teknik relaksasi dapat menekan respon simpatis dan menstimulasi respon parasimpatis yang sistematis. Teknik relaksasi pada otot progresif secara efektif dapat menurunkan tekanan darah, baik sistolik maupun diastolic, dapat meredakan nyeri menurunkan depresi, kecemasan dan kelelahan berkaitan dengan perubahan neurohormonal (Alami dkk, 2016). Massage merupakan salah satu teknik relaksasi yang mudah dilakukan.

Menurut Figueroa, Michael, & Peters, 2006 (Dalam Nugroho 2017) message adalah sentuhan secara sistematis yang memanipulasi jaringan lunak dari tubuh untuk meningkatkan kenyamanan dan penyembuhan dengan menggunakan massage/pijat tersebut dapat menurunkan beban kerja jantung akan memberikan dampak positif pada pasien gagal jantung dengan memberikan kesempatan pada miokard untuk relaksasi. Secara fisiologis proses pemijatan dapat meningkatkan aliran darah sekaligus meningkatkan aliran sirkulasi limfatik pada jaringan tersebut. Proses pemijatan dengan penekanan akan mengenai pembuluh darah, pada pembuluh darah tersebut akan tertekan dan terdorong dengan proses pemijatan, sehingga aliran darah akan menuju ke bagian yang lebih proksimal, demikian juga akan terjadi permeabilitas dinding pembuluh darah.

Demikian juga pada pembuluh limfe, dengan proses penekanan pada pemijatan tersebut akan merangsang aliran cairan dari bagian interstisial sel akan menuju ke bagian dalam pembuluh limfe yang selanjutnya akan di alirkan ke bagian proksimal pada pembuluh limfe tersebut. Selanjutnya cairan akan dibawa kembali ke sistem vaskuler di muara saluran limfe di atrium dextra jantung. Mekanisme yang terjadi pada pembuluh limfe tersebut yang menjadikan pijat sering disebut sebagai pijat limfatik atau limph drainage (Kasron, 2019). Perbaikan sirkulasi akan mengatasi kelelahan yang dialami. Katabolisme akan terjadi, glukoneogenesis berlangsung dengan baik sehingga jaringan mendapatkan energi. Peningkatan jumlah energi strategis dalam tubuh akan secara langsung mengatasi kelelahan yang dialami pasien dengan catatan pasien beraktivitas sesuai toleransinya.

METODE PENELITIAN

Penelitian ini dilakukan di Rumah X Kota Banjarbaru pada bulan November sampai dengan bulan Desember 2021. Rancangan penelitian yang digunakan adalah pre-ekperimen dengan pendekatan one group pre-post test design yaitu mengungkapkan hubungan sebab akibat dengan cara melibatkan satu kelompok subjek. Kelompok subjek diobservasi sebelum dilakukan intervensi, kemudian diobservasi lagi setelah dilakukan intervensi. Penurunan skala kelelahan pada pasien gagal jantung. selanjutnya dilakukan intervensi massage tungkai selama 10. Setelah itu, skala kelelahan diamati kembali dan dicatat sebagai data setelah perlakuan.

HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN

Berdasarkan penelitian dapat diketahui bahwa tingkat kelelahan responden sebelum dilakukan massage tungkai didapatkan skala (5-7) atau dengan nilai 41-50 sebanyak 20 orang (100%). Tingkat kelelahan responden sesudah dilakukan massage tungkai didapatkan skala (2- 4) atau dengan nilai 21-29 sebanyak 20 orang (100%). Hasil analisis data menunjukkan bahwa (p value 0,000) hal ini berarti nilai $\alpha < 0,05$ menunjukkan bahwa ada pengaruh sebelum dan sesudah diberikan intervensi massage tungkai terhadap penurunan skala kelelahan pada pasien gagal jantung di Rumah Sakit Idaman Kota Banjarbaru. Menurut pendapat peneliti seseorang yang dilakukan massage akan menimbulkan efek relaksasi serta dapat menstimulasi untuk mengeluarkan hormon endorfin sehingga dapat menurunkan aktivitas sistem simpatis dan sistem aktivitas parasimpatis. Efek yang ditimbulkan dapat menyegarkan dan santai karena terjadinya rangsangan pada saraf perifer dan dapat meningkatkan sirkulasi kulit perifer melalui sistem saraf simpatis yang bisa menimbulkan respon relaksasi pada otot dan dapat memperluas sirkulasi pembuluh darah, membuat rasa nyaman yang dapat menurunkan tingkat kelelahan pada gagal jantung. Massage tungkai atau pijat tungkai adalah dilakukan pada area otot tungkai, pemijatan area tersebut dapat melancarkan sirkulasi darah, dan meningkatkan dan penekanan secara bertahap dapat mengendurkan otot-otot yang tegang dan penekanan yang lebih kuat pada saat memijat keatas dapat melancarkan sirkulasi darah, membantu melancarkan aliran darah kembali ke jantung dan dapat mengurangi tekanan darah sistolik dan diastolik (Aslani 2013, dalam Tiara Setyawati, 2016).

KESIMPULAN

Sebelum diberikan intervensi massage tungkai terhadap penurunan skala kelelahan pada pasien gagal jantung yaitu sebanyak 20 orang (100%). Sesudah diberikan intervensi massage tungkai terhadap penurunan skala kelelahan pada pasien gagal jantung adalah skala kelelahan menurun sebanyak 20 orang (100%). Terdapat pengaruh pemberian intervensi massage tungkai sebelum dan sesudah diberikan massage tungkai terhadap penurunan skala kelelahan pada pasien gagal jantung di Rumah Sakit X dengan $p=0,000 < \alpha (0,05)$. Penerapan massage tungkai dapat dijadikan sebagai salah satu intervensi keperawatan mandiri dalam membantu menurunkan skala kelelahan pada pasien gagal jantung. Perlu studi lebih lanjut mengenai massage tungkai terhadap status hemodinamik pasien gagal jantung

DAFTAR PUSTAKA

- American Heart Association (2020) Guidelines For CPR And ECG Budiman dan Riyanto, Agus. 2013. Kapita Selekta Kuesioner Pengetahuan dan Sikap Dalam Penelitian Kesehatan. Jakarta: Salemba Medika
- Deo, R., Albert, C.M. (2012). Epidemiology and Genetics of Sudden Cardiac Death. *Circulation*. 125. p: 620-637
- Fishman, G.I., Chugh, S.S., DiMarco, J.P., Albert, C.M., Anderson, M.E. (2010). Sudden Cardiac Death Prediction and Prevention. Report from a National Heart, Lung, and Blood Institute and heart Rhythm Society Workshop. *Circulation*. 122. p: 2335 – 2348

- Ganthikumar, Kaliammah (2016). Indikasi dan Ketrampilan Resusitasi Jantung Paru (RJP) Himpunan Perawat Gawat Darurat Dan Bencana Indonesia. (2020).
- Panduan Pelayanan Keperawatan Gawat Darurat Pada Masa COVID 19 : Sekilas COVID-19. Jakarta : Dewan Pimpinan Pusat Kementerian Kesehatan RI. (2020). Kegiatan. [Online]. Available: <http://p2ptm.kemkes.go.id/kegiatanp2ptm/pusat-/hari-jantung-sedunia-hjstahun-2019-jantung-sehat-sdm-unggul> [15 September 2020]
- Kementrian Kesehatan RI. (2020). Pedoman Pencegahan dan Pengendalian Coronavirus Diseases (COVID-19). Organisation, W. H. and Care, S.(2019),,Resuscitation Council UK Statement on COVID-19 in relation to CPR and resuscitation in first aid and community settings Whenever CPR is carried out, particularly on an unknown victim, there is some risk of cross infection, associated particularly with.”,(1168914), pp. 19–20 Rajab et al (2011) Technique for Chest Compression in Adult CPR . Journal of emergency Surgery <http://www.wjes.org/content/6/1/41>
- S.Sakinah .(2018). Faktor-Faktor yang Berhubungan Dengan Tingkat Pengetahuan Dokter Jaga IGD Mengenai Penatalaksanaan Kasus Henti Jantung di Rumah Sakit tipe C se-Sumatera Barat. Skripsi. Fakultas Ilmu Keolahragaan. Universitas Negeri Semarang. Semarang.
- Verbeek, J. H., Ijaz, S. Mischke, C., Ruotsalainen, J. H., Mäkelä, E., Neuvonen, K., Edmond, M. B., Sauni, R., Kilinc Balci, F. S., Mihalache, R. C.,(2016) „Personal protective equipment for preventing highly infectious diseases due to exposure to contaminated body fluids in healthcare staff”, Cochrane Database of Systematic Reviews. doi:10.1002/14651858.CD011621.pu b2.
- Vural, M., Koşar, M. F., Kerimoğlu, O., Kızıkan, F., Kahyaoglu, S., Tuğrul, S.,&İşleyen,H.B.(2017).Cardiopulm onary resuscitation knowledge among nursingstudents :a questionnaire study, (8), 140–145
- Widyarani, Linda (2017). Analisis Pengaruh Pelatihan Resusitasi Jantung Paru (RJP) Dewasa Terhadap Retensi Pengetahuan dan Ketrampilan RJP Pada Mahasiswa Keperawatan di Yogyakarta. Jurnal Keperawatan Soedirman, Volume 12, No 3, November 2017
- Willim, Herick A.,Ketaren Irfan.,Supit Alice I. (2020). Dampak Coronavirus Disease 2019 Terhadap Sistem Kardiovaskular.