

Analisis Praktik Klinik Keperawatan Dengan Intervensi Inovasi Pemberian Pijat Refleksi Kaki Pada Titik LV 3 (*Taichong*) Terhadap Perubahan Tekanan Darah Pada Pasien *Chronic Kidney Disease* (CKD) Di Ruang Hemodialisa RSUD Aji Muhammad Parikesit Tenggarong

Risma Ramadhani^{1*}, Taufik Septiawan², Rusni Masnina³, Faried Rahman Hidayat⁴
¹⁻⁴ Universitas Muhammadiyah Kalimantan Timur Email: ramadhanirisma961@gmail.com

Abstrak

Latar belakang: Penyakit gagal ginjal merupakan penyakit global yang tiap tahunnya terus meningkat pesat. Salah satu komplikasi yang di timbulkan dari penyakit ginjal ialah hipertensi. Hipertensi merupakan konsekuensi dan komplikasi yang sering terjadi pada penyakit parenkim ginjal. Hipertensi juga dianggap sebagai salah satu kondisi komorbid yang paling umum terkait dengan CKD. Salah satu cara mengatasi permasalahan tekanan darah tinggi pada pasien CKD ialah dengan terapi non farmakologis seperti pijat refleksi kaki LV 3 dapat digunakan sebagai intervensi pendamping dan tambahan mengontrol nilai tekanan darah. **Tujuan:** Penelitian ini bertujuan untuk mengalisis praktik keperawatan melalui intervensi pijat refleksi kaki LV 3 terhadap nilai tekanan darah di ruang hemodialisa RSUD Parikesit Tenggarong. **Metode:** asuhan keperawatan pada pasien CKD yang menjalani hemodialisa. **Hasil:** Hasil penelitian menunjukkan bahwa adanya perubahan nilai tekanan darah setelah di berikan pijat refleksi kaki LV 3 secara teratur selama 3 kali pertemuan di dapatkan nilai tekanan darah hari pertama sebelum intervensi 165//90mmHg setelah intervensi 140/90 mmHg, hari kedua tekanan darah sebelum intervensi 180/100 mmHg sesudah intervensi 160/90 mmHg, hari ketiga tekanan darah sebelum intervensi 170/100 mmHg setelah intervensi 150/90 mmHg . Intervensi pijat refleksi kaki LV 3 efektif sebagai terapi tambahan dalam pengontrolan tekanan darah pasien CKD dan dapat di rekomendasikan sebagai asuhan keperawatan holistik.

Kata kunci: *Chronic Kidney Disease*, Hipertensi, Pijat Refleksi Kaki LV 3

Abstract

Background: *Kidney failure is a global disease that continues to increase rapidly every year. One of the complications caused by kidney disease is hypertension. Hypertension is a consequence and complication that often occurs in renal parenchymal disease. Hypertension is also considered as one of the most common comorbid conditions associated with CKD. One way to overcome the problem of high blood pressure in CKD patients is with non-pharmacological therapy such as LV 3 foot reflexology massage which can be used as a companion and additional intervention to control blood pressure values. Objective:* This study aims to analyze nursing practices through LV 3 foot reflexology massage interventions on blood pressure values in the hemodialysis room of Parikesit Tenggarong Regional Hospital. **Method:** nursing care for CKD patients undergoing hemodialysis. **Results:** The results of the study showed that there was a change in blood pressure values after being given LV 3 foot reflexology massage regularly for 3 sessions. The blood pressure values obtained on the first day before the intervention were 165/90 mmHg after the intervention were 140/90 mmHg, on the second day before the intervention were 180/100 mmHg after the intervention were 160/90 mmHg, on the third day before the intervention were 170/100 mmHg after the intervention were 150/90 mmHg. The LV 3 foot reflexology massage intervention is effective as an additional therapy in controlling blood pressure in CKD patients and can be recommended as a holistic nursing care.

Keywords: *Chronic Kidney Disease, Hypertension, LV 3 Foot Reflexology Massage.*

1. PENDAHULUAN

Ginjal adalah organ utama sistem urinarius dan terletak di sepanjang tulang belakang pada dinding posterior rongga perut. Ginjal berfungsi untuk mengatur keseimbangan cairan, kadar elektrolit, dan homeostasis asam-basa, serta menjalankan fungsi endokrin dan

hormonal. Ginjal memainkan peran krusial dalam menjaga kesehatan tubuh secara keseluruhan, karena merupakan organ vital. Gagal ginjal akut dianggap terjadi ketika ginjal tiba-tiba kehilangan kemampuannya untuk berfungsi dengan baik [1].

Penyakit Ginjal Kronis (CKD) adalah kondisi progresif dan *irreversibel* yang ditandai dengan kerusakan struktural dan fungsional pada ginjal. Kondisi ini menyebabkan penurunan fungsi ginjal, sehingga ginjal tidak dapat mempertahankan keseimbangan cairan dan elektrolit dengan baik. Selain itu, CKD menyebabkan penumpukan produk limbah metabolik dalam tubuh, yang mengakibatkan uremia. Gejala umum yang dilaporkan oleh pasien CKD meliputi hipertensi [2].

Hipertensi dan penyakit ginjal kronik (PGK) memiliki hubungan sebab-akibat yang sangat erat. Hipertensi yang berlangsung lama dan tidak mendapatkan terapi untuk mengontrol tekanan darah dapat menimbulkan komplikasi berupa glomerulosklerosis. Kondisi ini menyebabkan proses filtrasi darah di ginjal terganggu, sehingga fungsi ginjal menurun dan akhirnya berkembang menjadi PGK. Sebaliknya, kerusakan ginjal akibat PGK dapat memicu peningkatan tekanan darah dan memperberat hipertensi yang sudah ada, karena meningkatnya resistensi pembuluh darah ginjal secara berkelanjutan serta semakin menurunnya fungsi ginjal [3]. Salah satu bentuk terapi komplementer untuk pasien hipertensi adalah Pijat refleksi kaki LV 3, intervensi non-farmakologis yang melibatkan pijatan lembut dan ritmis pada titik-titik refleksi tertentu di kaki untuk mempromosikan relaksasi. Teknik dasar terapi ini meliputi pijatan, tekanan jempol, gerakan tangan melingkar pada titik-titik tertentu, dan tekanan yang berkelanjutan. Tekanan dan pijatan yang diterapkan diyakini dapat memfasilitasi respons relaksasi di seluruh tubuh [4]. Refleksi kaki pada titik LV 3 memberikan stimulasi sensorik yang membantu sirkulasi darah ke jantung untuk membuka jalur darah dan mengurangi ketegangan otot yang mungkin menghalangi aliran energi. Akibatnya, sirkulasi darah dan aliran cairan tubuh ke area yang terhubung dengan titik saraf kaki yang dirangsang meningkat, menghasilkan efek relaksasi di seluruh tubuh. Respons relaksasi ini dapat membantu mengurangi ketergantungan pada obat antihipertensi dan meminimalkan risiko komplikasi [5].

Manfaat pijat refleksi meliputi peningkatan sirkulasi darah, pengurangan kelelahan dan nyeri, serta stimulasi pelepasan endorfin yang membantu relaksasi dan tekanan darah. Terapi ini juga mendukung proses detoksifikasi, sehingga membantu fungsi organ yang optimal dan seimbang. Selain itu, refleksologi bermanfaat dalam meredakan nyeri tubuh, mencegah berbagai penyakit, meningkatkan fungsi sistem kekebalan tubuh, membantu manajemen stres, menurunkan tekanan darah tinggi, dan mendukung proses pemulihan pada penyakit kronis [6].

Dengan demikian, studi kasus ini dilakukan untuk menganalisis pemberian penerapan pijat refleksi kaki LV 3 (*Taichong*) terhadap perubahan tekanan darah pada pasien *Chronic kidney disease* (CKD) di ruang hemodialisa RSUD Aji Muhammad Parikesit Tenggarong.

2. METODE PENELITIAN

Studi ini menggunakan metode asuhan keperawatan pada pasien CKD yang menjalani hemodialisa. Sampel dalam studi kasus ini adalah Ny.Y berusia 50 tahun dengan diagnosa medis *Chronic kidney disease On HD Stage V* yang menjalani cuci darah di ruang Hemodialisa. Instrumen yang digunakan dalam studi kasus ini adalah *Sphygmomanometer* dan Standar Operasional Prosedur (SOP). Intervensi dilakukan selama Tiga kali pertemuan berturut-turut, dengan durasi 5 menit per sesi dan mengukur tekanan darah sebelum dilakukan pijat refleksi kaki titik LV 3 (*Taichong*). Dengan memberikan pijatan lembut dan menahan pada satu titik yaitu di antara jempol dan telunjuk kaki. Pasien diarahkan untuk rileks dan mengatur posisi senyaman mungkin. Evaluasi dilakukan menggunakan *Sphygmomanometer* mengukur kembali tekanan darah setelah diberikan terapi intervensi pada titik LV 3

(*Taichong*).

3. HASIL DAN PEMBAHASAN

Hasil

Tabel 1. Hasil Tindakan

Hari/Tanggal	Sebelum	Setelah
Selasa, 30 Desember 2025	TD:165/90 mmHg (Hipertensi ST 1)	TD:140/90mmHg (Hipertensi ST 1)
Rabu, 25 Juni 2025	TD:180/100mmHg (Hipertensi ST 2)	TD:160/90mmHg (hipertensi ST 1)
Kamis, 26 Juni 2025	TD:170/100mmHg (Hipertensi ST 2)	TD:150/90mmHg (Hipertensi ST 1)

Dari tabel di atas didapatkan data bahwa pada hari pertama pasien diberikan pijat refleksi kaki pada titik LV 3 (*Taichong*) sebelum diberikan terapi: TD:165/90 mmHg (Hipertensi ST 1) setelah diberikan terapi TD: 140/90 mmHg (Hipertensi ST 1). Pada hari kedua sebelum diberikan terapi: TD:180/100 mmHg (Hipertensi ST 2) setelah diberikan terapi TD: 160/90 mmHg (Hipertensi ST 1). Pada hari ketiga sebelum diberikan terapi: TD:170/100 mmHg (Hipertensi ST 2) setelah diberikan terapi TD: 150/90 mmHg (Hipertensi ST 1).

Berdasarkan data di atas dapat disimpulkan bahwa hasil menunjukkan adanya perubahan nilai tekanan darah pada Ny. Y sebelum dan setelah dilakukan terapi refleksi kaki pada titik LV 3 (*Taichong*).

Pembahasan

Alternatif pemecahan masalah tekanan darah yang dirasakan oleh pasien yang sedang menjalani cuci darah di ruang hemodialisa adalah dengan memberikan pengetahuan dan mengajarkan tentang pengelolaan penurunan nilai tekanan darah secara non-farmakologis. Pendekatan terapi non-farmakologis ini dilakukan melalui terapi pijat refleksi kaki LV 3 (*Taichong*) dengan tujuan menurunkan nilai tekanan darah pada Ny. Y.

Terapi pijat refleksi kaki LV 3 (*Taichong*) dilakukan dengan cara memberikan pijatan lembut dan menahan pada satu titik yaitu di antara jempol dan jari telunjuk kaki agar membuat tubuh rileks. Terapi pijat refleksi kaki LV 3 (*Taichong*) ini bertujuan untuk menstimulasi sistem saraf parasimpatis dan menurunkan sistem saraf simpatis sehingga menghasilkan hormon *endrofin* untuk memberikan efek rileks. keseimbangan energi tubuh dan mempengaruhi kerja organ yang terkait secara sistemik. gelombang tertentu yang dapat mempengaruhi sistem energi [7]. Terapi pijat diketahui dapat membantu mengurangi keluhan pada berbagai kondisi kesehatan ringan, seperti sakit kepala, nyeri punggung, dan gangguan pencernaan. Pada penyakit yang bersifat lebih berat, seperti *multiple sclerosis* dan *Parkinson*, terapi pijat dapat berperan dalam menurunkan intensitas nyeri meskipun tidak bersifat menyembuhkan [7]. Pijat refleksi kaki, khususnya pada titik-titik refleksi utama seperti titik 3 yang berkaitan dengan jantung, mampu menimbulkan efek relaksasi dengan mengurangi ketegangan otot dan memberikan rasa tenang pada sistem saraf. Kondisi relaksasi tersebut dapat membantu menurunkan kadar hormon stres, seperti kortisol, yang berperan dalam terjadinya peningkatan tekanan darah [8].

Hal Berdasarkan penelitian yang dilakukan oleh (Eka wahyuni dkk., 2025) dengan judul "Penerapan Pijat Refleksi Kaki Terhadap Penurunan Tekanan Darah Pada Pasien *Chronic kidney disease* (Ckd) Dengan hipertensi Di Bangsal Penyakit Dalam Rsup Dr. Sardjito Yogyakarta" di dapatkan hasil bahwa terapi pijat refleksi kaki berpengaruh terhadap penurunan tekanan darah. [9].

Sebagai terapi, digunakan terapi pijat refleksi kaki pada titik LV 3 (*Taichong*). Terapi ini dapat membantu menurunkan tingkat stres, memperbaiki aliran darah, dan menyeimbangkan sistem saraf, sehingga berperan dalam penurunan tekanan darah pada penderita hipertensi [5], [10].

Penelitian Berdasarkan studi yang dilakukan oleh Charulia Nur Arifah (2024), hasil penelitian menunjukkan bahwa setelah terapi refleksi kaki diberikan tiga kali berturut-turut dalam satu minggu—tepatnya pada hari Senin, Selasa, dan Rabu selama 5 menit per sesi—terjadi penurunan tekanan darah, disertai perasaan ringan dan rileks, serta tingkat tekanan darah sistolik menjadi lebih stabil. Pijat Refleksi kaki LV 3 dapat dilakukan secara mandiri di rumah, relatif aman, dan mudah diterapkan.[5].

Konsep terapi pijat refleksi kaki pada titik LV 3 (*Taichong*) Pijat refleksi dapat membuka simpul pada pembuluh darah, sehingga pembuluh nadi dan vena bekerja lebih efektif dalam mengalirkan darah. Manfaat lainnya adalah membantu mengatasi berbagai masalah kesehatan yang disebabkan oleh sirkulasi darah yang buruk.[11], [12]. Terapi ini juga dapat diajarkan kepada anggota keluarga, sehingga dapat dilakukan secara rutin sebagai intervensi pengelolaan diri untuk membantu mengontrol tekanan darah tinggi di rumah. Pemberian terapi pijat refleksi kaki pada titik LV 3 (*Taichong*) dilakukan dalam posisi senyaman mungkin di ruang hemodialisa dengan durasi 5 menit per sesi. selama 3 kali pertemuan berturut-turut pasien merasa lebih nyaman, tidak merasakan pusing kepala. Efek stimulasi sistem parasimpatis sangat berpengaruh terhadap perubahan nilai tekanan darah [13].

Pasien menunjukkan sikap yang sangat kooperatif selama implementasi terapi, didampingi oleh keluarga yang turut mendukung pelaksanaan terapi non farmakologi. Namun, dalam praktiknya, peneliti sebagai pelaksana belum memiliki pelatihan khusus dalam terapi pijat refleksi kaki pada titik LV 3 (*Taichong*), dan hanya mengacu pada pedoman SOP yang tersedia dan jurnal yang mendukung berdasarkan *evidence base*. Namun, hal ini memungkinkan efektivitas terapi pijat refleksi kaki pada titik LV 3 (*Taichong*) berpengaruh dalam menurunkan tingkat tekanan darah yang dialami pasien.

4. KESIMPULAN

Berdasarkan hasil studi kasus pada klien dengan diagnosis Chronic Kidney Disease (CKD), dapat disimpulkan bahwa terapi pijat refleksi kaki pada titik LV 3 (*Taichong*) berpengaruh terhadap nilai tekanan darah. Penurunan nilai tekanan darah secara bertahap selama tiga hari intervensi menunjukkan adanya respons positif terhadap terapi komplementer yang diberikan. Penelitian ini memiliki beberapa kelebihan, yaitu Pijat pada titik Taichong membantu menekan aktivitas saraf simpatis, meningkatkan relaksasi, dan memperbaiki aliran darah perifer, sehingga bermanfaat pada penderita hipertensi. Intervensi ini juga memberikan alternatif holistik yang dapat melengkapi pendekatan farmakologis dalam mengelola tekanan darah pasien. Namun, penelitian ini memiliki beberapa keterbatasan. Studi dilakukan hanya pada satu subjek tanpa kelompok kontrol, sehingga hasilnya belum dapat digeneralisasi. Sebagai rekomendasi, diperlukan penelitian lanjutan dengan desain kuantitatif menggunakan sampel yang lebih besar dan kelompok kontrol untuk mengukur efektivitas terapi ini secara lebih objektif.

5. DAFTAR PUSTAKA

- [1] Agustina, A. (2025). Foot Reflexology Interventions For Blood Pressure Control In Hypertensive Individuals : A Locality-Specific Analysis In Pekauman Ward , Rt . 15. 5(1), 14–18.
- [2] Agustina, A. (2025). Foot Reflexology Interventions For Blood Pressure Control In Hypertensive Individuals : A Locality-Specific Analysis In Pekauman Ward , Rt . 15.

- 5(1), 14–18.
- [3] Kadir, A., Ilmu, B., Fakultas, F., Universitas, K., Kusuma, W., & Kunci, K. (2020). The Pathophysiology Relationship Of Hypertension And. 5, 15–25.
- [4] Fatikasari, D. (2024). Penerapan Pijat Refleksi Kaki Terhadap Perubahan Tekanan Darah Pada Lansia Hipertensi Di Kelurahan Joyotakan Surakarta Dian. 2(3), 468–480.
- [5] Goesalosna, D., Widyastuti, Y., Hafiddudin, M., Diii Keperawatan Institut Teknologi Sains Dan Kesehatan Pku Muhammadiyah Surakarta, M., Diii Keperawatan Institut Teknologi Sains Dan Kesehatan Pku Muhammadiyah Surakarta, D., Diii Keperawatan Institut Teknologi Sains Dan Kesehatan Pku Muhammadiyah Surakarta Jltulang Bawang Selatan No, D., Kunci Hipertensi, K., Jaringan Perifer, P., & Refleksi Kaki Abstrak, P. (2019). Profesi Islam) Media Publikasi Penelitian (Vol. 15).
- [6] Liviana, W., Anggraini, M. T., & Anggraheni, N. (2025). Hubungan Dukungan Keluarga Dan Konsep Diri Dengan Kepatuhan Pasien Yang Menjalani Hemodialisis Di Rs Roemani Semarang. 5, 1956–1964.
- [7] Fatikasari, D. (2024). Penerapan Pijat Refleksi Kaki Terhadap Perubahan Tekanan Darah Pada Lansia Hipertensi Di Kelurahan Joyotakan Surakarta Dian. 2(3), 468–480.
- [8] Febriyanto, K., Sunarti, S., Suprayitno, & Rachman, A. (2019). Pengabdian Masyarakat Melalui Pemanfaatan Jalan Terapi Pada Lansia Di Desa Sumber Sari, Kutai Kartanegara. Sarwahita, 16(02), 167–174. <https://doi.org/10.21009/Sarwahita.162.08>
- [9] Ekawahyuni, D. (2025). Penerapan Pijat Refleksi Kaki Terhadap Penurunan Tekanan Darah Pada Pasien Chronic kidney disease (Ckd) Dengan Hipertensi Di Bangsal Penyakit Dalam Rsup Dr. Sardjito Yogyakarta Disusun. Akut,” *J. Penelit. Kesehat. Suara Forikes*, vol. 15, no. September, pp. 478–481, 2024.
- [10] Puspita, T. (2024). Terapi Nonfarmakologis Revolusi Gaya Hidup Sehat. https://www.google.co.id/books/edition/Terapi_Nonfarmakologis_Revolusi_Gaya_Hid/Qhwveqaaqbaj?hl=id&gbpv=1&dq=pengertian%20terapi%20pijat%20kaki&pg=pa93&printsec=frontcover
- [11] Niswah, A., Armiyati, Y., & Samiasih, A. (2022). Penurunan Tekanan Darah Pasien Hipertensi Dengan Terapi Foot Massage : Studi Kasus Lowering Blood Pressure Of Patients
- [12] Charulia Nur Arifah, F. N. S. (2024). Pengaruh Terapi Pijat Refleksi Kaki Terhadap Tekanan Darah Pada Penderita Hipertensi. 6(April), 449–456.