



Pengaruh *Foot Massage* Terhadap *Fatigue* Pada Pasien Kanker Payudara Yang Menjalani Kemoterapi

Weny Amelia ¹, Fitria Alisa ¹, Lenni Sastra ¹, Lola Despitarsari ¹, Espa Sari ¹, Lydia ¹, Mufid Akbar ¹, Yelnia Tetrianti¹

¹ Program Studi S1 Keperawatan, STIKes MERCUBAKTIJAYA Padang, Jalan Jamal Jamil Pondok Kopi Siteba Padang, Indonesia.

INFORMASI

Korespondensi:

wenyamelia.wa@gmail.com



ABSTRACT

The purpose of this study was to determine the effect of giving foot massage to fatigue in breast cancer patients undergoing chemotherapy at Dr. RSUP. M. Djamil Padang.

The research design used a quasi-experimental approach in the form of a one group pretest-posttest approach. The sampling technique was purposive sampling with a sample size of 12 people. Fatigue scores were assessed using the Piper Fatigue Scale (PFS). Statistical test using Paired T-Test. T

he result is that there is a significant effect of foot massage on fatigue in breast cancer patients undergoing chemotherapy (p value = 0.000; $\alpha < 0.05$).

The results of this study recommend foot massage as an independent nursing intervention to increase fatigue scores in breast cancer patients undergoing chemotherapy. Fatigue; foot massage; breast cancer; chemotherapy

Keywords:

Fatigue; Foot Massage;
Breast Cancer; Chemotherapy

PENDAHULUAN

Penyakit kanker menimbulkan angka kematian dan kesakitan yang terus meningkat, sehingga menjadi masalah dalam kesehatan masyarakat. Kanker memberikan dampak besar bagi penderita, baik dari segi fisik, psikologis, ekonomi dan kehidupan. Kanker merupakan penyakit yang ditandai dengan pertumbuhan sel yang abnormal dan dapat menyebar ke bagian organ lain sehingga jika tidak diatasi dapat menimbulkan berbagai keluhan dan dapat mengancam jiwa (Hurai Rufina, 2019). Kanker merupakan kondisi dimana sel-sel tubuh mengalami pertumbuhan abnormal yang lebih cepat dan menyebar ke berbagai organ tubuh yang lain sehingga dapat mengakibatkan beberapa komplikasi (Yuniastini, Ratna Dewi, 2018).

Kanker dapat menyerang semua orang tanpa pandang umur, bangsa, jenis kelamin dan golongan di masyarakat. Kanker merupakan pembunuh nomor dua di dunia setelah penyakit kardiovaskuler yaitu 8.201.575 jiwa meninggal akibat kanker (Yuniastini, Ratna Dewi, 2018). Menurut (World Health Organization) WHO tahun 2018 tercatat 18,1 jiwa mengalami kanker dan 9,6 juta jiwa mengalami kematian akibat kanker. Diperkirakan setengah dari angka kematian tersebut terjadi di Asia yaitu sebanyak 60% populasi. Kanker yang paling banyak dialami oleh wanita adalah kanker payudara. Kanker payudara merupakan pertumbuhan dan perkembangan sel-sel payudara yang tidak terkontrol.

Dari tahun ke tahun angka kejadian kanker payudara semakin meningkat pesat dan menjadi masalah terbesar bagi wanita. Data yang dilaporkan oleh Global Cancer Observatory (GLOBOCAN) tahun 2018 kasus kanker payudara mencapai 2.088.849 yang membawa kanker payudara berada pada posisi kedua di dunia setelah kanker paru-paru. Sedangkan WHO tahun 2018 menyatakan bahwa 25,4% di diagnosa mengalami kanker payudara dan sebanyak 627.000 jiwa meninggal akibat kanker payudara di seluruh dunia (Damayanti, 2019).

Di Indonesia pada tahun 2017 kanker payudara menjadi jenis kanker yang

tinggi prevalensinya, ditemukan sebanyak 12.023 mengalami tumor payudara dan 3.079 di curigai kanker payudara. Di Provinsi Sumatera Barat (Sumbar) kanker payudara setiap tahun mengalami peningkatan, tahun 2013 menempati posisi ke 8, pada tahun 2016 terdapat angka peningkatan yang cukup pesat yaitu 186 kasus baru dan pada tahun 2018 menempati urutan ke 2 dengan jumlah 2,47 per 1000 penduduk (Wati, 2019).

Penatalaksanaan yang dapat dilakukan jika terjadi kanker payudara adalah pengobatan farmakologi dan non farmakologi. Farmakologi merupakan proses pengobatan kanker dengan cara pembedahan, radiasi dan kemoterapi, hormonoterapi, imunoterapi (Nur Fadilah & Astuti, 2018). Kemoterapi merupakan salah satu pengobatan untuk menghambat pertumbuhan sel kanker dengan cara mematikan sel kanker tersebut. Pemberian obat-obatan dalam kemoterapi dapat berbentuk pil, cairan, dan suntik melalui infus dimana semua itu bertujuan untuk membunuh sel kanker pada payudara dan juga sel abnormal pada seluruh tubuh. Terapi kemoterapi efektif untuk membunuh sel kanker dan memiliki keunggulan dibandingkan terapi lain karena obat yang digunakan akan membunuh dan menghancurkan sel dari asalnya, sehingga pertumbuhan sel abnormal dapat terkontrol (Zulkifli, 2017).

Penelitian yang dilakukan oleh Mahwita (2016) di Provinsi Riau didapatkan sebanyak 222 orang (63%) penderita kanker payudara menjalani kemoterapi. Sementara penelitian lain yang dilakukan oleh Galuh (2018) didapatkan sebanyak 47% menjalani kemoterapi dari 59 orang penderita kanker payudara. Penelitian lain yang dilakukan oleh (Alifiyanti et al., 2017), didapatkan data pasien kanker payudara sebanyak 471 pasien (61,9%) yang menjalani kemoterapi.

Di Kota Padang salah satu rumah sakit rujukan yang memiliki sarana dan prasarana yang lengkap untuk terapi kemoterapi adalah RSUP Dr. M. Djamil Padang, dimana data yang diperoleh dari rekam medik RSUP Dr. M. Djamil. Padang pada tahun 2020 didapatkan sebanyak 540 orang (71,3%) pasien kanker payudara yang menjalani kemoterapi (Rekam medis RSUP Dr. M. Djamil

Padang, 2020).

Kemoterapi menjadi pilihan utama tetapi dapat menyebabkan beberapa efek samping seperti kurang darah, sariawan, rambut rontok, mual dan muntah, kelelahan, mokositis bibir kering dan dehidrasi. Hal ini disebabkan oleh obat kemoterapi (sitostatika) yang bersifat menghambat atau membunuh sel tubuh yang aktif membelah diri. Efek samping dari kemoterapi yang umum dirasakan pasien adalah sangat rentan mengalami fatigue akibat kelelahan fisik dan mental.

Fatigue merupakan kondisi subjektif berupa perasaan lelah terus-menerus yang berhubungan dengan kanker atau pengobatannya. Fatigue menimbulkan perasaan kelelahan akibat tingginya tekanan dan distress, keterbatasan dalam beraktivitas, gangguan dalam beristirahat, dan sering menimbulkan gejala gangguan tidur serta stress (Taukhid, 2017).

Angka kejadian fatigue di Amerika pada tahun 2015 mencapai 91% dari seluruh penderita kanker payudara yang menjalani kemoterapi (GLOBOCAN, 2015). Penelitian yang dilakukan oleh Liu, et al dalam (Ayubbana, 2018) di Lampung tentang "Efektifitas backmassage terhadap fatigue pada pasien kanker payudara yang menjalani kemoterapi" menyatakan 67% dari 142 orang pasien kanker payudara stadium I-III yang mejalani kemoterapi mengalami fatigue. Penelitian yang dilakukan oleh (Taukhid, 2017) di Kediri dengan judul penelitian "Manajemen fatigue melalui kombinasi aerobik dan yoga pada pasien kanker payudara yang menjalani kemoterapi" menyatakan bahwa pasien dengan kanker payudara yang menjalani program kemoterapi mengalami *fatigue* sebesar 60,4%.

Jika *fatigue* tidak diatasi maka berdampak pada penurunan kemampuan, penurunan kapasitas fisik, penurunan kualitas hidup, rasa tidak nyaman, dan menimbulkan ketergantungan berlebihan dalam melakukan aktivitas sehari-hari (Taukhid, 2017). Penatalaksanaan fatigue dapat dilakukan dengan terapi farmakologi dan non farmakologi. Terapi farmakologi bagi fatigue hingga saat ini belum diketahui dengan pasti. Sedangkan terapi non farmakologi untuk efek samping kemoterapi adalah terapi yang tidak menggunakan obat-obatan. Beberapa pengobatan non farmakologi yang dapat dilakukan adalah latihan aktivitas fisik, teknik relaksasi otot, yoga, hipnoterapy, meditasi dan massage (Savitri, 2015).

Salah satu pembagian *massage* yang dapat membuat klien merasa nyaman dan rileks adalah tindakan *foot massage* (Alligood, 2014). Mekanisme foot massage mengaktifkan saraf parasimpatik kemudian mengirim sinyal ke otak dan mengalirkan gelombang alfa yang ada di dalam otak (Afianti & Mardhiyah, 2017). Gelombang alfa dalam otak akan membantu seseorang untuk mengontrol perasaan sehingga menimbulkan perasaan rileks dan membantu kontraksi otot mengeluarkan zat kimia otak untuk mengeluarkan hormon serotin sehingga menciptakan rasa nyaman dan relaksasi. Karena rangsangan tersebut akan membuat tubuh yang kelelahan menjadi lebih bugar (Afianti & Mardhiyah, 2017).

Penelitian sebelumnya dengan judul "efektifitas backmassage terhadap fatigue pada pasien kanker payudara yang menjalani kemoterapi" yang dilakukan oleh (Ayubbana, 2018) di Lampung, yang menyatakan bahwa backmassage efektif terhadap penurunan fatigue pada pasien kanker payudara yang menjalani kemoterapi. Penelitian lainnya dilakukan oleh (Hurai Rufina, 2019) tentang "efektifitas massage effleurage terhadap fatigue pada pasien kanker" di RSUD Abdul Wahid Samarinda menyatakan bahwa massage effleurage memang efektif menurunkan fatigue.

Berdasarkan data rekam medis dari RSUP Dr.M.Djamil padang tahun 2020, tercatat 348 pasien yang mengalami kanker payudara dimana 63 pasien menjalani kemoterapi. Sementara pada tahun 2021 sampai bulan Mei 2021 tercatat sebanyak 201 pasien kanker payudara yang menjalani kemoterapi. Menurut keterangan yang diberikan oleh pasien, hingga saat ini belum ada tindakan keperawatan maupun medis untuk mengatasi fatigue. Jika pasien merasa kelelahan, maka mengatasinya dengan beristirahat. Namun hal tersebut belum dikatakan efektif untuk mengatasi perasaan lelah. Hingga saat ini belum ada penelitian tentang pengaruh terapi foot massage terhadap fatigue bagi pasien kanker payudara yang menjalani kemoterapi.

Dengan demikian, latar belakang diatas menjadi dasar bagi peneliti untuk mengetahui "pengaruh terapi foot massage terhadap *fatigue* pada pasien kanker payudara yang menjalani kemoterapi di RSUP. Dr. M. Djamil Padang".

METODE PENELITIAN

Desain yang digunakan adalah *quasi experiment* berupa pendekatan desain *one group pre-test post-test*. Teknik pengambilan sampelnya adalah dengan teknik *purposive sampling* yaitu teknik memilih sampel sesuai dengan kehendak peneliti sehingga sampel dapat mewakili populasi yang telah dikenal sebelumnya (Notoatmodjo, 2010). Pada penelitian ini pemilihan sampel sesuai dengan kriteria inklusi dan eksklusi peneliti.

Kriteria inklusi dalam penelitian adalah: bersedia menjadi responden dan mengikuti prosedur penelitian sampai dengan tahap akhir, pasien kanker payudara usia dewasa tengah (30-50 tahun), pasien kanker payudara yang telah menjalani kemoterapi lebih dari 1 kali, pasien kanker payudara yang masih dalam rentan stadium I-III, pasien kanker payudara di ruangan *one day care*, pasien kanker payudara yang menjalani kemoterapi yang mengalami *fatigue*, pasien kanker payudara yang menjalani kemoterapi tetapi belum pernah melakukan *foot massage*. Sedangkan kriteria eksklusi adalah pasien kanker payudara dengan stadium IV dimana kanker telah menyebar luas, pasien kanker payudara yang memiliki luka atau cedera pada bagian kaki seperti patah tulang, adanya pembengkakan yang dicurigai tumor atau kanker pada daerah pemijatan kaki pasien.

Populasinya adalah seluruh pasien kanker payudara yang menjalani kemoterapi di ruangan kemoterapi *one day care* RSUP. Dr. M. Djamil Padang. Total sampel pada penelitian ini adalah 12 responden.

Pengukuran skor *fatigue* menggunakan instrumen PFS (*Piper Fatigue Scale*) terdapat 22 item pertanyaan dengan rentang skala dan 5 pertanyaan terbuka. PFS merupakan instrumen pertama yang mengkaji *fatigue* secara multidimensi dengan mengkaji kedalam empat domain yang terdiri dari perilaku, afektif, sensori dan kognitif. Validitas instrumen ini telah memadai dan reliabilitas skala ini sudah ditetapkan oleh Lee, Hicks, Nino-Murcia pada tahun 1991. Skor PFS dapat dikategorikan sesuai dimensi atau keseluruhan dari dimensi, untuk menilai setiap dimensi jumlahkan skor dari keseluruhan jawaban pada dimensi tersebut dan dibagi dengan jumlah pertanyaan pada dimensi tersebut. Skor keseluruhan dihitung dengan menjumlahkan keseluruhan jumlah skor dari masing-masing dimensi kemudian dibagi 22 (keseluruhan jumlah pertanyaan). Cara perhitungan ini dimaksudkan agar didapatkan skor numerik

yaitu 0-10. Salah satu kelebihan PFS dibandingkan instrumen lainnya adalah kemampuannya untuk mendeteksi riwayat *fatigue* hingga lebih dari 1 bulan sebelumnya sehingga akan dapat diketahui persistensi dari *fatigue* yang dialami.

HASIL DAN PEMBAHASAN

1. Rerata Skor *Fatigue* Sebelum Melakukan *Foot Massage* Pada Pasien Kanker Payudara yang Menjalani Kemoterapi di RSUP Dr. M. Djamil Padang

Berikut adalah rata-rata skor *fatigue* sebelum melakukan *foot massage* pada pasien kanker payudara yang menjalani kemoterapi di RSUP Dr. M. Djamil Padang :

Tabel 1. Rerata Skor *Fatigue* Sebelum Melakukan *Foot Massage* Pada Pasien Kanker Payudara yang Menjalani Kemoterapi di RSUP Dr. M. Djamil Padang

Rerata Skor <i>Fatigue</i>	n	Mean	SD	Min	Max
Sebelum intervensi	12	4,92	0,515	4	6

Berdasarkan tabel 1 diketahui bahwa rerata skor *fatigue* sebelum diberikan *foot massage* adalah 4,92. Hasil penelitian ini didukung oleh penelitian yang dilakukan oleh (Ayubbana, 2018) tentang efektifitas *back massage* terhadap *fatigue* pada pasien kanker payudara yang menjalani kemoterapi, menyatakan berdasarkan penelitian rata-rata skor *fatigue* sebelum dilakukan intervensi *back massage* adalah 48,90. Skor *fatigue* responden sebelum dilakukan *back massage* cenderung tinggi.

Menurut (Taukhid, 2017) *fatigue* pada pasien kanker dapat terjadi karena terapi kanker atau pengobatannya (kemoterapi). faktor yang dapat mempengaruhi terjadinya *fatigue* pada pasien kanker yang menjalani kemoterapi yakni faktor psikologis. Faktor psikologis penyebab *fatigue* seperti ansietas, stres, emosional depresi, susah tidur dan kurang aktivitas setelah melakukan kemoterapi dapat berpengaruh dalam menimbulkan *fatigue*. Cemas, stres emosional dan depresi dapat dipengaruhi oleh hormon-hormon seperti hormon *kortisol*, *melatonin* dan *serotonin*. Hormon *kortisol* akan meningkat saat seseorang mengalami ansietas, stres dan depresi, sedangkan hormon *melatonin* dan *serotonin* mengalami defisiensi atau penurunan saat seseorang mengalami ansietas,

stres dan depresi tersebut (Ananda, 2013). *Kortisol* merupakan hormon yang menentukan respon seseorang terhadap situasi yang menegangkan dan dapat membuat stres, sedangkan *serotonin* merupakan hormon yang mengontrol mood atau suasana hati, nafsu makan, tidur dan rasa nyaman. *Melatonin* merupakan hormon yang berfungsi sebagai antioksidan, mengontrol tidur dan rileks.

Menurut Prietsman (2013), produksi sitokin oleh tubuh juga menjadi penyebab *fatigue* yang berhubungan dengan kemoterapi. Sitokin merupakan protein yang menjadi penghubung antar sel. Pada penderita kanker produksi sitokin lebih tinggi dibandingkan individu yang sehat karena fungsinyayang terkait dengan imunitas. Produksi sitokin dipicu oleh kerusakan sel akibat sifat sitotoksik yang terkandung dalam obat-obat kemoterapi. Banyaknya sel yang rusak akibat penyakit kanker yang menjalani kemoterapi membuat produksi sitokin masih terus berlangsung dan menyebabkan aktivasi respon inflamasi yang berkepanjangan. Respon inflamasi akan muncul melalui beberapa gejala seperti peningkatan metabolisme tubuh, demam, berkeringat dan kelelahan secara terus-menerus (*fatigue*). Hal tersebut yang mendasari adanya *fatigue* meski terapi telah selesai dilaksanakan.

Peningkatan skor *fatigue* pada pasien kanker payudara yang menjalani kemoterapi juga dapat dipengaruhi oleh stadium kanker itu sendiri. Semakin tinggi stadium kanker yang di derita oleh pasien maka kelelahan yang dirasakan akan menjadi semakin meningkat. Hal ini terjadi karena pada stadium kanker yang lebih tinggi sel kanker akan lebih dominan dan menyerap lebih banyak nutrisi sehingga menyebabkan tubuh semakin lelah. Selain itu tekanan psikologis seseorang dengan stadium kanker yang lebih tinggi juga mengalami peningkatan. Beban psikologis ini akan diteruskan pada tubuh dan tubuh akan menjadi lebih lelah (Ariani & Suryanti, 2019).

Menurut analisa peneliti pasien kanker payudara yang menjalani kemoterapi cenderung mengalami gangguan psikologis seperti stres, cemas, dan depresi. Hal tersebut dirasakan karena kondisi penyakit kanker payudara yang dialami pasien maupun efek dari kemoterapi. Gangguan psikologis tersebut dapat mengakibatkan pasien susah tidur, tidak nafsu makan dan kurang aktivitas sehingga dapat mengakibatkan kelelahan atau *fatigue*.

2. Rerata Skor *Fatigue* Sesudah Melakukan *Foot Massage* Pada Pasien Kanker Payudara yang Menjalani Kemoterapi di RSUP. Dr. M. Djamil Padang

Berikut adalah rata-rata skor *fatigue* sesudah melakukan *foot massage* pada pasien kanker payudara yang menjalani kemoterapi di RSUP Dr. M. Djamil Padang :

Tabel 2. Rerata Skor *Fatigue* Sesudah Melakukan *Foot Massage* Pada Pasien Kanker Payudara yang Menjalani Kemoterapi di RSUP Dr. M. Djamil Padang

Rerata Skor <i>Fatigue</i>	n	Mean	SD	Min	Max
Sesudah intervensi	12	3,75	0,622	3	5

Berdasarkan hasil penelitian pada tabel 2 didapatkan bahwa rata-rata skor *fatigue* pada pasien kanker payudara yang menjalani kemoterapi di RSUP. Dr. M. Djamil Padang sesudah dilakukan *foot massage* adalah 3,75, artinya skor *fatigue* pasien sesudah dilakukan *foot massage* mengalami penurunan. Penelitian sebelumnya juga pernah dilakukan oleh (Ayubbana, 2018), tentang efektifitas *back massage* terhadap *fatigue* pada pasien kanker payudara yang menjalani kemoterapi, didapatkan rata- rata skor *fatigue* sesudah dilakukan *back massage* yaitu 36,67. Angka tersebut menunjukkan terjadinya penurunan skor *fatigue*.

Massage dapat menimbulkan efek biomekanik dan efek psikologis dengan respon neurohormonal. Massage akan mengurangi faktor psikologis setelah kemoterapi, seperti ansietas (kecemasan), stres emosional dan depresi. Cemas, stres emosional dan depresi dapat dipengaruhi oleh hormon-hormon seperti hormon kortisol, melatonin dan serotonin (Ananda, 2013). Kortisol merupakan hormon yang menentukan respon seseorang terhadap situasi yang menegangkan dan dapat membuat stress. Serotonin merupakan hormon yang mengontrol mood atau suasana hati, nafsu makan, tidur dan rasa nyaman.

Melatonin merupakan hormon yang berfungsi sebagai antioksidan, mengontrol tidur dan rileks. Kortisol, melatonin dan serotonin merupakan hormon yang berpengaruh terhadap respon relaksasi sehingga dapat menurunkan tingkat kelelahan atau *fatigue* (Ayubbana, 2018).

Massage bisa dilakukan dibagian tubuh seperti punggung, tangan dan kaki (*foot massage*). Mekanisme *foot massage* sama dengan *massage* lainnya hanya saja lebih berfokus pada bagian kaki sehingga lebih mudah untuk dilakukan. *Foot massage* adalah manipulasi jaringan lunak yang terpusat pada telapak kaki yang berhubungan dengan bagian tubuh lainnya (Ariani & Suryanti, 2019). *Foot massage* merupakan gabungan dari empat teknik *massage* yaitu *effleurage* (mengusap), *petrissage* (memijit), *friction* (menggosok), dan *tapotement* (menepuk) (Dirdjo, 2017).

Mekanisme *foot massage* mengaktifkan saraf parasimpatik kemudian mengirim sinyal ke otak dan mengalirkan gelombang alfa yang ada di dalam otak (Afianti & Mardhiyah, 2017). Gelombang alfa dalam otak akan membantu seseorang untuk mengontrol perasaan sehingga menimbulkan perasaan rileks dan membantu kontraksi otot mengeluarkan zat kimia otak untuk mengeluarkan hormon serotonin sehingga menciptakan rasa nyaman dan rileksasi. Karena rangsangan tersebut akan membuat tubuh yang kelelahan menjadi lebih segar (Afianti & Mardhiyah, 2017).

Menurut analisa peneliti penurunan skor *fatigue* sesudah dilakukan intervensi *foot massage* tersebut dapat terjadi. Saat dilakukan intervensi *foot massage* pasien lebih merasakan rileks dan nyaman. Pada hari terakhir penelitian kondisi pasien tampak lebih baik dari sebelum dilakukan intervensi. Pasien tampak lebih segar dan pasien mengatakan kelelahan yang dirasakan berkurang setelah dilakukan intervensi *foot massage*.

3. Perbedaan Skor *Fatigue* Sebelum dan Setelah Perlakuan

Perbedaan rerata skor *fatigue* pada pasien kanker yang menjalani kemoterapi sebelum dan setelah intervensi *foot massage* dapat dilihat pada tabel berikut :

Berdasarkan hasil penelitian pada tabel 3 dapat dilihat rata-rata skor *fatigue* sebelum dilakukan *foot massage* pada pasien kanker payudara yang menjalani kemoterapi di RSUP. Dr. M. Djamil Padang adalah 4,92 dan sesudah dilakukan *foot massage* adalah 3,75 jadi penurunan skor *fatigue* didapatkan selisih mean sebanyak 1,167. Hasil uji statistik didapatkan nilai *p value* = 0,000 maka dapat ditarik kesimpulan ada

pengaruh *foot massage* terhadap skor *fatigue* pada pasien kanker payudara yang menjalani kemoterapi di RSUP. Dr. M. Djamil Padang sehingga Ha diterima. Hal ini sejalan dengan penelitian terdahulu yang dilakukan oleh (Nur Fadilah & Astuti, 2018) dengan judul pengaruh *foot and foot massage* terhadap *fatigue* pada pasien kanker payudara yang menjalani kemoterapi dan didapatkan penurunan skor

Tabel 3. Perbedaan Rerata Skor *Fatigue* Pada Pasien Kanker Payudara yang Menjalani Kemoterapi Sebelum dan Setelah Intervensi *Foot Massage*

di RSUP Dr. M. Djamil Padang

Kelompok	Selisih Mean	SD	SE	95 % CI		p value
				Lower	Upper	
Skor <i>fatigue</i> Pretest - Posttest	1,167	0,577	0,167	0,800	1,533	0,000

fatigue setelah dilakukan intervensi *foot and foot massage*.

Keluhan *fatigue* akan menimbulkan ketidaknyamanan pasien. Menurut teori *comfort* yang disampaikan oleh Kolcaba, intervensi awal dari pelayanan keperawatan adalah nyaman. Salah satu intervensi yang dapat membuat klien merasa nyaman dan rileks adalah tindakan *massage* (Alligood, 2018).

Foot massage merupakan manipulasi jaringan untuk menciptakan rasa nyaman, dengan terapi manual untuk membantu penyembuhan, dan dapat menjadi referensi perawat untuk intervensi keperawatan (Afianti & Mardhiyah, 2017). Impuls saraf saat melakukan pemijatan dapat mempengaruhi suasana hati menjadi rileks. Gelombang yang akan membantu stress seseorang adalah alfa sehingga akan rileks dan mengeluarkan zat kimia otak dan menstimulasi RAS (*Reticular Activating System*) untuk melepaskan hormone serotonin, asetilkolin, dan endorphine yang menciptakan rasa nyaman. Perasaan tersebut akan menurunkan produksi kortisol dalam darah dan memberikan efek ketenangan (Afianti & Mardhiyah, 2017).

Foot massage menggunakan teknik memukul,

gosokan atau meremas agar meningkatkan sirkulasi, memperbaiki kinerja otot, dan memberikan efek kenyamanan. Terapi foot massage mampu menciptakan perasaan relaksasi yang mendalam, mengatasi kecemasan, meredakan nyeri, kenyamanan fisik dimana dapat mengurangi kelelahan, dan mengatasi masalah gangguan tidur pada seseorang (Damayanti, 2019).

Cara melakukan massage adalah dengan memberikan sentuhan lembut pada telapak kaki selama 10 menit. Prosedur pemijatan dilakukan pada kaki dan diakhiri pada telapak kaki dengan memberikan gosokkan pada permukaan kaki yang bermanfaat untuk mengaktifkan sensor saraf kaki dan melancarkan aliran darah (Sulistyowati, 2014). Ada empat teknik dalam foot massage yaitu memijat, menggosok, memukul, dan mengusap.

Berdasarkan penelitian yang dilakukan peneliti dengan memberikan intervensi *foot massage* pada pasien kanker payudara yang menjalani kemoterapi selama 10 menit setiap hari dalam 3 hari berturut-turut pada waktu yang sama. Secara statistik terlihat terjadi penurunan skor *fatigue* dengan selisih sebelum diberikan intervensi *foot massage* dan sesudah diberikan intervensi *foot massage* adalah 1,167. Hal ini disebabkan karena selama penelitian berlangsung responden mampu mematuhi prosedur yang telah ditetapkan peneliti, dimana responden mengikuti intervensi *foot massage* selama 10 menit dalam 3 hari berturut-turut dengan waktu yang sama. Namun secara teori tidak terjadi penurunan skor *fatigue* yang signifikan pada pasien kanker payudara yang menjalani kemoterapi di RSUP. Dr. M. Djamil Padang. Hal ini dapat dilihat dari rata-rata pilihan jawaban dari pertanyaan pada kuesioner sebelum dilakukan intervensi yaitu 4. Sedangkan rata-rata pilihan jawaban dari pertanyaan pada kuesioner sesudah dilakukan intervensi yaitu 3. Jadi secara teori terdapat penurunan skor *fatigue* pada pasien kanker payudara yang menjalani kemoterapi di RSUP. Dr. M. Djamil Padang tetapi belum bermakna. Hal ini dapat disebabkan oleh waktu penelitian yang singkat yaitu hanya dilakukan selama 3 hari, jika penelitian dilakukan dalam waktu yang lama maka akan lebih berpengaruh terhadap penurunan skor *fatigue* pada pasien kanker payudara yang menjalani kemoterapi. Penyebab lainnya yaitu kondisi pasien yang mengalami penurunan selama penelitian juga dapat mempengaruhi skor *fatigue* yang dirasakan oleh pasien. Semakin menurun kondisi pasien maka semakin tinggi *fatigue* yang dirasakan oleh pasien

tersebut sehingga intervensi *foot massage* yang diberikan juga tidak begitu berpengaruh dalam penurunan skor *fatigue* pada pasien.

KESIMPULAN

Berdasarkan hasil penelitian yang telah dilakukan oleh peneliti mendapatkan kesimpulan sebagai berikut :

1. Rerata skor *fatigue* responden sebelum dilakukan intervensi adalah 4,92
2. Rerata skor *fatigue* responden setelah diberikan intervensi adalah 3,75
3. Terdapat pengaruh *foot massage* terhadap *fatigue* pada pasien kanker payudara yang menjalani kemoterapi di RSUP Dr. M.Djamil Padang dengan *p value* 0,000.

DAFTAR PUSTAKA

- Afianti, N., & Mardhiyah, A. (2017). Pengaruh Foot Massage terhadap Kualitas Tidur Pasien di Ruang ICU. *Jurnal Keperawatan Padjadjaran*, 5(1), 86–97. <https://doi.org/10.24198/jkp.v5n1.10>
- Alifiyanti, D., Hermayanti, Y., & Setyorini, D. (2017). Kualitas Tidur Pasien Kanker Payudara Berdasarkan Terapi yang Diberikan di RSUP DR. Hasan Sadikin Bandung. *Jurnal Pendidikan Keperawatan Indonesia*, 3(2), 115. <https://doi.org/10.17509/jpki.v3i2.9418>
- Alligood, M. (2018). Modelos y teorías en enfermería - Ann Marriner Tomey, Martha Raile Alligood - Google Libros. In *Elsevier*.
- Ariani, D., & Suryanti, S. (2019). Pengaruh Food Massage Terhadap Kualitas Tidur Pada Lansia Di Panti Wredha Dharma Bakti Kasih Surakarta. *Interest : Jurnal Ilmu Kesehatan*, 8(1), 87–93. <https://doi.org/10.37341/interest.v8i1.122>
- Ayubbana, S. (2018). Efektifitas Backmassage Terhadap Fatigue Pada Pasien Kanker Payudara Yang Menjalani Kemoterapi. *Jurnal Wacana Kesehatan*, 3(1). <https://doi.org/10.52822/jwk.v3i1.62>
- Damayanti, D. (2019). Penerapan Berkumur Menggunakan Larutan Madu untuk Mengatasi Masalah Keperawatan Kerusakan Membran Mukosa Oral pada Pasien Kanker Payudara. *Jurnal Kesehatan Panca Bhakti Lampung*, 7(1), 57. <https://doi.org/10.47218/jkpbl.v7i1.61>
- Dirdjo, M. M. (2017). Analisis Praktik Klinik Keperawatan pada Pasien Stroke dengan Inovasi Intervensi Foot Massage terhadap Parameter Hemodinamika non Invasif di Ruang HCU

- <https://dspace.umkt.ac.id/handle/463.2017/317>
- Hurai Rufina. (2019). Efektivitas Massage Effleurage Terhadap Fatigue Pasien Kanker Di Rsud Abdul Wahab Sjahranie Samarinda. *Jurnal Keperawatan Dirgahayu*, 1(2), 55–63.
- Nur Fadilah, P., & Astuti, P. (2018). Pengaruh Teknik Relaksasi Hand Massage Terhadap Nyeri Pada Pasien Kanker Payudara Di Yayasan Kanker Indonesia Surabaya. *Journal of Health Sciences*, 9(2), 221–226. <https://doi.org/10.33086/jhs.v9i2.171>
- Taukhid, M. (2017). Manajemen Fatigue melalui Kombinasi Aerobik dengan Relaksasi Yoga pada Penderita Kanker Payudara dalam Program Kemoterapi. *Jurnal Ilmu Kesehatan*, 5(2), 29. <https://doi.org/10.32831/jik.v5i2.132>
- Wati, R. (2019). No TitleEAENH. In *Ayan* (Vol. 8, Issue 5).
- Yuniastini, Ratna Dewi, A. Y. (2018). *Yuniastini**, *Ratna Dewi**, *Arif Yulinda**. XIV(1), 35–40.
- Zulkifli, A. (2017). Universitas Islam Negeri Alauddin Makassar 2017. In *Uji Aktivitas Antioksidan Ekstrak Sarang Lebah Dan Madu Hutan Dari Luwu Utara Dengan Metode Dpph (1,1-Difenil-2-Pikrilhidrazil)*.