

**LAPORAN PENGABDIAN KEPADA MASYARAKAT
PROGRAM KEMITRAAN MASYARAKAT (PKM)**



**UPAYA PEMBERDAYAAN KELUARGA DALAM MENGATASI
KECEMASAN DENGAN *INTRADIALITIK EXERCISE* DAN *FOOT HAND
MESSAGE* UNTUK PENINGKATAN KUALITAS HIDUP PADA PASIEN
GAGAL GINJAL YANG DILAKUKAN HEMODIALISIS
DI RSUD. Dr. SOEDOMO TRENGGALEK**

Oleh :

Awan Hariyanto, S.Kep.,Ns.M.Kes (NIDN 3407078001)
Mimik Christiani,S.ST.,M.Kes (NIDN 3418126901)
Arik Subeti,S.Pd.,S.Kep

**KEMENTERIAN KESEHATAN RI
POLITEKNIK KESEHATAN KEMENKES MALANG
MALANG
2022**

LEMBAR PENGESAHAN

Laporan Kegiatan Pengabdian Masyarakat Dengan Judul

UPAYA PEMBERDAYAAN KELUARGA DALAM MENGATASI
KECEMASAN DENGAN *INTRADIALITIK EXERCISE* DAN *FOOT HAND
MASSAGE* UNTUK PENINGKATAN KUALITAS HIDUP PADA PASIEN
GAGAL GINJAL YANG DILAKUKAN HEMODIALISIS
DI RSUD. Dr. SOEDOMO TRENGGALEK

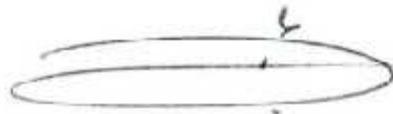
Telah disetujui dan disahkan pada tanggal Agustus 2022

Kepala Pusat Penelitian dan
Pengabdian Masyarakat Politeknik
Kesehatan Kemenkes Malang



Sriwijanti, S.Pd., M.Kes
NIP. 19641016 198603 2 002

Ketua Tim Pelaksana
Pengabdian Masyarakat



Awan Hariyanto, S.Kep., Ns M.Kes
NIP 919800707201901101

Mengetahui

Politeknik Kesehatan
Kemenkes Malang



Sriwijanti, S.Kp., M.Kes
NIP. 19650318 198803 1 002

IDENTITAS DAN URAIAN UMUM

1. Judul : Upaya Pemberdayaan Keluarga Dalam Mengatasi Kecemasan Dengan *Intradialitik Exercise* Dan *Foot Hand Massage* Untuk Peningkatan Kualitas Hidup Pada Pasien Gagal Ginjal Yang Dilakukan Hemodialisis Di RSUD. Dr. Soedomo Trenggalek
2. Bidang Pengabdian : Program Kemitraan Masyarakat
3. Ketua Tim Pengusul
 - a. Nama Lengkap : Awan Hariyanto,S.Kep.,Ns.M.Kes
 - b. Jenis Kelamin : Laki-Laki
 - c. NIP : 919800707201901101
 - d. Disiplin Ilmu : Keperawatan
 - e. Pangkat/Gol. : -
 - f. Jabatan : JFU
 - g. Jurusan/Prodi : D3 Keperawatan Trenggalek
 - h. Alamat : Jl.Dr. Soetomo No.05 Trenggalek
 - i. Telp/Faks/E-mail : 0355-791293 awanhariyanto179@gmail.com
 - j. Alamat Rumah : RT 20 RW 05 Ds. Ngulankulon Kab. Trenggalek
3. Jumlah Anggota
 - a. Nama Anggota I : Mimik Christiani,SST.,M.Kes
 - b. Nama Anggota II : Arik Subeti,S.Pd.,S.Kep
4. Lokasi Kegiatan
 - a. Kabupaten : Kabupaten Trenggalek
 - b. Propinsi : Jawa Timur
 - c. Jarak PT ke Lokasi Mitra : 01 KM
5. Jumlah dana : -

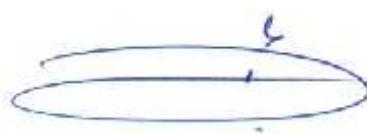
Trenggalek, Agustus 2022

Kepala Pusat Penelitian dan Pengabdian
Masyarakat Politeknik Kesehatan
Kemenkes Malang


Sriwinarni,S.Pd.,M.Kes

NIP. 19641016 198602 2 002

Ketua Tim Pengabmas


Awan Hariyanto,S.Kep.,Ns.M.Kes
NIP. 919800707201901101



DAFTAR ISI

HALAMAN SAMPUL	1
HALAMAN PENGESAHAN	2
IDENTITAS DAN URAIAN UMUM	3
DAFTAR ISI	4
RINGKASAN	5
BAB 1 PENDAHULUAN	
1.1 Latar Belakang	6
1.2 Analisis Situasi.....	7
1.3 Permasalahan Mitra	8
BAB 2 SOLUSI DAN TARGET LUARAN	
1.1 Solusi	9
1.2 Target Luaran	10
BAB 3 METODE PELAKSANAAN KEGIATAN	
3.1 Tujuan Pengabmas	11
3.2 Manfaat Pengabmas	11
3.3 Khalayak sasaran.....	12
3.4 Panitia Pengabmas	12
3.5 Metode Pengabmas	12
3.6 Tempat dan Waktu Pengabmas.....	13
3.7 Alat dan Bahan.....	14
3.8 Evaluasi.....	14
BAB 4 BIAYA DAN JADUAL PENGABMAS	
4.1 Anggaran Biaya.....	15
4.2 Jadwal Pengabmas	15
BAB 5 HASIL DAN PEMBAHASAN	19
BAB 6 SIMPULAN DAN SARAN	29
DAFTAR PUSTAKA	30
LAMPIRAN	

RINGKASAN

Gagal ginjal merupakan penyakit renal tahap akhir yang progresif dan irreversibel yang bila tidak mendapatkan penanganan yang tepat dapat mengancam nyawa. Salah satu tindakan untuk penanganan gagal ginjal adalah dengan hemodialisis (Sja,bani dkk,2012).

Penelitian yang dilakukan oleh Semaan V et,al (2018) dari 90 pasien yang dilakukan hemodialisis 40,8 % diantaranya mengalami depresi dan 39,6 % mengalami ansietas .Berdasarkan survey pendahuluan pada tahun 2019 diruang Hemodialisa RSUD. Dr. Soedomo Trenggalek diperoleh data rata-rata kunjungan pasien gagal ginjal perbulan yang melakukan hemodialisis ada 60 pasien dan 40 % diantaranya adalah pasien yang mengalami gagal ginjal dengan hipertensi. Dan berdasar survey awal kepada 5 pasien yang dilakukan wawancara pada bulan oktober 2018 pasien hemodialisis cemas dan mengeluh jenuh ketika mengikuti lama proses tindakan .

Penanganan ansietas pada pasien yang dilakukan hemodialisis sangat diperlukan untuk mendukung keberhasilan tindakan itu sendiri. Hasil penelitian yang dilakukan oleh Musavian et,al (2018) menyebutkan tindakan intradialitik exercise berperan positif pada tekanan darah dan dapat menurunkan kadar fosfor dan kalium serum pada pasien intradialitik dan penelitian yang dilakukan oleh Hariyanto,A (2019) pada pasien yang dilakukan *Intradialitik Exercise* dan *Foot Hand Massage* yang melibatkan keluarga berdampak positif terhadap ansietas pasien.

Kegiatan Pengabdian Masyarakat ini bertujuan untuk meningkatkan kualitas hidup pasien dengan melibatkan keluarga, memberikan pengetahuan ketrampilan keluarga mengatasi kecemasan dengan senam ringan dan pijat relaksasi *Intradialitik Exercise* dan *Foot Hand Massage* pada pasien gagal ginjal yang dilakukan Hemodialisis.

Metode kegiatan Pengabdian ini meliputi: a) Pendidikan Kesehatan kepada pasien dan keluarga gagal ginjal yang dilakukan Hemodialisis. b) pengukuran pengetahuan tentang manfaat dan tujuan *Intradialitik Exercise* dan *Foot Hand Massage*. c) Pelibatan keluarga secara langsung tindakan *Intradialitik Exercise* dan *Foot Hand Massage* d.Pengukuran hasil tindakan *Intradialitik Exercise* dan *Foot Hand Massage* terhadap tekanan darah, nadi, respirasi dan kecemasan

BAB 1

PENDAHULUAN

1.1 Latar Belakang

Gagal ginjal merupakan penyakit renal tahap akhir yang progresif dan irreversibel yang bila tidak mendapatkan penanganan yang tepat dapat mengancam nyawa. Salah satu tindakan untuk penanganan gagal ginjal adalah dengan hemodialisis (Sja,bani dkk,2012).

Penelitian yang dilakukan oleh Semaan V et,al (2018) dari 90 pasien yang dilakukan hemodialisis 40,8 % diantaranya mengalami depresi dan 39,6 % mengalami ansietas . Berdasarkan survey pendahuluan pada tahun 2019 diruang Hemodialisa RSUD. Dr. Soedomo Trenggalek diperoleh data rata-rata kunjungan pasien gagal ginjal perbulan yang melakukan hemodialisis ada 60 pasien dan 40 % diantaranya adalah pasien yang mengalami gagal ginjal dengan hipertensi. Dan berdasar survey awal kepada 5 pasien yang dilakukan wawancara pada bulan oktober 2019 pasien hemodialisis cemas dan mengeluh jenuh ketika mengikuti lama proses tindakan.

Penanganan ansietas pada pasien yang dilakukan hemodialisis sangat diperlukan untuk mendukung keberhasilan tindakan itu sendiri. Hasil penelitian yang dilakukan oleh Musavian et,al (2018) menyebutkan tindakan intradialitik exercise berperan positif pada tekanan darah dan dapat menurunkan kadar fosfor dan kalium serum pada pasien intradialitik dan penelitian yang dilakukan oleh Hariyanto,A (2019) pada pasien yang dilakukan Intradialitik Exercise dan Foot Hand Massage yang melibatkan keluarga berdampak positif terhadap ansietas pasien.

Kegiatan Pengabdian Masyarakat ini bertujuan untuk meningkatkan kualitas hidup pasien dengan melibatkan keluarga, memberikan pengetahuan ketrampilan keluarga mengatasi kecemasan dengan senam ringan dan pijat relaksasi Intradialitik Exercise dan Foot Hand Massage pada pasien gagal ginjal yang dilakukan Hemodialisis.

Metode kegiatan Pengabdian ini meliputi: a) Pendidikan Kesehatan kepada pasien dan keluarga gagal ginjal yang dilakukan Hemodialisis. b) Melatih pasien dan keluarga pelaksanaan Intradialitik Exercise dan Foot Hand Massage. c) Mempraktekkan secara langsung tindakan Intradialitik Exercise dan Foot Hand Massage d. Pengukuran hasil tindakan Intradialitik Exercise dan Foot Hand Massage terhadap ansietas

Pemberdayaan adalah proses pemberian informasi secara terus-menerus dan berkesinambungan mengikuti perkembangan sasaran, serta proses membantu sasaran agar sasaran tersebut berubah dari tidak tahu menjadi tahu atau sadar (aspek knowledge), dari tahu menjadi mau (aspek attitude), dan dari mau menjadi mampu melaksanakan perilaku yang diperkenalkan (aspek practice). Sasaran utama dari pemberdayaan adalah individu dan keluarga serta kelompok masyarakat.

1.2 Analisis Situasi

Hasil studi pendahuluan bulan oktober pada tahun 2019 di ruang Hemodialisa RSUD. Dr. Soedomo Trenggalek diperoleh data rata-rata kunjungan pasien gagal ginjal perbulan yang melakukan hemodialisis ada 60 pasien dan 40 % diantaranya adalah pasien yang mengalami gagal ginjal dengan hipertensi. Dan berdasar survey awal kepada 5 pasien yang dilakukan wawancara pada bulan oktober 2019 pasien hemodialisis cemas dan mengeluh jenuh ketika mengikuti lama proses tindakan. Pada pasien yang mengalami penyakit fisik atau seperti gagal ginjal yang memerlukan tindakan hemodialisis sangat memungkinkan terjadi ansietas

Hasil penelitian yang dilakukan oleh Musavian et,al (2018) menyebutkan tindakan intradialitik exercise berperan positif pada tekanan darah dan dapat menurunkan kadar fosfor dan kalium serum pada pasien intradialitik dan penelitian yang dilakukan oleh Hariyanto,A (2019) pada pasien yang dilakukan Intradialitik Exercise dan Foot Hand Massage yang melibatkan keluarga berdampak positif terhadap ansietas pasien, berdampak positif terhadap tekanan darah, nadi dan respirasi pada pasien gagal ginjal yang dilakukan hemodialisis.

Dengan adanya permasalahan tersebut diatas dan hasil penelitian Intradialitik Exercise dan Foot Hand Massage berdampak positif terhadap ansietas pasien, berdampak positif terhadap tekanan darah, nadi dan respirasi pada pasien gagal ginjal yang dilakukan hemodialisis.

Sehubungan dengan hal tersebut maka perlunya tindak lanjut hasil penelitian untuk diaplikasikan kepada masyarakat dalam hal ini pelibatan keluarga dalam mengatasi kecemasan dengan intradialitik exercise dan foot hand massage untuk peningkatan kualitas hidup pada pasien gagal ginjal yang dilakukan hemodialisis di RSUD. Dr. Soedomo Trenggalek.

1.3 Permasalahan Mitra

Permasalahan di mitra dalam hal ini Ruang Hemodialisa RSUD Dr. Soedomo Trenggalek :

- 1.3.1 Belum tersosialisasi secara menyeluruh manfaat positif kepada pasien tindakan *intradialitik exercise* dan *foot hand massage* pada pasien gagal ginjal yang dilakukan hemodialisis di RSUD. Dr. Soedomo Trenggalek.
- 1.3.2 Belum tersosialisasi secara menyeluruh tindakan intradialitik exercise dan foot hand massage pada pasien gagal ginjal yang dilakukan hemodialisis di RSUD. Dr. Soedomo Trenggalek.
- 1.3.3 Perlunya peningkatan pengetahuan tentang tindakan intradialitik exercise pada pasien gagal ginjal yang dilakukan hemodialisis di RSUD. Dr. Soedomo Trenggalek.
- 1.3.4 Perlunya bimbingan teknis secara menyeluruh tindakan intradialitik exercise pada pasien gagal ginjal yang dilakukan hemodialisis di RSUD. Dr. Soedomo Trenggalek.
- 1.3.5 Belum terwujudnya Standart Operasional Prosedur penanganan ansietas secara keperawatan pada pasien yang akan dilakukan hemodialisis di RSUD. Dr. Soedomo Trenggalek.

BAB 2

SOLUSI DAN TARGET LUARAN

2.1 Solusi

Untuk mengatasi permasalahan-permasalahan yang dihadapi oleh institusi mitra Ruang Hemodialisa RSUD. Dr, Soedomo Trenggalek pada bab I solusi yang direncanakan adalah:

- 2.1.1 Pendidikan Kesehatan kepada pasien dan keluarga gagal ginjal yang dilakukan Hemodialisis.
- 2.1.2 Melatih pasien dan keluarga pelaksanaan Intradialitik Exercise dan Foot Hand Massage. Pendidikan Kesehatan:
- 2.1.3 Mempraktekkan secara langsung tindakan Intradialitik Exercise dan Foot Hand Massage
- 2.1.4 Pengukuran hasil tindakan Intradialitik Exercise dan Foot Hand Massage terhadap ansietas

2.2 Target Luaran

Target luaran yang direncanakan dalam kegiatan Pengabdian kepada Masyarakat ini adalah:

Tabel 1 Rencana Target Capaian Luaran

No.	Jenis Luaran	Indikator Capaian
1.	Publikasi ilmiah di jurnal/prosiding	Submitted
2.	Publikasi pada media masa (cetak/elektronik)	Tidak ada
3.	Peningkatan omzet pada mitra yang bergerak dalam bidang ekonomi	Tidak ada
4.	Peningkatan kuantitas dan kualitas produk	Tidak ada
5.	Peningkatan pemahaman dan ketrampilan masyarakat	Ada
6.	Peningkatan keterampilan/kesehatan	Ada

	masyarakat (mitra masyarakat umum)	
7.	Jasa, model, rekayasa sosial, sistem, produk/barang	Tidak ada
8.	Hak kekayaan intelektual (paten, paten sederhana, hak cipta, merek dagang, rahasia dagang, desain produk industri, perlindungan varietas tanaman, perlindungan topografi)	Ada
9.	Kerjasama	Tidak ada

BAB 3

METODE PELAKSANAAN

3.1 Tujuan Kegiatan

3.1.1 Tujuan umum

untuk meningkatkan pengetahuan dan keterampilan keluarga dalam mengatasi kecemasan pada pasien gagal ginjal yang dilakukan hemodialisis dengan intradialitik exercise dan foot and hand massage.

3.1.2 Tujuan khusus

- 1) Meningkatkan pengetahuan pasien dan keluarga tentang manfaat dan tujuan intradialitik exercise dan foot and hand massage
- 2) Terukurnya tekanan darah, nadi, repirasi pasien gagal ginjal yang dilakukan hemodialisis
- 3) Terukurnya ansietas pasien gagal ginjal yang dilakukan hemodialisis

3.2 Manfaat Kegiatan

3.2.1 Untuk Pasien

Pasien lebih rileks dan kecemasan menurun mendukung kelancaran tindakan hemodialisis

3.2.2 Untuk Keluarga

Pengetahuan dan keterampilan dalam penanganan ansietas menghadapi hemodialisa meningkat

3.2.3 Untuk Lahan

Peningkatan kualitas pelayanan keperawatan

3.2.4 Untuk Dosen:

Dihasilkannya Karya Pengabdian Masyarakat dalam bentuk artikel yang dipublikasikan di Jurnal Nasional ber ISSN dan dapat dipakai sebagai bahan pengajaran dan bimbingan dalam proses pembelajaran

3.3 Khalayak Sasaran

Pasien dan keluarga yang mengikuti hemodialisa di Ruang hemodialisa

3.4 Kepanitiaan Dan Pelaksana Kegiatan

Susunan kepanitiaan dalam kegiatan Pengabdian kepada masyarakat ini adalah :

- a. Penanggung jawab/Pembina : 1. Direktur Politeknik Kesehatan Malang
2. Ketua Jurusan Keperawatan
3. Ketua Unit Pengabmas
- b. Ketua : Awan Hariyanto, S.Kep.Ns.M.Kes
- c. Anggota 1 : Mimik Christiani,S.ST.,M.Kes
- d. Anggota 2 : Arik Subeti,S.Pd.,S.Kep
- e. Anggota mahasiswa : 1) Isthikomah (Mahasiswa)
2) Breatne Helen (Mahasiswa)

3.5 Metode Pengabdian

3.5.1 Persiapan

- a. Studi pendahuluan
- b. Koordinasi dengan lahan dan sasaran
- c. Mengurus perizinan

3.5.2 Pelaksanaan

- a. Pendidikan Kesehatan kepada pasien dan keluarga gagal ginjal yang dilakukan Hemodialisis.
- b. Melatih pasien dan keluarga pelaksanaan Intradialitik Exercise dan Foot Hand Massage.
- c. Mempraktekkan secara langsung tindakan Intradialitik Exercise dan Foot Hand Massage
- d. Pengukuran hasil tindakan Intradialitik Exercise dan Foot Hand Massage terhadap ansietas

3.5.3 Evaluasi

- a. Evaluasi tingkat pengetahuan sebelum dan sesudah pendidikan kesehatan
- b. Evaluasi kecemasan, tekanan darah , nadi respirasi

3.6 Tempat Dan Waktu

3.6.1 Tempat Kegiatan

Kegiatan Pengabdian Masyarakat ini akan dilaksanakan di ruang Hemodialisa RSUD Dr. Soedomo Trenggalek

3.6.2 Waktu Kegiatan

Kegiatan mulai survei lokasi sampai pembuatan laporan akan dilaksanakan pada bulan Juni sampai dengan Agustus 2022 (sesuai dengan kalender kegiatan)

3.7 Alat Dan Bahan Yang Dibutuhkan

Alat dan bahan yang dibutuhkan dalam kegiatan pengabdian kepada masyarakat ini adalah :

- 3.7.1 ATK untuk observasi pelaksanaan pengabdian masyarakat *Intradialitik Exercise* dan *Foot Hand Massage*
- 3.7.2 Sound Sistem lengkap
- 3.7.3 Video
- 3.7.4 Media Penyuluhan (Laptop, LCD, Layar)
- 3.7.5 Alat Tulis kantor untuk pembuatan proposal dan laporan
- 3.7.6 Alat habis pakai (tisu, lotion,antis,masker, hand saniteser, handuk,handsaniteser,face shiel, baju APD)

3.8 Evaluasi Pelaksanaan

Evaluasi dilakukan untuk masing-masing kegiatan dengan:

- 3.8.1 Evaluasi pengetahuan tentang manfaat dan tujuan *Intradialitik Exercise* dan *Foot Hand Massage* dilakukan dengan pre dan post kuesioner
- 3.8.2 Melakukan evaluasi pengukuran kecemasan
- 3.8.3 Melakukan pengukuran tekanan darah , nadi, respirasi,

3.9 Pelaporan

Pelaporan kegiatan, akan di laporkan sebanyak 2 kali :

3.9.1 Laporan progres pelaksanaan.

Dilaksanakan pada bulan juli 2022

3.9.2 Laporan Akhir kegiatan.

Dilaksanakan pada bulan Agustus 2022

BAB 4
BIAYA DAN JADUAL PENGABMAS

4.1 Anggaran Belanja

Perincian pengeluaran anggaran Pengabdian Masyarakat ini adalah:

MAK	PENERIMA	URAIAN	Tgl Bukti	Nomor Jurusan	Jumlah	Pajak yang dipungut Bendahara Pengeluaran	
						PPN	PPh
'52121 9	Awan Hariyanto, dkk	Transport Pengurusan Ijin Ke Kesbangpol	22/04/2022	1	150.000		
'52121 9	Awan Hariyanto, dkk	Transport Pengambilan Ijin Ke Kesbangpol	28/04/2022	2	150.000		
521219	Andayani Swalayan Trenggalek	Belanja Bahan berupa Handuk Terry Palmer KCL, Antis spray 55ML J Nipis, Dettol BW Cool ICY Mint 300ML dalam rangka pengabdian masyarakat dengan judul Upaya Pemberdayaan Keluarga Dalam Mengatasi Kecemasan Dengan Intradialitik Exercise Dan Foot Hand MAssage Untuk Peningkatan Kualitas Hidup Pada Pasien Gagal Ginjal Yang dilakukan Hemodialisis di RSUD dr Soedomo Trenggalek	18/06/2022	3	2.400.000	237.800	32435

	Toko Buku Sehati	Belanja Bahan ATK Kertas A4 80Gram Sidu Tinta Printer ink Mate Flasdisk 16 GB Sundisk Map Eksklusif Bolpoint Joiko Amplop Besar Air mail dalam rangka Pelaksanaan pengabdian masyarakat dengan judul Upaya Pemberdayaan Keluarga Dalam Mengatasi Kecemasan Dengan Intradialitik Exercise Dan Foot Hand MASSage Untuk Peningkatan Kualitas Hidup Pada Pasien Gagal Ginjal Yang dilakukan Hemodialisis di RSUD dr Soedomo Trenggalek	19/06/2022	4	596.000		
	Tahes Copy Center	Penggandaan Kuesioner dalam rangka Pelaksanaan pengabdian masyarakat dengan judul Upaya Pemberdayaan Keluarga Dalam Mengatasi Kecemasan Dengan Intradialitik Exercise Dan Foot Hand MASSage Untuk Peningkatan Kualitas Hidup Pada Pasien Gagal Ginjal Yang dilakukan Hemodialisis di RSUD dr Soedomo Trenggalek	29/06/2022	5	180.000		
521219	RSUD dr Soedomo Trenggalek	Belanja Jasa Ijin Mitra Pengabdian Masarakat	01/07/2022	6	1.000.000		

521219	Mitra Jaya	Belanja Pembelian Barang berupa Faceshield kaca mata, masker earlop, aseptik gel plus pum, sarung tangan saveglove L, Baju APD Kodaichi dalam rangka Pelaksanaan pengabdian masyarakat dengan judul Upaya Pemberdayaan Keluarga Dalam Mengatasi Kecemasan Dengan Intradialitik Exercise Dan Foot Hand MASSage Untuk Peningkatan Kualitas Hidup Pada Pasien Gagal Ginjal Yang dilakukan Hemodialisis di RSUD dr Soedomo Trenggalek	03/07/2022	7	2.360.700	233.745	31.905
521219	Gusti, Nasi Kotak, aneka kue basah dan kering	Belanja Pembelian Konsumsi dalam rangka Pelaksanaan pengabdian masyarakat dengan judul Upaya Pemberdayaan Keluarga Dalam Mengatasi Kecemasan Dengan Intradialitik Exercise Dan Foot Hand MASSage Untuk Peningkatan Kualitas Hidup Pada Pasien Gagal Ginjal Yang dilakukan Hemodialisis di RSUD dr Soedomo Trenggalek	07/07/2022	8	1.025.000		21.000
521219	Andik Yulianto dkk	Transport Kader dalam rangka pengabdian masyarakat dengan judul Upaya Pemberdayaan Keluarga Dalam Mengatasi Kecemasan Dengan Intradialitik Exercise Dan Foot Hand MASSage Untuk Peningkatan Kualitas Hidup Pada Pasien Gagal Ginjal Yang dilakukan Hemodialisis di RSUD dr Soedomo Trenggalek	10/07/2022	9	2.250.000		
521219	Tahes Copy Center	Belanja Penggandaan Laporan Kemajuan Pengabmas	06/08/2022	10	180.000		

521219	Tahes Copy Center	Belanja Bahan penggantian hasil pelaksanaan dalam rangka pengabdian masyarakat dengan judul Upaya Pemberdayaan Keluarga Dalam Mengatasi Kecemasan Dengan Intradialitik Exercise Dan Foot Hand MAssage Untuk Peningkatan Kualitas Hidup Pada Pasien Gagal Ginjal Yang dilakukan Hemodialisis di RSUD dr Soedomo Trenggalek	06/08/2022	11	360.000		
Jumlah					10.651.700	471.585	84.840

4.2 Jadwal Pelaksanaan Kegiatan

Pelaksanaan kegiatan Pengabdian Kepada Masyarakat ini sebagai berikut:

4.1.1 Kalender Kegiatan

Kegiatan	Tahun 2022											
	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12
Study Pendahuluan	■	■										
Pengurusan Ijin			■	■								
Rapat Koordinasi				■								
Pelaksanaan					■	■	■	■				
Evaluasi								■				
Pembuatan Laporan								■				

BAB 5

HASIL DAN PEMBAHASAN

A. Hasil Pengabdian Masyarakat

Pelaksanaan pengabdian masyarakat ini merupakan kelanjutan dari hasil penelitian sebelumnya, pengabdian masyarakat ini dilaksanakan mulai persiapan pada bulan juni 2022 yang diawali studi awal dan koordinasi dengan mitra yaitu Unit Hemodialisa RSUD. Dr. Soedomo Trenggalek. Pelaksanaan peabdian masyarakat ini meliputi kegiatan Pendidikan kesehatan kepada keluarga pasien, pelibatan langsung keluarga dalam memberikan tindakan berupa senam ringan dan pelaksanaan pijat refleksi pada tangan dan kaki dengan tujuan relaksasi, mengatasi kejenuhan, kecemasan dan juga melakukan pengukuran observasi tekanan darah, nadi, respirasi .Adapun kegiatan yang telah dilaksanakan meliputi :

- a. Pelaksanaan pengabdian masyarakat diawali dengan melakukan koordinasi dengan kepala ruang dan perawat Unit Hemodialisa RSUD. Dr. Soedomo Trenggalek pada bulan juni 2022
- b. Menentukan jadwal pelaksanaan sesuai kebijakan ruang Hemodialisa kegiatan pengabdian masyarakat
- c. Melakukan sosialisasi kepada keluarga dan partisipan pasien hemodilisa sejumlah 30 partisipan
- d. Pelaksanaan pengabdian masyarakat ini melibatkan tenaga pendidikan dan mahasiswa dan kader
- e. Proses pelaksanaan diawali dengan mengukur pengetahuan tentang intradialitik exercise dan foot hand massage kemudian memberikan Pendidikan Kesehatan kepada keluarga manfaat dan tujuan tindakan dilakukan intradialitik exercise dan foot hand massage dan melakukan pengukuran pengetahuan keluarga setelah dilakukan healt education

Sedangkan untuk partisipan pelaksanaan diawali sebelum dilakukan pemasangan alat hemodialisa partisipan dilakukan pengukuran tekanan darah , nadi, respirasi dan kecemasan .

Setelah pengukuran awal kemudian partisipan melakukan senam ringan intradialitik exercise yang dilakukan didampingi kader dan keluarga dengan mengikuti gerakan pemutaran video selama kurang lebih 10 menit Setelah melakukan senam ringan ringan intradialitik exercise pasien dipasang alat hemodialisa.

Pada saat Tindakan hemodialisa berjalan keluarga pasien melakukan pijat pada tangan dan kaki partisipan dengan mengikuti video yang diputar yang telah disediakan dengan pendampingan dari perawat dan kader selama kurang lebih 10 menit

- f. Monitoring evaluasi pelaksanaan pengabdian masyarakat ini dilakukan setelah selesai Tindakan hemodialisa dan diukur Kembali tekanan darah, nadi, respirasi dan kecemasan partisipan

Hasil pengukuran didokumentasikan dan disampaikan kepada keluarga partisipan

- g. Keluarga pasien diperbolehkan mendapat video yang difasilitasi dari pihak mitra Unit Hemodialisa RSUD. Dr.Soedomo Trenggalek

Hasil pengabdian masyarakat ini terbagi menjadi data umum dan data khusus, data umum terdiri dari umur, jenis kelamin , pendidikan , pekerjaan, frekuensi Tindakan hemodialisa sedangkan data khusus meliputi pengetahuan, tekanan darah, nadi, respirasi, ansietas yang diobservasi sebelum dan sesudah pelaksanaan pengabdian masyarakat. Untuk laporan pengolahan data menggunakan SPSS dengan hasil sebagai berikut :

5.1 Data Umum Partisipan Pengabdian Masyarakat

Tabel 5.1. Umur partisipan

		Umur			Cumulative
		Frequency	Percent	Valid Percent	Percent
Valid	Umur 20 - 30 tahun	2	6.7	6.7	6.7
	Umur 31 - 40 tahun	5	16.7	16.7	23.3

Umur 41 - 50 tahun	7	23.3	23.3	46.7
lebih 50 tahun	16	53.3	53.3	100.0
Total	30	100.0	100.0	

Pada table 5.1 menunjukkan dari 30 partisipan pasien hemodialisa di RSUD Dr. Soedomo Trenggalek , 16 partisipan (46.7%) berumur lebih dari 50 tahun

Tabel 5.2 Jenis kelamin

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	Laki laki	21	70.0	70.0	70.0
	Perempuan	9	30.0	30.0	100.0
	Total	30	100.0	100.0	

Pada table 5.2 menunjukkan dari 30 partisipan pasien hemodialisa di RSUD Dr. Soedomo Trenggalek , 21 partisipan (70 %) jenis kelamin laki -laki, 9 partisipan (30%) perempuan

Tabel 5.3 Tingkat Pendidikan Partisipan

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	SMP	9	30.0	30.0	30.0
	SMA	20	66.7	66.7	96.7
	PT	1	3.3	3.3	100.0
	Total	30	100.0	100.0	

Pada table 5.3 menunjukkan dari 30 partisipan pasien hemodialisa di RSUD Dr. Soedomo Trenggalek , 20 partisipan (66,7 %) mayoritas Pendidikan SMA sederajat

Tabel 5.4 Jenis Pekerjaan Partisipan

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	Swasta	23	76.7	76.7	76.7

Lainnya	7	23.3	23.3	100.0
Total	30	100.0	100.0	

Pada table 5.4 menunjukkan dari 30 partisipan pasien hemodialisa di RSUD Dr. Soedomo Trenggalek , 23 partisipan (76,7 %) mayoritas pekerjaannya swasta.

Tabel 5.5 Frekuensi Tindakan Hemodialisa Partisipan

		Tindakan HD Ke			Cumulative
		Frequency	Percent	Valid Percent	Percent
Valid	HD 1-10 kali	1	3.3	3.3	3.3
	HD11-50 kali	6	20.0	20.0	23.3
	HD51-100 kali	4	13.3	13.3	36.7
	HD lebih > 100	19	63.3	63.3	100.0
	Total	30	100.0	100.0	

Pada table 5.5 menunjukkan dari 30 partisipan pasien hemodialisa di RSUD Dr. Soedomo Trenggalek , 19 partisipan (63,3 %) sudah pernah melakukan Tindakan hemodialisa lebih dari 100 kali tindakan cuci darah

5.2 Data Khusus Partisipan Pengabdian Masyarakat

Tabel 5.6 Pengetahuan keluarga partisipan tentang manfaat tujuan Intradialitik Exercise Foot Hand Massage

		Ranks		
		N	Mean Rank	Sum of Ranks
Pengetahuan partisipan (post) - Pengetahuan partisipan (pre)	Negative Ranks	0 ^a	.00	.00
	Positive Ranks	30 ^b	15.50	465.00
	Ties	0 ^c		
	Total	30		

- Pengetahuan partisipan (post) < Pengetahuan partisipan (pre)
- Pengetahuan partisipan (post) > Pengetahuan partisipan (pre)
- Pengetahuan partisipan (post) = Pengetahuan partisipan (pre)

Test Statistics^a

	Pengetahuan partisipan (post) - Pengetahuan partisipan (pre)
Z	-4.785 ^b
Asymp. Sig. (2-tailed)	.000

a. Wilcoxon Signed Ranks Test

b. Based on negative ranks.

Pada table 5.6 menunjukkan dari 30 partisipan pasien hemodialisa di RSUD Dr. Soedomo Trenggalek , 30 partisipan pengetahuan meningkat setelah dilakukan Pendidikan Kesehatan

Tabel 5.7 Tabel Tekanan Darah Sistole Partisipan

		Ranks		
		N	Mean Rank	Sum of Ranks
Tekanan Darah Sistole (post) - Tekanan Darah Sistole (pre)	Negative Ranks	14 ^a	10.79	151.00
	Positive Ranks	4 ^b	5.00	20.00
	Ties	12 ^c		
	Total	30		

a. Tekanan Darah Sistole (post) < Tekanan Darah Sistole (pre)

b. Tekanan Darah Sistole (post) > Tekanan Darah Sistole (pre)

c. Tekanan Darah Sistole (post) = Tekanan Darah Sistole (pre)

Test Statistics^a

	Tekanan Darah Sistole (post) - Tekanan Darah Sistole (pre)
Z	-2.903 ^b
Asymp. Sig. (2-tailed)	.004

a. Wilcoxon Signed Ranks Test

b. Based on positive ranks.

Pada table 5.7 menunjukkan dari 30 partisipan pasien hemodialisa di RSUD Dr. Soedomo Trenggalek , 14 partisipan tekanan darah systole turun, 12 partisipan

tekanan darah tetap setelah mendapatkan tindakan Intradialitik Exercise Foot Hand Massage

Tabel 5.8 Tekanan Darah Diastole Partisipan

		Ranks		
		N	Mean Rank	Sum of Ranks
Tekanan Darah Diastole (post) - Tekanan Darah Diastole (pre)	Negative Ranks	8 ^a	6.50	52.00
	Positive Ranks	4 ^b	6.50	26.00
	Ties	18 ^c		
	Total	30		

a. Tekanan Darah Diastole (post) < Tekanan Darah Diastole (pre)

b. Tekanan Darah Diastole (post) > Tekanan Darah Diastole (pre)

c. Tekanan Darah Diastole (post) = Tekanan Darah Diastole (pre)

Test Statistics^a

Tekanan Darah Diastole (post) - Tekanan Darah Diastole (pre)	
Z	-1.155 ^b
Asymp. Sig. (2-tailed)	.248

a. Wilcoxon Signed Ranks Test

b. Based on positive ranks.

Pada table 5.8 menunjukkan dari 30 partisipan pasien hemodialisa di RSUD Dr. Soedomo Trenggalek , 18 partisipan tekanan darah distole tetap atau stabil, 8 partisipan tekanan darah turun setelah mendapatkan tindakan Intradialitik Exercise Foot Hand Massage

Tabel 5.9 Nadi Partisipan

		Ranks		
		N	Mean Rank	Sum of Ranks
Nadi (post) - Nadi (pre)	Negative Ranks	13 ^a	9.73	126.50
	Positive Ranks	5 ^b	8.90	44.50
	Ties	12 ^c		
	Total	30		

a. Nadi (post) < Nadi (pre)

b. Nadi (post) > Nadi (pre)

c. Nadi (post) = Nadi (pre)

Test Statistics^a

Nadi (post) - Nadi (pre)	
Z	-1.836 ^b
Asymp. Sig. (2-tailed)	.066

a. Wilcoxon Signed Ranks Test

b. Based on positive ranks.

Pada table 5.9 menunjukkan dari 30 partisipan pasien hemodialisa di RSUD Dr. Soedomo Trenggalek , 13 partisipan nadi turun , 12 partisipan nadi tetap atau stabil setelah mendapatkan tindakan Intradialitik Exercise Foot Hand Massage

Tabel 5.10 Respirasi Partisipan

Ranks		N	Mean Rank	Sum of Ranks
Respirasi (post) - Respirasi (pre)	Negative Ranks	12 ^a	7.46	89.50
	Positive Ranks	1 ^b	1.50	1.50
	Ties	17 ^c		
	Total	30		

a. Respirasi (post) < Respirasi (pre)

b. Respirasi (post) > Respirasi (pre)

c. Respirasi (post) = Respirasi (pre)

Test Statistics^a

Respirasi (post) - Respirasi (pre)	
Z	-3.244 ^b
Asymp. Sig. (2-tailed)	.001

a. Wilcoxon Signed Ranks Test

b. Based on positive ranks.

Pada table 5.10 menunjukkan dari 30 partisipan pasien hemodialisa di RSUD Dr. Soedomo Trenggalek , 12 partisipan respirasi turun , 17 partisipan respirasi tetap atau stabil setelah mendapatkan tindakan Intradialitik Exercise Foot Hand Massage

Tabel 5.11 Kecemasan Partisipan

		Ranks		
		N	Mean Rank	Sum of Ranks
Kecemasan (post) - Kecemasan (pre)	Negative Ranks	13 ^a	7.00	91.00
	Positive Ranks	0 ^b	.00	.00
Ties		17 ^c		
Total		30		

- a. Kecemasan (post) < Kecemasan (pre)
- b. Kecemasan (post) > Kecemasan (pre)
- c. Kecemasan (post) = Kecemasan (pre)

Test Statistics^a

Kecemasan (post) - Kecemasan (pre)	
Z	-3.606 ^b
Asymp. Sig. (2-tailed)	.000

- a. Wilcoxon Signed Ranks Test
- b. Based on positive ranks.

Pada table 5.11 menunjukkan dari 30 partisipan pasien hemodialisa di RSUD Dr. Soedomo Trenggalek , 13 partisipan ansietas turun , 17 partisipan ansietas tetap setelah mendapatkan tindakan Intradialitik Exercise Foot Hand Massage

B. Pembahasan Hasil Pengabdian Masyarakat

a) Karakteristik Partisipan

Dari hasil pengabdian masyarakat ini berdasarkan dari data umum partisipan pasien hemodialisa di Unit Hemodialisa RSUD. Dr. Soedomo Trenggalek mayoritas (46.7%) berumur lebih dari 50 tahun, untuk pekerjaan (76,7 %) mayoritas swasta, partisipan mayoritas (70 %) laki-laki , Sebagian besar (66,7%) berpendidikan SMA sederajat, dan mayoritas partisipan (63,3%) telah melakukan Tindakan HD lebih dari 50 kali.

Kejadian gagal ginjal salah satunya bisa dipengaruhi oleh umur dan pekerjaan, dalam Hariyanto A dkk (2022) menyebutkan bahwa gagal

ginjal banyak terjadi pada penderita usia diatas 30 tahun dan pekerjaan juga mempengaruhi kerja ginjal, pekerjaan dengan lebih banyak duduk atau berdiri lama dan lingkungan yang tidak menyediakan cukup air sebagai asupan mempengaruhi kerja ginjal menjadi berat.

Hal ini sangat dimungkinkan bahwa berdasar karakteristik partisipan dari data umum sangat sesuai dengan teori pendapat dari ahli bahwa factor yang berpengaruh pada pasien yang mengalami gagal ginjal diantaranya salah satunya adalah usia, dan pekerjaan.

b) Pengetahuan Partisipan

Dari hasil pengabdian masyarakat dalam hal Pendidikan Kesehatan tentang manfaat dan tujuan Tindakan intradialitik exercise dan foot hand massage keseluruhan (100%) 30 partisipan pengetahuan meningkat dan keluarga bisa langsung mempraktekkannya kepada partisipan dengan mengikuti pemutaran video .

Notoatmojo (2007) menyebutkan bahwa penyuluhan Kesehatan seperti Pendidikan Kesehatan merupakan media promosi Kesehatan yang dapat berpengaruh pada pengetahuan yang diperoleh.

Peningkatan pengetahuan ini diduga juga dipengaruhi oleh tingkat Pendidikan dimana partisipan mayoritas SMA sehingga mudah menerima hal yang baru yang sifatnya berdampak positif pada keadaan Kesehatan partisipan sendiri. Peningkatan pengetahuan ini juga sangat dimungkinkan dari media yang digunakan dengan LCD dan pemutaran video.

c) Tekanan Darah, Nadi, Respirasi Partisipan

Pada hasil pelaksanaan pengabdian masyarakat berdasar data khusus,tindakan Intradialitik Exercise Foot Hand Massage menunjukkan berdampak positif pada partisipan yaitu berdampak positif stabil pada tanda – tanda vital tekanan darah , nadi dan respirasi , Tindakan keperawatan dalam bentuk senam ringan dan pijat refleksi pada area tangan dan kaki yang memberdayakan keluarga sebagai pelaksana pemijatan memberikan dampak perhatian sentuhan pada partisipan secara langsung.

Berdasarkan observasi setelah pelaksanaan senam ringan dan pemijatan refleksi berdampak positif pada tanda-tanda vital yaitu tekanan darah systole, diastole, nadi, dan respirasi lebih stabil.

Dari 30 partisipan yang diobservasi setelah tindakan, 14 partisipan tekanan darah systole turun dan 12 diantaranya stabil, sedangkan untuk tekanan darah diastole menunjukkan dari 30 partisipan pasien hemodialisa di RSUD Dr. Soedomo Trenggalek, 18 partisipan tekanan darah distole tetap atau stabil, 8 partisipan tekanan darah turun.

Hasil observasi nadi menunjukkan dari 30 partisipan pasien hemodialisa di RSUD Dr. Soedomo Trenggalek, 13 partisipan nadi turun, 12 partisipan nadi tetap atau stabil setelah mendapatkan tindakan Intradialitik Exercise Foot Hand Massage, sedangkan untuk respirasi dari 30 partisipan, 12 partisipan respirasi turun, 17 partisipan respirasi stabil.

Hasil penelitian oleh Jeong, et al (2018) menyebutkan bahwa Tindakan intradialitik exercise dapat menstabilkan hemodinamik dan pendapat dari C.A.O Callaghan (2009) menuliskan bahwa massage dapat mejnjadikan efek relaksasasi. Sugiarti wiwit (2018) menyampaikan bahwa Intradialitik Exercise dapat dilakukan pada fase awal Tindakan hemodialisis.

Pemberdayaan keluarga melalui keterlibatan dalam pendampingan secara langsung pada keluarga yang dilakukan tindakan hemodialisa sangat penting dan diperlukan karena dapat menimbulkan motivasi dan partisipan merasa dipedulikan mendapat perhatian sebagai semangat hidup. Selain itu senam ringan Intradialitik Exercise berdampak positif pada partisipan menciptakan stabil pada tanda-tanda vital yaitu tekanan darah, nadi dan respirasi.

d) Kecemasan Partisipan

Pada pasien yang dilakukan medis seperti hemodialisis dapat menimbulkan kecemasan baik itu berdampak cemas berat maupun ringan, pada data umum partisipan diperoleh data mayoritas sudah pernah melakukan tindakan hemodialisis lebih dari 50 kali tindakan. Dan dari 30

partisipan pasien hemodialisa di RSUD Dr. Soedomo Trenggalek , 13 partisipan ansietas turun , 17 partisipan ansietas tetap setelah mendapatkan tindakan Intradialitik Exercise Foot Hand Massage.

Hasil penelitian oleh Rasie,H et.all (2014) program latihan Intradialitik Exercise dapat meningkatkan kualitas hidup dan menurunkan tingkat depresi dan kecemasan. Lee YM (2011) dalam penelitiannya massage pada kaki efektif mengurangi kelelahan, dan mengurangi stress meningkatkan suhu kulit. Pendapat lain dari Kozier,et,all (2010) Teknik relaksasi dapat menetralkan respon general adaption sindrom yang berpengaruh pada penurunan kecemasan.

Sentuhan dari keluarga dalam melakukan pijat dan juga pendampingan keluarga dalam melakukan senam ringan intradialitik exercise sangat diperlukan guna mendukung motivasi pada klien yang mengaalami gagal ginjal hemodialisa. Efek dari senam ringan sangat efektif dalam kelancaran peredaran darah, selain itu efek pijat dapat berdampak relaksasi yang mengaktifkan hormone endorphin denorphin berdampak pada pengurangan stress berdampak pada vital sign.

BAB 6

SIMPULAN DAN SARAN

6.1 Simpulan

- 6.1.1 Pengetahuan keluarga tentang manfaat dan tujuan intradialitik exercise dan foot hand massage pada pasien hemodialisa menjadi meningkat setelah mendapatkan Pendidikan Kesehatan.
- 6.1.2 Pelibatan melalui pemberdayaan keluarga dalam melakukan senam ringan tujuan intradialitik exercise dan foot hand massage berdampak positif pada motivasi kualitas hidup klien yang merasa diperhatikan
- 6.1.3 Pengabdian masyarakat dalam bentuk senam ringan dan pijat sangat diperlukan oleh pasien hemodialisa yang berdampak positif menstabilkan tekanan darah, nadi dan respirasi serta menurunkan kecemasan

6.2 Saran

- 6.2.1 Metode senam ringan seperti intradialitik exercise dan pijat tangan pada tangan dan kaki bisa menjadikan protap SOP Tindakan hemodialisa dan bisa menjadikan peningkatan kepuasan pelayanan kepada klien hemodialisa
- 6.2.2 Pelibatan keluarga dalam tindakan hemodialisa sangat diperlukan untuk menjadikan perhatian dan meningkatkan motivasi kualitas hidup pada pasien gagal ginjal hemodialisa.

DAFTAR PUSTAKA

Abbaspoor Z. et. al. (2013) Effect of Foot and Hand Massage In Post-Cesarean Section Pain Control: A Randomized Control Trial <http://www.ncbi.nlm.nih.gov/pubmed/23352729> diakses tanggal 21 november 2018 jam 12:20

Arthur C. et.al .(1996). Textbook Of Medical, Physiology: W.B.Saunders Company, Philadelphia

Barbara & Kevin Kunz. (2003). Reflexology health at your fingertips: Dorling Kindersley Limited,London

Battle C.E. (2013). Chronic pain in survivors of critical illness: a retrospective analysis of incidence and risk factors <http://www.ncbi.nlm.nih.gov/pubmed/23718685> .diakses 21 november 2018 jam 12 : 12

Borges, TP et. al(2012). Massage application for occupational low back pain in nursing staff <http://www.ncbi.nlm.nih.gov/pubmed/22991113> diakses 21 november 2018 jam 12 :30

Chang. S.Y. (2008). Effects Of Aroma Hand Massage On Pain, State Anxiety And Depression In Hospice Patients With Terminal Cancer, <http://www.ncbi.nlm.nih.gov/pubmed/18753801> diakses tanggal 20 november 2018 jam 12:25

Crane JD.et.al(2012). Massage therapy attenuates inflammatory signaling after exercise-induced muscle damage <http://www.ncbi.nlm.nih.gov/pubmed/22301554> diakses 18 juli 2013 jam 22:14

Dahlan.M.S. (2008) Statistik Untuk Kedokteran Dan Kesehatan: Deskriptif, Bivariat dan Multivariat, Dilengkapi aplikasi dan menggunakan SPSS, Salemba Medika, Jakarta

Departement of Cardiology and Vaskular Medicine Universitas Indonesia.(2010).

<http://www.kardiologi-ui.com/newsread.php?id=355>.diakses tanggal 08 oktober 2013. Jam 13.00

Firdaus.IA (2011). Terapi Pijat Untuk Kesehatan Kecerdasan Otak Dan Kekuatan Daya Ingat.Buku Biru

Huang YH and Chen CH. (2010), Nursing Experience Providing Care For Back Pain Following Percutaneous Coronary Intervention,

<http://www.ncbi.nlm.nih.gov/pubmed/20405401> diakses tanggal 22 november 2018 jam 12:23

Hudak, Carolyn.M (2004). *Critical Care Nursing : A holistic Approach*. 8th edition. U.S.A; Lippincott Company

Jaber.et. al,(2013), Effect of massage on the efficacy of the mental and incisive nerve block.
<http://www.ncbi.nlm.nih.gov/pmc/articles/PMC3601725/pdf/i0003-3006-60-1-15.pdf> diakses 12 november 2018 jam 12.20

Kunikata. H. et.al. (2012). The Effects Measurement Of Hand Massage By The Autonomic Activity And Psychological Indicators,
<http://www.ncbi.nlm.nih.gov/pubmed/22450009> diakses 21 november jam 12:30

Lee. J.et.al (2011). Effects Of Foot Reflexology On Fatigue, Sleep And Pain: A Systematic Review And Meta-Analysis,
<http://www.ncbi.nlm.nih.gov/pubmed/22310867> diakses 21 november 2018 jam 10:34

Lee YM(2011). Effects of self-foot reflexology on stress, fatigue, skin temperature and immune response in female undergraduate student,
<http://www.ncbi.nlm.nih.gov/pubmed/21516005>.diakses 19 november jam 22:34

Lip GY. et. al. (1996), Ethnic differences in pre-admission levels of physical activity in patients admitted with myocardial infarction.
<http://www.ncbi.nlm.nih.gov/pubmed/8894789> diakses 19 november 2018 jam 9:38

Long, C.B. (1996). *Medical Surgical Nursing*. Alih Bahasa Oleh Yayasan Ikatan Alumni Pendidikan Keperawatan. Bandung

Luwa. et.al. (2011). Foot reflexology can increase vagal modulation, decrease sympathetic modulation, and lower blood pressure in healthy subjects and patients with coronary artery disease.
<http://www.ncbi.nlm.nih.gov/pubmed/22314629> diakses 21 november 2018 jam 10:17

Mariah Snyder, and Ruth Lindquist. (2010)*Complementary & alternative therapies in nursing*. Springer Publishing Company, LLC 11

Negahban H. et. al. (2013) Massage therapy and exercise therapy in patients with multiple sclerosis: a randomized controlled pilot study,
<http://www.ncbi.nlm.nih.gov/pubmed/23828184> diakses tanggal 21 november 2018 jam 12:48

Nerbass FB. et.al. (2010). Effects Of Massage Therapy On Sleep Quality After Coronary Artery Bypass Graft Surgery, . <http://www.ncbi.nlm.nih.gov/pubmed/21243280> diakses 12 november 2018 jam 22:26

Notoatmojo, S. 2007. *Promosi Kesehatan Teori dan Aplikasinya*. Jakarta: Rineka Cipta.

Park HS and Cho GY.(2004). Effects Of Foot Reflexology On Essential Hypertension Patients, . <http://www.ncbi.nlm.nih.gov/pubmed/15502439> diakses tanggal 13 november jam 11:03

Potter P.A. and Perry A.G (2004). *Fundamentals Of Nursing: Concepts, Process and Practice*. 6th edition Mosby-Year Book Inc

Price.S.A (2002). *Pathofisiology. Clinical Concepts Of Disease Processes*, 6 edition. Mosby Year Book

Trisnowiyanto. B. (2012). *Keterampilan Dasar massage*, penerbit Nuha Medika Jogjakarta

Underwood, JCE.(2009). *General and systematic pathology*, London: Churchill Livingstone

Wang HL and Keck JF.(2004). Foot and hand massage as an intervention for postoperative pain <http://www.ncbi.nlm.nih.gov/pubmed/15297952> diakses tanggal 15 november 2018 jam 21.13

Wong, Ferry.(2011). *Pijat untuk Mencerdaskan Otak dan Meningkatkan Daya Ingat*. Jakarta: Penerbar+.

Wong.M.F. (2012), *Panduan Lengkap Pijat*, Penerbit Penerbar Plus+

Wyatt G, et.al. (2012) Health-Related Quality-Of-Life Outcomes: A Reflexology Trial With Patients With Advanced-Stage Breast Cancer, <http://www.ncbi.nlm.nih.gov/pubmed/23107851> diakses tanggal 16 november 2018 jam 22.05

FOTO PELAKSANAAN PENGABDIAN MASYARAKAT





