

EFEKTIVITAS TERAPI HOLISTIK “*FOOT MASSAGE*” TERHADAP TINGKAT KECEMASAN PASIEN HEMODIALISA: STUDI LITERATUR

Rudiyanto*, Ni Kadek Manik Dewani, Ivan Rachmawan

STIKES Banyuwangi, Jl. Letkol Istiqlah No.109, Lingkungan Mojoroto R, Mojopanggung, Kec.Giri, Kabupaten Banyuwangi, Jawa Timur 68422, Indonesia

*rudiyanto.roqy@gmail.com

ABSTRAK

Perkembangan teknologi di jaman modern ini merubah gaya hidup masyarakat, sehingga mengkonsumsi makanan yang tidak sehat mengakibatkan munculnya penyakit kronis yaitu Gagal Ginjal Kronik. Pasien dengan gagal ginjal kronik akan melaksanakan sebuah terapi yakni terapi hemodialisa sepanjang usianya yang tentu akan berdampak pada kecemasan pasien. Kecemasan pasien dapat diatasi dengan terapi non farmakologi yaitu terapi *foot massage*. Tujuan dari literature review ini yakni guna melihat efektivitas terapi holistik *foot massage* terhadap tingkat kecemasan pada pasien hemodialisa. Literature review dengan metode pencarian artikel memakai PICOT question pada database Google Scholar merupakan study yang dipakai didalam penelitian ini. Pada artikel teks lengkap, berbahasa Indonesia serta Inggris diberikan batasan pada penelusurannya, tetapi batasan penelusuran tersebut berlaku hanya untuk artikel yang diterbitkan di tahun 2016 sampai 2020. Dari batasan penelusuran tersebut diperoleh 10 artikel yang kemudian dilaksanakan identifikasi serta screening. Peneliti memperoleh 6 artikel yang relevan terhadap standar inklusi serta eksklusif. 5 artikel menggunakan terapi *Foot Massage* terhadap tingkat kecemasan, 1 artikel mengenai *foot massage* terhadap perubahan kualitas tidur. Keseluruhan artikel jurnal tersebut membuktikan bahwa terapi *foot massage* dapat mempengaruhi penurunan tingkat kecemasan dan meningkatkan kualitas tidur. Terapi *Foot massage* dapat digunakan sebagai terapi alternatif non farmakologi didalam mengurangi tingkat kecemasan pada seseorang yang sedang melakukan Hemodialisa.

Kata kunci: pasien hemodialisa; terapi foot massage; tingkat kecemasan

THE EFFECTIVENESS OF HOLISTIC THERAPY “FOOT MASSAGE” ON ANXIETY LEVELS IN HEMODIALYSIS PATIENTS: LITERATURE STUDY

ABSTRACT

Technological developments in this modern era change people's lifestyles, so that consuming unhealthy foods results in the emergence of chronic diseases, namely Chronic Kidney Failure. Patients suffering from chronic kidney failure will undergo lifelong hemodialysis therapy which has an impact on patient anxiety. Patient anxiety can be overcome with non-pharmacological therapy, namely foot massage therapy. The purpose of this literature review is to see the effectiveness of holistic foot massage therapy on anxiety levels in hemodialysis patients. Literature review with article search method using PICOT question in the Google Scholar database is the study used in this study. For full-text articles, in Indonesian and English, there are restrictions on the search, but the search limits apply only to articles published in 2016 to 2020. From the search limits, 10 articles were obtained which were then identified and screened. Researchers obtained 6 articles relevant to inclusion and exclusion standards. 5 articles using Foot Massage therapy on anxiety levels, 1 article on foot massage on changes in sleep quality. All of these journal articles prove that foot massage therapy can reduce anxiety levels and improve sleep quality. Ordinary foot massage therapy is a non-pharmacological alternative therapy in reducing levels in someone who is doing hemodialysis.

Keywords: anxiety level; foot massage therapy; hemodialysis patients

PENDAHULUAN

Pada era perkembangan teknologi jaman yang modern, merubah gaya hidup masyarakat terutama, banyaknya konsumsi makanan yang tidak sehat dan berdampak terhadap munculnya beragam jenis penyakit kronis satu diantaranya yakni Gagal Ginjal Kronik (WHO, 2017). Hemodialisis (HD) mengakibatkan kecemasan kepada penderita GGK yang sedang melakukan terapi dialysis yang dilakukan seumur hidup, sehingga penderita akan merasa bergantung pada mesin, apabila terus-menerus menggunakan mesin tentu akan memerlukan waktu yang lama dan pelaksanaannya pun rumit serta memberikan dampak kecemasan yang menganggap bahwa dirinya akan terancam karena terus menerus melakukan dialysis dengan mesin. (Lumenta, 2016). Terapi *foot massage* merupakan satu diantara intervensi keperawatan yang bisa dilakukan, terapi tersebut bisa dilakukan dengan mandiri dan memiliki fungsi yakni mengurangi tingkat rasa cemas yang berlangsung pada penderita GGK yang sedang melaksanakan hemodialisis.

Menurut estimasi data *World Health Organization* (WHO, 2017) memperkirakan bahwa 176 juta penduduk di dunia mengidap GGK dengan jumlah yang terus meningkat melebihi 500 pada tahun 2020. Di Indonesia angka kejadian GGK berdasarkan data IHME (*Global Burden Disease*, 2017) menduduki peringkat ke-13 penyebab kematian. Dengan total keseluruhan 35.217 atau 2 persen dari jumlah kematian. Sedangkan di Jawa Timur menunjukkan bahwa prevalensi gagal ginjal kronik mengalami peningkatan sejalan dengan umur yang terus bertambah, peningkatan yang awalnya 2% menjadi 3,8% dengan prevalensi untuk laki-laki lebih besar daripada dengan perempuan yakni (0,471%) dan penyakit ginjal kronik di Jawa Timur menempati peringkat ke 9 (RISKESDAS, 2018). Menurut *End Stage Renal Disease* (ESRD) pada pasien Hemodialisa (HD) mengalami gangguan kecemasan sebesar 47,36% kecemasan ringan, dengan angka 28,94% pasien dengan kecemasan sedang 23,68% dan kecemasan berat (Tavir, 2013). Menurut hasil studi pendahuluan yang dilaksanakan pada RSUD Blambangan hari senin tanggal 22 November 2021 didapatkan data pada tahun 2020 Jumlah keseluruhan penderita GGK di ruang Hemodialisa (HD) sebanyak 12.918 pasien sedangkan pada bulan November 2021 sebanyak 119 pasien. Dari 119 penderita GGK yang menjalani HD dan diambil dari 10 orang penderita dengan memakai metode kuesioner HARS (*Hamilton Rating Scale For Anxiety*) di dapatkan hasil, kecemasan ringan ada 5 orang, kecemasan sedang 3 orang dan kecemasan berat ada 1 orang.

Kecemasan merupakan kondisi dimana munculnya ancaman kurang pengendalian ataupun ketidakberdayaan, mengenai perasaan kehilangan suatu harga diri dan juga fungsi, gagal dalam hal pertahanan, memiliki rasa yang menganggap dirinya terisolasi (Puspitasari, 2019). Akibat dari adanya terapi dialysis yang lama 3-4 jam menyebabkan pasien mengalami penurunan serta perubahan dalam kebutuhan fisiologis merasa ketakutan untuk melakukan terapi karena merasa terancam sehingga memiliki trauma dan menyebabkan ansietas yang sering ditemukan pada pasien hemodialisa. Menyebabkan pasien hilangnya semangat hidup, perubahan gaya hidup, merasa terisolasi, tidak berdaya hingga membuat pasien depresi yang disebabkan oleh krisis situasional, ancaman kematian (Berman, A., et al. 2016).

Terdapat dua cara penatalaksanaan kecemasan yakni farmakologis serta non farmakologis. Untuk non farmakologis ada beberapa terapi yang dapat dipilih diantaranya, terapi musik, distraksi dan terapi pijat kaki atau *foot massage*. Terapi *foot massage* dipilih karena mampu mengurangi dampak kecemasan. Terapi ini membantu untuk memberikan rasa nyaman, menurunkan tingkat kecemasan. Dari pijatan yang dilakukan memberikan perasaan rileks, mengurangi tekanan mental,

dan mampu meningkatkan kapasitas untuk berpikir jernih. Pada aspek emosional, pijatan mendorong sistem saraf parasimpatis dan cabang sistem otonom yang mengatur tindakan relaksasi, (Berman, 2016).

Melihat pentingnya penanganan kecemasan kepada pasien GGK yang sedang melakukan terapi hemodialisis, maka diberikan inovasi terapi non farmakologis dalam penanganan kecemasan pada pasien GGK yaitu dengan memberikan terapi *foot massage*, sehingga diperlukan telaah artikel mengenai penggunaan *foot massage* terhadap tingkatan kecemasan pada penderita GGK yang sedang melakukan terapi hemodialisa yang memiliki tujuan guna mengurangi tingkatan kecemasan pada penderita GGK yang sedang melakukan terapi hemodialisis. Tujuan penelitian ini ialah teranalisisnya artikel mengenai penggunaan *foot massage* terhadap tingkatan kecemasan pada penderita GGK.

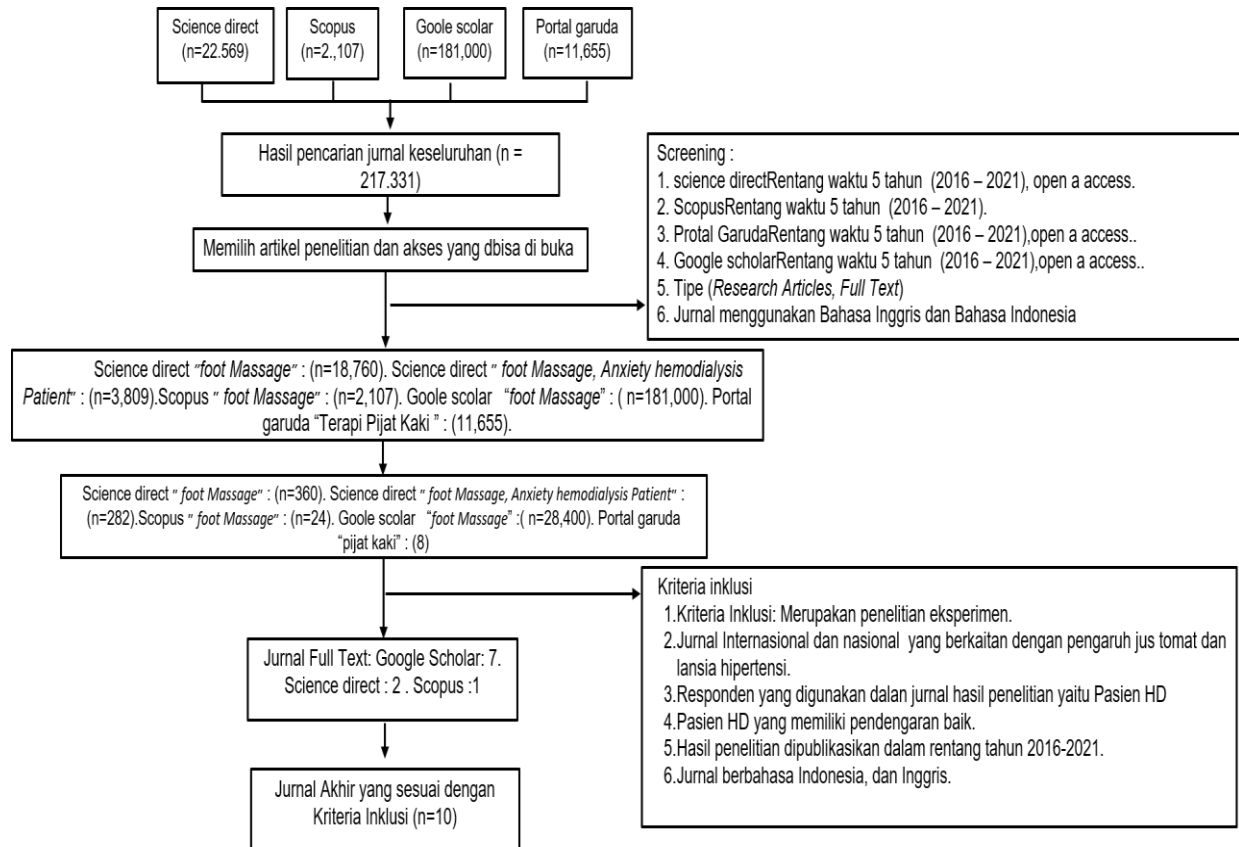
METODE

Pencarian artikel dengan memakai framework PICOT question, dilaksanakan terhadap database Google Scholar menggunakan kata kunci “Terapi *Foot Massage*”, “Pijat Kaki”. “Terapi *foot massage* terhadap tingkat kecemasan pasien hemodialisa, “*postoperative pain, postoperative anxiety, foot massage, hand massage, laparoscopic cholecystectomy, Hemodialysis*”, dan “Terapi Kombinasi Relaksasi Kepada Tingkat Kecemasan Seseorang yang melakukan Hemodialisa”. Diperoleh total secara menyeluruh yakni 10 artikel. Berdasarkan jumlah artikel terdapat 6 artikel mempunyai kriteria penuh dengan membuat ringkasan berupa resume sehingga memenuhi kriteria. Standar inklusi yang dipakai oleh peneliti yakni artikel penelitian eksperimental. Terapi *foot massage* ialah perlakuan yang dipakai didalam penelitian ini. Responden pada Artikel yakni penderita GGK yang sedang melakukan terapi hemodialisis. Hasil riset yang dipublikasikan dalam kurun waktu antara tahun 2016-2020. Jurnal berbahasa Indonesia serta bahasa Inggris.

Langkah selanjutnya ialah melakukan analisis untuk masing-masing artikel dengan tujuan untuk melihat variable yang dianalisis oleh peneliti. Cara ini dilakukan selain untuk mengelompokkan hasil penelitian, juga untuk memetakan berbagai permasalahan yang menjadi fokus penelitian terkait terapi *foot massage* dalam menurunkan kecemasan pada penderita GGK yang melakukan hemodialisa. Terakhir ialah menyusun sebuah kesimpulan penelitian yang menjawab pertanyaan penelitian tentang hasil-hasil analisis pada intervensi *foot massage* pada penderita GGK yang mengalami kecemasan saat melakukan hemodialisa.

HASIL

Sesudah dilaksanakan penelusuran artikel yang relevan terhadap batasan karakteristik, maka diperoleh 6 artikel yang terpilih (5 artikel tentang Terapi *Foot Massage* terhadap tingkat kecemasan, 1 artikel mengenai *foot massage* terhadap perubahan kualitas tidur). Artikel yang terpilih menunjukkan bahwa terapi *foot massage* secara signifikan menurunkan intensitas nyeri dan kecemasan dan meningkatkan kualitas tidur pasien.



Bagan 1. Seleksi Studi *Literature Review* Terapi Holistik "Foot Massage" Terhadap Tingkat Kecemasan Pasien Hemodialisa

Tabel 1.1 Ringkasan Semua Artikel

No	Judul	Metode	Hasil	Kesimpulan
1	Pengaruh terapi <i>Foot massage</i> terhadap kecemasan pasien gagal ginjal kronik di ruang hemodialisa di RSUD Ulin Banjarmasin (Amaludin, Mimi, Hamzah, Muhsinin, 2020).	<i>quasi experiment dengan metode pre-posttest with control group design</i>	Terapi foot message yang mempunyai standar umur sekitar 46 sampai 55 tahun dengan persentase sebanyak 72,5%, sementara untuk responden yang berjenis kelamin pria persentasenya sebanyak 60%, Pendidikan SMA dengan persentase sebanyak 67, 5%, dan responden yang paling banyak berpartisipasi ialah yang sudah bekerja dengan total persentase sebanyak 80% dan memiliki lama didalam melakukan hemodialisis yakni kurang lebih sekitar 1 tahun, total responden yang berpartisipasi dalam terapi tersebut sebanyak 40 responden. Sesudah dilaksanakannya terapi foot	<i>Kecemasan yang dirasakan oleh penderita GGK yang sedang melakukan hemodialisa ialah permasalahan yang perlu secepatnya untuk ditangani. Salah satu langkah awal didalam usaha menurunkan kecemasan terhadap penderita yang sedang melakukan hemodialisa ialah dengan pemberian terapi foot massage.</i>

			<p>massage maka dapat diketahui bahwa pada responden yang mengikuti terapi tersebut terjadi pengurangan angka kecemasan yang sangat signifikan yakni nilai p 0,000. Pada kategori yang diberi terapi foot massage dengan kategori kontrol yang memiliki nilai p 0,014 didapatkan sebuah simpulan yakni terdapat ketidaksamaan diantara keduanya.</p>	
2	<p><i>Efficacy of Hand and Foot Massage in Anxiety and Pain Management Following Laparoscopic Cholecystectomy: A Controlled Randomized Study</i> (Kezban Koraş Sözen, PhD and Neziha Karabulut, PhD, 2019)</p>	<p><i>The present study was designed and conducted in the randomized controlled manner to determine the impacts</i></p>	<p><i>In the need for analgesics there was a reduction for someone who had a foot massage and hand massage group than for the control group (P < 0.05). There was a relevant positive relationship between anxiety in patients with foot massage and hand massage categories. Foot and hand massage has an impact in reducing postoperative pain and anxiety in patients undergoing laparoscopic cholecystectomy.</i></p>	<p><i>There is an impact that occurs after the foot and hand massage is carried out, the impact is a decrease in pain and anxiety or worry after surgery for someone who is doing a laparoscopic cholecystectomy. Pain and anxiety decreased 90 and 150 minutes after the operation with foot massage and hand massage. However, there is no difference between foot massage and hand massage in terms of impact on pain and anxiety. The feeling is immediately detected shortly after the operation.</i></p>
3	<p><i>Efficacy of Precise Foot Massage Therapy on Pain and Anxiety Following Cardiac Surgery: Pilot Study</i> (Rana Alameri, PhD, Grace Dean, PhD y, Jessica Castner, PhD y, Ellen Volpe, PhD y, Yasser Elghoneimy, MD z, Carla Jungquist, PhD, 2019)</p>	<p><i>A randomized placebo controlled single blinded trial comparing foot massage to placebo was conducted at a large hospital in Saudi Arabia.</i></p>	<p><i>Research shows that foot massage significantly (p < 0.05) can help reduce pain and anxiety in people who have undergone heart surgery compared to patients who have placebo controls.</i></p>	<p><i>The nurse's responsibility is to provide non-pharmacological interventions for pain. Foot massage is within the scope of nursing practice and is a safe as well as effective way of operating patient care. Foot massage is associated with effective pharmacological interventions in optimizing pain and anxiety. Future studies need to consider a focus on frequency, dose, feasibility, acceptability, and participant satisfaction.</i></p>
4	<p><i>The influence of foot and back massage on blood pressure and sleep quality in females with essential hypertension: a randomized controlled study</i> (Gürcan Arslan Özlem Ceyhan 2 Mukadder Mollaoğlu 1, 2020)</p>	<p><i>The study is a randomized controlled study in pretest, posttest design conducted in accordance with CONSORT rules.</i></p>	<p><i>Data were collected using a PDF that includes descriptive characteristics, the Pittsburgh Sleep Quality Index (PSQI). There was foot massage and back massage which were shown to produce a decrease in systolic blood pressure (SBP) and diastolic blood pressure (DBP) and there was a statistically significant discrepancy (p < 0.001). Strong statistical differences</i></p>	<p><i>This study states that there are a total of six in every 1 30 minute session (in 3 weeks carried out 2 times) foot and back massage in reducing systolic and DBP also optimizing sleep quality; also obtained if massage is done consistently it will be proven safe in lowering SBP and DBP. Massage therapy is quite easy to apply, inexpensive, and does not cause lasting effects. Prospective studies with a long time are</i></p>

			<i>were found between the overall posttest pretest mean scores and the PSQI subdimension in women in the intervention category ($p < 0.001$). Foot and back massage is proven to lower blood pressure and optimizing sleep quality.</i>	<i>needed to identify changes in blood pressure and sleep quality caused by massage in someone caused by hypertension.</i>
5	Pengaruh Terapi Kombinasi Relaksasi Terhadap Tingkat Kecemasan Pasien Hemodialisa (Rama Ariwijaya, Eka Yulia Fitri. Y, Karolin Adhistry, 2020)	<i>kuantitatif quasi experimental dengan menggunakan rancangan pretest-posttest control group.</i>	Terdapat dampak yang relevan diantara tingkatan kecemasan saat dilakukannya pemberian intervensi pada terapi kombinasi relaksasi dengan memperlihatkan jika perasaan cemas pada kategori intervensi diperbanyak oleh rasa cemas yang mempunyai level paling kecil terhadap posttest, sementara untuk kategori kontrol diperbanyak oleh rasa cemas di level sedang terhadap posttest. Analisis data memakai uji <i>mannwhitney</i> memperlihatkan ada ketidaksamaan yang relevan diantara tingkatan kecemasan pada orang yang melakukan hemodialisa sebelum juga sesudah terapi kombinasi relaksasi yang memiliki nilai $p\text{ value}=0,013$. Pada terapi kombinasi relaksasi membuktikan jika terapi tersebut akan sangat memberikan dampak yang signifikan didalam mengurangi rasa cemas terhadap pasien PGK yang sedang melakukan hemodialisis serta bisa dipakai untuk intervensi keperawatan.	Menurut tujuan yang sudah peneliti bahasa mengenai dampak terapi kombinasi relaksasi untuk tingkatan rasa cemas pada penderita GGK yang sedang melakukan hemodialisis bisa diambil kesimpulan seperti dibawah ini: <ol style="list-style-type: none"> 1. Terdapat ketidaksamaan yang relevan diantara tingkat perasaan cemas atau khawatir penderita GGK yang sedang melakukan hemodialisis sebelum juga setelah pada kategori intervensi yang memiliki nilai $p\text{ value}$ sebanyak 0,007 ($p<0,05$) 2. Tidak adanya kesamaan yang signifikan diantara tingkatan rasa cemas pada pasien PGK yang sedang melakukan hemodialisis sebelum juga setelah pada kategori kontrol yang memiliki nilai $p\text{ value}$ sebanyak 0,317 ($p>0,05$) 3. Terdapat ketidaksesuaian yang sangat relevan diantara tingkatan kecemasan pasien PGK yang sedang melakukan hemodialisis sebelum juga setelah pada kelompok intervensi dan kelompok control.
6	<i>Swedish Massage Therapy Reduce The Anxiety Level Among Older People At the Nursing home of Social Service Center (BPSTW) Unit Budi Luhur Yogyakarta.</i> (Anastasia Suci Sukmawati, Ega Pebriani, Arif Adi Setiawan, 218)	<i>quasy experiment with one group pretest-post test design</i>	Tingkatan kecemasan terhadap orang lanjut usia yang berada dikawasan BPSTW Budi Luhur Bantul Yogyakarta saat belum diberi Swedish massage yang memiliki level menengah sekitar 8 orang (53,3%). Tingkatan rasa cemas setelah diberi Swedish massage dengan level ringan sekitar 8 orang (53,3%). Rasa cemas	Tingkatan kecemasan terhadap orang lanjut usia yang berada dikawasan BPSTW Budi Luhur Bantul Yogyakarta saat belum diberi <i>Swedish massage</i> dengan level yang menengah sebesar (60%). Tingkatan perasaan cemas yang dialami oleh orang lanjut usia di BPSTW Budi Luhur Bantul Yogyakarta setelah diberi <i>Swedish massage</i> dengan level yang paling kecil sebesar

			<p>mengalami perubahan sebelum lalu setelah diberi <i>Swedish massage</i> sehingga terdapat ketidaksesuaian sebanyak 2,00. Dari uji Wilcoxon didapatkan hasil dengan menggunakan nilai p-value 0,008 < 0,05.</p>	<p>(60%). Pada orang lanjut usia dikawasan BPSTW Budi Luhur Bantul Yogyakarta terjadi alterasi rasa cemas sebelum juga setelah diberi <i>Swedish massage</i> dan terjadi ketidaksamaan sebanyak 2,80. Terdapat dampak <i>Swedish massage</i> untuk tingkat kecemasan kepada orang lanjut usia di BPSTW Budi Luhur Bantul Yogyakarta, diperlihatkan menggunakan uji Wilcoxon didapatkan hasil p value 0,001.</p>
--	--	--	---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------	-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------

PEMBAHASAN

Ketergantungan pada mesin dialisis seumur hidup mengakibatkan kondisi seperti perubahan peran, pekerjaan, ekonomi, sosial serta penghasilan yang menyebabkan rasa ingin terus marah, sering mengalami kesedihan, seluruh tubuh menjadi gemetar, lemah, gugup, sering mengulangi pertanyaan, serta ciri-ciri vital mengalami peningkatan pada pasien GGK (Lumenta, 2016). Penderita GGK mengalami perubahan yang drastis akibat dari terapi hemodialisis yaitu dengan adanya perubahan fisik maupun psikologis pada. Lamanya waktu dialisis menyebabkan munculnya rasa stress psikologis (kecemasan) serta fisik sehingga mengalami perubahan sistem neurologi misalnya saja diorientasi, tremor, kecemasan, konsentrasi yang menurun (Berman, A., et al. (2016).

Dari salah satu terapi non farmakologis yang ada terapi *foot massage* ialah satu diantara pilihan terapi yang dapat dipilih, dari terapi tersebut bisa memberikan efek relaksasi dari pijatan yang dilakukan dan memberi perasaan nyaman yang sangat berpotensi dalam menurunkan kecemasan (Pertiwi, 2019). Terapi *foot massage* dipilih karena mampu mengurangi dampak kecemasan. Terapi ini membantu untuk memberikan rasa nyaman, menurunkan tingkat kecemasan. Dari pijatan yang dilakukan memberikan perasaan rileks, mengurangi tekanan mental, dan mampu meningkatkan kapasitas untuk berpikir jernih. Pada aspek emosional, pijatan mendorong sistem saraf parasimpatis dan cabang sistem otonom yang mengatur tindakan relaksasi, (Berman, 2016). Berbagai macam komponen terapi *foot massage* yang dibagikan kepada penderita gagal ginjal kronik membutuhkan tingkat adaptasi dalam level tekanan massage sehingga tidak menyebabkan ketidaknyamanan pada pasien. Efek dari *Foot Massage* mengurangi kelelahan, memberikan kenyamanan setelah intervensi dilakukan. *Foot massage* memberikan efek menghasilkan sekresi serotonin dan dopamin. Sehingga mempercepat pengeluaran endorfin, memberikan rasa nyaman dan merelaksasi serta menurunkan produksi kortisol dalam darah menjaga kestabilan emosi, ketegangan pikiran serta mengurangi kecemasan akibat dampak dari dialysis (Afianti & Mardhiyah, 2017). Pernyataan diatas menunjukkan bahwasannya terapi *foot massage* dapat diberikan kepada penderita GGK yang sedang melakukan terapi hemodialisis.

SIMPULAN

Terapi *foot massage* dapat digunakan sebagai alternatif pengobatan untuk menurunkan tingkat kecemasan terhadap penderita GGK yang sedang melakukan terapi hemodialisis. Sehingga diperlukan untuk dilaksanakannya penelitian secara langsung guna melihat efektivitas terapi holistik *foot massage* terhadap tingkat kecemasan pasien hemodialisa

DAFTAR PUSTAKA

- Afianti & Mardiah. (2017) *Pengaruh Terapi Foot Massage pada Pasien di Ruang ICU.5(1)* n.d.
- Alameri, R., Dean, G., Castner, J., Volpe, E., Elghoneimy, Y., & Jungquist, C. (2020). Efficacy of Precise Foot Massage Therapy on Pain and Anxiety Following Cardiac Surgery: Pilot Study. *Pain Management Nursing*, 21(4), 314–322. <https://doi.org/10.1016/j.pmn.2019.09.005>.
- Amaludin, M. M., Hamzah, H., & Muhsinin, M. (2020). Pengaruh Terapi Foot Message Terhadap Kecemasan Pasien Gagal Ginjal Kronik Yang Menjalani Hemodialisa Di Rsud Ulin Banjarmasin. *Jurnal Keperawatan Suaka Insan (Jksi)*, 5(1), 36–51. <https://doi.org/10.51143/jksi.v5i1.194>.
- Arslan, G., Ceyhan, Ö., & Mollaoğlu, M. (2021). The influence of foot and back massage on blood pressure and sleep quality in females with essential hypertension: a randomized controlled study. *Journal of Human Hypertension*, 35(7), 627–637. <https://doi.org/10.1038/s41371-020-0371-z>
- Berman, A., et al. (2016). *Kozier & Erb's Fundamentals of Nursing : Concepts, Process and Praticce*. 10th Ed. New Jersey: Pearson Education.
- Grafton-Clarke, C., Grace, L., Roberts, N., & Harky, A. (2019). Can postoperative massage therapy reduce pain and anxiety in cardiac surgery patients? *Interactive Cardiovascular and Thoracic Surgery*, 28(5), 716–721. <https://doi.org/10.1093/icvts/ivy310>
- (IHME), I. for H. M. and E. (2017). *Global Burden of Disease Study 2017.(GBD 2017) Results*. n.d.
- Lumenta, & Nico, A. (2016). *Penyakit Ginjal*. Penerbit PT. BPK Gunung Mulia. n.d.
- Pertiwi, (2019). *Pengaruh Terapi Rendam Kaki dengan Air Hangat Terhadap Tingkat Kecemasan pada Lansia di Panti Wredha Dharma Bhakti Surakarta*. Diakses Pada 10 November 2021 pukul. 21.00
- Puspitasari, (2019) *Hubungan Komunikasi Terapeutik Perawat Terhadap Tingkat Kecemasan Keluarga Pasien Rawat Jalan Di Rumah Sakit Jiwa Daerah Dr. Amino Gondohutomo Provinsi Jawa Tengah*. Undergraduate thesis, Universitas Islam Sultan Agung. n.d.)
- Quattrin, R., Zanini, A., Buchini, S., Turello, D., Annunziata, M. A., Vidotti, C., Colombatti, A., & Brusaferrò, S. (2006). Use of reflexology foot massage to reduce anxiety in hospitalized cancer patients in chemotherapy treatment: Methodology and outcomes. *Journal of Nursing Management*, 14(2), 96–105. <https://doi.org/10.1111/j.1365-2934.2006.00557.x>
- RISSET KESEHATAN DASAR. (2018). *Hasil Utama RISKESDAS 2018*. n.d.
- Tanvir. S, But. G. D, Taj. R. (2013), *Prevalence Of Depression And Anxietyn Chronic Kidney Disease Patients On Haemodialysis*, An
- WHO. (2017). *Cronic Kidney disease*. Available from http://www.euro.who.int/_data/assets/pdf_file/0005/112199/E79097.pdf. Diakses 30 November 2021 Jam 15.00 WIB.