

## Pengaruh Massage Lavender Oil Pada Pasien Restless Leg Syndrome (RLS) Yang Menjalani Hemodialisa

Yuasti Ningsih<sup>1\*</sup>, Arina Maliya<sup>2</sup>, Kusnanto<sup>3</sup>

<sup>1</sup>Mahasiswa Profesi Ners, Fakultas Ilmu Kesehatan, Universitas Muhammadiyah Surakarta

<sup>2</sup>Departemen Keperawatan Medikal Bedah, Fakultas Ilmu Kesehatan, Universitas Muhammadiyah Surakarta

<sup>3</sup>Perawat Senior, Rumah Sakit Umum Daerah Ir. Soekarno Kabupaten Sukoharjo

\*[yuastiningasih058@gmail.com](mailto:yuastiningasih058@gmail.com), [am169@ums.ac.id](mailto:am169@ums.ac.id), [kusnanto70.kk@gmail.com](mailto:kusnanto70.kk@gmail.com)

### Abstrak

#### Keywords:

Massage, Lavender oil,  
Restless Leg Syndrome,  
Hemodialisa

**Latar Belakang:** Hemodialisa merupakan prosedur pembersihan darah melalui ginjal buatan atau dializer dan dibantu pelaksanaannya oleh mesin. Pengobatan ini diharapkan dapat meningkatkan kualitas hidup dan memperpanjang usia pasien gagal ginjal kronik. Hemodialisis yang merupakan suatu metode artifisial untuk membuang limbah. Hemodialisis sangat membantu pasien GGK, namun terapi ini juga berisiko menimbulkan komplikasi yaitu salah satunya komplikasi neurologi. Meskipun hemodialisis sangat membantu pasien GGK, namun terapi ini juga menimbulkan sejumlah permasalahan dan komplikasi serta adanya berbagai perubahan bentuk dan fungsi sistem dalam tubuh, salah satunya komplikasi neurologi yang dapat terjadi pada pasien hemodialisis adalah gangguan pergerakan dan restless legs syndrome (RLS). RLS merupakan gangguan neurologis sensorik motorik umum yang ditandai dengan sensasi tidak nyaman pada anggota gerak bagian bawah seperti nyeri, kesemutan, dan kram otot sehingga memaksa pasien untuk terus menggerakkan kaki, hal tersebut membuat tidak nyaman dan mengarah ke kualitas hidup pasien dan mempengaruhi fungsi tubuh Tujuan penelitian ini adalah untuk mengetahui pengaruh massage lavender oil pada pasien restless leg syndrome (RLS) yang menjalani hemodialisa. **Metode:** Penelitian ini merupakan penelitian kuantitatif dengan menggunakan metode Quasi Experiment, jenis desain yang digunakan adalah Quasi Experiment dengan uji normalitas dan didapatkan hasil nilai signifikansi  $0,548 > 0,05$ , sehingga disimpulkan data berdistribusi normal selanjutnya uji Pre-Post Test Design menggunakan skala pengukuran International Restless Legs Scale, kemudian di Paired t-Test. Teknik pengambilan sampel menggunakan Purposive Sampling, Sampel pada penelitian ini sejumlah 10 pasien. **Hasil** penelitian Pengaruh massage lavender oil pada pasien Restless Leg Syndrome (RLS) yang menjalani hemodialisa dengan menggunakan uji Paired t-Test didapatkan hasil  $p\text{-value } 0,002 < 0,05$  **Kesimpulan:** pada setelah intervensi, maka disimpulkan adanya pengaruh massage lavender oil terhadap penurunan RLS Score pada pasien yang menjalani hemodialisa.

### 1. PENDAHULUAN

Gagal ginjal kronis (GGK) merupakan penurunan fungsi ginjal bersifat progresive dan irreversible yang ditunjukkan adanya laju filtrasi glomerulus (GFR) kurang dari 60 ml/menit per 1,73 m<sup>2</sup>, yang berlangsung selama tiga bulan atau lebih dengan beragam etiologi, yang mengakibatkan tubuh gagal mempertahankan metabolisme dan

keseimbangan cairan dan elektrolit yang mengakibatkan uremia (J, Abraham, & Malarvizhi, 2017). Seperti kita ketahui, fungsi utama ginjal adalah mempertahankan homeostasis tubuh dalam menjaga konsentrasi banyaknya konstituen plasma, terutama elektrolit, air, dengan mengestimasi zat – zat yang tidak diperlukan atau berlebihan dalam urine (La.musa, Kundre, &

Babakal, 2015). Fungsi ginjal yang telah hilang, mengakibatkan seseorang perlu terapi penggantian fungsi ginjal yaitu dengan hemodialisa yang merupakan suatu metode artifisial untuk membuang limbah dari darah dengan cara mengeluarkan limbah tersebut melalui ginjal buatan dan memerlukan terapi dialisis jangka pendek atau jangka panjang dan bahkan permanen (Nur, Erika, & Andi Wardihan Sinrang, 2018).

Hemodialisa memang sangat membantu pasien GIK tetapi terdapat beberapa masalah dan komplikasi serta adanya beberapa perubahan bentuk dan fungsi sistem tubuh, salah satu komplikasi neurologi yang bisa terjadi pada pasien hemodialisa adalah adanya Restless legs syndrome (RLS), yang merupakan gangguan neurologi sensorik motorik umum ditandai adanya sensasi tidak nyaman pada anggota gerak bagian bawah seperti nyeri, kram otot, dan kesemutan sehingga memaksa pasien untuk terus menggerakkan kaki, hal tersebut membuat tidak nyaman dan mengarah pada kualitas hidup pasien dan fungsi tubuhnya (Widianti, Hermayanti, & Kurniawan, 2017). Kecenderungan munculnya RLS intensif untuk menggerakkan kaki dan kadang-kadang bagian lain dari tubuh, ini diperburuk dengan istirahat dan tidak aktif, khususnya di malam hari dan membaik dengan aktivitas. Ini juga dapat mengganggu tidur pada malam hari (Hosseini, Kazemi, & Azimpour, 2017).

Terapi hemodialisa ini juga tidak dapat memulihkan penyakit ginjal dan tidak mampu mengimbangi hilangnya hormon endokrin yang dilaksanakan oleh ginjal. Hemodialisis yang merupakan suatu metode artifisial untuk membuang limbah dari darah dengan mengeluarkannya dari tubuh melalui ginjal buatan dan memerlukan terapi dialisis jangka pendek atau terapi jangka panjang bahkan permanen (Nur et al., 2018)

Beberapa penelitian menunjukkan beberapa cara yang dapat dilakukan untuk mengurangi gejala RLS baik secara farmakologi, non farmakologi, obat-obatan dopamine umumnya digunakan untuk pengobatan RLS tetapi dapat menimbulkan komplikasi yang serius, oleh karena itu terapi non farmakologi semakin banyak digunakan untuk pengobatan sindrome ini. Salah satu

terapi komplementer dan alternative adalah terapi pijat dan aromaterapi. Massage Lavender oil, efektif untuk memperbaiki RLS pada pasien hemodialisis. Tidak memiliki efek buruk, praktis dan efektif biaya. Disarankan untuk digunakan bersama dengan perawatan rutin RLS pada pasien hemodialisis (Hashemi, Hajbagheri, & Aghajani, 2015).

Massage (pijat) dapat mempengaruhi kenyamanan karena adanya pengaruh distraksi dan peningkatan hormon endorprine dalam tubuh (Marlena & Juniarti, 2019).

Lavender mengandung bahan aktif minyak atsiri yang cepat diserap melalui kulit, memberikan efek penenang, antidepresan, relaksan otot serta efek positif pada kualitas tidur dan perasaan sejahtera dan tidak menimbulkan efek toksik (Hashemi et al., 2015). Kandungan utama penyusun minyak Lavender adalah linalool 26%-49% dan linalil asetat, sifat farmakologi dari minyak Lavender dalam menimbulkan efek relaksasi dipengaruhi oleh linalool dan linalil asetat, efek farmakologi menimbulkan relaksasi secara fisik maupun psikologis yang salah satunya memiliki sifat analgesik, dan menenangkan, secara farmakologi minyak Lavender memiliki efek terapeutik yang cukup luas yang mempengaruhi sistem saraf simpatis, parasimpatis dan sistem limbik (Pujiati & Hapsari, 2016).

Berdasarkan hasil analisa situasi di unit hemodialisa RSUD Sukoharjo. Saat mewawancarai 30 pasien yang melakukan hemodialisa sebanyak 10 pasien mengalami RLS. Hal ini menjadi permasalahan yang bisa mendapatkan intervensi keperawatan. Karena itu penulis ingin meneliti tentang pengaruh massage lavender oil pada pasien RLS yang menjalani hemodialisa, yang mengadopsi dari jurnal, *The Effect of Massage With Lavender oil on Restless Leg Syndrome in Hemodialysis Patients: A Randomized Controlled Trial*

Tujuan dari case study ini adalah untuk mengetahui pengaruh massage lavender oil pada pasien restless leg syndrome (RLS) yang menjalani hemodialisa di ruang hemodialisa RSUD Sukoharjo.

Salah satu tindakan komplementer yang direkomendasikan untuk mengatasi RLS

pada pasien dengan GGK yaitu massage lavender oil. Massage Lavender oil, efektif untuk memperbaiki RLS pada pasien hemodialisis. Tidak memiliki efek buruk, praktis dan efektif biaya. Disarankan untuk digunakan bersama dengan perawatan rutin RLS pada pasien hemodialisis (Hashemi et al., 2015).

## 2. METODE

Penelitian ini merupakan penelitian kuantitatif dengan menggunakan metode *Quasi Experiment*. Adapun jenis desain yang digunakan adalah *Quasi Experiment* dengan *pre and posttest design* dengan menggunakan skala pengukuran *International Restless Legs Scale* kemudian di uji normalitas dan didapatkan hasil distribusi normal, selanjutnya menggunakan uji Paired t-Test. Penelitian ini dilakukan di RSUD Sukoharjo Kabupaten Sukoharjo, Jawa Tengah pada tanggal 6 Januari sampai 12 Februari 2020. Populasi pada penelitian ini yaitu pasien yang menjalani hemodialisa di RSUD Sukoharjo Teknik pengambilan sampel pada penelitian ini menggunakan Purposive Sampling Sampel pada penelitian ini sejumlah 10 pasien. Penelitian dengan menggunakan kriteria inklusi dan eksklusi. Adapun kriteria penelitian tersebut antara lain kriteria inklusi ialah pasien berusia 18-65 tahun, melakukan hemodialisis rutin selama minimal 3 bulan dan setidaknya dua kali seminggu, tidak memiliki luka aktif di bawah lutut, mampu berjalan dengan kakinya, pasien dapat berkomunikasi dengan baik, tidak mengalami gangguan mental, bersedia berpartisipasi dalam penelitian, tidak memiliki alergi terhadap lavender baik aroma ataupun produk ekstraksinya. Kriteria eksklusi: kesadaran apatis sampai dengan koma, pasien mempunyai alergi terhadap tanaman lavender baik aroma atau produk ekstraksinya, menjalani HD kurang dari 3 bulan, pasien tidak cooperative.

Instrument dalam penelitian ini adalah menggunakan *International Restless Legs Scale* yang sudah baku. Kuesioner RLS, menggunakan *International Restless Leg Syndrom (IRLS)*. *International Restless Legs Scale* berupa kuisisioner yang terdiri dari 10 pertanyaan yang mencakup gejala dan efek

terhadap perasaan dan kehidupan pasien. Setiap pertanyaan terdiri dari 5 poin. Skala yang terdapat pada IRLS terbagi menjadi 4 interval, yaitu sangat parah (31–40 poin), parah (21–30 poin), sedang (11–20), cukup (1–10 poin), tidak parah (0 poin). Semakin tinggi skor, semakin besar tingkat keparahan RLS. Instrumen dijawab melalui laporan diri atau wawancara yang dilakukan oleh peneliti dengan responden.

Prosedur pelaksanaan dilakukan dengan memilih responden sesuai kriteria, kemudian melakukan pengkajian score *RLS pre test* dengan menggunakan *International Restless Legs Scale*. Setelah didapatkan hasil pengukuran, pasien dilakukan terapi *massage* dengan *lavender oil*. Setelah didapatkan hasil score dan pasien sudah menjalani proses dialisa selama satu jam, kemudian *massage* dilakukan dengan *lavender oil* (tanpa pemanasan pada *lavender oil*), selama sepuluh menit untuk setiap sesi. *Massage* ini dilakukan setiap kali pasien menjalani hemodialisa, dua kali seminggu, selama empat kali pertemuan. Pada pertemuan keempat sesudah semua sesi dijalani untuk kedua kaki, dilakukan kembali pengukuran *score RLS* dengan skala pengukuran *International Restless Legs Scale*.

## 3. HASIL DAN PEMBAHASAN

### Hasil

Penelitian ini telah dilaksanakan dari tanggal 6 Januari 2020 sampai dengan 12 Februari 2020, pengimplementasian dari jurnal mengenai *massage lavender oil* dilakukan pada 10 pasien dengan hasil sebagai berikut :

Tabel 1.

Pengimplementasian dari jurnal mengenai *massage lavender oil* yang dilakukan pada 10 pasien dengan hasil sebagai berikut :

Responden	Nama Responden	Umur	Score Pre Test	Score Post Test
R1	Tn.W	58	19	13
R2	Tn.D	43	19	12
R3	TN.S	56	15	10
R4	NY.S	56	9	7
R5	TN.S	47	9	5

R6	TN.S	40	10	8
R7	TN.S	54	14	12
R8	TN.S	46	27	12
R9	NY.S	50	17	13
R10	TN.M	46	26	21

Dilihat pada tabel diatas, pasien yang dilakukan intervensi massage lavender oil, berjumlah 10 orang. Post test dilakukan 1 kali dengan waktu pelaksanaan 2 minggu, post test dilakukan setelah 4 kali tindakan dan di ukur kembali score RLS. Rata - rata umur pasien berkisar antara 40 tahun sampai 56 tahun dan jumlah pasien laki-laki yaitu 8 dan perempuan sebanyak 2 responden . Rata – rata skor pretest pada pasien yaitu 2 pasien mengalami RLS berat dengan score 26 dan 27, 5 responden mengalami RLS sedang dengan skore 14 sampai 19, 3 responden mengalami RLS ringan dengan score 9 sampai 10. Distribusi karakteristik responden pada kelompok intervensi berdasarkan jenis kelamin sebagian besar berjenis kelamin laki-laki yaitu sebanyak 8 responden (80%), sebagian besar berusia antara 40 sampai 50 tahun, berusia 51 sampai 60 tahun sebanyak 2 responden (20%).

Tabel 2.  
Diagram Hasil Sebelum – Sesudah  
Intervensi

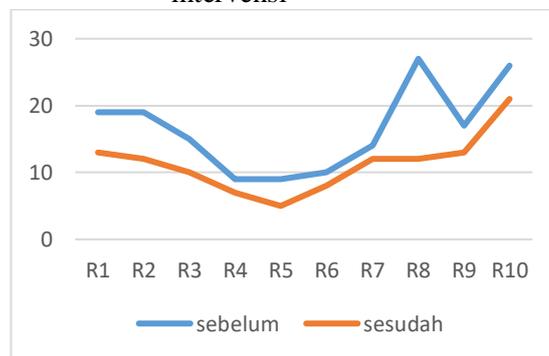
RLS Score	Sebelum		Sesudah	
	f	%	F	%
Intervensi				
Ringan (0-10)	3	30	4	40
Sedang (11-20)	5	50	5	50
Berat (21-30)	2	20	1	10
Sangat Berat	0	0	0	0
Jumlah	10	100	10	100

Berdasarkan tabel 2 di atas dapat dilihat bahwa terdapat pengaruh pemberian perlakuan terhadap penurunan RLS Score sebelum dan sesudah intervensi yaitu dari 10 responden yang diberikan perlakuan terjadi penurunan RLS Score dari kategori ringan sebanyak 30% menjadi 40%, dari kategori berat sebanyak 20% menjadi 10, sedangkan dari katego ro sedang tetap 50%, terdapat

satu pasien dengan penurunan score RLS sebesar 55,56 %, setelah dilakukannya terapi massage lavender oil.

Tabel 3.

Diagram Hasil Sebelum – sesudah intervensi



Dilihat dari data diagram diatas, semua responden mengalami penurunan nilai RLS Score. tetapi bila secara kategori dapat dilihat bahwa terdapat 1 responden yang mengalami penurunan kategori RLS Score dari sedang ke ringan setelah dilakukan intervensi, dan 1 responden mengalami penurunan kategori RLS Score dari berat ke sedang setelah dilakukan intervensi, dan hanya 1 responden yang mengalami kategori RLS Score yang berat.

Tabel 4  
Hasil analisis pengaruh *massage lavender oil* pada pasien *restless leg syndrome (RLS)* yang menjalani hemodialisa

Variabel	Rerata	t hitung	P-Value
Sebelum	16,50		
Sesudah	11,3	4,268	0,002

Berdasarkan tabel 3 di atas, hasil uji paired sample t-test diperoleh nilai thitung sebesar 4,268 dengan nilai signifikansi (p-value) 0,002. Nilai signifikansi uji ternyata lebih kecil dari 0,05 ( $0,002 < 0,05$ ) sehingga disimpulkan bahwa pemberian intervensi *massage lavender oil* efektif diberikan pada pasien yang sedang menjalani hemodialisis.

### Pembahasan

Berdasarkan hasil pengimplemantasian *massage lavender oil* yang dilakukan pada 10 pasien yang menjalani hemodialisa, intervensi dilakukan sebanyak 4 sesi dengan

2 kali sesi dilakukan tiap minggunya setelah itu baru dilakukan post test, dari ke 4 sesi tersebut, Hasil dari penerapan yang telah dilakukan selama 2 minggu, menunjukkan adanya perbaikan bahwa massage lavender oil dan mengurangi RLS Score pada pasien. Dengan melakukan gerakan ringan berpotensi memperbaiki kondisi RLS karena dengan peningkatan perengangan otot akan berpengaruh terhadap kestabilan kontrol motor (Salem & Elhadary, 2017). Sejalan dengan penelitian yang telah dilakukan oleh (Widianti et al., 2017) latihan fisik yang diberikan merupakan stimulus adaptasi fungsional dan metabolik pada neuromuskular dan memberikan penguatan otot rangka serta penguatan otot maksimal.

Massage terbukti mempengaruhi fungsi kontrol motor dan peningkatan aliran darah ke otak. Streching exercise dapat menyeimbangkan produksi dopamine dan hormon endophrin (Kaur, Venkatesan, Kaur, & Rawat, 2016). Dopamine dikenal sebagai neurotransmitter yang menghantarkan sinyal di dalam otak dan diketahui memiliki fungsi bagi organ-organ lain. Di susunan saraf pusat, dopamine memiliki peran dalam mengatur pergerakan, pembelajaran, daya ingat, emosi, rasa senang, tidur, dan kognisi, sedangkan hormon endorphin sendiri merupakan yang dihasilkan oleh tubuh ketika keadaan rileks (Aliasgharpour, Abbasi, Razi, & Anoshiravan Kazemnezhad, 2016).

Hormon endorphin bertindak langsung sebagai hormon yang menenangkan yang diproduksi oleh otak dan menghasilkan rasa nyaman dan meningkatkan kadar endorphin dalam tubuh untuk mengurangi rasa nyeri (Salem & Elhadary, 2017).

#### 4. KESIMPULAN

Berdasarkan hasil penelitian dan pembahasan didapatkan hasil bahwa terdapat pengaruh massage lavender oil dengan nilai  $p = 0,00 < 0,002$  pada kelompok intervensi sehingga dapat disimpulkan bahwa ada pengaruh. massage lavender oil, pada restless eg syndrome.

#### REFERENSI

- Aliasgharpour, M., Abbasi, Z., Razi, S. P., & Anoshiravan Kazemnezhad. (2016). The Effect of Stretching Exercises on Severity of Restless Legs Syndrome in Patients on Hemodialysis. *Asian J Ournal Sports Medicine*, 7(2). <https://doi.org/10.5812/asjms.31001.Research>
- Hashemi, S. H., Hajbagheri, A., & Aghajani, M. (2015). The Effect of Massage With Lavender Oil on Restless Leg Syndrome in Hemodialysis Patients : A Randomized Controlled Trial. *Nurs Midwifery Study Journal*, 4(4), 1–5. <https://doi.org/10.17795/nmsjournal29617>
- Hosseini, H., Kazemi, M., & Azimpour, S. (2017). The effect of vibration on the severity of restless legs syndrome in hemodialysis patients. *Nickan Research Institute*, 6(2), 113–116. <https://doi.org/10.15171/jrip.2017.22>
- J, M. L., Abraham, E. J., & Malarvizhi, G. (2017). Effectiveness of Intradialytic Stretching Exercises on Prevention and Reduction of Muscle Cramps among Patients undergoing Haemodialysis at PSG Hospitals Coimbatore. *Journal of Nursing and Health Science (IOSR-JNHS)*, 6(2), 47–53. <https://doi.org/10.9790/1959-0602044753>
- Kaur, J., Venkatesan, M., Kaur, H., & Rawat, P. S. (2016). Effectiveness of Muscle Stretching Exercise on Quality of Life of Haemodialysis Patients, 203–207.
- La.musa, W., Kundre, R., & Babakal, A. (2015). Kecemasan Klien Gagal Ginjal Di Ruang. *Ejournal Keperawatan*, 3, 1. Retrieved from <https://ejournal.unsrat.ac.id/index.php/jkp/article/view/6737/6257>
- Marlena, F., & Juniarti, R. (2019). Pengaruh Pijat (Massage) Terhadap Perubahan Intensitas Nyeri Rematik Pada Lansia Di Desa Kertapati Puskesmas Dusun Curup Bengkulu Utara. *Jurnal Keperawatan Muhammadiyah Bengkulu*, 7, 568–571. Retrieved from <https://media.neliti.com/media/publications/291110-pengaruh-pijat-massage-terhadap-perubaha-8df58eb1.pdf>

- Nur, A., Erika, K. A., & Andi Wardihan Sinrang. (2018). *The Effect Of Intradialysis Stretching Exercise On. Journal Of Islamic Nursing*, 3, 16–24. Retrieved from 330418978\_The\_Effect\_Of\_Intradialysis\_Stretching\_Exercise\_On\_The\_Scale\_Of\_Restless\_Leg\_Syndrome
- Pujiati, W., & Hapsari, E. D. (2016). Nyeri Menstruasi Pada Remaja. *UGM*, 3(2), 98–105.  
<https://doi.org/https://doi.org/10.22146/jkr.35941>
- Salem, S. S., & Elhadary, S. M. (2017). Effectiveness of Intra-dialytic Stretching Exercises on Leg Muscle Cramp among Hemodialysis Patients. *Journal of Nursing and Health Science*, 6(2), 47–53.  
<https://doi.org/10.9790/1959-0602094753>
- Widianti, A. T., Hermayanti, Y., & Kurniawan, T. (2017). Pengaruh Latihan Kekuatan terhadap Restless Legs Syndrome Pasien Hemodialisis Effect of Strength Training on Restless Legs Syndrome : Hemodialysis patients, 5(April), 47–56. Retrieved from <http://jkip.fkep.unpad.ac.id/index.php/jkip/article/view/349>