

**PENGARUH TERAPI *FOOT MASSAGE* DAN
ACUPRESSURE PADA TITIK ST36 (*ZUSANLI*)
TERHADAP *CANCER RELATED FATIGUE (CRF)* PADA
PASIEN KANKER YANG SEDANG MENJALANI
KEMOTERAPI**

SKRIPSI



**Oleh:
Rangga Permana Putra
NRP: 9103022032**

**FAKULTAS KEPERAWATAN
UNIVERSITAS KATOLIK WIDYA MANDALA SURABAYA
SURABAYA**

2026

**PENGARUH TERAPI *FOOT MASSAGE* DAN
ACUPRESSURE PADA TITIK ST36 (*ZUSANLI*)
TERHADAP *CANCER RELATED FATIGUE (CRF)* PADA
PASIEN KANKER YANG SEDANG MENJALANI
KEMOTERAPI**

SKRIPSI

Diajukan kepada
Fakultas Keperawatan Universitas Katolik Widya Mandala Surabaya
Untuk Memenuhi Sebagian Persyaratan Memperoleh
Gelar Sarjana Keperawatan



Oleh:
Rangga Permana Putra
NRP: 9103022032

**FAKULTAS KEPERAWATAN
UNIVERSITAS KATOLIK WIDYA MANDALA SURABAYA
SURABAYA**

2026

SURAT PERNYATAAN

Dengan ini, saya

Nama : Rangga Permana Putra

NRP : 9103022032

Menyatakan dengan sesungguhnya bahwa hasil skripsi yang berjudul

Pengaruh Terapi *Foot Massage* Dan *Acupressure* Pada Titik ST36 (*Zusanli*) Terhadap *Cancer Related Fatigue (CRF)* Pada Pasien Kanker Yang Sedang Menjalani Kemoterapi

Benar-benar merupakan hasil karya saya sendiri. Apabila di kemudian hari di temukan bukti bahwa skripsi tersebut merupakan hasil plagiat dan/atau hasil manipulasi data, maka saya bersedia menerima sanksi berupa pembatalan kelulusan dan/atau pencabutan gelar akademik yang telah di peroleh, serta menyampaikan permohonan maaf kepada pihak-pihak terkait

Dengan surat pernyataan ini di buat dengan sesungguhnya dan penuh kesabaran

Surabaya, 2 Juli 2026

Yang membuat pernyataan



Rangga Permana Putra

NRP. 9103022032

PERNYATAAN PERSETUJUAN

PUBLIKASI KARYA ILMIAH

Demi perkembangan ilmu pengetahuan, saya sebagai mahasiswa Universitas Katolik Widya Mandala Surabaya :

Nama : Rangga Permana Putra
NRP : 9103022032

Menyetujui skripsi/karya ilmiah saya :

Judul :
Pengaruh Terapi *Foot Massage* Dan *Acupressure* Pada Titik ST36 (*Zusanli*) Terhadap *Cancer Related Fatigue (CRF)* Pada Pasien Kanker Yang Sedang Menjalani Kemoterapi

Untuk dipublikasika/ditampilkan di internet atau media lain (Digital Library Perpustakaan Universitas Katolik Widya Mandala Surabaya) untuk kepentingan akademik sebatas sesuai dengan Undang-Undang hak cipta.

Demikian pernyataan persetujuan publikasi karya ilmiah ini saya buat dengan sebenarnya

Subaya, 2 Juli
Yang menyatakan



Rangga Permana Putra
NRP. 9103022032

HALAMAN PERSETUJUAN

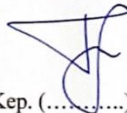
SKRIPSI

PENGARUH TERAPI *FOOT MASSAGE* DAN *ACUPRESSURE* PADA TITIK
ST36 (*ZUSANLI*) TERHADAP *CANCER RELATED FATIGUE (CRF)* PADA
PASIENT KANKER YANG SEDANG MENJALANI KEMOTERAPI

OLEH:

Rangga Permana Putra

NRP. 9103022032

Pembimbing Utama : Yesiana Dwi Wahyu W, S .Kep., Ns., M.Kep. (.....) 

Pembimbing Pendamping : Agustina Chriswinda B, S.Kep., Ns., M.Kep (.....) 

HALAMAN PENGESAHAN

SKRIPSI

PENGARUH TERAPI *FOOT MASSAGE* DAN *ACUPRESSURE* PADA TITIK ST36 (*ZUSANLI*) TERHADAP *CANCER RELATED FATIGUE* (CRF) PADA PASIEN KANKER YANG SEDANG MENJALANI KEMOTERAPI

Skripsi yang di tulis oleh Rangga Permana Putra NRP. 9103022032 telah diuji dan
disetujui oleh Tim Penguji Skripsi pada tanggal 15 Juli 2026 dan dinyatakan telah
lulus oleh,

Tim Penguji

1. Ketua : Linda Juwita, S.Kep., Ns., M.Kep.
2. Sekretaris : Anindya Arum Cempaka, S.Kep., Ns., M.Kep.
3. Anggota : Yesiana Dwi Wahyu Werdani, S.Kep., Ns., M.Kep.
4. Anggota : Agustina Chriswinda Bura Mare, S.Kep., Ns., M.Kep.

(.....)
(.....)
(.....)
(.....)

Mengetahui

Dekan Fakultas Keperawatan,



Yesiana Dwi Wahyu Werdani, S.Kep.,Ns.,M.Kep.

NIK. 911.06.0600

HALAMAN PERSEMBAHAN

Skripsi ini disusun atas dasar rasa syukur dan bangga, yang secara khusus saya dedikasikan kepada:

Tuhan Yesus Kristus, yang senantiasa menyertai, memberkati, memberikan kekuatan, kesehatan, hikmat, serta kemampuan kepada saya dalam setiap proses kehidupan dan penyusunan skripsi ini.

Kedua orang tua terkasih, yang tak pernah lelah memberikan ketulusan kasih sayang, doa-doa terbaik, dukungan, serta motivasi yang terus mengalir tanpa henti untuk saya.

Untuk diri saya sendiri, terima kasih karena memilih bertahan ketika menyerah terasa lebih mudah. Terima kasih telah melewati setiap lelah, air mata, tekanan, dan keraguan tanpa berhenti melangkah. Hari ini, Skripsi ini bukan akhir dari sebuah perjalanan tetapi menjadi saksi bahwa tidak ada doa, pengorbanan, dan perjuangan yang pernah sia-sia.

HALAMAN MOTTO

“Segala perkara dapat kutanggung di dalam Dia yang memberi kekuatan kepadaku”
(Filipi 4:13)

“Orang yang menabur dengan mencururkan air mata, akan menuai dengan bersorak-sorai”
(Mazmur 126:5)

"Non Scholae Sed Vitae Discimus - Kita belajar bukan demi ilmu pengetahuan semata, melainkan untuk kehidupan”
(Universitas Katolik Widya Mandala)

“Mengudaralah yang jauh, dimanapun jaga paruh, sayapmu jangan sampai lusuh”
(Idgitaf)

“Some victories arrive quietly, wearing the face of endurance instead of applause”
(Rangga Permana Putra)

KATA PENGANTAR

Puji dan syukur saya panjatkan ke hadirat Tuhan Yang Maha Esa atas rahmat dan karunia-Nya sehingga skripsi penelitian yang berjudul “Pengaruh Terapi *Foot Massage* dan *Acupressure* Titik ST36 (*Zusanli*) terhadap *Cancer Related Fatigue* (CRF) pada Pasien Kanker yang sedang Menjalani Kemoterapi” dapat diselesaikan. Penelitian ini disusun sebagai salah syarat kelulusan dalam memperoleh gelar Sarjana Keperawatan di Fakultas Keperawatan Universitas Katolik Widya Mandala Surabaya.

Saya menyadari bahwa tersusunnya skripsi tidak lepas dari bantuan, dukungan, motivasi dan semangat dari berbagai pihak. Maka, dengan tulus saya menyampaikan ucapan terima kasih kepada:

1. Ibu Yesiana Dwi Wahyu W., S.Kep., Ns., M.Kep. selaku Dekan Fakultas Keperawatan, pembimbing utama, yang telah meluangkan waktu untuk memberikan arahan, bimbingan, masukan yang berharga, dan motivasi kepada penulis selama proses penyusunan skripsi penelitian ini.
2. Ibu Agustina Chriswinda Bura Mare, S.Kep., Ns., M.Kep. selaku pembimbing pendamping yang telah memberikan panduan, dukungan, serta masukan yang positif dan berharga selama proses penyusunan hingga skripsi ini terselesaikan.
3. Ibu Linda Juwita, S.Kep., Ns., M.Kep. selaku ketua penguji yang telah meluangkan waktu untuk memberikan masukan, kritik, saran serta bimbingan selama pelaksanaan ujian dan proses penyusunan skripsi. Bimbingan dan arahan yang Ibu berikan menjadi pendoman dan motivasi yang penting dalam melakukan perbaikan dan penyempurnaan skripsi ini.

4. Ibu Anindya Arum Cempaka, S.Kep., Ns., M.Kep. selaku sekretaris penguji yang telah memberikan masukan, saran, dan motivasi selama penyusunan skripsi ini. Berbagai arahan yang diberikan sangat membantu penulis dalam menyempurnakan skripsi ini.
5. Ibu Ermalynda Sukmawati, S.Kep., Ns., M.Kep. selaku pembimbing akademik, yang telah meluangkan waktu untuk memberikan arahan, bimbingan, masukan yang berharga, dan motivasi kepada penulis selama proses penyusunan skripsi penelitian ini.
6. Bapak/Ibu dosen serta seluruh civitas akademika Fakultas Keperawatan Universitas Katolik Widya Mandala Surabaya yang telah memberikan ilmu, dukungan, dan bantuan selama proses perkuliahan.
7. Kepada seluruh responden pasien kanker di Puskesmas Bulak Banteng dan Puskesmas Kalijudan yang menjalani kemoterapi dan telah berpartisipasi dalam penelitian ini. Kesediaan pasien untuk meluangkan waktu, memberikan informasi, serta mengikuti seluruh rangkaian intervensi dan pengumpulan data selama penelitian berlangsung sangat berarti dan berperan penting dalam penyelesaian skripsi ini.
8. Kepada pihak Puskesmas Bulak Banteng dan Puskesmas Kalijudan Surabaya yang telah mengizinkan dan kesempatan kepada peneliti untuk melaksanakan penelitian di wilayah kerja Puskesmas. Dukungan yang diberikan sangat membantu kelancaran dan keberhasilan penelitian ini.
9. Kepada Kader Surabaya Hebat (KSH) atas partisipasi, dukungan, dan kerja sama yang telah diberikan selama pelaksanaan penelitian. Kontribusi KSH dalam mendampingi peneliti serta membantu proses identifikasi dan penjangkauan

responden pasien kanker yang sedang menjalani kemoterapi di wilayah kerja Puskesmas sangat membantu kelancaran dan keberhasilan penelitian ini.

10. Terkhusus kepada keluarga penulis, penulis menyampaikan banyak terima kasih atas doa, cinta, dukungan, dan pengorbanan yang tidak ternilai. Berkat kerja keras dan ketulusan kalian, penulis dapat menyelesaikan skripsi ini.
11. Kepada sahabat penulis, (Berliana, Ceri, Tegar, Vina, dan Fawnia), penulis mengucapkan terima kasih atas kebersamaan, perhatian, dan dukungan selama masa perkuliahan hingga penyusunan skripsi ini. Terima kasih telah menjadi tempat berbagi cerita, serta menguatkan penulis dengan cara-cara sederhana.
12. Terimakasih kasih untuk nama yang tidak bisa saya tuliskan, seseorang yang hadir di saat penulis hampir kehilangan keyakinan pada diri sendiri. Meski tidak membersamai sejak awal, kehadiranmu menjadi alasan bagi penulis untuk kembali tersenyum, menemukan semangat, dan percaya bahwa setiap perjuangan layak diperjuangkan hingga akhir, jadilah versi terbaik atas diri kamu sendiri. Terima kasih telah menjadi rumah di tengah lelah dan tawa atas keraguan diri sendiri.
13. Terima kasih juga untuk setiap orang yang pernah singgah. Yang datang membawa tawa, dan yang pergi meninggalkan luka. Mereka mungkin tidak tinggal, tapi mereka meninggalkan pelajaran. Tentang arti tulus, tentang arti kehilangan dan keikhlasan, tentang bagaimana rasanya dikuatkan dan dihancurkan dalam waktu yang bersamaan, luka yang tertinggal bukanlah akhir dari segalanya, melainkan awal dari proses bertumbuh menjadi pribadi yang lebih baik.

Dalam penyusunan skripsi, peneliti menyadari bahwa skripsi ini tidak luput dari kekurangan. Peneliti menerima saran maupun kritik yang diberikan oleh berbagai pihak. Akhir kata, penulis berharap skripsi ini dapat menjadi panduan pelaksanaan

penelitian pada pasien kanker, serta bermanfaat bagi pengembangan ilmu keperawatan paliatif.

Surabaya, 2 Juli 2026

Rangga Permana Putra
9103022032

DAFTAR ISI

	Halaman
HALAMAN JUDUL	i
SURAT PERNYATAAN	ii
PUBLIKASI KARYA ILMIAH	iii
HALAMAN PERSETUJUAN	iv
HALAMAN PENGESAHAN.....	v
HALAMAN PERSEMBAHAN	vi
HALAMAN MOTTO	vii
KATA PENGANTAR.....	viii
DAFTAR ISI.....	xii
DAFTAR TABEL	xvii
DAFTAR GAMBAR.....	xviii
DAFTAR LAMPIRAN	xx
DAFTAR ISI ARTIKEL ILMIAH HASIL PENELITIAN	xxi
ABSTRAK	xxii
ABSTRACT	xxiii
BAB 1 PENDAHULUAN	1
1.1 Latar Belakang	1
1.2 Rumusan Masalah.....	6
1.3 Tujuan Penelitian	7

1.3.1	Tujuan Umum	7
1.3.2	Tujuan Khusus	7
1.4	Manfaat Penelitian	7
1.4.1	Manfaat Teoritis.....	7
1.4.2	Manfaat Praktis	8
BAB 2 TINJAUAN PUSTAKA.....		9
2.1	Konsep <i>Foot Massage</i>	9
2.1.1	Definisi <i>Foot Massage</i>	9
2.1.2	Manfaat <i>Foot Massage</i>	9
2.1.3	Indikasi <i>Foot Massage</i>	10
2.1.4	Kontraindikasi <i>Foot Massage</i>	11
2.1.5	Mekanisme <i>Foot Massage</i>	11
2.1.6	Prosedur <i>Foot Massage</i>	12
2.1.7	Frekuensi Pemberian <i>Foot Massage</i>	15
2.2	Konsep <i>Acupressure</i> titik ST36	15
2.2.1	Definisi <i>Acupressure</i> titik ST36.....	15
2.2.2	Manfaat <i>Acupressure</i> titik ST36	16
2.2.3	Mekanisme <i>Acupressure</i> titik ST36.....	17
2.2.4	Indikasi <i>Acupressure</i> titik ST36.....	18
2.2.5	Kontraindikasi <i>Acupressure</i> titik ST36.....	19
2.2.6	Prosedur <i>Acupressure</i> titik ST36	19
2.3	Konsep <i>Cancer Related Fatigue</i> (CRF).....	20
2.3.1	Definisi CRF	20
2.3.2	Faktor Penyebab CRF	20
2.3.3	Mekanisme CRF	21
2.3.4	Tanda dan Gejala CRF.....	22
2.3.5	Dampak dari CRF	22
2.3.6	Penatalaksanaan CRF.....	23
2.3.7	Alat Ukur CRF	26
2.4	Konsep Kemoterapi	27
2.4.1	Definisi Kemoterapi.....	27
2.4.2	Jenis-jenis Kemoterapi.....	27

2.4.3	Macam-macam Obat Kemoterapi	28
2.4.4	Efek Samping Kemoterapi	29
2.5	Konsep Kanker	29
2.5.1	Definisi Kanker	29
2.5.2	Etiologi Kanker	29
2.5.3	Klasifikasi Kanker	31
2.5.4	Stadium Kanker	33
2.5.5	Tanda dan Gejala Kanker	35
2.5.6	Patofisiologi Kanker	35
2.5.7	Penatalaksanaan Kanker	36
2.5.8	Pemeriksaan Penunjang	37
BAB 3 KERANGKA KONSEPTUAL DAN HIPOTESIS		40
3.1	Kerangka Konsep	40
3.2	Pengaruh terapi <i>foot massage</i> dan <i>acupressure</i> titik ST36 (<i>Zusanli</i>) terhadap <i>cancer related fatigue</i> (CRF) pada pasien kanker yang menjalani kemoterapi	41
3.2	Hipotesis Penelitian	43
BAB 4 METODE PENELITIAN		45
4.1	Desain Penelitian	45
4.2	Variabel Penelitian	46
4.2.1	Variabel Independen (bebas)	46
4.2.2	Variabel Dependen (terikat)	46
4.3	Definisi Operasional	47
4.4	Populasi, Sampel dan Teknik Pengambilan Sampel	49
4.4.1	Populasi	49
4.4.2	Sampel	49
4.4.3	Teknik <i>Sampling</i>	50
4.5	Kerangka Kerja Penelitian	51
4.6	Metode Pengumpulan Data	52
4.6.1	Prosedur Pengumpulan Data	52
4.6.2	Instrumen Penelitian	54
4.6.3	Waktu dan Lokasi Penelitian	55
4.7	Validitas dan Reliabilitas Alat Ukur	56

4.7.1	Uji Validitas	56
4.7.2	Uji Reliabilitas	56
4.8	Teknik Analisa Data	57
4.8.1	<i>Editting</i>	57
4.8.2	<i>Skoring</i>	57
4.8.3	<i>Tabulating</i>	58
4.8.4	<i>Entry Data</i>	58
4.8.5	Uji Statistik	59
4.9	Etika Penelitian	59
4.9.1	Prinsip Etika Dalam Penelitian	59
4.9.2	<i>Informed Consent</i>	61
BAB 5 63HASIL PENELITIAN		63
5.1	Karakteristik Lokasi Penelitian.....	63
5.1.1	Puskesmas Bulak Banteng	63
5.1.2	Puskesmas Kalijudan	64
5.2	Data Penelitian	66
5.2.1	Data Umum.....	66
5.2.2	Data Khusus	72
5.2.3	Uji Hipotesis	74
BAB 6 PEMBAHASAN		76
6.1	CRF Sebelum diberikan Terapi <i>Foot Massage</i> dan <i>Acupressure</i> pada Titik ST36 (<i>Zusanli</i>)	76
6.2	CRF Setelah diberikan Terapi <i>Foot Massage</i> dan <i>Acupressure</i> pada Titik ST36 (<i>Zusanli</i>)	85
6.3	Pengaruh Terapi <i>Foot Massage</i> dan <i>Acupressure</i> pada Titik ST36 (<i>Zusanli</i>), di Wilayah Kerja Puskesmas Kalijudan dan Puskesmas Bulak Banteng Surabaya	97
6.4	Keterbatasan Penelitian.....	100
BAB 7 SIMPULAN DAN SARAN.....		101
7.1	Simpulan	101
7.2	Saran	101
7.2.1	Bagi Pasien.....	101
7.2.2	Bagi Keluarga	101

7.2.3	Bagi Perawat	102
7.2.4	Bagi Peneliti Selanjutnya	102
DAFTAR PUSTAKA.....		103
LAMPIRAN		110
ARTIKEL ILMIAH.....		130

DAFTAR TABEL

	Halaman
Tabel 4.1 Desain Penelitian Pengaruh Terapi <i>Foot Massage</i> Dan <i>Acupressure</i> Titik ST36 (<i>Zusanli</i>) Terhadap <i>Cancer Related Fatigue</i> (CRF).....	45
Tabel 4.2 Definisi Operasional	47
Tabel 4.3 Instrumen Penelitian	55
Tabel 5.1 Pelayanan di Puskesmas Bulak Banteng Surabaya.....	64
Tabel 5.2 Pelayanan di Puskesmas Kalijudan Surabaya.....	66
Tabel 5.3 Distribusi Data BFI Sebelum dan Sesudah Pemberian Intervensi <i>Foot Massage</i> dan <i>Acupressure</i> pada Titik ST36 (<i>Zusanli</i>) pada Pasien Kanker yang Sedang Menjalani Kemoterapi di Wilayah Kerja Puskesmas Bulak Banteng dan Puskesmas Kalijudan Surabaya pada 21 Mei – 6 Juni 2026	73
Table 5.4 Hasil Uji Normalitas Shapiro Wilk Skor BFI Sebelum dan Sesudah Intervensi	74
Table 5.5 Hasil Uji <i>Paired Sample T-Test Cancer Related Fatigue Pre-Post</i> Intervensi	74

DAFTAR GAMBAR

	Halaman
Gambar 2. 1 Teknik <i>effluarge</i>	12
Gambar 2. 2 Teknik <i>petrissage</i>	13
Gambar 2. 3 Teknik <i>friction</i>	13
Gambar 2. 4 Teknik <i>tapotement</i>	14
Gambar 2. 5 Teknik <i>vibration</i>	14
Gambar 2. 6 Titik <i>Acupressure</i> ST36 (<i>Zusanli</i>) Sisi Kanan (A) Dan Titik <i>Acupressure</i> ST36 (<i>Zusanli</i>) Sisi Kiri (B).....	19
Gambar 3.1 Kerangka Konsep Pengaruh Terapi <i>Foot Massage</i> Dan <i>Acupressure</i> Pada Titik ST36 (<i>Zusanli</i>) Terhadap CRF Pada Pasien Kanker Yang Menjalani Kemoterapi.....	40
Gambar 4.1 Kerangka Kerja Penelitian Pengaruh Terapi <i>Foot Massage</i> dan <i>Acupressure</i> Titik ST36 (<i>Zusanli</i>) terhadap <i>Cancer Related Fatigue</i> (CRF) pada Pasien Kanker yang sedang Menjalani Kemoterapi.....	51
Gambar 5.1 Karakteristik Responden Berdasarkan Jenis Kelamin di Wilayah Kerja Puskesmas Bulak Banteng dan Puskesmas Kalijudan Kota Surabaya Tanggal 21 Mei – 6 Juni 2026.....	67
Gambar 5.2 Karakteristik Responden Berdasarkan Kategori Usia di Wilayah Kerja Puskesmas Bulak Banteng dan Puskesmas Kalijudan Kota Surabaya Tanggal 21 Mei – 6 Juni 2026.....	67
Gambar 5.3 Karakteristik Responden Berdasarkan Kategori Tingkat Pendidikan di Wilayah Kerja Puskesmas Bulak Banteng dan Puskesmas Kalijudan Kota Surabaya Tanggal 21 Mei – 6 Juni 2026	68
Gambar 5.4 Karakteristik Responden Berdasarkan Kategori Pekerjaan di Wilayah Kerja Puskesmas Bulak Banteng dan Puskesmas Kalijudan Kota Surabaya Tanggal 21 Mei – 6 Juni 2026.....	68
Gambar 5.5 Karakteristik Responden Berdasarkan Kategori Status Perkawinan di Wilayah Kerja Puskesmas Bulak Banteng dan Puskesmas Kalijudan Kota Surabaya Tanggal 21 Mei – 6 Juni 2026	69

Gambar 5.6	Karakteristik Responden Berdasarkan Kategori Diagnosa Kanker di Wilayah Kerja Puskesmas Bulak Banteng dan Puskesmas Kalijudan Kota Surabaya Tanggal 21 Mei – 6 Juni 2026	69
Gambar 5.7	Karakteristik Responden Berdasarkan Kategori Stadium Kanker di Wilayah Kerja Puskesmas Bulak Banteng dan Puskesmas Kalijudan Kota Surabaya Tanggal 21 Mei – 6 Juni 2026	70
Gambar 5.8	Karakteristik Responden Berdasarkan Kategori Kemoterapi Siklus di Wilayah Kerja Puskesmas Bulak Banteng dan Puskesmas Kalijudan Kota Surabaya Tanggal 21 Mei - 6 Juni 2026.....	70
Gambar 5.9	Karakteristik Responden Berdasarkan Kategori Lama Menderita Kanker di Wilayah Kerja Puskesmas Bulak Banteng dan Puskesmas Kalijudan Kota Surabaya Tanggal 21 Mei – 6 Juni 2026	71
Gambar 5.10	Karakteristik Responden Berdasarkan Kategori Gejala Kelelahan Fisik yang Dirasakan di Wilayah Kerja Puskesmas Bulak Banteng dan Puskesmas Kalijudan Kota Surabaya Tanggal 21 Mei – 6 Juni 2026.....	71
Gambar 5.11	Karakteristik Responden Berdasarkan Kategori Penyakit Penyerta di Wilayah Kerja Puskesmas Bulak Banteng dan Puskesmas Kalijudan Kota Surabaya Tanggal 21 Mei – 6 Juni 2026.....	72

DAFTAR LAMPIRAN

	Halaman
Lampiran 1 Lembar Penjelasan Menjadi Responden	110
Lampiran 2 Lembar Persetujuan Menjadi Responden.....	112
Lampiran 3 Lembar Data Demografi.....	113
Lampiran 4 Standar Operasional Prosedur <i>Foot Massage</i>	115
Lampiran 5 Lembar Pertanyaan Kuesioner	122
Lampiran 6 Surat Permohonan Ijin Penelitian dari Fakultas	124
Lampiran 7 Surat Balasan Ijin Penelitian dari Dinas Kesehatan Kota Surabaya	125
Lampiran 8 Surat Balasan Penelitian Dari Puskesmas Kalijudan Surabaya.....	126
Lampiran 9 Hasil Uji Normalitas Skor BFI <i>Pre-Post</i> Dan Uji Statistik.....	127
Lampiran 10 Hasil Uji Validitas	128
Lampiran 11 Hasil Uji Reabilitas	129
Lampiran 12 Tabulasi Data Penelitian.....	130
Lampiran 13 Dokumentasi Kegiatan	134

DAFTAR ISI ARTIKEL ILMIAH HASIL PENELITIAN

	Halaman
HALAMAN JUDUL	126
HALAMAN PERSETUJUAN.....	136
DAFTAR ISI ARTIKEL ILMIAH HASIL PENELITIAN	137
ABSTRAK.....	138
<i>ABSTRACT</i>	139
PENDAHULUAN	140
METODE PENELITIAN.....	141
HASIL DAN PEMBAHASAN.....	141
HASIL PENELITIAN	141
PEMBAHASAN	143
SIMPULAN DAN SARAN	144
SIMPULAN	144
SARAN	144
DAFTAR PUSTAKA	145
BIODATA PENULIS	151

ABSTRAK

PENGARUH TERAPI *FOOT MASSAGE* DAN *ACUPRESSURE* PADA TITIK ST36 (*ZUSANLI*) TERHADAP *CANCER RELATED FATIGUE* (CRF) PADA PASIEN KANKER YANG SEDANG MENJALANI KEMOTERAPI

Oleh: Rangga Permana Putra

Cancer Related Fatigue (CRF) merupakan kelelahan atau efek samping yang paling sering dialami pasien kanker selama menjalani kemoterapi dan berdampak pada penurunan kemampuan fisik, emosional, kognitif, serta kualitas hidup. *Foot massage* dan *acupressure* pada titik ST36 (*Zusanli*) merupakan terapi komplementer yang telah terbukti efektif menurunkan CRF, namun belum pernah dikombinasikan dalam satu intervensi. Penelitian ini bertujuan menganalisis pengaruh kombinasi *foot massage* dan *acupressure* titik ST36 terhadap CRF pada pasien kanker yang menjalani kemoterapi. Penelitian menggunakan desain *pre-experimental* dengan populasi 42 pasien kanker dengan pendekatan *one-group pre-test dan post-test* pada 25 responden yang dipilih menggunakan *purposive sampling* di wilayah kerja Puskesmas Bulak Banteng dan Puskesmas Kalijudan Surabaya. Tingkat CRF diukur menggunakan *Brief Fatigue Inventory* (BFI). Intervensi berupa *foot massage* selama 14 menit dan *acupressure* titik ST36 selama 2 menit pada setiap titik diberikan empat kali per minggu selama dua minggu. Data dianalisis menggunakan uji *Shapiro–Wilk* dan *Paired Sample T-Test*. Hasil penelitian menunjukkan rata-rata skor BFI menurun dari $5,916 \pm 0,8459$ sebelum intervensi menjadi $3,344 \pm 0,5672$ setelah intervensi dengan rata-rata penurunan $2,572 \pm 0,6478$. Uji *Paired Sample T-Test* menunjukkan terdapat perbedaan yang bermakna antara skor sebelum dan sesudah intervensi ($p=0,000$). Penurunan CRF terjadi melalui sinergi peningkatan sirkulasi darah perifer, relaksasi, dan modulasi sistem saraf pusat yang memperbaiki metabolisme energi tubuh. Kombinasi *foot massage* dan *acupressure* titik ST36 berpengaruh signifikan dalam menurunkan CRF sehingga dapat direkomendasikan sebagai terapi komplementer nonfarmakologis bagi pasien kanker yang menjalani kemoterapi.

Kata Kunci: *acupressure* ST36 (*Zusanli*), *Cancer Related Fatigue* (CRF), *foot massage*, kanker, kemoterapi.

ABSTRACT

THE EFFECT OF FOOT MASSAGE AND ST36 (ZUSANLI) ACUPRESSURE ON CANCER RELATED FATIGUE (CRF) AMONG PATIENTS UNDERGOING CHEMOTHERAPY

By: Rangga Permana Putra

Cancer-Related Fatigue (CRF) is the most common fatigue-related side effect experienced by cancer patients during chemotherapy and has a negative impact on physical, emotional, and cognitive functioning as well as quality of life. Foot massage and acupressure at the ST36 (Zusanli) point are complementary therapies that have been shown to be effective in reducing CRF; however, they have never been combined into a single intervention. This study aimed to analyze the effect of the combination of foot massage and acupressure at the ST36 point on CRF in cancer patients undergoing chemotherapy. This study used a pre-experimental design with a population of 42 cancer patients and a one-group pre-test and post-test approach involving 25 respondents selected through purposive sampling in the working areas of Bulak Banteng Community Health Center and Kalijudan Community Health Center, Surabaya. The level of CRF was measured using the Brief Fatigue Inventory (BFI). The intervention consisted of 14 minutes of foot massage and 2 minutes of acupressure at each ST36 point, administered four times per week for two weeks. Data were analyzed using the Shapiro–Wilk test and the Paired Sample T-Test. The results showed that the mean BFI score decreased from 5.916 ± 0.8459 before the intervention to 3.344 ± 0.5672 after the intervention, with a mean reduction of 2.572 ± 0.6478 . The Paired Sample T-Test indicated a significant difference between the pre- and post-intervention scores ($p=0.000$). The reduction in CRF occurred through the synergistic effects of improved peripheral blood circulation, relaxation, and modulation of the central nervous system, which enhanced the body's energy metabolism. The combination of foot massage and acupressure at the ST36 point had a significant effect on reducing CRF and can therefore be recommended as a non-pharmacological complementary therapy for cancer patients undergoing chemotherapy.

Keywords: acupressure, ST36 (Zusanli), Cancer-Related Fatigue, cancer, chemotherapy, foot massage.