

**ANALISIS ASUHAN KEPERAWATAN DENGAN INTERVENSI  
KOMBINASI *ANKLE PUMPING EXCERSICE* DAN ELEVASI KAKI 30  
DERAJAT UNTUK MENURUNKAN EDEMA TUNGKAI KAKI PADA  
PENDERITA CKD (*CHRONIC KIDNEY DISEASE*) SALAH SATU  
KLINIK HEMODIALISA DI JAKARTA TIMUR**

**Dinda Nur Aliya**

**Abstrak**

Gagal ginjal kronis atau disebut juga dengan Chronic Kidney Disease (CKD) adalah dimana ginjal mengalami kondisi penurunan fungsi secara berangsur-angsur. Penderita gagal ginjal yang mengalami peningkatan berat badan atau *Intradialitic Weight Gain* (IDWG) karena asupan cairan dan makanan tidak dibatasi sebanyak 5,7% sehingga menyebabkan sesak nafas, edema pada bagian tubuh, bengkak pada tungkai kaki, terjadinya peningkatan pada uremia, dan terjadinya komplikasi lain. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui efektivitas terapi *ankle pumping excersice* dan elevasi 30 derajat dalam menurunkan edema pada tungkai kaki. Intervensi ini dilakukan pada pasien gagal ginjal yang mengalami edema tungkai kaki. *Ankle pumping* dan elevasi ini diberikan selama 9x/hari dalam waktu 10 menit dilakukan selama 5 detik sekali. Hasil yang dipeoleh setelah melakukan intervensi inovasi bahwa *ankle pumping* dan elevasi kaki 30 derajat efektif dalam menurunkan edema tungkai kaki dibuktikan dengan hasil derajat edema pada pasien kelolaan di pertemuan pertama terjadi penurunan derajat edema dari derajat +4 menjadi +3 dan pada pertemuan kedua sudah tidak adanya edema pada tungkai kaki, sedangkan pada pasien resume di pertemuan pertama +4 menjadi +3 dan pertemuan kedua +2 menjadi +1. *Ankle pumping* dan elevasi kaki 30 derajat dapat meningkatkan dan melancarkan sirkulasi pembuluh darah darah untuk mengurangi edema tungkai kaki pada pasien gagal ginjal kronik.

**Kata Kunci** : *Ankle Pumping*, Edema Kaki , Elevasi kaki 30°, Gagal Ginjal Kronik

# **ANALYSIS OF NURSING CARE WITH A COMBINATION INTERVENTION OF ANKLE PUMPING EXCERSICE AND 30 DEGREE FOOT ELEVATION TO REDUCE LEG EDEMA IN CKD (CHRONIC KIDNEY DISEASE) PATIENTS AT A HEMODIALYSIS CLINIC IN EAST JAKARTA**

**Dinda Nur Aliya**

## **Abstract**

Chronic kidney failure or also known as Chronic Kidney Disease (CKD) is where the kidneys experience a condition of gradual decline in function. Patients with kidney failure who experience weight gain or Intradialytic Weight Gain (IDWG) because fluid and food intake is not limited as much as 5.7%, causing shortness of breath, edema in the body, swelling in the legs, an increase in uremia, and the occurrence of complications other. This study aims to determine the effectiveness of ankle pumping exercise therapy and 30 degrees elevation in reducing edema in the legs. This intervention is carried out in patients with renal failure who experience leg edema. Ankle pumping and elevation are given 9x/day within 10 minutes for 5 seconds once. The results obtained after carrying out the innovative intervention that ankle pumping and 30 degree elevation of the feet are effective in reducing leg edema is evidenced by the results of the degree of edema in managed patients at the first meeting there was a decrease in the degree of edema from +4 to +3 degrees and at the second meeting there was no edema in the legs, while the patient resumed at the first meeting +4 to +3 and the second meeting +2 to +1. Ankle pumping and 30 degree elevation of the feet can improve and expedite the circulation of blood vessels to reduce leg edema in patients with chronic kidney failure.

**Keywords :** Ankle Pumping, Edema of the Feet, Elevation of the feet 30°, Chronic Renal Failure