

**PENERAPAN *FOOT MASSAGE* DALAM MENGURANGI  
*CANCER RELATED FATIGUE* PADA PASIEN KANKER  
PAYUDARA DENGAN RIWAYAT MASTEKTOMI**

Disusun untuk Memenuhi Salah Satu Tugas Mata Kuliah Peminatan  
Kesehatan Reproduksi



Oleh

**RIAS FITA MUSTAQIM**

NIM. 22020125210052

**DEPARTEMEN ILMU KEPERAWATAN**

**FAKULTAS KEDOKTERAN**

**UNIVERSITAS DIPONEGORO**

**SEMARANG, 2026**

## LEMBAR PERSETUJUAN

Yang bertanda tangan di bawah ini menyatakan bahwa Karya Ilmiah Akhir yang berjudul:

**PENERAPAN *FOOT MASSAGE* DALAM MENGURANGI *CANCER RELATED FATIGUE* PADA PASIEN KANKER PAYUDARA DENGAN RIWAYAT MASTEKTOMI**


Dipersiapkan dan disusun oleh:

Nama : Rias Fita Mustaqim

NIM : 22020125210052

Telah disetujui sebagai Laporan Karya Ilmiah Akhir dan dinyatakan telah memenuhi syarat untuk *direview*

Dosen Pembimbing



Dr. Anggorowati, S.Kp., Ns., Sp.Kep.Mat., M.Kep

NIP. 197708302001122001

Pembimbing Klinik



Merly Annawati Sumarsono, S.Kep., Ns

NIP.198105062009032002

Mengetahui,

Ketua Program Pendidikan Profesi Ners FK Undip



Dr. Zubaidah, S.Kep., Ns., M.Kep., Sp.Kep.An

NIP. 197310202006042001

**LEMBAR PENGESAHAN**

Yang bertanda tangan di bawah ini menyatakan bahwa Karya Ilmiah Akhir yang berjudul:

**PENERAPAN *FOOTMASSAGE* DALAM MENGURANGI *CANCER RELATED FATIGUE* PADA PASIEN KANKER PAYUDARA DENGAN RIWAYAT MASTEKTOMI**

Dipersiapkan dan disusun oleh:

Nama : Rias Fita Mustaqim

NIM : 22020125210052

Telah diuji pada 05 Juni 2026

Penguji 1,



Innez Karunia Mustikarani, S.Kep., Ns., M.Kep

NIP. 198902252024062001

Penguji 2,



Dr. Anggorowati, S.Kp., Ns., Sp.Kep.Mat., M.Kep

NIP. 197708302001122001

Mengetahui,

Ketua Departemen Ilmu Keperawatan FK Undip



Dr. Anggorowati, S.Kp., Ns., Sp.Kep.Mat., M.Kep

NIP. 197708302001122001

# **Penerapan *Foot Massage* dalam Mengurangi *Cancer Related Fatigue* pada Pasien Kanker Payudara dengan Riwayat Mastektomi**

Rias Fita Mustaqim<sup>1</sup>, Anggorowati<sup>2</sup>, Merly Annawati Sumarsono<sup>3</sup>, Innez Karunia Mustikarani<sup>4</sup>

<sup>1</sup>*Program Studi Pendidikan Profesi Ners, Departemen Ilmu Keperawatan, Fakultas Kedokteran, Universitas Diponegoro*

<sup>2,4</sup>*Departemen Ilmu Keperawatan, Fakultas Kedokteran, Universitas Diponegoro*

<sup>3</sup>*Puskesmas Srandol, Banyumanik, Semarang*

Email: <sup>1</sup>[riasfita01@gmail.com](mailto:riasfita01@gmail.com), <sup>2</sup>[anggorowati@fk.uncip.ac.id](mailto:anggorowati@fk.uncip.ac.id)

## **Abstrak**

*Cancer Related Fatigue (CRF) merupakan salah satu gejala yang paling sering dialami pasien kanker payudara dan dapat menurunkan kualitas hidup, kemampuan aktivitas, serta kenyamanan pasien selama menjalani pengobatan. Salah satu intervensi nonfarmakologis yang dapat digunakan untuk membantu mengurangi kelelahan adalah foot massage. Studi kasus ini bertujuan untuk mengetahui pengaruh penerapan foot massage terhadap penurunan tingkat kelelahan pada pasien kanker payudara. Metode yang digunakan adalah studi kasus deskriptif pada tiga pasien kanker payudara di wilayah kerja Puskesmas Srandol dengan teknik purposive sampling. Tingkat kelelahan diukur menggunakan Fatigue Assessment Scale (FAS). Intervensi berupa foot massage dilakukan selama 30 menit pada kedua kaki selama empat hari berturut-turut. Hasil menunjukkan adanya penurunan skor kelelahan pada seluruh pasien, yaitu pasien pertama dari skor 31 menjadi 25, pasien kedua dari skor 34 menjadi 29, dan pasien ketiga dari skor 30 menjadi 26. Selain itu, pasien mengatakan tubuh terasa lebih rileks, rasa pegal berkurang, serta aktivitas sehari-hari menjadi lebih baik setelah intervensi diberikan. Foot massage memberikan efek relaksasi melalui stimulasi sistem saraf parasimpatis sehingga membantu meningkatkan kenyamanan dan menurunkan kelelahan pada pasien kanker payudara. Dengan demikian, foot massage dapat dijadikan sebagai salah satu intervensi nonfarmakologis yang mudah, aman, dan efektif dalam membantu mengurangi cancer related fatigue pada pasien kanker payudara.*

**Kata Kunci:** cancer related fatigue, foot massage, kanker payudara, kelelahan, terapi nonfarmakologis

## **Abstract**

*Cancer Related Fatigue (CRF) is one of the most common symptoms experienced by breast cancer patients and may reduce quality of life, physical activity, and patient comfort during treatment. One of the non-pharmacological interventions that can help reduce fatigue is foot massage. This case study aimed to determine the effect of foot massage on reducing fatigue levels in breast cancer patients. A descriptive case study design was conducted on three breast cancer patients in the working area of Puskesmas Srandol using purposive sampling. Fatigue levels were measured using the Fatigue Assessment Scale (FAS). The intervention consisted of a 30-minute foot massage on both feet for four consecutive days. The results showed a decrease in fatigue scores in all patients, with the first patient's score decreasing from 31 to 25, the second patient's score from 34 to 29, and the third patient's score from 30 to 26. In addition, patients reported feeling more relaxed, experiencing reduced muscle soreness and better daily activity performance after the intervention. Foot massage provides a relaxation effect through parasympathetic nervous system stimulation, which helps improve comfort and reduce fatigue in breast cancer patients. Therefore, foot massage can be considered an easy, safe, and effective non-pharmacological intervention to help reduce cancer-related fatigue in breast cancer patients.*

**Keywords:** breast cancer, cancer related fatigue, fatigue, foot massage, non-pharmacological therapy