

Article

## PENGARUH TERAPI *FOOT MASSAGE* TERHADAP TEKANAN DARAH PADA PASIEN LANSIA DENGAN HIPERTENSI DI RSD K.R.M.T WONGSONEGORO KOTA SEMARANG

Fitria Hardiyanti Prastivi<sup>1</sup>, Sonhaj<sup>2</sup>

<sup>1,2</sup>Program Studi Profesi Ners Universitas Karya Husada Semarang

### SUBMISSION TRACK

Received: June 13, 2024  
Final Revision: June 28, 2024  
Available Online: June 30, 2024

### KEYWORDS

Hypertension, Elderly, Blood Pressure, Fott Massage Therapy

### CORRESPONDENCE

Phone: 085869480742  
E-mail: fitria.hdpw28@gmail.com

### A B S T R A C T

**Background :** The results of the 2018 Rikesdas data explain that the prevalence of hypertension is 34,1%, which is mostly suffered by the elderly group. Management of hypertension can be done in a non-pharmacological way, namely by applying foot massage therapy to lower blood pressure. **Purpose :** To determine the effect of applying foot massage therapy on blood pressure in elderly patients with hypertension at RSD K.R.M.T Wongsonegoro Semarang in 2024. **Results :** Research results on client 1 and client 2 after foot massage therapy was carried out of 15 minutes in 3 visits. In client 1, before the foot massage therapy, his blood pressure was 178/149 mmHg, after the foot massage therapy, his blood pressure dropped to 164/121 mmHg. In client 2, before the foot massage therapy was carried out, his blood pressure was 182/122 mmHg, after the foot massage therapy was carried out, his blood pressure decreased to 169/109 mmHg. **Conclusion :** The application of foot massage therapy is effective in reducing blood pressure in elderly people with hypertension massage therapy can help provide relaxation stimulation so that it can lower blood pressure. **Suggestion :** It is hoped that the client's family will be able to carry out foot massage therapy to help lower blood pressure in elderly people with hypertension on a regular basis to get satisfactory results.

## I. LATAR BELAKANG

Lansia adalah kelompok usia yang rentan penyakit, hal ini terjadi karena kekuatan serta daya tahan tubuhnya menurun seiring dengan bertambahnya usia. Masalah kesehatan yang seringkali terjadi pada lansia yaitu hipertensi (Indah Puspitasari et al, 2024). Hipertensi didefinisikan sebagai meningkatnya tekanan darah sistolik lebih dari 140 mmHg atau tekanan darah diastolik lebih dari 90 mmHg. Hipertensi merupakan salah satu penyebab utama penyakit kardiovaskular dan masalah kesehatan global.

Hasil data Rikesdas tahun 2018 menjelaskan bahwa prevalensi hipertensi sebesar 34,1% angka ini semakin tinggi sebesar 8,3% dibandingkan data Rikesdas tahun 2013 (Wahyudin, 2021). Kemenkes RI pada tahun 2016 menjelaskan bahwa angka morbiditas hipertensi akan meningkat 50% pada usia diatas 50 tahun serta prevalensi hipertensi diprediksi akan terus semakin tinggi dengan perkiraan pada tahun 2025 di Indonesia akan mencapai 31,7%. Prevalensi hipertensi secara global sebanyak 22% dari total penduduk dunia. Asia Tenggara berada pada posisi tertinggi ketiga dengan prevalensi hipertensi sebanyak 25%. Angka hipertensi di Indonesia mencapai 63 juta. Daerah Jawa

Tengah merupakan urutan keempat dengan nilai hipertensi tertinggi di Indonesia, sedangkan di kota Semarang hipertensi mencapai 138 ribu jiwa (Laila Fitriana et al, 2023).

Tingginya angka prevalens hipertensi menjadi perhatian sebab memiliki banyak komplikasi seperti stroke, infark miokard dan gagal ginjal. Komplikasi ini dapat diantisipasi dengan penatalaksanaan serta pengendalian tekanan darah secara farmakologis dan nonfarmakologis. Salah satu terapi nonfarmakologis yang dapat diterapkan yaitu terapi *foot massage*.

Terapi *foot massage* merupakan terapi komplementer yang aman serta praktis diberikan dan mempunyai dampak meningkatkan sirkulasi, mengurangi rasa sakit, merelaksasikan otot dan memberikan rasa nyaman pasien. Terapi ini bertujuan untuk menurunkan tekanan darah, mengurangi aktivitas jantung dalam memompa dan mengurangi mengerutnya dinding-dinding pembuluh nadi halus sehingga peredaran darah menjadi lancar sehingga tekanan darah akan menurun (Zulkharisma et al, 2023).

Hasil penelitian yang dilakukan oleh Tesha Az Zaura, et al pada tahun 2023 menyatakan dalam jurnalnya tentang efektivitas terapi *foot massage* terhadap penurunan tekanan darah pada lansia dengan hipertensi di Gampong Meunasah Papeun, Aceh Besar didapatkan hasil bahwa terapi *foot massage* secara rutin dapat menurunkan tekanan darah pasien (Tesha et al, 2023). Berdasarkan data diatas dan tingginya angka prevalensi hipertensi, peneliti tertarik untuk melakukan studi kasus "Pengaruh Terapi *Foot Massage* Terhadap Tekanan Darah Pada Pasien Lansia Dengan Hipertensi di RSD K.R.M.T Wongsonegoro Kota Semarang Tahun 2024".

## II. METODE

Jenis studi kasus yang digunakan dalam penelitian ini menggunakan metode deskriptif dengan proses keperawatan yang dilakukan pada 2 klien yaitu Tn. D berusia 77 tahun dan Tn. A berusia 64 tahun di ruang Nakula RSD K.R.M.T Wongsonegoro Kota Semarang yang meliputi pengkajian keperawatan, diagnosa keperawatan, intervensi keperawatan, implementasi keperawatan dan evaluasi keperawatan. Studi kasus ini

bertujuan untuk mengetahui pengaruh penerapan terapi *foot massage* pada pasien lansia dalam menurunkan tekanan darah pada pasien hipertensi.

## III. HASIL

Berdasarkan hasil penelitian didapatkan bahwa setelah dilakukan penerapan terapi *foot massage* selama 3 hari dengan frekuensi 1 kali dalam sehari selama 15 menit didapatkan terjadi penurunan tekanan darah pada klien Tn. D dan klien Tn. A.

| Nama Klien | Tekanan Darah | Hasil Tekanan Darah (sistolik dan diastolik dalam satuan mmHg) |         |        |
|------------|---------------|--|---------|--------|
|            |               | Hari 1   | Hari 2  | Hari 3 |
| Tn. D      | Sebelum       | 178/149  | 146/112 | 131/89 |
|            | Sesudah       | 164/121  | 133/115 | 111/87 |
| Tn. A      | Sebelum       | 182/122  | 160/100 | 143/95 |
|            | Sesudah       | 169/109  | 155/90  | 125/82 |

Tn. D dihari pertama sebelum diberikan terapi *foot massage* tekanan darahnya 178/149 mmHg dan setelah diberikan terapi *foot massage* tekanan darahnya menjadi 164/121 mmHg. Tn. D dihari kedua sebelum diberikan terapi *foot massage* tekanan darahnya 146/112 mmHg dan setelah diberikan terapi *foot massage* menjadi 133/115 mmHg. Tn. D dihari ketiga sebelum diberikan terapi *foot massage* tekanan darahnya 131/89 mmHg dan setelah diberikan terapi *foot massage* tekanan darahnya 111/87 mmHg.

Tn. A dihari pertama sebelum diberikan terapi *foot massage* tekanan darahnya 182/122 mmHg dan setelah diberikan terapi *foot massage* tekanan darahnya menjadi 169/109 mmHg. Tn. A dihari kedua sebelum diberikan terapi *foot massage* tekanan darahnya 160/100 mmHg dan setelah diberikan terapi *foot massage* menjadi 155/90 mmHg. Tn. A dihari ketiga sebelum diberikan terapi *foot massage* tekanan darahnya 143/95 mmHg dan setelah diberikan terapi *foot massage* tekanan darahnya 125/82 mmHg.

## IV. PEMBAHASAN

Kriteria inklusi pada studi kasus yaitu klien yang terdiagnosa hipertensi dan klien berusia lebih dari 60 tahun. Klien 1 Tn. D berusia 77 tahun dengan memiliki riwayat hipertensi sejak berusia 50 tahun, sedangkan klien 2 Tn. A berusia 64 tahun dan memiliki riwayat hipertensi sejak 5 tahun yang lalu.

Berdasarkan data pengkajian klien 1 Tn. D dan klien 2 Tn. A didapatkan bahwa klien memiliki riwayat hipertensi.

Berdasarkan data pengkajian hari pertama pada klien 1 Tn. D didapatkan hasil tekanan darah 178/149 mmHg, sedangkan pada klien 2 Tn. A didapatkan tekanan darahnya 182/122 mmHg. Data ini dapat disimpulkan bahwa terdapat tanda-tanda vital dari kedua klien mengalami hipertensi dibuktikan dengan meningkatnya tekanan darah. Hal ini sesuai dengan teori yang dikemukakan oleh Herman & Agiyanto, 2022 yaitu hipertensi merupakan tekanan darah persisten dimana tekanan sistolik diatas 140 mmHg dan tekanan diastolik diatas 90 mmHg.

Berdasarkan data hasil pengkajian kedua klien didapatkan diagnosa pada klien 1 Tn D dan klien 2 Tn. A adalah perfusi perifer tidak efektif berhubungan dengan peningkatan tekanan darah. Perumusan diagnosis keperawatan sesuai dengan teori buku Standar Diagnosis Keperawatan Indonesia (SDKI, 2016), dimana didapatkan berdasarkan penyebab dan gejala.

Intervensi yang dapat diberikan pada kedua klien dengan masalah perfusi perifer tidak efektif secara non farmakologi yaitu dengan pemberian terapi *foot massage*. Hal ini sesuai dengan pendapat Ainun & Leini, 2021 terapi *foot massage* merupakan terapi komplementer yang aman dan mudah dilakukan secara mandiri serta dikatakan memiliki efek relaksasi pada kekakuan otot sehingga terjadi vasodilatasi dan penurunan tekanan darah secara terus-menerus. Selain dilakukan terapi *foot massage*, intervensi lainnya adalah dengan mengkaji tanda-tanda vital klien.

Tahap implementasi yang diterapkan sesuai dengan rencana tindakan keperawatan yaitu mengkaji tanda-tanda vital, mengidentifikasi penyebab perubahan tanda-tanda vital klien, memberikan terapi *foot massage* untuk menurunkan tekanan darah selama 3 kali pertemuan dalam waktu 15 menit serta mengukur tekanan darah sebelum dan sesudah dilakukan terapi *foot massage*.

Penerapan terapi *foot massage* mendapatkan hasil yaitu terdapat perubahan tekanan darah pada kedua klien dengan hipertensi. Hasil penerapan tindakan keperawatan ini menunjukkan bahwa terapi *foot massage* yang dilakukan dapat menurunkan tekanan darah sistolik maupun

diastolik secara signifikan selama 3 hari berturut-turut pada klien lansia dengan hipertensi. Sehingga dapat disimpulkan bahwa terapi *foot massage* merupakan intervensi yang efektif dalam menurunkan tekanan darah sistolik dan diastolik. Hasil ini sesuai dengan yang dilakukan oleh Tesha Az Zaura et al, 2023 yang menyatakan bahwa terapi *foot massage* secara rutin dapat menurunkan tekanan darah klien. Menurut Niswah et al, 2022 penerapan terapi *foot massage* dapat meningkatkan kelancaran kembalinya darah ke jantung, melebarkan pembuluh darah, merangsang aktivitas parasimpatis dan pada akhirnya menghasilkan respon relaksasi yang menurunkan tekanan darah membuat aliran darah balik menuju jantung menjadi lancar.

## V. KESIMPULAN

Berdasarkan hasil penelitian studi kasus yang telah dilakukan oleh peneliti dalam penerapan terapi *foot massage* untuk menurunkan tekanan darah pada lansia dengan hipertensi selama 3 hari penulis dapat menyimpulkan bahwa : terapi *foot massage* dibuktikan lebih efektif dalam menurunkan tekanan darah pada lansia dengan hipertensi. Terapi *foot massage* dapat membantu memberikan rangsangan relaksasi sehingga mampu menurunkan tekanan darah.

**DAFTAR PUSTAKA**

- Ainun, K., & Leini, S. (2021). Terapi Foot Massage Untuk Mebyrybkan dan Menstabilkan Tekanan Darah Pada Penderita Hipertensi. *Abimas Galuh*, 3 (September), 328-336.
- Herman, A. H., & Agianto, A. (2022). Asuhan Keperawatan Pada Pasien Dengan Hipertensi Melalui Intervensi Foot Massage di Desa Sungai Rangas ULU : Studi Kasus. *Jurnal Keperawatan Klinis dan Komunitas (Clinical and Community Nursing Journal)*, 6(3), 166
- Indah Puspitasari, et al (2024). Penerapan Terapi Foot Massage Terhadap Penurunan Tekanan Darah Pada Lansia Dengan Hipertensi. *Jurnal Ilmu Kesehatan Mandira Cendikia*, 3(1), 321-326
- Laila Fitriana Putri, Dian Kartikasari, N. F. (2023). Penerapan Terapi Foot Massage Untuk Menurunkan Tekanan Darah Pada Pasien Hipertensi di Ruang Sulaiman 4 RS Roemani Muhammadiyah Semarang. *Malahayati Health Student Journal*, 13 (12), 3924-3928
- Niswah, A., Armiyati, Y., & Samiasih, A. (2022). Penurunan Tekanan Darah Pasien Hipertensi Dengan Terapi Foot Massage. *Prosiding Seminar Nasional UNIMUS*, 5, 1318-1328
- Wahyudin, D. (2021). Penerapan Evidance Based Nursing : Pengaruh Foot Massage Terhadap Penurunan Tekanan Darah Pada Lansia. *Journal Health Society*, 10(1), 49-56
- Zaura, T. A., & Yanti, S. V. (2023). Efektivitas Terapi Foot Massage Terhadap Penurunan Tekanan Darah Pada Lansia Dengan Hipertensi : Suatu Studi Kasus Effectiveness of Foot Massage Therapy on Decreasing Blood Pressure in Elderly with Hypertension : A Case Study. VII, 82-89
- Zulkharisma, I., Husain, F., & Setiyawan, A. (2023). Penerapan Terapi Foot Massage Terhadap Penurunan Tekanan Darah Pada Pasien Hipertensi di Ruang ICU di RS PKU Muhammadiyah Karanganyar, *Jurnal Ventilator : Jurnal Riset Ilmu Kesehatan dan Keperawatan*, 1(3), 87-89 di Wilayah Kerja UPTD Puskesmas Tanjung Agung Tahun 2022