

# **PENERAPAN INTERVENSI “*FOOT MASSAGE*” UNTUK MENGONTROL TEKANAN DARAH PADA NY A DENGAN HIPERTENSI DI WILAYAH KERJA PUSKESMAS KALASAN**

Anjar Nur Havivah<sup>1</sup>, Anastasia Suci Sukmawati<sup>2</sup>

Email: [anjarnurhavivahh14@gmail.com](mailto:anjarnurhavivahh14@gmail.com)

## **INTISARI**

**Latar belakang:** Hipertensi merupakan permasalahan kesehatan yang sering terjadi pada lansia. tingkat prevalensi lansia yang mengalami hipertensi sebesar 52,5%, prevalensi ini akan terus meningkat menjadi 60% di tahun 2025. Penatalaksanaan yang dapat diberikan untuk meminimalkan resiko komplikasi yaitu dengan terapi farmakologi dan nonfarmakologi. Terapi non farmakologi foot massage merupakan terapi yang dapat mengontrol tekanan darah pada penderita hipertensi. Foot massage dilakukan dengan cara melakukan penekanan pada titik saraf di kaki untuk memberikan rangsangan bioelektrik pada organ tubuh tertentu yang dapat memberikan perasaan rileks dan segar karena aliran darah dalam tubuh menjadi lebih lancar

**Tujuan:** mengetahui adanya pengaruh dari terapi foot massage terhadap penurunan tekanan darah pada lansia yang mengalami hipertensi

**Metode:** teknik yang digunakan adalah peneliti yaitu teknik observasi- partisipasi yaitu peneliti melakukan pengamatan dan turut serta melakukan intervensi kepada narasumber sesuai dengan intervensi yang diberikan.

**Hasil:** setelah dilakukan intervensi selama 3 hari secara berturut- turut dengan durasi 25 menit terdapat penurunan tekanan darah, pengukuran pertama dilakukan sebelum di berikan intervensi yaitu 140/90 mmHg menjadi 127/78mmHg setelah 3 hari di berikan intervensi

**Kesimpulan:** terapi nonfarmakologi foot massage memiliki pengaruh dalam mengontrol tekanan darah pada klien dengan hipertensi

---

Kata kunci : lansia, lansia dengan hipertensi, terapi nonfarmakologi, foot massage

<sup>1</sup>Mahasiswa S1 Keperawatan Universitas Jenderal Achmad Yani Yogyakarta

<sup>2</sup> Dosen S1 S1 Keperawatan Universitas Jenderal Achmad Yani Yogyakarta

# **APPLICATION OF "*FOOT MASSAGE*" INTERVENTION TO CONTROL BLOOD PRESSURE IN MRS. A WITH HYPERTENSION AT AREA OF THE KALASAN HEALTH CENTER**

Anjar Nur Havivah<sup>1</sup>, Anastasia Suci Sukmawati<sup>2</sup>

Email: [anjarnurhavivahh14@gmail.com](mailto:anjarnurhavivahh14@gmail.com)

## **ABSTRAK**

**Background:** Hypertension is a health problem that often occurs in the elderly. The prevalence rate of the elderly who experience hypertension is 52.5%, this prevalence will continue to increase to 60% in 2025. Management that can be given to minimize the risk of complications is with pharmacological and nonpharmacological therapies. Non-pharmacological therapy foot massage is a therapy that can control blood pressure in people with hypertension. Foot massage is done by pressing on nerve points in the feet to provide bioelectrical stimulation to certain organs that can provide a relaxed and fresh feeling because blood flow in the body becomes smoother

**Objective:** knowing the effect of foot massage therapy on lowering blood pressure in the elderly who have hypertension

**Method:** the technique used is the researcher, namely the observation-participation technique, where the researcher makes observations and participates in intervening with the resource person in accordance with the intervention given.

**Results:** after the intervention for 3 consecutive days with a duration of 25 minutes there was a decrease in blood pressure, the first measurement was carried out before the intervention was given, namely 140/90 mmHg to 127/78mmHg after 3 days of intervention

**Conclusion:** nonpharmacological therapy of foot massage has an influence in controlling blood pressure in clients with hypertension

Keywords: elderly, elderly with hypertension, nonpharmacological therapy, foot massage

---

<sup>1</sup>S1 Student of Keperawatan Universitas Jenderal Achmad Yani Yogyakarta

<sup>2</sup> Lecturers S1 Keperawatan Universitas Jenderal Achmad Yani Yogyakarta