

PENGARUH *FOOD MASSAGE* TERHADAP PENURUNAN TEKANAN DARAH PADA NY. S DENGAN HIPERTENSI DI WILAYAH KERJA PUSKESMAS BERBAH

Asep Hidayat, Sujono Riyadi, Kezia Diah PS

Email : aseph4772@gmail.com

INTISARI

Latar Belakang: Hipertensi merupakan penyakit tidak menular (PTM) yang menjadi perhatian Badan Kesehatan Dunia. Penyakit hipertensi yang tidak terkontrol dapat menyebabkan peluang 7 kali lebih besar terkena stroke, 6 kali lebih besar terkena congestive heart failure, dan 3 kali lebih besar terkena serangan jantung.

Tujuan: Penerapan *food massage* kepada klien hipertensi di wilayah kerja puskesmas Berbah untuk mengetahui perubahan tekanan darah sebelum dan setelah pemberian terapi

Metode: Penelitian ini menggunakan metode observasi-partisipatif dengan cara melakukan dan ikut serta dalam melakukan pelayanan kesehatan. Peneliti melakukan penerapan *food massage* pada salah satu di keluarga dengan riwayat hipertensi. Penerapan *food massage* ini dilakukan selama 15 menit, kemudian sebelum dan sesudah tindakan juga dilakukan pengecekan tekanan darah.

Hasil: Berdasarkan data hasil penelitian, diketahui bahwa rata-rata tekanan darah lansia sebelum melakukan penerapan *food massage* pada lansia selama penelitian berlangsung yaitu tekanan darah sistolik 165 mmHg dan tekanan darah diastolik yaitu 87 mmHg. Sedangkan rata-rata tekanan darah sesudah melakukan senam hipertensi lansia selama penelitian berlangsung yaitu tekanan darah sistolik 133 mmHg dan rata-rata tekanan darah diastolik yaitu 75 mmHg.

Kesimpulan: Hasil dari penelitian menunjukkan bahwa penerapan *food massage* dapat digunakan sebagai salah satu alternative terapi nonfarmakologi untuk menstabilkan dan menurunkan tekanan darah pada penderita hipertensi di wilayah kerja Puskesmas Berbah. Selain menurunkan tekanan darah penerapan *food massage* juga dapat memperlancar aliran darah, melemaskan otot-otot tubuh dan membuat tubuh menjadi rileks.

Kata Kunci: Penerapan *Food Massage*, Hipertensi

¹ Mahasiswa Program Studi Profesi Ners Universitas Jendral Achmad Yani Yogyakarta

² Dosen Pembimbing Program Studi Profesi Ners Universitas Jendral Achmad Yani Yogyakarta

THE EFFECT OF FOOD MASSAGE ON REDUCING BLOOD PRESSURE IN NY. S WITH HYPERTENSION IN THE WORK AREA PUSKESMAS BERBAH

Asep Hidayat, Sujono Riyadi, Kezia Diah PS

Email : aseph4772@gmail.com

ABSTRACT

Background: Hypertension is a non-communicable disease (NCD) that is of concern to the World Health Organization. Uncontrolled hypertension can lead to a 7 times greater chance of having a stroke, a 6 times greater chance of having congestive heart failure, and a 3 times greater chance of having a heart attack.

Objective: Application of food massage to hypertensive clients in the Berbah health center working area to determine changes in blood pressure before and after giving therapy.

Method: This research uses a participatory observation method by providing and participating in providing health services. Researchers applied food massage to someone in the family with a history of hypertension. This food massage is carried out for 15 minutes, then before and after the procedure the blood pressure is also checked.

Results: Based on research data, it is known that the average blood pressure of the elderly before applying food massage to the elderly during the research was 165 mmHg systolic blood pressure and 87 mmHg diastolic blood pressure. Meanwhile, the average blood pressure after doing elderly hypertension exercises during the research was systolic blood pressure 133 mmHg and the average diastolic blood pressure was 75 mmHg.

Conclusion: The results of the research show that the application of food massage can be used as an alternative non-pharmacological therapy to stabilize and reduce blood pressure in hypertension sufferers in the Berbah Community Health Center working area. Apart from lowering blood pressure, applying food massage can also improve blood flow, relax the body's muscles and relax the body.

Keywords: Application of Food Massage, Hypertension

¹ Student of Nursing Education, Universitas Jendral Achmad Yani
Yogyakarta

² Lecturer of Nursing Education, Universitas Jendral Achmad Yani
Yogyakarta