

**PENGARUH *FOOT MASSAGE* TERHADAP NILAI TEKANAN  
DARAH PADA PENDERITA HIPERTENSI DI BANGSAL CATTLEYA  
RUMAH SAKIT UMUM DAERAH Dr.GONDO SUWARNO  
UNGARAN**



**KARYA ILMIAH AKHIR NERS**

Untuk Memenuhi Salah Satu Persyaratan dalam Menyelesaikan Program Pendidikan Profesi

Ners

**DI SUSUN OLEH :**

**RICHA HARTIYANTI (SN222053)**

**PROGRAM STUDI NERS PROGRAM PROFESI**

**FAKULTAS ILMU KESEHATAN**

**UNIVERSITAS KUSUMA HUSADA SURAKARTA**

**TAHUN AKADEMIK 2022/2023**

PROGRAM STUDI NERS PROGRAM PROFESI  
FAKULTAS ILMU KESEHATAN  
UNIVERSITAS KUSUMA HUSADA SURAKARTA  
TAHUN 2023

**PENGARUH *FOOT MASSAGE* TERHADAP NILAI TEKANAN DARAH PADA  
PENDERITA HIPERTENSI DI BANGSAL CATTLEYA  
RUMAH SAKIT UMUM DAERAH Dr.GONDO SUWARNO UNGARAN**

Richa Hartiyanti <sup>1)</sup>, Dian Nur Wulanningrum<sup>2)</sup>

<sup>1)</sup> Mahasiswa Program Studi Program Profesi Ners Program Profesi

<sup>2)</sup> Dosen Program Studi Program Profesi Ners Program Profesi

Universitas Kusuma Husada Surakarta

**ABSTRAK**

**Latar Belakang :** Hipertensi merupakan salah satu penyakit kardiovaskuler yang paling banyak diderita oleh masyarakat dan pada umumnya tidak merasakan keluhan, sehingga disebut sebagai *the silent killer*. Faktor yang mempengaruhi hipertensi yaitu usia, genetik, dan lingkungan yang berdampak pada keselamatan jiwa yang mengakibatkan meningkatnya angka morbiditas dan angka mortalitas .

**Tujuan:** Mengetahui pengaruh terapi *foot massage* terhadap nilai tekanan darah pada penderita hipertensi diruang Cattleya.

**Hasil:** Didapatkan hasil menunjukkan sebelum dan sesudah perlakuan *foot massage* ada perubahan.maka dapat disimpulkan bahwa terdapat pengaruh *foot massage* terhadap nilai tekanan darah pada penderita hipertensi.

**Kesimpulan:** Bahwa ada pengaruh pemberian *foot massage* terhadap nilai tekanan darah pada penderita hipertensi.

**Kata kunci:** Hipertensi, tekanan darah, *foot massage*

PROFESSIONAL STUDY PROGRAM NERS PROFESSIONAL PROGRAM

FACULTY OF HEALTH SCIENCES

UNIVERSITY OF KUSUMA HUSADA SURAKARTA

2023

**THE EFFECT OF FOOT MASSAGE ON BLOOD PRESSURE VALUE IN  
HYPERTENSION PATIENTS IN THE CATTLEY ward, Dr. GONDO SUWARNO  
UNGARAN REGIONAL GENERAL HOSPITAL**

Richa Hartiyanti <sup>1)</sup>, Dian Nur Wulanningrum<sup>2)</sup>

<sup>1)</sup> Student of Sudi Professional Program Ners Program Professional

<sup>2)</sup> Lecturer of Sudi Professional Program Ners Program Professional  
Universitas Kusuma Husada Surakarta

**ABSTRACT**

**Background:** Hypertension is one of the cardiovascular diseases that most people suffer from and generally do not experience complaints, so it is called the silent killer. Factors that influence hypertension are age, genetics and the environment which have an impact on life safety resulting in increased morbidity and mortality rates.

**Objective:** To determine the effect of foot massage therapy on blood pressure values in hypertension sufferers in the Cattleya room.

**Results:** The results obtained showed that before and after the foot massage treatment there were changes. So it can be concluded that there is an influence of foot massage on blood pressure values in hypertension sufferers.

**Conclusion:** That there is an effect of giving foot massage on blood pressure values in hypertensive sufferers.

**Key words:** Hypertension, blood pressure, foot massage

## PENDAHULUAN

Tekanan darah adalah suatu proses dimana pada saat jantung memompakan darah ke seluruh tubuh terjadi tekanan di dalam pembuluh darah. Tekanan darah pada saat jantung berkontraksi disebut tekanan sistolik sedangkan tekanan pada saat jantung berelaksasi disebut tekanan diastolik. Tekanan darah di bagi menjadi 3 golongan, yaitu tekanan darah normal jika tekanan sistoliknya  $< 140$  mmHg dan tekanan diastoliknya  $< 90$  mmHg, tekanan darah rendah (hipotensi) dengan tekanan sistoliknya  $< 100$  mmHg dan tekanan diastoliknya  $> 90$  mmHg, dan kategori tekanan darah tinggi (hipertensi) dengan tekanan sistoliknya  $> 140$  mmHg dan tekanan diastoliknya  $< 90$  mmHg (Arianto, 2018).

Hipertensi merupakan salah satu penyakit kardiovaskuler yang paling banyak diderita oleh masyarakat dan pada umumnya tidak merasakan keluhan, sehingga disebut sebagai *the silent killer*. Faktor yang mempengaruhi hipertensi

yaitu usia, genetik, dan lingkungan yang berdampak pada keselamatan jiwa yang mengakibatkan meningkatnya angka morbiditas dan angka mortalitas (Yanti, 2019).

Lingkungan menjadi salah satu factor resiko yang mempengaruhi timbulnya penyakit hipertensi yang meliputi: stress, obesitas, status gizi, minum kopi, kualitas tidur dan merokok. Individu yang tidak mampu mengontrol tekanan darah, dan tidak berobat secara teratur memiliki resiko terkena komplikasi, dan komplikasi yang ditimbulkan akibat hipertensi yaitu stroke pada hipertensi kronik, infark miocard, dan gagal ginjal jika terjadi kerusakan akibat tekanan tinggi pada kapiler ginjal (Erfiana, 2015).

Berdasarkan survey World Health Organization (WHO) tahun 2015-2018, menunjukkan bahwa penderita hipertensi di dunia mencapai 1,13 miliar, artinya 1 dari 3 orang didunia terdiagnosis hipertensi. Penderita hipertensi semakin meningkat setiap tahunnya, diperkirakan

pada tahun 2025 mencapai 1,5 miliar menderita hipertensi, dengan perkiraan 10,44 juta orang meninggal akibat hipertensi dan komplikasi setiap tahunnya. Data WHO di dukung oleh data institute for Health Metrics and Evaluation (IHME) bahwa di Indonesia 1,7 juta kematian di Indonesia dengan factor resiko yang menyebabkan kematian adalah tekanan darah (hipertensi) sebesar 7,7%, hiperglikemia sebesar 18,4%, merokok sebesar 12,7%, dan obesitas sebesar 7,7%.

Menurut hasil data Riset Kesehatan Dasar (Riskesdas) tahun 2018, menunjukkan prevalensi hipertensi di Indonesia mencapai 34,1 % berdasarkan kriteria pengukuran tekanan darah penduduk usia > 18 tahun. Dari prevelensi 34,1% tersebut, diketahui bahwa sebesar 8,8% terdiagnosis hipertensi, 13,3 % orang yang terdiagnosis hipertensi tidak minum obat dan 32,2% tidak rutin minum obat. Hal ini menunjukkan bahwa sebagian besar penderita hipertensi tidak mengetahui bahwa dirinya menderita

hipertensi sehingga tidak mendapatkan pengobatan. Alasan penderita hipertensi tidak minum obat anatara lain karena penderita hipertensi merasa sehat (59,8%), kunjungan tidak teratur ke fasilitas pelayanan kesehatan (31,3%), minum obat tradisional (14,5%), menggunakan terapi lain (12,5%), tidak mampu beli obat (8,1%), terdapat efek samping obat (4,5%), dan obat hipertensi tidak tersedia di fasilitas pelayanan kesehatan (2%) (kemenkes,2018).

Hipertensi perlu mendapatkan perhatian khusus dan penanganan yang komprehensif mulai dari usaha preventif, promotif, kuratif dan rehabilitative (Arianto, 2018). Penanganan hipertensi yang komprehensif yang bertujuan untuk menurunkan tekanan darah , meliputi terapi konvensional dan terapi non konvensional. Terapi konvensional merupakan terapi dengan pemberian obat-obatan yaitu obat anti hipertensi, sedangkan terapi non konvensional merupakan terapikomplementer yang dapat dilakukan

dengan bekam, akupunktur, tanaman tradisional, akupresur, dan pijat (*massage*) (Ardiansyah, 2019).

Terapi pijat atau *massage* adalah salah satu terapi komplementer yang saat ini digunakan untuk hipertensi. *Massage* merupakan terapi paling efektif untuk menurunkan tekanan darah pada hipertensi karena dapat menimbulkan efek relaksasi pada otot-otot yang kakusehingga terjadi vasodilatasi yang menyebabkan tekanan darah turun secara stabil. Macam-macam metode *massage* yaitu metode *Swedish massage*, *aroma massage*, *massage therapy*, *acupoint massage*, *scalp massage*, *without massage*, *back massage*, *classic massage*, *single session massage*, *mechanical massage*, *foot massage*, dan *whole body massage* (Ardiansyah,2019).

*Foot massage* merupakan salah satu terapi komplementer yang aman dan mudah diberikan dan mempunyai efek meningkatkan sirkulasi, mengeluarkan sisa metabolisme, meningkatkan rentang gerak sendi, mengurangi rasa sakit,

merelaksasikan otot dan memberikan rasa nyaman pada pasien ( Afianti, 2017). *Foot massage* adalah manipulasi jaringan lunak pada kaki yang berhubungan dengan bagian lain pada tubuh (Abduliansyah, 2018). *Foot massage* bertujuan untuk menurunkan tekanan darah , mengurangi kegiatan jantung dalam memompa , dan mengurangi mengerutnya dinding – dinding pembuluh nadi halus sehingga tekanan pada dinding-dinding pembuluh darah berkurang dan aliran darah menjadi lancar sehingga tekanan darah akan menurun ( Patria, 2019).

Dari beberapa penelitian *foot massage* merupakan salah satu metode yang paling umum dari terapi komplementer, tidak memerlukan biaya yang terlalu mahal dan merupakan terapi manual yang dapat diterapkan dalam proses penyembuhan kesehatan yang dapat dilakukan oleh perawat (Alfianti,2017). *Massage* pada otot-otot besar pada kaki dapat memperlancar sirkulasi darah,

merangsang jaringan otot, menghilangkan toksin , merileksasikan persendiaan, meningkatkan aliran oksigen, mengendurkan ketegangan otot, sehingga membantu memperlancar aliran darah ke jantung dan tekanan darah menjadi turun. *Foot massage* dapat memberikan relaksasi yang besar terhadap sirkulasi darah keseluruh tubuh dari pada *massage* punggung (Yanti, 2018).

Hal ini sesuai dengan penelitian Yanti (2018) tentang “Efektifitas *massage* punggung dan kaki terhadap tekanan darah pada penderita hipertensi “ yang menunjukkan hasil ada pengaruh *massage* punggung dengan nilai sistol  $p = 0,000$ , diastole  $p = 0,001$ , dan rata-rata pada kelompok *massage* kaki nilai sistol  $p = 0,001$  dan diastole dengan nilai  $p = 0,000$ , sehingga dapat disimpulkan bahwa pemberian *massage* kaki lebih efektif dari pada *massage* punggung, dilihat dari nilai *value* diastolnya terhadap tekanan darah pada penderita hipertensi.

Berdasarkan hasil observasi di RSUD dr. Gondo Suwarno Ungaran ditemukan pada bulan september jumlah pasien sebanyak 331 orang dengan kasus hipertensi secara keseluruhan 119 jumlah pasien yang meninggal sebanyak 7 orang sehingga diperlukan penanganan tidak hanya dengan farmakologi tetapi juga dengan non farmakologi untuk menurunkan nilai tekanan darah pada pasien hipertensi. Berdasarkan fenomena diatas penulis tertarik untuk mengambil topik dalam karya tulis ilmiah akhir Ners dengan judul “pengaruh *foot massage* terhadap nilai tekanan darah pada penderita hipertensi di ruang Cattleya RSUD dr. Gondo suwarno ungaran.”

## **METODE PENELITIAN**

Metode yang digunakan dalam Karya Tulis Ilmiah penulis menggunakan metode deskriptif dengan pendekatan studi kasus. Penerapan ini memusatkan diri secara intensif pada satu obyek tertentu dengan mempelajarinya sebagai suatu kasus. Studi kasus merupakan rancangan penelitian yang mencakup satu unit. Satu unit disini dapat diartikan

satu klien, keluarga, kelompok, komunitas, atau institusi. Unit yang menjadi kasus tersebut secara mendalam dianalisis baik dari segi berhubungan dengan keadaan kasus itu sendiri, faktor-faktor yang mempengaruhi, kejadian-kejadian khusus yang muncul sehubungan dengan kasus, maupun tindakan dan reaksi kasus terhadap suatu perlakuan atau pemaparan tertentu. Dalam penerapan studi kasus ini penulis akan melakukan penerapan pada studi kasus pasien Hipertensi di Rumah Sakit dr.Gondo Suwarno Ungaran

## HASIL DAN PEMBAHASAN

Tabel 4.1 nilai tekanan darah sebelum dan sesudah

Hari /tanggal	Pasien	Tekanan darah		Tindakan	Tekanan darah	
		Pre			Post	
Hari 1(14/11/2023)	Ny.S	169 / 104 mmHg	/	<i>Foot Massage</i>	164/95 mmHg	
Hari 2(15/11/2023)	Ny.S	160 /84 mmHg		<i>Foot Massage</i>	152/80 mmHg	
Hari 3(16/11/2023)	Ny.S	158/96 mmHg		<i>Foot Massage</i>	153/90 mmHg	

Berdasarkan hasil tersebut dapat disimpulkan bahwa terapi non farmakologi *foot massage* dapat menurunkan nilai tekanan darah pada pasien hipertensi.

Hasil penelitian menunjukkan bahwa terdapat penurunan pada nilai

tekanan darah dengan terapi non farmakologi *foot massage*.

Hal ini sejalan dengan penelitian Gurcan aslan (2020) Hasil dari penelitian menunjukkan ada pengaruh yang signifikan *foot massage* terhadap penurunan nilai tekanan darah pada penderita hipertensi di RSUD kesehatan kerja provinsi jawa barat dengan hasil p-value =0,000. Berdasarkan hasil penelitian, *foot massage* dapat dijadikan intervensi dalam pemberian terapi komplementer pada penderita hipertensi

Pada kasus Ny.S yang menjadi pokok bahasaan penulis adalah hipertensi. Tindakan keperawatan yang diberikan untuk mengatasi masalah tersebut adalah melakukan teknik terapi *foot massage* yang bertujuan untuk menimbulkan relaksasi yang dalam dan menurunkan tekanan darah. Intervensi terapi *foot massage* yang diterapkan pada pasien hipertensi dilakukan selama 15-20 menit. Sebelum melakukan tindakan penulis memberikan lembar inform consen



persetujuan kepada pasien yang bersedia untuk menjadi responden setelah dilakukan tindakan kepada pasien kemudian dicek tanda-tanda vital untuk mengetahui perbedaan saat dilakukan terapi foot massage sebelum dan sesudah. Dan hasil dari data dapat disimpulkan bahwa tindakan terapi foot massage dapat menurunkan tensi. Hasil yang didapatkan sebelum dilakukan tindakan, pasien mengatakan pusing pada leher bagian belakang nyeri dengan nilai tekanan darah sebelum mendapatkan penerapan foot massage pada Ny.S didapatkan hasil tekanan darah pada hari pertama 14 november 2023 waktu 14.00 wib dengan tekanan darah 169/104 mmHg, sedangkan hari kedua 15 november 2023 waktu 05.00 dengan hasil 160/84 mmHg, waktu jam 14.00 wib 150/90 mmhg sedangkan hari ketiga 16 november 2023 jam 05.00 dengan nilai tekanan darah 158/96 mmHg. Dengan setelah dilakukan terapi foot massage dapat didapatkan hasil pada hari pertama 14 november 2023 waktu 14.00

wib dengan tekanan darah 164/95 mmHg, sedangkan hari kedua 15 november 2023 waktu 05.00 dengan hasil 152/80 mmHg, waktu jam 14.00 wib 145/85 mmhg sedangkan hari ketiga 16 november 2023 jam 05.00 dengan hasil 153/90 mmHg. Berdasarkan hasil tersebut dapat disimpulkan bahwa terapi foot massage dapat menurunkan nilai tekanan darah pada pasien hipertensi.

*Foot massage* merupakan salah satu terapi komplementer yang aman dan mudah diberikan dan mempunyai efek meningkatkan sirkulasi, mengeluarkan sisa metabolisme, meningkatkan rentang gerak sendi, mengurangi rasa sakit, merelaksasikan otot dan memberikan rasa nyaman pada pasien (Afianti, 2017).

## **KESIMPULAN**

Setelah dilakukan foot massage terhadap nilai tekanan darah terhadap pasien hipertensi yang telah dilakukan dapat ditarik kesimpulan bahwa foot massage terbukti sangat efektif dan

berpengaruh dalam menurunkan tekanan darah baik tekanan darah sistolik maupun tekanan diastolik pada pasien hipertensi. Hal tersebut dikarenakan secara fisiologis gerakan atau penekanan yang dilakukan terapi non farmakologi *foot massage* dapat merangsang peningkatan produksi hormone endorphine yang kemudian akan menurunkan produksi dari hormone adrenalin sehingga akan menimbulkan efek relaksasi pada tubuh yang kemudian akan mengembalikan fungsi sel-sel dalam tubuh ke fungsi yang normal dan kemudian berpengaruh kepada penurunan tekanan darah pada penderita tekanan darah tinggi/ hipertensi.

## **SARAN**

Berdasarkan kesimpulan diatas, adapun beberapa saran yang dapat penulis sampaikan yang kiranya dapat bermanfaat bagi berbagai pihak khususnya dalam pemecahan masalah sistem kardiovaskuler pada kasus peningkatan tekanan darah pasien dengan penderita hipertensi yaitu sebagai berikut :

### 1. Bagi pasien

Diharapkan dapat menjaga pola hidup sehat dan terus menjaga tekanan darah dalam keadaan rentang stabil/normal. Terapi nonfarmakologi *Foot massage* ini dapat diaplikasikan sebagai salah satu alternative yang dapat dilakukan klien dengan tekanan darah tinggi untuk menurunkan tekanan darah dalam kehidupan sehari-hari sebagai usaha untuk menjaga tekanan darahnya agar tetap dalam batas normal.

### 2. Bagi pelayanan kesehatan

Pemberian terapi *foot massage* dapat menjadi sumber informasi dan bahan masukan dalam pelaksanaan intervensi keperawatan non farmakologi yaitu dengan cara melakukan terapi nonfarmakologi *foot masage* dalam menurunkan tekanan darah tinggi pada

penderita hipertensi dirumah sakit.

### 3. Bagi peneliti selanjutnya

Diharapkan penelitian ini dapat digunakan sebagai referensi bagi peneliti selanjutnya khususnya yang berkaitan dengan masalah tekanan darah tinggi serta di harapkan dapat menjadi salah satu acuan untuk dapat mengembangkan penelitian lebih lanjut mengenai terapi komplementer untuk menurunkan tekanan darah tinggi pada penderita hipertensi.

## DAFTAR PUSTAKA

Abduliansyah, M. R. (2018). Analisa Praktik Klinik Keperawatan pada Pasien Hipertensi Primer dengan Intervensi Inovasi Terapi Kombinasi Foot Massage dan Terapi Murrotal Surah Ar- Rahman terhadap Penurunan Tekanan Darah di Ruang Instalasi Gawat Darurat RSUD Abdul Wahab Sjahranie. Karya Ilmiah Akhir. Universitas Muhammadiyah Kalimantan Timur. Diambil dari

<https://dspace.umkt.ac.id/handle/463.2017/760>.

Afianti, N., & Mardhiyah, A. (2017). Pengaruh Foot Massage terhadap Kualitas Tidur Pasien di Ruang ICU. *Jurnal Keperawatan Padjadjaran*, 5(1), 86–97. <https://doi.org/10.24198/jkp.v5n1.10>

Ananto. 2017. *Pengaruh Massage Teknik Effeurage Terhadap Tekanan darah pada lansia penderita hipertensi*. *J AgromedUnila*, Volume 4, nomor 2 ,desember 2017,hlm264-268

Ardiansyah. & Huriyah, T. (2019). Metode Massage Terhadap Tekanan Darah Pada Penderita Hipertensi: a Literatur Review. *Jurnal Penelitian Keperawatan*, 5(1). <https://doi.org/10.32660/jurnal.v5i1.334>

Arianto, A., Prastiwi, S., & Sutriningsih, A. (2018). Pengaruh Terapi Pijat Refleksi Telapak Kaki Terhadap Perubahan Tekanan Darah Pada Penderita Hipertensi. *Nursing News*, 3(1), 584–594.

Erfiana, W. (2015). Gambaran faktor risiko pada hipertensi di kelurahan Nologaten, kecamatan Ponorogo, kabupaten Ponorogo [Thesis (Skripsi), Universitas Muhammadiyah Ponorogo.]. <http://eprints.umpo.ac.id/id/eprint/1258>Ghosh, S. (2016). Sex differences in the risk profile of hypertension: A cross-sec

Kemenkes RI.(2018). Profil Kesehatan Indonesia tahun 2018. Indonesia: Kementerian kesehatan RI.Sekretariat Jenderal

Patria, A. (2019). Pengaruh Masase Kaki Terhadap Penurunan Tekanan Darah pada Kelompok Dewasa

yang Mengalami Hipertensi. Jurnal Kesehatan Panca Bhakti Lampung, 7(1), 48.  
<https://doi.org/10.47218/jkpbl.v7i1.60>

Yanti, E., Rahayuningrum, D. C., & Arman, E. (2019). Efektifitas Massase Punggung Dan Kaki Terhadap Tekanan Darah Pada Penderita Hipertensi. Jurnal Kesehatan Medika Sainika, 10(1), 18.  
<https://doi.org/10.30633/jkms.v10i1.305>