

## ASUHAN KEPERAWATAN PADA PENDERITA HIPERTENSI DENGAN PEMBERIAN TERAPI *FOOT MASSAGE* TERHADAP PENURUNAN TEKANAN DARAH DI WILAYAH KERJA PUSKESMAS BAJOE

Ersa Usniyanti<sup>1</sup>, Radiah Ilham<sup>2</sup>, Andi Haryati Hasrib<sup>3</sup>

<sup>1</sup>Mahasiswa program studi D-III Keperawatan

<sup>2,3</sup>Dosen Prodi D-III Keperawatan Universitas Andi Sudirman

Email: [usniyantiersa@gmail.com](mailto:usniyantiersa@gmail.com), [dianradiah.dr@gmail.com](mailto:dianradiah.dr@gmail.com), [Herahasrib29@gmail.com](mailto:Herahasrib29@gmail.com)

Received: 15-08-2024

Revised: 25-08-2024

Approved: 28-08-2024

### ABSTRAK

Hipertensi didefinisikan sebagai kondisi tubuh yang ditandai dengan tekanan darah sistolik lebih dari 140 mmHg dan tekanan diastolik lebih dari 90 mmHg. Berdasarkan data yang diperoleh dari tempat penelitian UPT Puskesmas Bajoe, data 3 bulan terakhir pada tahun 2024 yaitu bulan Januari 443 pasien, bulan Februari 850 pasien dan bulan Maret 912 pasien hipertensi. **Tujuan:** Untuk mengetahui asuhan keperawatan pada penderita hipertensi dengan pemberian terapi *foot massage* terhadap penurunan tekanan darah. Penelitian dilakukan pada tanggal 29 Mei-04 Juni 2024. Implementasi yang dilakukan adalah pemberian terapi *foot massage* selama 6 hari. **Metode:** Metode yang digunakan dalam memberikan asuhan keperawatan yaitu metode deskriptif dengan pendekatan studi kasus. **Hasil:** Penelitian menunjukkan terdapat pengaruh terapi *foot massage* terhadap penurunan darah pada penderita hipertensi dimana sebelum diberikan terapi *foot massage* tekanan darah dari responden I yaitu 180/80 mmHg dan responden II 180/90 mmHg setelah diberikan terapi *foot massage* selama 6 hari secara berturut-turut tekanan darah responden I turun menjadi 130/80 mmHg dan responden II turun menjadi 140/80 mmHg. **Kesimpulan:** Implementasi keperawatan pada Ny. F dan Ny. S dengan hipertensi yang dilakukan selama 6 hari dengan pemberian terapi *foot massage*, efektif untuk menurunkan tekanan darah dengan persentase penurunan (72%) sehingga dilaksanakan secara optimal. **Kata Kunci :** Hipertensi; Pemberian Terapi *Foot Massage*

### PENDAHULUAN

Gaya hidup sehat merupakan kebutuhan fisiologis yang hirarki, kebutuhan manusia paling dasar untuk dapat mempertahankan hidup termasuk juga menjaga agar tubuh tetap bugar dan sehat serta terbebas dari segala macam penyakit. Penyakit yang sering muncul akibat gaya hidup yang tidak sehat salah satunya yaitu hipertensi. Hipertensi merupakan suatu keadaan meningkatnya tekanan darah secara kronis karena jantung bekerja lebih keras memompa darah untuk memenuhi kebutuhan oksigen dan nutrisi tubuh. Jika kondisi ini dibiarkan dapat mengganggu fungsi organ-organ vital seperti jantung dan ginjal. Seseorang dikatakan hipertensi, apabila pernah didiagnosis menderita hipertensi atau sedang minum obat medis untuk tekanan darah tinggi. (1)

Hipertensi didefinisikan sebagai kondisi tubuh yang ditandai dengan tekanan darah sistolik lebih dari 140 mmHg dan tekanan diastolik lebih dari 90 mmHg, berdasarkan pada dua kali pengukuran atau lebih. Hipertensi dijuluki “*the silent killer*” karena sering dijumpai tanpa gejala dan baru disadari bila penderita telah mengalami komplikasi. Gejalanya adalah sakit kepala, sesak napas, jantung berdebar-debar, mudah lelah, telinga berdenging (tinnitus), mimisan, penglihatan kabur yang disebabkan oleh kerusakan pada otak, mata, jantung dan ginjal (2)

Berdasarkan data World Health Organization (WHO) tahun 2019 di seluruh dunia, sekitar 972 orang tua (26,4%) mengidap penyakit hipertensi, Di tahun 2020 sekitar 1,56 miliar orang dewasa akan hidup dengan hipertensi. Hampir 8 miliar orang di setiap tahun di dunia dan hampir 1 juta orang setiap tahunnya. Di tahun 2021 terdapat (29,2%) dan setiap tahun ada 9,4 juta orang meninggal akibat hipertensi. Dan pada tahun 2022 angka kejadian atau prevalensi hipertensi akan terus meningkat sebanyak (25%) orang dewasa diseluruh dunia akan mengalami hipertensi di tahun yang akan datang.

Prevalensi hipertensi di Indonesia berdasarkan dari kemenkes RI 2021 bahwa di tahun 2020 menunjukkan peningkatan prevalensi hipertensi pada penduduk usia 18 tahun keatas sebesar (32,4%). Kecenderungan prevalensi hipertensi berdasarkan diagnosis nakes melalui wawancara pada tahun 2019 (12,9%) lebih tinggi dibandingkan tahun 2018 (9,5 dan 7,6 %). Proporsi minum obat antihipertensi menunjukkan kecenderungan lebih tinggi pada tahun 2020 (3,9%) dibandingkan tahun 2019 (0,7%) dan 2018 (0,4%) (3)

Berdasarkan data Dinas Kesehatan Provinsi Sulawesi Selatan tahun 2020, menurut data Kabupaten/kota prevalensi hipertensi tertinggi terdapat di kota Makassar dengan angka kejadian sebanyak 290.247 kasus, kemudian posisi tertinggi kedua ditempati oleh Kabupaten Bone sebanyak 158.516 kasus, dan posisi tertinggi ketiga adalah Kabupaten Barru sebanyak 1.500 kasus. (4)

Selanjutnya adapun data yang diperoleh dari tempat penelitian UPT Puskesmas Bajoe Kabupaten Bone, pada tahun 2021 prevalensi hipertensi sebanyak 400 pasien. Pada tahun 2022 prevalensi hipertensi sebanyak 476 pasien. Pada tahun 2023 prevalensi hipertensi sebanyak 507 pasien. Sedangkan data 3 bulan terakhir pada tahun 2024 yaitu bulan Januari terdapat 443 pasien, bulan Februari terdapat 850 pasien dan bulan Maret terdapat 912 pasien hipertensi (5)

Berdasarkan data di atas, penderita hipertensi dari tahun ke tahun semakin meningkat, jika tidak ditangani secara cepat maka dapat membahayakan kehidupan manusia. Maka dari itu salah satu cara untuk menangani hipertensi yaitu terapi non farmakologis *foot massage*. Beberapa penelitian terdahulu intervensi pada penderita hipertensi dapat dikontrol dengan pemberian terapi farmakologis maupun non farmakologis. Penatalaksanaan secara farmakologis yaitu dengan mengkonsumsi obat anti hipertensi. Penatalaksanaan non farmakologis yaitu dengan modifikasi gaya hidup, tidak merokok, akupresur, tidak minum alkohol, terapi herbal, relaksasi nafas dalam, aroma terapi, terapi musik klasik, meditasi dan terapi *foot massage*. *Foot massage* merupakan terapi memijat di titik refleksi di kaki yang dilakukan dengan mengusap pelan dan teratur

untuk meningkatkan relaksasi. Teknik dasar dalam terapi ini yaitu dengan cara massase, menekan dengan ibu jari, tangan diputar di satu titik, dan memberi tekanan dan menahan. Penekanan dan pemijatan yang diberikan akan membantu gelombang relaksasi keseluruhan tubuh. (6)

Dari hasil penelitian menyebutkan setelah 3 hari pelaksanaan terapi *foot massage* yang mampu menurunkan tekanan darah menjadi normal 120-140 mmHg tekanan sistol dan 80-90 mmHg tekanan diastol di Tanah Merah Kecamatan Binjai Selatan Kota Binjai, dari hasil wawancara para peserta menyatakan lebih rileks, otot kaki semakin ringan untuk melangkah, efek terapi pijat mengalirkan sirkulasi darah ke persendian, mengalirkan oksigen, mengendurkan ketegangan otot sehingga memperlancar aliran darah ke jantung dan menstabilkan tekanan darah (7)

Dari hasil penelitian menyebutkan bahwa pemberian terapi *foot massage* memiliki pengaruh terhadap penurunan tekanan darah pada penderita hipertensi, setelah dilakukannya terapi *foot massage* selama 30 menit dalam waktu 5 hari mampu mengalami penurunan dengan rata-rata 8,7 mmHg setiap harinya serta membuat badan lebih ringan, berkurangnya sakit kepala dan mampu menurunkan tekanan darah pada responden hipertensi yang tidak terkontrol dan tidak dalam terapi obat. (6)

Pada penelitian yang lainnya menyimpulkan bahwa *foot massage* menggunakan minyak esensial bisa menurunkan tekanan darah pada tekanan sistolik dan diastolik pada hasil perhitungan menggunakan perhitungan wilcoxon yang mengatakan bahwa hasil penelitiannya ada hubungan pijat refleksi terhadap penurunan tekanan darah pada pasien hipertensi. Tekanan darah sebelum dilakukan terapi *foot massage* metode manual pada menunjukkan bahwa sebelum dilakukan terapi pijat refleksi kaki metode manual pada kelompok perlakuan setengahnya (50.0%) memiliki tekanan darah dengan kategori hipertensi derajat 1 yaitu 140/90-159/99 mmHg. Sedangkan Tekanan darah sesudah dilakukan terapi *foot massage* metode manual menunjukkan bahwa sesudah dilakukan terapi pijat refleksi kaki metode manual pada kelompok perlakuan sebagian besar (72.2%) memiliki tekanan darah dengan kategori normal yaitu normal 130/80 mmHg. (8)

Dari beberapa defenisi *foot massage* diatas dapat disimpulkan bahwa *foot massage* yaitu suatu pemijatan yang dilakukan di bagian kaki untuk memberikan efek meningkatkan sirkulasi, merefleksikan otot dan memberikan rasa nyaman. Adapun perbedaan dari penelitian sebelumnya yaitu dimana penelitian sebelumnya menggunakan minyak esensial untuk melakukan *foot massage* sedangkan penelitian yang akan dilakukan peneliti menggunakan minyak zaitun. Dari penelitian yang berjudul “Pengaruh Terapi Refleksi Dengan Minyak Zaitun Terhadap Tekanan Darah Pada Penderita Hipertensi” dapat disimpulkan bahwa ada pengaruh terapi refleksi dengan minyak zaitun terhadap tekanan darah pada penderita hipertensi. Hasil uji statistik mean tekanan darah post test pada kelompok eksperimen yang diberikan terapi pijat refleksi kaki didapatkan hasil bahwa ada pengaruh terapi pijat refleksi terhadap tekanan darah pada penderita hipertensi primer dengan minyak zaitun (9). Minyak zaitun memiliki kandungan vitamin E yang berguna untuk melembabkan kulit saat dioleskan serta memiliki kandungan polifenol yang berguna

sebagai antiinflamasi saat meresap ke dalam pori-pori kulit sehingga menurunkan nyeri (10). Minyak zaitun juga memiliki kandungan asam oleat yang dapat menurunkan tekanan darah (11)

Berdasarkan uraian diatas, melihat tingginya angka kejadian penderita hipertensi terutama di wilayah puskesmas Bajoe dan dampak dari hipertensi sangat membahayakan, kemudian didukung dari berbagai jurnal terkait terapi *foot massage* yang dapat menurunkan tekanan darah maka dari itu penulis tertarik untuk melakukan studi kasus pada pasien dengan judul: Asuhan Keperawatan Pada Penderita Hipertensi Dengan Pemberian Terapi *Foot Massage* Terhadap Penurunan Tekanan Darah Di Wilayah Kerja Puskesmas Bajoe.

### **METODE PENELITIAN**

Desain penelitian ini adalah deskriptif dengan bentuk studi kasus. Metode penelitian deskriptif adalah penelitian yang dilakukan secara intensif, terperinci, dan mendalam terhadap suatu organisasi (individu) tujuan dari penelitian deskriptif adalah menggambarkan masalah penelitian yang terjadi pada studi kasus Implementasi Terapi *Foot Massage* Untuk Menurunkan Tekanan Darah Pada Penderita Hipertensi Di Wilayah Kerja Puskesmas Bajoe.

### **HASIL DAN PEMBAHASAN**

Tabel Hasil Penelitian

No	Tanggal	Ny F		Ny S	
		Pre	Post	Pre	Post
1.	30 Mei 2024 29 Mei 2024	180/80 mmHg	170/80 mmHg	180/90 mmHg	170/80 mmHg
2.	31 Mei 2024 30 Mei 2024	170/80 mmHg	160/70 mmHg	180/80 mmHg	170/80 mmHg
3.	01 Juni 2024 31 Mei 2024	160/70 mmHg	150/70 mmHg	170/80 mmHg	160/80 mmHg
4.	02 Juni 2024 01 Juni 2024	160/80 mmHg	150/80 mmHg	170/80 mmHg	160/80 mmHg
5.	03 Juni 2024 02 Juni 2024	150/80 mmHg	140/80 mmHg	160/80 mmHg	150/80 mmHg
6.	04 Juni 2024 03 Juni 2024	140/80 mmHg	130/80 mmHg	150/80 mmHg	140/80 mmHg

Pada tabel diatas menunjukkan nilai tekanan darah dari kedua responden sebelum dan sesudah dilakukan terapi *foot massage* dari hari pertama sampai hari kelima. Pada hari pertama tekanan darah pada Ny F 180/80 mmHg setelah dilakukan terapi tekanan darah mengalami penurunan menjadi 170/80 mmHg, setelah dilakukan pemberian terapi dihari kedua tekanan darah Ny F menjadi 160/80 mmHg, dihari ketiga kembali mengalami

penurunan menjadi 150/80 mmHg, hingga hari keenam dimana rata-rata penurunan yaitu 10 mmHg.

Pada hari pertama tekanan darah pada Ny S 180/90 mmHg setelah dilakukan terapi tekanan darah mengalami penurunan menjadi 170/80 mmHg, dihari kedua tekanan darah Ny. S tetap sama pada hari pertama sebelum dilakukan terapi yaitu 180/80 mmHg dikarenakan Ny S mengkonsumsi ikan asin dan setelah dilakukan terapi turun menjadi 170/80 mmHg, dihari ketiga kembali mengalami penurunan menjadi 150/80 mmHg dan Ny S sudah menerapkan pola makan sesuai yang dianjurkan, hingga hari keenam dimana rata-rata penurunan yaitu 10 mmHg.

Berdasarkan hasil diatas, dapat dilihat bahwa adanya penurunan nilai tekanan darah setelah dilakukan terapi *foot massage* dan dapat dilakukan efektifitasnya selama 10 menit dalam sehari. Penurunan tekanan darah disebabkan karena *foot massage* dapat memperlancar aliran darah, dan faktor penghambat penurunan tekanan darah yaitu disebabkan oleh beberapa faktor diantaranya mengkonsumsi makanan yang tinggi garam dan stress.

## **KESIMPULAN**

Hipertensi yaitu penyakit tidak menular menahun dimana tekanan darah dalam pembuluh darah di arteri meningkat di atas normal, kondisi ini memaksa jantung melakukan tugasnya lebih keras guna membawa darah melewati pembuluh darah menuju seluruh tubuh. Berdasarkan hasil studi kasus yang dilakukan selama 6 hari pada Ny. F dan Ny. S yang menderita Hipertensi di wilayah kerja Puskesmas Bajoe dapat disimpulkan sebagai berikut :

1. Keluhan utama pada responden I yaitu kepala terasa pusing dan responden II yaitu merasakan kram dibagian kaki.
2. Diagnosis yang diangkat dari kedua responden yaitu perfusi perifer tidak efektif berhubungan dengan peningkatan tekanan darah
3. Prosedur tindakan yaitu : posisikan pasien senyaman mungkin, bersihkan kaki yang akan dilakukan terapi *foot massage* dengan menggunakan tisu basah, kemudian olesi dengan minyak zaitun lalu lakukan pemijatan sesuai dengan standar prosedur operasional.
4. Hasil penelitian sebelum dilakukan terapi *foot massage*, tekanan darah pada responden I senilai 180/80 mmHg dan responden II senilai 180/90 mmHg dan setelah dilakukan terapi *foot massage* selama 6 hari tekanan darah pada responden I senilai 130/80 mmHg dan responden II senilai 140/80 mmHg.
5. Hasil evaluasi pemberian terapi *foot massage* pada penderita hipertensi selama 6 hari secara berturut-turut efektif untuk menurunkan tekanan darah dengan persentase penurunannya yaitu (72%) sehingga dapat dilakukan oleh masyarakat yang menderita hipertensi dengan tekanan darah diatas 140/80 mmHg.

## **DAFTAR PUSTAKA**

Ningsih Al (2021). *Pengembangan Standar Operasional Prosedur (Sop) Terapi Masase Kaki Dengan Aromaterapi Lavender Pada Pasien Hipertensi Dalam Upaya Menurunkan*

- Tekanan Darah*. Jakarta; 27–31.
- Megawati D, Email (2020). *Efektifitas Pemberian Terapi Rendam Kaki Dengan Air Hangat Dalam Penurunan Tekanan Darah Pada Pasien Dengan Gangguan Sistem Kardiovaskuler “Hipertensi” Di Wilayah Kerja UPT Puskesmas Bajoe*. Akademi Keperawatan Lapatau Bone; 36–47.
- Kemendes RI (2021). *Data Hipertensi*.
- Dinas Kesehatan (2020). *Data Hipertensi*.
- UPT Puskesmas Bajoe (2024). *Data Hipertensi*.
- Arifah Cn, Sani Fn, Lestari D, Palupi M, Kartiko E, Program U, (2024). *Pengaruh Terapi Pijat Refleksi Kaki Terhadap Tekanan Darah Pada Penderita Hipertensi*. *Jurnal Penelitian Perawat Profesional* ; 6(2):449–56.
- Ainun K, Leini S (2021). *Terapi Foot Massage Untuk Menurunkan Dan Menstabilkan Tekanan Darah Pada Penderita Hipertensi*. *Jurnal Abdimas Galuh*; 3(September):328–36.
- Umamah F, Paraswati S, Studi P, Keperawatan Si, Keperawatan F, Kebidanan D (2019). *Pengaruh Terapi Pijat Refleksi Kaki Dengan Metode Manual Terhadap Tekanan Darah Pada Penderita Hipertensi Di Wilayah Karangrejo Timur Wonokromo Surabaya*. *Jurnal Ilmu Kesehatan*; 7(2):295.
- Windy Enola Putri, Wasisto Utomo Gtu (2020). *Pengaruh Terapi Refleksi Dengan Minyak Zaitun Terhadap Tekanan Darah Pada Penderita Hipertensi*. *Jurnal Ners Indonesia*; 10(2):170–81.
- Yoganita Ne, Sarifah S, Widyastuti Y, Diii Keperawatan P, Pku Muhammadiyah Surakarta S (2019). *Manfaat Massage Tengokuk Dengan Minyak Zaitun Untuk Mengurangi Nyeri Kepala Pasien Hipertensi The Benefits Of Nape Massage With Olive Oil To Reduce Headache On Hypertension Patients*. *Profesi Profesional Islam Media Publik Penelitian*; 16(2):34–9.
- Ayu Ristia Daniti Mik (2019). *Pengaruh Penambahan Minyak Zaitun Terhadap Hipertensi Yang Diberi Jus Tomat*. *Jurnal Diponegoro Universitas*; 7(2):30–9.
- Radiah Ilham, Supardi, Andi Satriana, A. Haryati Hasrib (2023). *Konsep Keperawatan Medikal Bedah*. Cv. Muhammad Fahmi Al Azizy.
- Apriadi D (2023). *Konsep Keperawatan Medikal Bedah Penerbit Cv. Eureka Media Aksara*. Haryati, S.Kep.Ns. Mkskm., Editor. Purbalingga: Eureka Media Aksara; 19–25 P.
- Nisa Ak (2023). *Asuhan Keperawatan Pada Ny. N Dengan Asuhan Keperawatan Pada Ny. N Dengan Hipertensi Diruang Baitul Izzah 1*. Semarang.
- Sari Np (2020). *Asuhan Keperawatan Pada Pasien Dengan Hipertensi Yang Di Rawat Di Rumah Sakit*. Balikpapan.
- Abdullah Azam Mustajab, Hety Sulistyowati M (2023). *Hipertensi Di Wilayah Kerja Puskesmas Wonoboyo Temanggung*. *Jurnal Penelitian Dan Pengabdian Kepada Masyarakat*; 10(2):169–76.
- Tanjung Ik (2021). *Asuhan Keperawatan Pada Ny.S Dengan Masalah Nyeri Akut Pada Diagnosa Medis Hipertensi Di Kelurahan Wirogunan Kota Pasuruan*.
- Mila Triana Sari Mep (2023). *Pengendalian Dan Pencegahan Komplikasi Hipertensi Pada Lansia Melalui Pendidikan Kesehatan Perilaku Patuh Dan Teknik Relaksasi Otot Progresif*. *Jurnal Abdimas Kesehatan*; 5(1):145–51.

- Nildawati, Muh. Fajar Pahrir, Nur Rahma N (2020). *Faktor Yang Berhubungan Dengan Kejadian Hipertensi Di Wilayah Kerja Puskesmas Bara-Barayya Kota Makassar*. Bina Generasi Jurnal Kesehatan; 12(1):36–41.
- Tim Pokja SDKI DPP PPNI (2017). *Standar Diagnosis Keperawatan Indonesia Definisi Dan Indikator Keperawatan*. Dewan Pengurus Pusat. Jakarta.
- Tim Pokja SIKI DPP PPNI (2018). *Standar Intervensi Keperawatan Indonesia Definisi Dan Tindakan Keperawatan*. Jakarta: Dewan Pengurus Pusat.
- Tim Pokja SLKI DPP PPNI (2019). *Standar Luaran Keperawatan Indonesia Definisi Dan Kriteria Hasil Keperawatan*. Jakarta: Dewan Pengurus Pusat.
- Mastia Wiraya Rtsh (2022). Implementasi Sop Keperawatan berbasis Elektronik di Rumah Sakit. *Jurnal Inovasi Resional Knowledge*; 1(8):623–8.
- Achmad Suvs (2020). *Konsep Dan Aplikasi Praktik Keperawatan Berbasis Evidence-Based Practice*. Martini M, Editor. Bandung: Cv. Media Sains Indonesia; 17–32 P.
- Mulfiyanti Dewi (2021). *Buku Ajar: Etika Keperawatan*. Sulawesi Selatan: Yayasan Cendekiawan Indonesia Timur ISBN.