

BAB V

NASKAH PUBLIKASI

A. Judul

Penerapan Terapi Foot Massage Untuk Menurunkan Tekanan Darah Pada Pasien Hipertensi Di Ruang Sulaiman 4 RS Roemani Muhammadiyah Semarang.

B. Nama Penulis

Bhatari Hayu Nurmala, Trina Kurniawati, Anistasia

C. Abstrak

Latar Belakang : Hipertensi terjadi ketika tekanan darah meningkat $> 140/90$ mmHg. Tanda gejala hipertensi adalah tekanan darah meningkat dan sakit kepala. Penatalaksanaan hipertensi secara nonfarmakologi salah satunya dengan terapi foot massage yang bertujuan untuk menurunkan tekanan darah dan meningkatkan kelancaran peredaran darah. *Foot massage* adalah pijat secara lembut pada kaki dan terpusat pada titik-titik tertentu pada telapak kaki yang berhubungan dengan organ jantung dan ginjal serta memicu tubuh melepaskan hormon edorfin yang menimbulkan rasa rileks sehingga dapat menurunkan tekanan darah.

Tujuan : Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui pengaruh penerapan terapi *foot massage* terhadap penurunan tekanan darah pada pasien hipertensi di Ruang Sulaiman 4 RS Muhammadiyah Roemani Semarang.

Metode : Studi kasus pada seorang pasien hipertensi, yaitu Ny. A usia 67 tahun. Intervensi berupa terapi *foot massage* dilakukan selama 15 menit, satu kali sehari selama tiga hari berturut-turut. Pengukuran tekanan darah dilakukan sebelum dan sesudah pemberian terapi menggunakan tensimeter digital.

Hasil : Hasil penelitian ini menunjukkan adanya penurunan tekanan darah setelah dilakukan terapi *foot massage*. Pada hari pertama sampai hari ketiga tekanan darah menurun sistolik mengalami penurunan 55 mmHg dan Diastolik mengalami penurunan 27 mmHg. Penurunan tekanan darah yang terjadi menunjukkan bahwa terapi *foot massage* efektif dapat membantu menurunkan tekanan darah pada pasien hipertensi.

Simpulan : Berdasarkan hasil penerapan terapi *foot massage* dapat menurunkan tekanan darah pada pasien hipertensi setelah diberikan selama 3 hari.

Kata Kunci: hipertensi, tekanan darah, terapi *foot massage*

D. Kata Kunci

Hipertensi, Tekanan Darah Tinggi, Terapi Foot Massage

E. Pendahuluan

Hipertensi merupakan kondisi peningkatan tekanan darah yang dapat menjadi faktor risiko penyakit kardiovaskular, seperti gagal ginjal, penyakit jantung koroner, dan stroke (Mufatihatul Aziza Nisa et al., 2024; Sarfika & Saifudin, 2024). Menurut World Health Organization (WHO), pada tahun 2024 sekitar 26,4% atau 972 juta penduduk dunia mengalami hipertensi dan diproyeksikan meningkat menjadi 29,2% pada tahun 2025 (Trianaputri & Rantung, 2025). Di Indonesia, prevalensi hipertensi berdasarkan pengukuran penduduk usia >18 tahun pada tahun 2018 mencapai 34,1%, sedangkan di Jawa Tengah sebesar 37,6% (Kemenkes, 2019). Data RS Roemani Muhammadiyah Semarang menunjukkan terdapat 1.041 kasus hipertensi di Ruang Sulaiman 4 pada tahun 2025. Selama praktik stase KMB pada 27 Oktober–29 November 2025, ditemukan 40 pasien hipertensi di ruangan tersebut (Rekam Medis RS Roemani Semarang, 2025). Faktor risiko hipertensi meliputi genetik, usia, jenis kelamin, gaya hidup, konsumsi garam, merokok, alkohol, dan obesitas (Mufatihatul Aziza Nisa et al., 2024). Hipertensi sering tidak menimbulkan gejala sehingga dikenal sebagai silent killer. Keluhan yang dapat muncul antara lain sakit kepala, gangguan tidur, vertigo, penglihatan kabur, telinga berdenging, dan kelelahan (Andika et al., 2023; Hidayati et al., 2025). Penatalaksanaan hipertensi dapat dilakukan secara farmakologis dan nonfarmakologis. Salah satu terapi komplementer yang dapat diterapkan adalah foot massage. Terapi ini memberikan efek relaksasi, meningkatkan sirkulasi darah, merangsang pelepasan endorfin, serta membantu vasodilatasi sehingga dapat menurunkan tekanan darah (Ainun et al., 2021; Vivillia et al., 2025). Berdasarkan uraian tersebut, penulis tertarik melakukan Karya Ilmiah Akhir (KIA) dengan judul “Penerapan Terapi Foot Massage untuk Menurunkan Tekanan Darah pada Pasien Hipertensi di Ruang Sulaiman 4 RS Roemani Muhammadiyah Semarang”.

F. Metode

Studi kasus pada seorang pasien hipertensi, yaitu Ny. A usia 67 tahun. Intervensi berupa terapi *foot massage* dilakukan selama 15 menit, satu kali sehari selama tiga hari berturut-turut. Pengukuran tekanan darah dilakukan sebelum dan sesudah pemberian terapi menggunakan tensimeter digital.

G. Hasil Penelitian dan Pembahasan

Hasil penelitian ini menunjukkan adanya penurunan tekanan darah setelah dilakukan terapi *foot massage*. Pada hari pertama sampai hari ketiga tekanan darah menurun sistolik mengalami penurunan 55 mmHg dan Diastolik mengalami penurunan 27 mmHg. Penurunan tekanan darah yang terjadi menunjukkan bahwa terapi *foot massage* efektif dapat membantu menurunkan tekanan darah pada pasien hipertensi.

H. Kesimpulan dan Saran

Berdasarkan hasil penerapan terapi *foot massage* dapat menurunkan tekanan darah pada pasien hipertensi setelah diberikan selama 3 hari.

I. Acknowledge and References

Ainun, K., Kristina, & Leini, S. (2021). Terapi Foot Massage Untuk Menurunkan dan Menstabilkan Tekanan Darah Pada Penderita Hipertensi. *Abdimas Galuh*, 3(September), 328–336.

Andika, M., Hasanah, R., Ariny, S., Noeuri, S., Afifi, T., Sesnawati, & Yuliarti. (2023). *Kardiovaskular : " Hipertensi, Stroke, Anemia, Dislipidemia* (S. Ariny (ed.); Cetakan Pe). CV.Adanu Abimata.

Andrianto. (2022). *Buku Ajar Menangani Hipertensi* (M. Ardiana (ed.)). Airlangga University Press.

Artharini, M. (2023). *SISTEM KARDIOVASKULER SDKI , SLKI DAN SIKI* (A. R. Runtu

(ed.); Cetakan Pe). PT. RNA Publishing Group.

- Daryaswanti, P. I., Nurchayati, S., Patimah, S., Lisnawati, K., Prihati, F., Pusparini, N. M. D., Ifadah, Er., Suselo, Widyana, K. A. J., Dewi, N. L. P. T., & Merlin, N. M. (2024). *Buku Ajar Medikal Bedah : Sistem Respirasi dan Sistem Kardiovaskuler* (P. I. Daryaswanti (ed.); Cetakan Pe). PT. Sonpedia Publishing Indonesia.
- Erviana, E., Hermawati, H., & Ningsih, D. (2023). Penerapan Foot Massage Terhadap Penurunan Tekanan Darah Pada Penderita Hipertensi Di RSUD Kabupaten Karanganyar. *Jurnal Ventilator : Jurnal Riset Ilmu Kesehatan Dan Kepereawatan*, 1(3).
- Hidayati, P. A. W., Margatot, D. I., & Yulianti, R. (2025). Penerapan Terapi Foot Massage Untuk Menurunkan Tekanan Darah Pada Pasien Hipertensi Di RSUD Kartini Karanganyar. *Indonesia Journal Of Public Health*, 3(2), 267–276.
- Irawati, P., Fitri, O. E., & Umara, A. F. (2024). Pengaruh Terapi Foot Massage terhadap Penurunan Tekanan Darah pada Penderita Hipertensi Urgensi. *Jurnal Ilmiah Keperawatan Indonesia (JIKI)*, Vol 7.
- Kemenkes. (2019). *Hipertensi Penyakit Paling Banyak Diidap Masyarakat*. Kementerian Kesehatan RI. <https://www.who.int/news-room/fact-sheets/detail/hypertension>
- Kulshreshtha, N., Parashar, P. G., & Kumar, N. (2025). *IMPACT OF FOOT MASSAGE THERAPY ON BLOOD PRESSURE LEVELS AMONG HYPERTENSIVE PATIENTS IN SELECTED HOSPITALS OF AGRA*. 12, 2488–2492.
- Mufatihatul Aziza Nisa, A. C. J., Jamilah, Linda, K., Wijaya, & Aleyda, Z. (2024). *Posisi (Pos Siaga Hipertensi) : Upaya Dalam Menghadapi Hipertensi* (Cetakan Pe). Uwais Inspirasi Indonesia.
- Nasela, S. J., Latulumamina, N. C., Tatisina, C. M., Sahalessy, Y. C., & Nendissa, M. M. (2025). *hipertensi di Maluku : Studi kasus Application of foot massage therapy in lowering blood pressure in elderly parents with hypertension in Maluku : A case study*. 08, 8–15.
- PPNI, T. P. S. D. (2017). *Standar Diagnosis Keperawatan Indonesia* (Cetakan II). Dewan Pengurus pusat persatuan perawat nasional Indonesia.
- PPNI, T. P. S. D. (2019). *Standar Luaran Keperawatan Indonesia* (Edisi 1). Dewan Pengurus Pusat Persatuan Perawat Nasional Indonesia.

- Sarfika, R., & Saifudin, I. M. M. Y. (2024a). *Perawatan Diri Penderita Hipertensi Usia Dewasa : Berbasis Teori dan Riset* (E. R. Fadilah (ed.)). CV Budi Utama.
- Sarfika, R., & Saifudin, I. M. M. Y. (2024b). *Perawatan Diri Penderita Hipertensi Usia Dewasa* (E. R. Fadilah (ed.)). Grup Penerbitan CV Budi Utama.
- Surati, Hartono, R., & Setyotiningsih, L. (2025). *Hipertensi Faktor Risiko dan Pencegahannya*. NEM.
- Trianaputri, R. A., & Rantung, J. (2025). Faktor-Faktor Yang Mempengaruhi Risiko Terjadinya Hipertensi Pada Mahasiswa Fakultas Ilmu Keperawatan Di Universitas Advent Indonesia. *Jurnal Impresi Indonesia (JII)*, 2828–1284.
<https://doi.org/10.58344/jii.v4i4.6435>
- Umamah, F., & Paraswati, S. (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.
- Vivillia, T. C., Priyanto, Angelyna, F. D., & Setyawan, Y. (2025). Terapi Hand and Foot Massage dengan Minyak Sereh untuk Menurunkan Tekanan Darah. *Aisyiyah Surakarta Journal Of Nursing*, 6, 44–51.
- Wahyudin, D. (2021). *PENERAPAN EVIDENCE BASED NURSING : PENGARUH FOOT MASSASE TERHADAP PENURUNAN TEKANAN DARAH PADA*. 10(1), 48–55.
- Wulan, S., Anuhgera, D. E., Ma'arifah, As., Handayani, L., Ginting, A. K., Lidya, N., Arriza, N., Yuliana, Sari, N., Hanum, E. A., Hernawati, E., Oktaviance, R., Fitria, L., & Patonah, S. (2024). *Bunga Rampai Terapi Komplementer*. Nuansa Fajar Cemerlang.