



LEMBAR PENGESAHAN
Nomor: 184/LP-LPBK/VII/2025

Judul : Penerapan Pendidikan Kesehatan Dengan Media E-Leaflet dan
Terapi Pijat Refleksi Kaki Untuk Menurunkan Tekanan Darah
Penderita Hipertensi di Pagumenganmas

Nama : Taya Adelia Pratiwi

Menerangkan bahwa abstrak ini telah diterjemahkan ke dalam Bahasa Inggris oleh
Lembaga Pengembangan Bahasa dan Kerja Sama (LPBK), Universitas Muhammadiyah
Pekalongan Pekalongan.

Pekalongan, 04 Juli 2025

Disahkan oleh,
Kepala Lembaga Pengembangan Bahasa dan Kerja Sama (LPBK)

Aida Rusmariansa, S.Kep., Ns., MAN

**Program Studi Diploma Tiga Keperawatan
Fakultas Ilmu Kesehatan
Universitas Muhammadiyah Pekajangan Pekalongan**

ABSTRAK

Taya Adelia Pratiwi¹, Dwi Fijianto²

Penerapan Pendidikan Kesehatan Dengan Media E-Leaflet dan Terapi Pijat Refleksi Kaki Untuk Menurunkan Tekanan Darah Penderita Hipertensi di Pagumenganmas

Hipertensi adalah meningkatnya tekanan darah sistolik di atas 140 mmHg dan tekanan darah diastolik di atas 90 mmHg. Tujuan studi kasus adalah untuk mengetahui gambaran penerapan pendidikan kesehatan dengan media e-leaflet dan terapi pijat refleksi kaki untuk menurunkan tekanan darah penderita hipertensi, metode yang digunakan dalam penelitian ini adalah menggunakan studi kasus. Studi kasus yang dilakukan memberikan edukasi dengan media e-leaflet untuk meningkatkan pengetahuan klien mengenai hipertensi dan dengan melakukan penerapan pijat refleksi kaki yang dilakukan satu kali sehari dengan waktu 15 menit selama tiga hari berturut-turut. Penerapan dilakukan pada satu klien di keluarga yang menderita hipertensi. Hasil penerapan didapatkan selama tiga kali kunjungan, hasil tes pengetahuan awal klien benar soal 4 dari 10 pertanyaan dengan kategori pengetahuan sedang, setelah diberikan edukasi kesehatan hasil tes pengetahuan benar soal 10 dari 10 pertanyaan dengan kategori pengetahuan tinggi. Sedangkan hasil penerapan pijat refleksi kaki didapatkan hasil tekanan darah awal 170/110 mmHg setelah akhir kunjungan didapatkan tekanan darah 130/80 mmHg. Dari data tersebut dapat disimpulkan terdapat peningkatan pengetahuan mengenai hipertensi setelah diberikan tindakan penerapan pendidikan kesehatan dengan media e-leaflet, kemudian terdapat penurunan tekanan darah pada klien setelah dilakukan penerapan tindakan pijat refleksi kaki. diharapkan tenaga kesehatan dapat menerapkan tindakan terapi pijat refleksi kaki untuk menurunkan tekanan darah pada penderita hipertensi.

Kata Kunci: *Hipertensi, pendidikan kesehatan Media E-Leaflet, Terapi pijat refleksi kaki*

**Vocational Program in Nursing
Faculty of Health Sciences
University of Muhammadiyah Pekajangan Pekalongan**

ABSTRACT

Taya Adelia Pratiwi¹, Dwi Fijianto²

The Application of Health Education Using E-Leaflet Media and Foot Reflexology Therapy to Reduce Blood Pressure in Hypertensive Patients in Pagumenganmas

Hypertension is defined as an increase in systolic blood pressure above 140 mmHg and diastolic blood pressure above 90 mmHg. The aim of this case study is to describe the implementation of health education using e-leaflet media and foot reflexology therapy to reduce blood pressure in patients with hypertension. This study used a case study method. The intervention involved providing health education using e-leaflet media to improve the client's knowledge about hypertension, alongside the application of foot reflexology therapy, administered once daily for 15 minutes over three consecutive days. The intervention was conducted on one client within a family who was diagnosed with hypertension. The results showed that over the course of three visits, the client's knowledge improved significantly: the initial knowledge test showed 4 correct answers out of 10 questions (categorized as moderate knowledge), whereas after the health education intervention, the client answered all 10 questions correctly (classified as high knowledge). Regarding the foot reflexology therapy, the client's initial blood pressure was 170/110 mmHg, which decreased to 130/80 mmHg by the final visit. Based on these results, it can be concluded that there was an improvement in the client's knowledge of hypertension following the health education intervention using e-leaflet media. Additionally, a reduction in blood pressure was observed after the application of foot reflexology therapy. It is recommended that healthcare professionals consider implementing foot reflexology therapy as a complementary approach for lowering blood pressure in hypertensive patients.

Keywords: *Hypertension, Health Education, E-Leaflet Media, Foot Reflexology Therapy*