

ABSTRAK

Nur Laila Hudayah, Dafid Arifiyanto

Pengaruh Terapi Pijat Kaki Dalam Mengontrol Tekanan Darah Pada Lanjut Usia Dengan Hipertensi Di Wilayah Kerja Puskesmas Buaran

Latar Belakang: Seiring bertambahnya usia, fungsi fisiologis tubuh mengalami penurunan akibat proses penuaan, sehingga muncul berbagai masalah kesehatan, penyakit paling banyak diderita pada lansia adalah Penyakit Tidak Menular (PTM) seperti hipertensi. Hipertensi atau penyakit tekanan darah tinggi merupakan suatu keadaan dimana tekanan darah sistolik ≥ 140 mmHg dan tekanan darah diastolik ≥ 90 mmHg dengan pengukuran lebih dari dua kali hipertensi juga sering disebut sebagai *The Silent Killer* atau pembunuh senyap karena sering muncul tanpa keluhan. Penanganan hipertensi untuk mengontrol tekanan darah yang dapat dilakukan melalui terapi komplementer adalah terapi pijat kaki.

Tujuan: Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui pengaruh terapi pijat kaki dalam mengontrol tekanan darah pada lansia dengan hipertensi.

Sampel: Teknik pengambilan sampel pada penelitian ini menggunakan teknik *Purposive Sampling* dengan 20 responden, dimana terbagi menjadi 2 kelompok yaitu 10 kelompok kontrol dan 10 kelompok intervensi

Metode: Penelitian ini adalah penelitian kuantitatif dengan desain *Quasy Eksperiment* menggunakan metode *pre-post test with control group design*.

Hasil: Hasil penelitian ini menunjukkan ada pengaruh terapi pijat kaki terhadap tekanan darah pada lansia penderita hipertensi di wilayah kerja Puskesmas Buaran dengan perbandingan selisih *pre-post test* pada kelompok intervensi dan kelompok kontrol didapatkan hasil nilai *p-value* 0,001 ($p < 0,05$) pada tekanan darah sistolik dan diastolik.

Simpulan: Terapi pijat kaki mampu mengontrol tekanan darah pada lansia dengan hipertensi. Oleh karena itu, lansia dengan hipertensi selain melakukan terapi farmakologis juga dapat disarankan untuk melakukan terapi pijat kaki dalam mengontrol tekanan darah.

Kata kunci: Terapi Pijat Kaki, Masase Kaki, Hipertensi, Tekanan Darah (3-6 kata)
Daftar Pustaka: 50 (2012-2021)

ABSTRACT

Nur Laila Hudayah¹, Dafid Arifiyanto²

The Effect of Foot Massage Therapy in Controlling Blood Pressure in Elderly People with Hypertension in the Working Area of Puskesmas Buaran

Backgrounds: As we get older, the physiological function of the body decreases due to the aging process so that this condition causes various health problems. Health problems that often arise in the elderly are Non-Communicable Diseases (NCDs) such as hypertension. It is a condition in which the systolic blood pressure is ≥ 140 mmHg and the diastolic blood pressure is ≥ 90 mmHg with more than two measurements. Furthermore, it is also often well known as The Silent Killer considering it often appears with no complaining. For controlling it, foot massage therapy could be applied as a complementary one.

Objective: this study aims to determine the effect of foot massage therapy in controlling blood pressure in elderly people with hypertension.

Samples: this study used a purposive sampling technique with 20 respondents, which were divided into 2 groups, namely 10 control groups and 10 intervention groups

Method: This research was a quantitative study with a method of quasi-experiment pretest-posttest with control group design

Results: the result stated there is effect of applying foot massage therapy on controlling blood with hypertension in the working area of Puskesmas Buaran with a comparison of the pre-posttest differences in the intervention group and the control group with a p

-value of 0.001 ($p < 0.05$) on systolic and diastolic blood pressure.

Conclusion: Foot massage therapy is able to control blood pressure in the elderly with hypertension. Therefore, in addition to pharmacological therapy, elderly people with hypertension can also be advised to do foot massage therapy to control blood pressure

Keywords: *foot massage therapy, hypertension, blood pressure (3-6 words)*

References: 50 (2012-2021)