

Program Studi Profesi Ners
Fakultas Ilmu Kesehatan
Universitas Muhammadiyah Pekajangan Pekalongan
Juni, 2025

ABSTRAK

**PENERAPAN TERAPI *FOOT MASSAGE* TERHADAP PENURUNAN
TEKANAN DARAH PADA LANSIA HIPERTENSI DI DESA
KEDUNGPATANGEWU KECAMATAN KEDUNGWUNI KABUPATEN
PEKALONGAN**

Dwi Azny Febriyani Rizqi¹, Herni Rejeki², Farida Suryani³

Latar Belakang : Hipertensi merupakan salah satu masalah kesehatan utama pada lansia yang dapat menyebabkan komplikasi seperti stroke dan gagal jantung. Penanganan nonfarmakologis seperti *foot massage* menjadi alternatif yang aman dan efektif untuk menurunkan tekanan darah melalui mekanisme relaksasi dan vasodilatasi. Terapi ini memberikan efek relaksasi, meningkatkan sirkulasi darah, serta mengurangi aktivitas sistem saraf simpatis yang memicu tekanan darah tinggi pada lansia. **Tujuan :** Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui efektifitas terapi *foot massage* terhadap penurunan tekanan darah pada lansia dengan hipertensi. **Metode :** Penelitian ini menggunakan pendekatan studi kasus dengan subjek 1 lansia penderita hipertensi yang berdomisili di Desa Kedungpatangewu, Kecamatan Kedungwuni, Kabupaten Pekalongan. Intervensi berupa terapi *foot massage* dilakukan selama beberapa hari berturut-turut, satu kali sehari selama 15 menit. Tekanan darah diukur sebelum dan sesudah intervensi menggunakan tensimeter digital. Data dianalisis secara deskriptif untuk melihat perubahan tekanan darah. **Hasil :** Hasil penerapan setelah dilakukan intervensi *foot massage*, terjadi penurunan tekanan darah yang signifikan pada klien dari nilai awal 190/96 mmHg menjadi nilai yang lebih rendah secara bertahap pada hari ketiga setelah dilakukan *foot massage* didapatkan hasil 141/81. Klien juga melaporkan peningkatan kenyamanan fisik dan emosional setelah terapi. **Simpulan :** Terapi *foot massage* terbukti memberikan efek positif dalam menurunkan tekanan darah pada lansia dengan hipertensi. Intervensi ini dapat dijadikan alternatif terapi non-farmakologis yang mudah diterapkan di komunitas dengan keterlibatan perawat dan keluarga.

Kata Kunci : *Foot Massage*, Hipertensi, Lansia

Daftar Pustaka : 22 daftar Pustaka (2017-2023)

Internship Program in Nursing

Faculty of Health Sciences

University of Muhammadiyah Pekajangan Pekalongan

ABSTRACT

Dwi Azny Febriyani Rizqi¹ , Herni Rejeki² , Farida Suryani³

**THE APPLICATION OF FOOT MASSAGE THERAPY ON BLOOD
PRESSURE REDUCTION IN HYPERTENSIVE ELDERLY IN
KEDUNGPATANGEWU VILLAGE, KEDUNGWUNI DISTRICT,
PEKALONGAN REGENCY**

Background: Hypertension is one of the major health problems in the elderly that can lead to complications such as stroke and heart failure. Non-pharmacological treatments such as foot massage are a safe and effective alternative for lowering blood pressure through relaxation and vasodilation mechanisms. This therapy provides relaxation, improves blood circulation, and reduces the activity of the sympathetic nervous system that triggers high blood pressure in the elderly. **Objective:** This study aimed to determine the effectiveness of foot massage therapy in reducing blood pressure in elderly people with hypertension. **Methods:** This study used a case study approach with one elderly subject with hypertension residing in Kedungpatangewu Village, Kedungwuni District, Pekalongan Regency. The intervention consisted of foot massage therapy conducted for several consecutive days, once a day for 15 minutes. Blood pressure was measured before and after the intervention using a digital sphygmomanometer. Data were analyzed descriptively to observe changes in blood pressure. **Results:** After the foot massage intervention, there was a significant decrease in blood pressure in the client from an initial value of 190/96 mmHg to a lower value on the third day after the foot massage, with a result of 141/81. The client also reported improved physical and emotional comfort after the therapy. **Conclusion:** Foot massage therapy has been proven to have a positive effect in lowering blood pressure in elderly people with hypertension. This intervention can be used as a non-pharmacological therapy alternative that is easy to implement in the community with the involvement of nurses and families.

Keywords: *Foot Massage, Hypertension, Elderly*

References: 22 references (2017-2023)