

**ASUHAN KEPERAWATAN PADA LANSIA YANG MENGALAMI  
HIPERTENSI DENGAN MENGGUNAKAN TERAPI  
FOOT MASSAGE**

***NURSING CARE FOR ELDERLY WHO ARE EXPERIENCE  
HYPERTENSION USING THERAPY FOOT MASSAGE***

**Jajuk Kusumawaty<sup>1</sup>, Cita Dean Sofiani<sup>2</sup>**

<sup>1</sup>*Dosen STIKes Muhammadiyah Ciamis*

<sup>2</sup>*Mahasiswa STIKes Muhammadiyah Ciamis*

**ABSTRAK**

**Latar belakang :** Hipertensi sangat meningkatkan resiko penyakit jantung, otak dan ginjal dan merupakan penyebab utama kematian penyakit ini juga salah satu penyakit di seluruh dunia. Jumlah orang dewasa berusia 30-79 tahun terutama karena pertumbuhan populasi dan penuaan. *Foot massage* adalah salah satu tindakan komplementer yang aman dan mudah dilakukan juga dapat meningkatkan sirkulasi, mengeluarkan sisa metabolisme, meningkatkan kemampuan gerak sendi, menurunkan rasa nyeri, menenangkan otot dan memberikan perasaan nyaman pada klien yang menderita hipertensi. **Tujuan :** Mampu menganalisis penurunan tekanan darah dan mengaplikasikan terapi *foot massage* pada asuhan keperawatan lansia yang mengalami hipertensi. **Metode :** Metode dalam penelitian ini memakai metode deskriptif dan metode studi kepustakaan. Dalam metode deskriptif yang dipergunakan adalah studi kasus yakni peneliti mengolah 1 kasus. **Hasil penelitian :** Setelah dilakukan *foot massage* selama 5 x 24 jam pertemuan didapatkan hasil tekanan darah diastole menurun dari 170 / 100 mmHg menjadi 170/ 80 mmHg dan skala nyeri berkurang dari skala 6 menjadi skala 1. **Kesimpulan :** *Foot massage* dapat menurunkan skala nyeri dan tekanan darah pada pasien hipertensi, dengan demikian intervensi ini sesuai dengan beberapa jurnal penelitian yang menunjukkan adanya pengaruh *foot massage* dalam pengurangan skala nyeri dan tekanan darah pada klien penderita hipertensi.

**Kata kunci :** Hipertensi, *foot massage*

**ABSTRACT**

**Background :** Hypertension significantly increases the risk of heart, brain and kidney disease, and is one of the leading causes of death and disease worldwide. The number of adults aged 30-79 years is mainly due to population growth and aging. *Foot massage* is a complementary therapy that is safe and easy to give and has the effect of increasing circulation, removing metabolic waste, increasing joint range of motion, reducing pain, relaxing muscles and providing a sense of comfort in patients with hypertension. **Objective:** To be able to analyze the decrease in blood pressure and apply *foot massage* therapy to nursing care for elderly people with hypertension. **Methods:** The method in this KIAN research uses a descriptive

method and a library study method. In the descriptive method the approach used is a case study where the researcher manages 1 case. **Results:** After foot massage for 5 x 24 hours of meetings, the results of diastolic blood pressure decreased from 170/100 mmHg to 170/80 mmHg and the pain scale decreased from pain scale 6 to pain scale 1. **Conclusion:** Foot massage can reduce pain scale and blood pressure in hypertensive patients, thus this intervention is in accordance with several research journals which show the effect of deep foot massage on reducing pain scale and blood pressure in hypertensive patients.

**Keywords:** Hypertension, foot massage

### PENDAHULUAN

Hipertensi adalah keadaan tekanan darah di dalam arteri meningkat. Kata hipertensi berasal dari kata hyper yang artinya kelebihan, dan tensi yang artinya tekanan, jadi hipertensi adalah suatu gangguan dalam sistem peredaran darah mengakibatkan meningkatnya tekanan darah diatas ambang nilai normal (Musakkar & Djafar, 2020).

Hipertensi adalah meningkatnya tekanan darah sistolik melebihi 140 mmHg dan tekanan diastolik melebihi dari 90 mmHg dalam dua kali pengecekan dengan jarak waktu lima menit pada keadaan istirahat yang cukup (Kemenkes RI, 2019).

Hipertensi adalah keadaan yang mengakibatkan beresiko penyakit hati, otak, jantung, ginjal, penyakit lainnya. Hipertensi akan terasa apabila keadaan tekanan darah besarnya melebihi dari dinding arteri juga pembuluh darah (WHO, 2019).

Pada usia lanjut fungsi tubuh menjadi menurun, salah satunya yaitu menurunnya fungsi kerja pada pembuluh darah. pada golongan lansia, penurunan fungsi kerja pembuluh darah merupakan Penyakit yang sering muncul seperti hipertensi (Suprayitno & Huzaimah, 2020). Jika kesehatan lansia tidak di pelihara

dengan baik, hal yang akan terjadi yaitu menurunnya fungsi fisik dan fisiologis dan terjadilah kerusakan tubuh yang parah, terjadi banyak komplikasi dan mempercepat kematian. Tekanan darah tinggi pada lansia bila tidak cepat diobati akan menyebabkan, stroke dan gagal jantung gagal ginjal (Jannah & Ernawaty, 2018).

Rasa nyeri merupakan masalah kesehatan yang kompleks, juga satu alasan seseorang untuk berobat. Nyeri akut merupakan suatu gejala yang terasa pada klien hipertensi. Nyeri akut adalah suatu keadaan yang tidak nyaman di rasakan oleh klien (Syarofi, 2019).

Salah satu tindakan non farmakologis yang dipromosikan untuk menurunkan tekanan darah tinggi ialah tindakan *foot massage* ( pijat kaki) *Foot massage* adalah tindakan non konvensional yang dapat dilaksanakan sebagai alternatif yang dapat meredakan rasa nyeri pada pasien hipertensi. Massage adalah tindakan efektif untuk mengurangi tekanan darah karena bias menimbulkan rasa relaksasi dibagian otot-otot yang kaku sehingga akan terjadi vasodilatasi yang