

Desy Ayu Wulandari	Dosen Pembimbing
NIM C2016032	I. Dewi Kartika Sari, S.Kep., Ns., M.Kep
Program Studi Sarjana Keperawatan	II. Ika Silvitasari, S.Kep., Ns., M.Kep

**METODE *FOOT MASSAGE* UPAYA PENURUNAN
TINGKAT KECEMASAN PADA LANJUT USIA**

RANGKUMAN

Latar Belakang : Lanjut usia merupakan suatu tahap akhir perkembangan pada daur kehidupan yang merupakan suatu proses alami yang tidak dapat dihindari oleh setiap individu. Salah satu masalah psikologis yang sering terjadi pada lanjut usia pada kondisi kehidupan sosial adalah masalah kecemasan. Prevalensi Kecemasan lanjut usia di Indonesia mencapai 8.114.774. Kecemasan merupakan salah satu gangguan kognitif yang sering di alami oleh lansia. Salah satu terapi *non farmakologis* yang dapat digunakan untuk menurunkan kecemasan pada lansia adalah *foot massage*. *Foot massage* mampu memberikan efek relaksasi yang mendalam dan mengurangi kecemasan. **Tujuan :** Untuk memberikan informasi dan wawasan kepada masyarakat tentang cara mengatasi kecemasan pada lansia dengan metode *foot massage*. **Metode:** Dengan media *booklet* “Metode *Foot Massage* Sebagai Upaya Penurunan Tingkat Kecemasan Pada Lanjut Usia”. **Kesimpulan:** *Booklet* metode *foot massage* sebagai upaya penurunan tingkat kecemasan pada lanjut usia ini diharapkan dapat bermanfaat bagi masyarakat khususnya lansia yang mengalami kecemasan, bagi petugas kesehatan dan panti wredha, dan hasil pengembangan media *booklet* ini diharapkan dapat dimanfaatkan untuk penelitian lanjutan pada bidang kesehatan.

Kata kunci : *Foot Massage, Kecemasan, Lansia.*

