

**PENERAPAN *FOOT MASSAGE* TERHADAP PENURUNAN
TEKANAN DARAH PADA PASIEN HIPERTENSI LANSIA DI
RUANG AKAR WANGI RSUD PANDAN ARANG
BOYOLALI**

Hayu Ulin Nuha¹, Tri Susilowati², Pangah Widodo³
Universitas 'Aisyiyah Surakarta^{1,2}
RSUD Pandan Arang Boyolali³
Email: hayuulin26@gmail.com

ABSTRAK

Latar Belakang; Hipertensi dikenal dengan sebutan “*silent killer*” yang jumlah penderitanya terus meningkat setiap tahunnya sehingga menjadi fenomena gunung es di Indonesia. Hipertensi atau tekanan darah tinggi adalah peningkatan tekanan darah sistolik lebih dari 140 mmHg dan tekanan darah diastolik lebih dari 90 mmHg. Terapi *Foot Massage* dapat menurunkan tekanan darah sistolik dan diastolik, menurunkan denyut nadi, dan memberikan efek relaksasi bagi otot-otot yang tegang sehingga tekanan darah akan menurun.

Tujuan; Untuk mengetahui hasil implementasi Penerapan Terapi *Foot Massage* Pada Pasien Hipertensi di Ruang Akar Wangi RSUD Pandan Arang Boyolali.

Metode; Rancangan penelitian ini dilakukan pada 2 responden dengan cara pretest-posttest design yaitu menggunakan satu kelompok subyek, dimana melakukan pengukuran tekanan darah pretest dan posttest setiap pemberian terapi *Foot Massage* selama 3 kali jeda 1 hari.

Hasil; Tekanan darah pada 2 responden sebelum dilakukan terapi *Foot Massage* berada pada hipertensi derajat 2. Kemudian didapatkan hasil setelah diberikan terapi *Foot Massage* Rata-rata penurunan sistolik 13,3 mmHg dan diastolik 6,66 mmHg . Pada Tn. S, mengalami penurunan tekanan darah sistolik sebesar 8,3 mmHg dan diastolik 5 mmHg.

Kesimpulan; Terdapat penurunan tekanan darah sebelum dan sesudah terapi *Foot Massage* pada pasien hipertensi

Kata Kunci : *Penurunan Tekanan Darah, Hipertensi Lansia, terapi Foot Massage*