

PENERAPAN *FOOT MASSAGE* TERHADAP TEKANAN DARAH PADA LANSIA DENGAN HIPERTENSI DI RSUD KARANGANYAR

Zara Rahmasari¹, Sri Hartutik², Rina Yulianti³
rahmazara542@gmail.com

^{1,2}Universitas ‘Aisyiyah Surakarta, ³RSUD Karanganyar

ABSTRAK

Latar Belakang : Lansia adalah individu yang mengalami proses menua, dengan bertambahnya usia maka seseorang akan mengalami penurunan kondisi fisik maupun non fisik. Hipertensi merupakan kondisi dimana tekanan darah sistolik lebih dari atau sama 140 mmHg dan tekanan darah diastolik lebih dari atau sama dengan 90 mmHg. *Foot massage* merupakan terapi sentuhan tradisional yang dapat memberikan efek relaksasi dan melemaskan otot-otot yang tegang, dan juga bermanfaat bagi kesehatan. **Tujuan** : Mengetahui hasil implementasi pemberian *foot massage* terhadap tekanan darah pada lansia di RSUD Karanganyar. **Metode** : Penerapan dilakukan dengan metode studi kasus kepada 2 responden, sesuai kriteria inklusi dan eklusi, instrumen penelitian menggunakan pengukuran tekanan darah dan SOP *Foot massage*, selama 3 hari berturut-turut dalam sehari selama 10-15 menit pada waktu pagi hari. **Hasil** : Berdasarkan hasil penerapan yang sudah dilakukan, terdapat penurunan tekanan darah sebelum dan sesudah di lakukan penerapan *foot massage* pada 2 responden dengan rata-rata sistolik 10 mmHg dan diastolik 11 mmHg. **Kesimpulan** : Adanya perbedaan penurunan tekanan darah pada lansia dengan hipertensi sebelum dan sesudah penerapan *foot maasage* terhadap tekanan darah pada lansia.

Kata Kunci : Lansia, Hipertensi, *Foot Massage*.