

**PENERAPAN METODE PIJAT REFLEKSI KAKI PADA LANSIA  
PENDERITA HIPERTENSI DI DESA PALUR  
KABUPATEN SUKOHARJO**

Khaulah Rafiqoh Kamelani<sup>1</sup>, Eska Dwi Prijayanti<sup>2</sup>  
[Khaulahrafiqoh@gmail.com](mailto:Khaulahrafiqoh@gmail.com)  
Program Studi Diploma III Keperawatan  
Universitas 'Aisyiyah Surakarta

**ABSTRAK**

**Latar Belakang:** Lansia adalah proses penuaan dengan bertambahnya usia yang ditandai dengan penurunan kemampuan fungsi organ dan peningkatan hilangnya jaringan aktif, yang membuat tubuh lebih rentan terhadap berbagai jenis penyakit. Salah satu penyakit yang sering diderita oleh para lansia adalah hipertensi atau tekanan darah tinggi. Salahsatu penanganan non farmakologi yang dapat dilakukan yaitu dengan metode pijat refleksi kaki. **Tujuan:** Mendeskripsikan hasil perbandingan tekanan darah sebelum dan sesudah dilakukan penerapan metode pijat refleksi kaki pada hipertensi lansia **Metode:** Penerapan ini menggunakan desain deskriptif pada 2 responden lansia dengan hipertensi, yang dilakukan 3x dalam seminggu dengan frekuensi 1x dalam sehari selama 15-20 menit **Hasil:** Adanya penurunan tekanan darah setelah diberikan penerapan metode pijat refleksi kaki pada Ny. Y dari hipertensi stadium I menjadi masih dalam kategori hipertensi stadium I namun sudah mengalami penurunan dan Ny. S dari hipertensi stadium II menjadi hipertensi stadium I. **Kesimpulan:** Penerapan metode pijat refleksi kaki dapat menurunkan tekanan darah pada lansia dengan hipertensi.

**Kata kunci:** Hipertensi, Lansia, Metode pijat refleksi kaki