

Penerapan Terapi *Foot Massage* Untuk Menurunkan Tekanan Darah pada Pasien Hipertensi Di Ruang Sulaiman 4 RS Roemani Muhammadiyah Semarang

The Application Of Foot Massage Therapy To Reduce Blood Pressure In Hypertensive Patients In Sulaiman Room 4 RS Roemani Muhammadiyah Semarang

Rohmawati¹, Dian Kartikasari^{1*}, Noor Faizah²

¹Program Studi Profesi Ners, Fakultas Ilmu Kesehatan, Universitas Muhammadiyah Pekajangan Pekalongan, Pekalongan, Indonesia

²RS Roemani Muhammadiyah Semarang, Indonesia

Kata Kunci :

Foot Massage, Hipertensi, Tekanan Darah

ABSTRAK

Tensi darah ialah suatu kondisi tekanan darah menjadi tinggi, dengan tekanan kontraksi melebihi 140 mmHg dan tekanan relaksasi lebih dari 90 mmHg. Foot massage ialah pengobatan alternatif tanpa obat yang digunakan untuk menstabilkan tekanan darah. Pemijatan ialah suatu pengobatan yang ampuh dalam menstabilkan tensi darah tinggi sebab mampu memberikan efek yang menengkan pada jaringan otot yang tegang, mengarah pada pelebaran pembuluh darah sehingga tensi dapat turun secara stabil. Studi ini memiliki tujuan untuk memahami mengenai hasil dari pengaplikasian pengobatan *foot massage* untuk menstabilkan tensi darah pasien hipertensi berdasarkan hasil evidence based practice di Ruang Sulaiman 4 RS Roemani Muhammadiyah Semarang. Studi ini menggunakan database Pubmed Garuda serta eksplorasi ekstensif Google Scholar untuk artikel yang ditulis dalam bahasa Indonesia. Eksplorasi dikerjakan menggunakan kombinasi kata kunci: “hipertensi”, “pijat kaki”, “tekanan darah”. Pasien hipertensi berpartisipasi dalam studi ini. Output dari studi ini memperlihatkan jika pijat kaki (*foot massage*) memperlihatkan pencapaian yang baik dalam menurunkan tensi darah. Tekanan darah awal 190/90mmHg menjadi 135/75mmHg setelah dilakukan *foot massage* selama tiga hari secara konstans. Harapannya penelitian ini bisa menjadi sumber rujukan bagi rumah sakit dalam mengoptimalkan keperawatan berupa pengobatan pijat kaki. Studi lebih lanjut memerlukan pendekatan dan teori yang lebih baik untuk intervensi terapeutik yang lebih tepat.

Kata Kunci :

Foot Massage, Hypertension, Blood Pressure

ABSTRACT

Blood pressure is a condition where blood pressure becomes high, with contraction pressure exceeds 140 mmHg and relaxation pressure exceeds 90 mmHg. Foot massage is a drug-free alternative treatment used to stabilize blood pressure.. Massage is an effective therapy used to reduce high blood pressure because it can cause a relaxing effect on stiff muscles, which results in a vasodilating process so that blood pressure drops stably. This study aims to understand the results of the application of foot massage therapy on lowering blood pressure in hypertensive patients based on the results of evidence-based practice in Sulaiman Room 4 Roemani Muhammadiyah Semarang Hospital. This study accessed the Google Garuda database, Pubmed, and a broad search on Google Scholar for Indonesian language articles. The search was conducted by combining the keywords: “hypertension”, ‘foot massage’, ‘blood pressure’. Participants in this study were patients with hypertension. The results showed that foot massage therapy had positive results on lowering blood pressure with an initial blood pressure of

190/90mmHg to 135/75mmHg after foot massage for three consecutive days. This study is expected to be a reference for the hospital to improve nursing care in the form of foot massage therapy. Further research with better methodology and theoretical framework is needed to find more specific action therapy.

Copyright © 2024 JKBD
All rights reserved

Corresponding Author:

Dian Kartikasari*

Program Studi Profesi Ners, Fakultas Ilmu Kesehatan, Universitas Muhammadiyah Pekajangan Pekalongan, Pekalongan, Indonesia
Email: dian.kartikasari1989@gmail.com

Article history

Received date :31 Juli 2024

Revised date : 1 Agustus 2024

Accepted date : 6 Agustus 2024

PENDAHULUAN

Tensi darah ialah suatu potensi yang dibutuhkan oleh hemoglobin untuk mengalir melewati saluran darah serta bersirkulasi menuju keseluruh tubuh; kenaikan maupun penurunan tensi darah mampu berpengaruh pada keseimbangan internal sistem vaskular. Peningkatan tekanan darah sistolik melebihi 140 mmHg serta tekanan relaksasi di atas 90 mmHg, disebut hipertensi. (Inderiyani, Dina Puspita Sari, Heny puspasari, 2023)

Hipertensi ialah faktor utama dalam timbulnya penyakit-penyakit seperti aterosklerosis kardiovaskular, gagal jantung, stroke, dan CKD. sehingga harus diberikan terapi maupun tindakan untuk mengontrol atau mengatasi hipertensi (Helpita et al., 2022).

Prevelensi hipertensi menurut Riskesdas 2018 berdasarkan pengukuran secara nasional yaitu diperoleh data sebesar 34,1%, sedangkan untuk penderita hipertensi di Provinsi Jawa Tengah ialah 89,648 jiwa(Kemenkes RI, 2018). Kota Semarang penderita hipertensi menjangkau 138 ribu jiwa sedangkan untuk di RS Roemani Muhammadiyah Kota Semarang kejadian hipertensi sebanyak 187 orang.

Gejala umum pada penderita darah tinggi antara lain detak jantung menjadi cepat, penglihatan yang buram, sakit kepala disertai rasa berat di leher belakang, yang kadang-kadang disertai dengan rasa mual serta muntah, tinitus, gelisah, nyeri pada dada, merasa mudah lelah, muka merah dan juga bisa terjadi mimisan(Indah Sari, 2017).

Hipertensi memerlukan perhatian khusus dan penanganan yang menyeluruh, dimulai dari upaya pencegahan, promosi kesehatan, pengobatan, serta rehabilitasi. (Arianto et al., 2018).

Manajemen hipertensi yang menyeluruh dengan tujuan untuk menurunkan darah tinggi dengan penatalaksanaan farmakologis maupun non farmakologis, pengobatan menggunakan obat yaitu pengobatan yang mengikutsertakan obat seperti obat tensi darah, untuk penatalaksanaan non-farmakologis seperti pengobatan tambahan bisa dengan bekam, akupunktur, penggunaan tanaman obat tradisional.akupresure serta terapi pijat (Ardiansyah dan Huriah, 2019).

Metode non-farmakologis untuk mengurangi tekanan darah, seperti pijat kaki, dapat meningkatkan aliran balik darah menuju jantung, dilatasi vaskular, meningkatkan kerja saraf parasimpatis serta menciptakan efek yang memberikan kenyamanan yang mampu menurunkan tensi darah. (Putri et al., 2023).

Penelitian sebelumnya juga sudah menjelaskan mengenai keberhasilan pengaplikasian *foot massage* dalam menstabilkan tensi yang tinggi yang dilakukan selama 3 hari secara konstan dan dilakukan selama 15 menit (Zulkharisma et al., 2023).

Dari penjelasan diatas penelitian ini bertujuan untuk mengevaluasi efek penggunaan foot massage untuk menstabilkan tensi darah pasien yang mengalami hipertensi.

METODE

Riset ini memakai pencarian ekstensif Google Scholar untuk artikel yang ditulis dalam bahasa Indonesia. penelusuran dengan menggunakan kombinasi frasa kunci: “hipertensi”, “*foot massage*”, “tekanan darah”. Pasien hipertensi berpartisipasi dalam riset ini.

Populasi dalam penelitian ini yaitu penderita yang mengalami tekanan darah tinggi. Penelitian yang digunakan yaitu penerapan pengobatan non farmakologi yaitu terapi *foot massage*.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Diagram Garis 3.1

Tensi Darah Systolik Pre Post *Foot Massage*

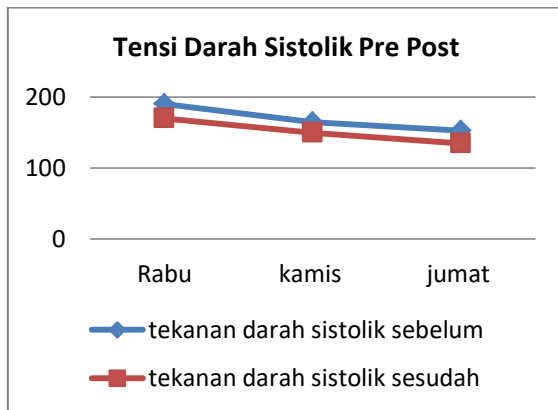
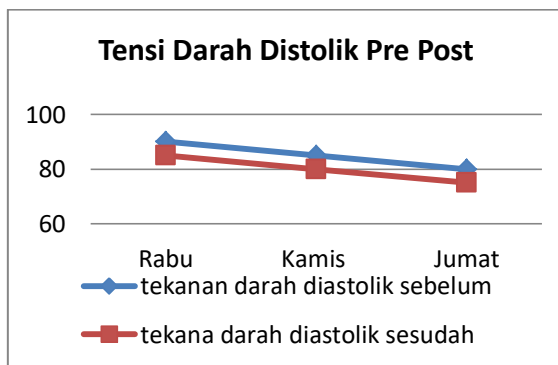


Diagram Garis 3.2

Tensi Darah Diastolik Pre Post *Foot Massage*



Dari diagram garis yang tertera diatas adanya pengaruh pemberian terapi *foot massage* pada Nn. E yang dirawat diruang Sulaiman 4 RS Roemani Muhammadiyah Semarang yang pengaplikasiannya tiga hari secara berurutan, untuk pengukuran sistolik

hari pertama penurunan mencapai 20mmHg, hari yang kedua 15mmHg serta hari terakhir 18mmHg sedangkan untuk tekanan darah diastolik mengalami penurunan pada hari pertama sebesar 5mmHg, hari kedua 5mmHg dan hari ketiga 5mmHg. Tekanan darah awal yaitu 190/90mmHg dan pada hari ketiga menjadi 135/75mmHg.

Hal ini terjadi karena pemberian terapi *foot massage* memberikan efek relaksasi dengan pijat kaki kanan dan kiri, usap dengan halus serta berirama untuk meningkatkan ketenangan. Pijat dapat meningkatkan sirkulasi dengan memberikan aksi mekanis langsung berupa tekanan dan gerakan ritmis, sehingga merangsang reseptor saraf serta menyebabkan refleksi pelebaran pembuluh darah dan meningkatkan sirkulasi darah (Hijriani & Chairani, 2023).

Foot massage ialah terapi non-obat yang minim menimbulkan resiko serta tidak rumit untuk diaplikasikan dan berfungsi meningkatkan aliran darah, mengeluarkan limbah metabolik, meningkatkan range of motion, mengelola nyeri, mengendurkan otot serta memberi kenyamanan untuk klien (Tesha et al., 2023).

Penelitian ini selaras dengan penelitian Zulkharisma, Inggit, Fida Husain dan Andri Setiyawan dengan judul “Penerapan Terapi Food Massage Terhadap Penurunan Tekana Darah Pada Pasien Hipertensi Di Ruang ICU RS PKU Muhammadiyah Karangayar” memperlihatkan output bahwa terjadi perubahan tensi saat tekanan kontraksi dan tekanan relaksasi pada penderita hipertensi sesudah dilakukan *foot massage* dengan waktu 15 menit selama 3 hari. Disamping itu, penelitian yang dilakukan oleh Fitriani, Risnawati HR, Ratnasari dan Maria Ulfa Azhar dengan judul “Effect of Foot Massage on Decreasing Blood Pressure in Hypertension Patients in Bontomaranmu Health Center” menunjukkan hasil ada penyusutan tensi pada kelompok perlakuan

KESIMPULAN

Menurut hasil studi diatas menunjukkan adanya perbedaan tensi pre dan post dilakukannya *foot massage* yang didapatkan hasil yaitu untuk tekanan darah sistolik pada awal mengalami penurunan 20mmHg, hari kedua 15mmHg dan hari ketiga 18mmHg sedangkan untuk tekanan darah diastolik

mengalami penurunan pada hari pertama sebesar 5mmHg, hari kedua 5mmHg dan hari ketiga 5mmHg. Tekanan darah awal yaitu 190/90mmHg serta pada hari ketiga menjadi 135/75mmHg, selaras dengan hasil yang diperoleh Nn.E bahwa tindakan pemberian pengobatan alternative berupa *foot massage* mampu menstabilkan tensi secara efektif yang dibuktikan dengan hasil akhir pada hari ketiga tekanan darah mengalami penurunan dan hal ini selaras dengan jurnal kait.

DAFTAR PUSTAKA

- Ardiansyah dan Huriah, T. (2019). Metode Massage Terhadap Tekanan Darah Pada Penderita Hipertensi: a Literatur Review. *Jurnal Penelitian Keperawatan*, 5(1). <https://doi.org/10.32660/jurnal.v5i1.334>
- Arianto, A., Prastiwi, S., & Sutriningsih, A. (2018). Pengaruh Terapi Pijat Refleksi Kaki terhadap Tekanan Darah pada Penderita Hipertensi. *Jurnal Penelitian Perawat Profesional*, 6(2), 449–456. <https://doi.org/10.37287/jppp.v6i2.2191>
- Helpita, B. A., Ayubbana, S., & Pakarti, A. T. (2022). Implementation Of Slow Deep Breathing On Blood Pressure In Hypertension Patients. *Jurnal Cendikia Muda*, 2(4), 607–616.
- Hijriani, A., & Chairani, R. (2023). *Pengaruh Pemberian Foot Massage Untuk Menurunkan Tekanan Darah Pada Pasien Dengan Hipertensi Dalam Konteks Keluarga : Case Report The Effect Of Giving Foot Massage To Lower Blood Pressure In Patients With Hypertension In The Family Context : Case report A. 3.* <https://doi.org/10.36082/jhcn.v3i2.1380>
- Indah Sari, Y. N. (2017). *Berdamai dengan Hipertensi.*
- Inderiyani, Dina Puspita Sari, Heny puspasari, D. K. (2023). Pemeriksaan Kesehatan (Tekanan Darah, Asam Urat, Kolesterol dan Gula Darah Masyarakat Di Akademi farmasi Yarsi Pontianak 2023. *Journal Pegabfian Indonesia*, 3(1), 198–204.
- Kemenkes RI. (2018). Hasil Riset Kesehatan Dasar Tahun 2018. *Kementrian Kesehatan RI*, 53(9), 1689–1699.
- Putri, L. F., Kartikasari, D., & Faizah, N. (2023). Penerapan Terapi Foot Massage untuk Menurunkan Tekanan Darah pada Pasien Hipertensi di Ruang Sulaiman 4 RS Roemani Muhammadiyah Semarang. *MAHESA : Malahayati Health Student Journal*, 3(12), 3924–3928. <https://doi.org/10.33024/mahesa.v3i12.11618>
- Tesha, A. Z., Rahmawati, & Yanti, S. V. (2023). Effectiveness of Foot Massage Therapy on Decreasing Blood Pressure in Elderly With Hypertension: A Case Study. *Jurnal Ilmiah Mahasiswa Fakultas Keperawatan*, VII(1), 82–89.
- Zulkharisma, I., Husain, F., & Setiyawan, A. (2023). Penerapan Terapi Foot Massage Terhadap Penurunan Tekanan Darah Pada Pasien Hipertensi Di Ruang ICU Di RS PKU Muhammadiyah Karanganyar. *Jurnal Ventilator: Jurnal Riset Ilmu Kesehatan Dan Keperawatan*, 1(3), 87–98.