

**ASUHAN KEPERAWATAN DENGAN TERAPI *FOOT*
MASSAGE UNTUK MENURUNKAN TEKANAN DARAH
PADA PASIEN HIPERTENSI
DI KECAMATAN CIPAYUNG
JAKARTA TIMUR**

Salsabila Rahmawati
2024
Universitas Bhakti Kencana

ABSTRAK

Menurut WHO batas normal tekanan darah adalah 120-140 mmHg tekanan sistol dan 80-90 mmHg tekanan distol. Seseorang dinyatakan mengidap hipertensi bila tekanan darahnya $> 140/90$ mmHg. Wilayah DKI Jakarta dengan jumlah kasus yaitu mencapai 2.163.132 kasus, terdapat 252,553 penderita hipertensi di daerah Jakarta Timur. Tujuan studi kasus ini untuk menggambarkan asuhan keperawatan dengan pemberian terapi Foot Massage terhadap penurunan tekanan darah pada pasien Hipertensi. Penelitian ini menggunakan metode deskriptif dengan pendekatan asuhan keperawatan pada 2 subjek penelitian yaitu pada Ny.I dan Ny.M dengan Hipertensi. Penelitian ini dilakukan di wilayah Kelurahan Pondok Ronggon Kecamatan Cipayung selama 7 hari, yaitu pada tanggal 20-26 Mei 2024. Instrumen pengumpulan data menggunakan lembar observasi, sphygmomanometer, stetoskop, format asuhan keperawatan. Pemberian terapi Foot Massage diberikan selama 10 sampai 15 menit dalam sehari pada Ny.I dan Ny.M. Hasil pengukuran tekanan darah pada Ny.I Pre : 145/100 mmHg, Post : 120/82 mmHg, dan pada Ny.M Pre : 180/90 mmHg, Post : 140/80 mmHg. Dapat disimpulkan bahwa adanya penurunan tekanan darah setelah dilakukan Terapi Foot Massage dapat memperlancar aliran darah, menurunkan kadar norepineprin, menurunkan kadar hormone cortisol, merangsang produksi hormon endorphine. menurunkan ketegangan otot sampai dapat menurunkan stress dan mempengaruhi tekanan darah.

Kata Kunci: Terapi Foot Massage, Hipertensi, Tekanan Darah

**NURSING CARE WITH *FOOT MASSAGE*
THERAPY TO LOWER BLOOD PRESSURE IN
HYPERTENSIVE PATIENTS
IN CIPAYUNG DISTRICT
EAST JAKARTA**

Salsabila Rahmawati
2024
Bhakti Kencana University

ABSTRACT

According to the WHO, the normal limit of blood pressure is 120-140 mmHg systol pressure and 80-90 mmHg of systol pressure. A person is declared to have hypertension when his blood pressure > 140/90 mmHg. The DKI Jakarta area with the number of cases reaching 2,163,132 cases, there are 252,553 hypertension patients in the East Jakarta area. The purpose of this case study is to describe nursing care with the provision of Foot Massage therapy on the reduction of blood pressure in Hypertension patients. This study uses a descriptive method with a nursing care approach on 2 research subjects, namely Mrs. I and Mrs. M with Hypertension. This research was carried out in the Pondok Ranggon Village area, Cipayung District for 7 days, namely on May 20-26, 2024. Data collection instruments used observation sheets, sphygmomanometers, stethoscopes, nursing care formats. Foot Massage therapy is given for 10 to 15 minutes a day to Mrs. I and Mrs. M. Blood pressure measurement results in Mrs. Pre: 145/100 mmHg, Post: 120/82 mmHg, and in Mrs. M Pre: 180/90 mmHg, Post: 140/80 mmHg. It can be concluded that a decrease in blood pressure after Foot Massage Therapy can improve blood flow, reduce norepineprin levels, lower cortisol hormone levels, stimulate endorphine hormone production. Lowers muscle tension until it can reduce stress and affect blood pressure.

Keywords: Foot Massage Therapy, Hypertension, Blood Pressure