

Analisis Asuhan Keperawatan pada Pasien Lansia Hipertensi dengan Perfusi Perifer Menggunakan Intervensi Massage Kaki di Wilayah Kerja Puskesmas Bontosikuyu Kabupaten Kepulauan Selayar

Andi Tenri¹, Fanny Dewi Sartika², Asriani Bahar³, Khumaidi Arief⁴

¹Program Studi DIII Keperawatan Universitas Syekh Yusuf Al Makassar Gowa

^{2,3}Universitas Syekh Yusuf Al Makassar Gowa

⁴STIKES Yapika Makassar

E-mail: ¹tenri9521@gmail.com, ²dewisartikafanny@gmail.com, ³asrianiromo@gmail.com,

⁴khumaidi_arief@yahoo.com

Abstract

Hypertension is a chronic disease that is common worldwide, typically known as high blood pressure. Hypertension is a chronic condition characterized by increased blood pressure on the arterial walls, often referred to as high blood pressure due to increased systolic blood pressure above the normal limit of 140 mmHg and diastolic blood pressure above 90 mmHg. This study aims to evaluate the effectiveness of foot massage therapy in reducing blood pressure in elderly hypertensive patients. This study uses a descriptive case study design to thoroughly examine the application and impact of foot massage therapy. The initial assessment results show that the research subject experienced hypertension with a significant increase in blood pressure. After applying foot massage therapy gradually for three days, a decrease in blood pressure was observed, indicating the effectiveness of the intervention. The subject's blood pressure condition showed improvement and was resolved. This study concludes that foot massage therapy is effective in reducing blood pressure in elderly hypertensive patients. These results suggest that foot massage therapy can be a beneficial non-pharmacological intervention in managing hypertension in the elderly.

Keywords: Hypertension, older adults, foot massage, blood pressure, non-pharmacological therapy.

Abstrak

Hipertensi merupakan penyakit kronis yang umum di seluruh dunia yang biasanya dikenal sebagai tekanan darah tinggi. Hipertensi merupakan suatu keadaan kronis yang ditandai dengan meningkatnya tekanan darah pada dinding pembuluh darah arteri, hipertensi biasa disebut tekanan darah tinggi yaitu karena peningkatan tekanan darah sistolik di atas batas normal yaitu lebih dari 140 MmHg dan tekanan darah diastolik lebih dari 90 MmHg. Penelitian ini bertujuan untuk mengevaluasi efektivitas penerapan terapi pijat kaki dalam menurunkan tekanan darah pada lansia penderita. Penelitian ini menggunakan desain studi kasus deskriptif untuk mengkaji secara mendalam penerapan dan dampak terapi pijat kaki. Hasil pengkajian awal menunjukkan bahwa subjek penelitian mengalami hipertensi dengan peningkatan tekanan darah yang signifikan. Setelah penerapan terapi pijat kaki secara bertahap selama tiga hari didapatkan penurunan tekanan darah yang menunjukkan efektivitas intervensi. Kondisi tekanan darah subjek menunjukkan perbaikan yang teratasi. Penelitian ini menyimpulkan bahwa terapi pijat kaki efektif dalam menurunkan tekanan darah pada lansia hipertensi. Hasil ini menunjukkan bahwa terapi pijat kaki dapat menjadi salah satu intervensi non-farmakologis yang bermanfaat dalam penanganan hipertensi pada lansia.

Kata Kunci: Hipertensi; Lansia; Terapi pijat kaki; Tekanan darah; Intervensi nonfarmakologis.

PENDAHULUAN

Hipertensi merupakan salah satu penyakit tidak menular (PTM) yang menjadi masalah kesehatan masyarakat di seluruh dunia karena prevalensinya yang terus meningkat dan menjadi penyebab utama kematian serta kecacatan. Hipertensi adalah kondisi ketika tekanan darah seseorang berada di atas nilai normal, yaitu tekanan darah sistolik ≥ 140 mmHg dan/atau tekanan darah diastolik ≥ 90 mmHg berdasarkan hasil pengukuran berulang pada waktu yang berbeda. Peningkatan tekanan darah yang berlangsung secara terus-menerus dapat menyebabkan kerusakan pada pembuluh darah dan berbagai organ vital seperti jantung, otak, ginjal, serta mata. Oleh karena itu, hipertensi menjadi salah satu faktor risiko utama penyakit kardiovaskular, stroke, gagal ginjal kronis, dan penyakit jantung koroner (Fatikasari, 2024; Kementerian Kesehatan RI, 2023).

Hipertensi dikenal sebagai the silent killer atau "pembunuh diam-diam" karena pada sebagian besar penderita tidak menimbulkan gejala yang khas hingga akhirnya muncul komplikasi yang serius. Banyak penderita baru mengetahui dirinya mengalami hipertensi setelah mengalami gangguan kesehatan seperti stroke, serangan jantung, gagal ginjal, atau gangguan penglihatan. Kondisi ini menyebabkan hipertensi menjadi salah satu penyakit kronis yang memerlukan perhatian khusus baik dalam upaya pencegahan, deteksi dini, maupun pengendalian melalui perubahan gaya hidup dan pengobatan yang berkelanjutan (World Health Organization, 2023).

Menurut World Health Organization (WHO), diperkirakan sekitar 1,28 miliar orang dewasa berusia 30–79 tahun di seluruh dunia menderita hipertensi, dan hampir dua pertiga di antaranya tinggal di negara-negara berpenghasilan rendah dan menengah. Yang lebih memprihatinkan, sekitar 46% penderita hipertensi tidak mengetahui bahwa dirinya mengalami hipertensi sehingga tidak mendapatkan pengobatan yang memadai. Kondisi tersebut menyebabkan tingginya angka komplikasi serta meningkatkan beban pelayanan kesehatan di berbagai negara (WHO, 2023).

Di Indonesia, hipertensi masih menjadi salah satu penyakit dengan prevalensi tertinggi. Berdasarkan hasil Survei Kesehatan Indonesia (SKI) Tahun 2023, hipertensi masih menjadi masalah kesehatan utama pada kelompok usia dewasa hingga lanjut usia. Peningkatan jumlah penderita dipengaruhi oleh berbagai faktor risiko seperti bertambahnya usia, obesitas, konsumsi garam yang tinggi, kurangnya aktivitas fisik, kebiasaan merokok, konsumsi alkohol, stres, serta faktor genetik. Selain itu, perubahan pola hidup masyarakat yang cenderung kurang sehat turut meningkatkan risiko terjadinya hipertensi (Kementerian Kesehatan RI, 2023).

Kelompok lanjut usia (lansia) merupakan kelompok yang paling rentan mengalami hipertensi. Lansia adalah seseorang yang telah memasuki usia 60 tahun atau lebih dan mengalami proses penuaan (aging process) yang bersifat alami. Proses penuaan menyebabkan berbagai perubahan fisiologis pada sistem tubuh, terutama sistem kardiovaskular, seperti penurunan elastisitas pembuluh darah, peningkatan kekakuan arteri, serta menurunnya kemampuan jantung dalam memompa darah secara optimal. Perubahan tersebut menyebabkan tekanan darah cenderung meningkat seiring bertambahnya usia sehingga hipertensi lebih banyak ditemukan pada kelompok lansia dibandingkan kelompok usia lainnya (Arisandi, 2023; Potter & Perry, 2021).

Data Badan Pusat Statistik (2020) menunjukkan bahwa prevalensi hipertensi pada lansia di Indonesia meningkat sejalan dengan bertambahnya usia. Prevalensi hipertensi mencapai 45,9% pada kelompok usia 55–64 tahun, meningkat menjadi 67,6% pada usia 65–74 tahun, dan sebesar 63,8% pada usia di atas 75 tahun. Tingginya angka tersebut menunjukkan bahwa hipertensi menjadi salah satu masalah kesehatan utama pada lansia yang memerlukan penatalaksanaan secara komprehensif agar dapat mencegah komplikasi yang lebih berat.

Di Provinsi Sulawesi Selatan, hipertensi juga menjadi salah satu penyakit tidak menular dengan jumlah penderita yang cukup tinggi. Berdasarkan Profil Kesehatan Provinsi Sulawesi Selatan, prevalensi hipertensi mencapai sekitar 31,68% dari jumlah penduduk sebanyak 8.928.002 jiwa. Sementara itu, Kabupaten Kepulauan Selayar memiliki jumlah penderita hipertensi sebanyak

29.275 orang dan menempati urutan kelima kabupaten dengan jumlah penderita hipertensi paling rendah di Provinsi Sulawesi Selatan. Meskipun demikian, angka tersebut tetap menunjukkan bahwa hipertensi merupakan masalah kesehatan yang memerlukan perhatian serius mengingat dampaknya terhadap kualitas hidup masyarakat, khususnya kelompok lansia (Dinas Kesehatan Provinsi Sulawesi Selatan, 2023).

Hipertensi yang tidak terkontrol dapat menyebabkan berbagai gangguan sirkulasi darah, salah satunya adalah penurunan perfusi perifer. Perfusi perifer merupakan kemampuan sistem sirkulasi dalam memenuhi kebutuhan oksigen dan nutrisi jaringan melalui aliran darah ke ekstremitas. Penurunan perfusi perifer dapat ditandai dengan kulit dingin, pucat, kesemutan, nyeri pada ekstremitas, penurunan pengisian kapiler, serta penurunan nadi perifer. Apabila kondisi ini tidak segera ditangani, maka dapat meningkatkan risiko terjadinya kerusakan jaringan maupun komplikasi vaskular lainnya (PPNI, 2018).

Salah satu intervensi keperawatan nonfarmakologis yang dapat dilakukan untuk membantu meningkatkan sirkulasi darah perifer pada pasien hipertensi adalah massage kaki (foot massage). Massage kaki merupakan tindakan terapi komplementer berupa pijatan pada jaringan lunak kaki yang bertujuan meningkatkan aliran darah, memperbaiki sirkulasi perifer, memberikan efek relaksasi, mengurangi ketegangan otot, menurunkan aktivitas sistem saraf simpatis, serta membantu menurunkan tekanan darah. Beberapa penelitian menunjukkan bahwa pemberian massage kaki secara teratur mampu memberikan efek positif terhadap penurunan tekanan darah sistolik maupun diastolik serta meningkatkan kenyamanan pasien hipertensi, khususnya pada kelompok lansia (Field, 2016; Moraska et al., 2015).

Dalam praktik keperawatan, pemberian intervensi massage kaki menjadi salah satu bentuk terapi komplementer yang relatif mudah dilakukan, aman, ekonomis, dan dapat diterapkan baik di fasilitas pelayanan kesehatan maupun di rumah. Perawat memiliki peran penting dalam memberikan edukasi serta melakukan intervensi berbasis bukti (evidence-based nursing) guna meningkatkan perfusi perifer dan kualitas hidup pasien hipertensi. Oleh karena itu, diperlukan kajian mengenai efektivitas penerapan massage kaki sebagai bagian dari asuhan keperawatan pada lansia hipertensi, khususnya di pelayanan kesehatan primer.

Berdasarkan uraian tersebut, penulis tertarik melakukan penelitian studi kasus dengan judul "Analisis Asuhan Keperawatan pada Pasien Lansia Hipertensi dengan Perfusi Perifer Menggunakan Intervensi Massage Kaki di Wilayah Kerja Puskesmas Bontosikuyu Kabupaten Kepulauan Selayar."

METODE

Jenis Penelitian

Jenis penelitian yang digunakan adalah penelitian studi kasus (case study), yaitu suatu metode penelitian yang bertujuan untuk mengeksplorasi dan mendeskripsikan suatu kasus secara mendalam dalam konteks nyata melalui pengkajian yang sistematis terhadap subjek penelitian (Nursalam, 2020; Creswell & Poth, 2018). Penelitian ini dilakukan dengan menerapkan terapi massage kaki (foot massage) terhadap lansia yang menderita hipertensi di Desa Harapan, Kabupaten Kepulauan Selayar. Studi kasus ini menggunakan desain deskriptif dengan fokus pada penerapan intervensi keperawatan berupa terapi massage kaki untuk mengetahui efektivitasnya dalam menurunkan tekanan darah pada lansia penderita hipertensi. Pendekatan studi kasus dipilih karena memungkinkan peneliti memperoleh gambaran secara komprehensif mengenai proses pelaksanaan intervensi, respons pasien terhadap terapi, serta perubahan tekanan darah sebelum dan sesudah pemberian massage kaki. Selain itu, berbagai penelitian sebelumnya menunjukkan bahwa terapi foot massage merupakan salah satu intervensi nonfarmakologis yang efektif dalam membantu menurunkan tekanan darah pada pasien hipertensi, khususnya kelompok lanjut usia, sehingga layak diterapkan sebagai bagian dari asuhan keperawatan berbasis bukti.

Lokasi dan Waktu Penelitian

Penelitian studi kasus ini mengambil lokasi di Puskesmas Bontosikuyu, Pemilihan lokasi ini karna mudah diakses dan merupakan puskesmas yang cukup banyak terdapat kasus masalah hipertensi pada pasien lansia. Penelitian ini di lakukan pada bulan juni 2025.

Populasi dan Sampel

Berdasarkan penelitian yang akan di capai, maka populasi yang akan digunakan dalam penelitian ini adalah seluruh pasien hipertensi yang ada di Desa Harapan Kab. Kep. Selayar.

Pengumpulan Data

Pengumpulan data merupakan tahapan penting dalam penelitian yang bertujuan memperoleh informasi yang akurat dan sesuai dengan tujuan penelitian. Pada penelitian studi kasus ini, teknik pengumpulan data dilakukan melalui wawancara, observasi, pemeriksaan fisik, dan dokumentasi.

1. Wawancara

Wawancara merupakan metode pengumpulan data yang dilakukan melalui proses tanya jawab secara langsung antara peneliti dan responden dengan menggunakan pedoman wawancara yang telah disusun secara sistematis untuk memperoleh informasi yang mendalam sesuai dengan tujuan penelitian (Nursalam, 2020). Pada penelitian ini, wawancara dilakukan kepada pasien lansia penderita hipertensi untuk memperoleh data mengenai identitas pasien, riwayat kesehatan, riwayat hipertensi, keluhan yang dirasakan, terapi yang sedang dijalani, pola aktivitas, pola makan, serta respons pasien terhadap penerapan terapi massage kaki. Selain itu, wawancara juga digunakan untuk mengetahui persepsi pasien mengenai kenyamanan dan efektivitas terapi massage kaki dalam membantu menurunkan tekanan darah.

Intervensi massage kaki dilakukan sesuai prosedur operasional standar (SOP) dengan cara memberikan pijatan pada kedua kaki dimulai dari daerah pergelangan kaki menuju telapak kaki hingga jari-jari kaki menggunakan gerakan effleurage, petrissage, dan tekanan ringan secara bergantian. Setiap gerakan dilakukan secara perlahan dan berulang sebanyak 3–4 kali pada setiap area pijatan. Lama tindakan sekitar 30 menit untuk kedua kaki dan diberikan 3 kali dalam satu minggu sesuai dengan penelitian terdahulu yang menunjukkan bahwa terapi foot massage dapat membantu meningkatkan sirkulasi darah perifer, memberikan efek relaksasi, serta membantu menurunkan tekanan darah pada penderita hipertensi (Field, 2016; Astuty & Setyawati, 2024).

2. Observasi

Observasi merupakan teknik pengumpulan data melalui pengamatan secara langsung terhadap objek penelitian untuk memperoleh informasi mengenai kondisi atau perubahan yang terjadi selama proses penelitian (Sugiyono, 2022). Pada penelitian ini, observasi dilakukan secara sistematis sebelum, selama, dan sesudah pemberian intervensi massage kaki. Hasil observasi dicatat dalam lembar observasi yang telah disiapkan.

Aspek yang diamati meliputi:

1. Observasi sebelum dan sesudah tindakan

- Pengukuran tekanan darah sistolik dan diastolik menggunakan sphygmomanometer yang telah dikalibrasi.
- Frekuensi nadi.
- Suhu dan warna kulit ekstremitas bawah.
- Pengisian kapiler (capillary refill time).

- Keluhan subjektif seperti nyeri, kesemutan, atau rasa tidak nyaman pada kaki.
2. Observasi respons objektif pasien
 - Respons pasien selama pelaksanaan terapi.
 - Tingkat relaksasi pasien setelah terapi.
 - Perubahan perfusi perifer yang ditandai dengan suhu ekstremitas, warna kulit, dan kekuatan nadi perifer.
 - Perubahan tekanan darah sebelum dan sesudah pemberian terapi massage kaki.
 3. Pemeriksaan Fisik

Pemeriksaan fisik dilakukan menggunakan pendekatan head to toe dengan teknik inspeksi, palpasi, perkusi, dan auskultasi sesuai kebutuhan. Pemeriksaan difokuskan pada sistem kardiovaskular dan kondisi perfusi perifer, meliputi pengukuran tekanan darah, frekuensi nadi, irama nadi, suhu ekstremitas, warna kulit, edema, kekuatan nadi perifer, serta capillary refill time (Potter & Perry, 2021).
 4. Dokumentasi

Dokumentasi dilakukan dengan mengumpulkan data yang berasal dari rekam medis pasien, hasil pemeriksaan tekanan darah, catatan perkembangan keperawatan, lembar observasi, serta dokumentasi pelaksanaan intervensi. Dokumentasi digunakan sebagai data pendukung untuk meningkatkan validitas hasil penelitian (Nursalam, 2020).

Pengolahan dan Analisis Data

Data yang telah diperoleh dari hasil wawancara, observasi, pemeriksaan fisik, dan dokumentasi selanjutnya dilakukan pengolahan melalui beberapa tahapan, yaitu editing, coding, tabulating, dan penyajian data. Tahap editing dilakukan untuk memeriksa kelengkapan dan konsistensi data yang telah dikumpulkan. Selanjutnya dilakukan coding untuk mempermudah proses pengelompokan data, kemudian data disusun secara sistematis sesuai fokus penelitian (Notoatmodjo, 2018).

Analisis data pada penelitian studi kasus menggunakan analisis deskriptif. Data disajikan secara naratif dengan membandingkan kondisi pasien sebelum dan sesudah pemberian intervensi massage kaki. Hasil analisis difokuskan pada perubahan tekanan darah, kondisi perfusi perifer, serta respons pasien terhadap intervensi keperawatan. Penyajian data dilakukan dalam bentuk uraian tekstual yang didukung oleh tabel hasil pengukuran tekanan darah dan catatan perkembangan pasien sehingga dapat memberikan gambaran yang komprehensif mengenai efektivitas terapi massage kaki pada lansia dengan hipertensi (Yin, 2018).

HASIL

Gambaran Lokasi Pengambilan Data

UPTD Puskesmas Bontosikuyu merupakan puskesmas perawatan yang terletak di Pariangan, Desa Harapan Kecamatan Bontosikuyu Kab. Kepulauan Selayar. Luas wilayah kerja puskesmas Bontosikuyu adalah 201 KM² yang terdiri dari 5 desa dan 24 dusun.

1. Pengkajian keperawatan

a. Identitas

Tabel 1 Identitas

Data Umum Klien	Klien
Inisial	Ny. A
Usia	60 Tahun
Jenis Kelamin	Perempuan

Agama	Islam
Status Perkawinan	Kawin
Pendidikan	SD
Pekerjaan	Berdagang
Diagnosa Medis	Hipertensi

b. Pola Fungsional

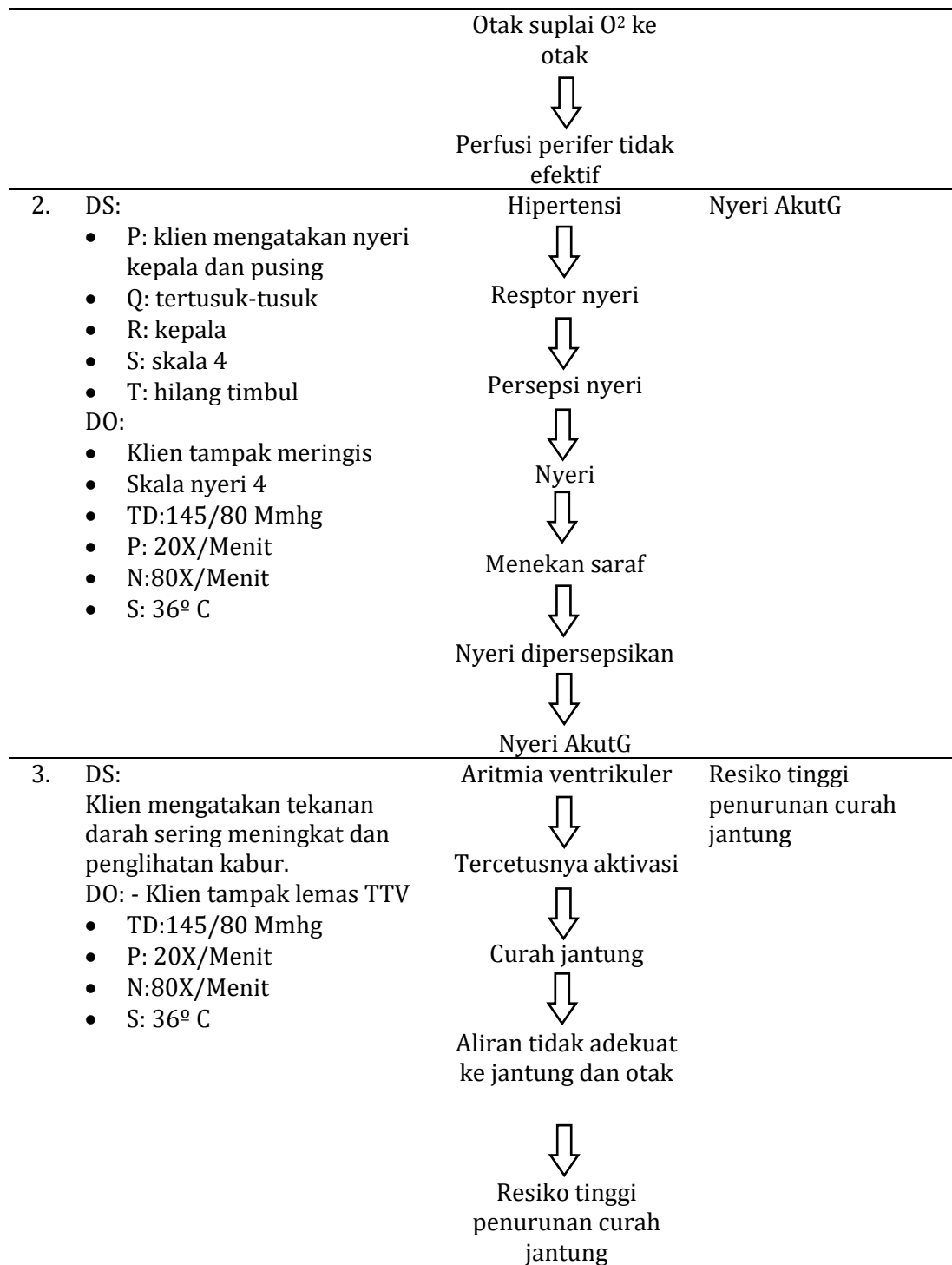
Tabel 2 Pola Fungsional

Pola Fungsional	Responden
Persepsi kesehatan dan pola manajemen kesehatan	Klien mengatakan ketika sakitnya kambuh klien segera minum obat dan peduli dengan kesehatannya.
Nutrisi metabolik	Nafsu makan, teratur dengan frekuensi 4 kali sehari dengan jenis makanan nasi, ikan, sayur, susu, dll.
Eliminasi	1. Frekuensi BAB: 1 x/hari dengan konsistensi padat. 2. Frekuensi BAK: 4-6 x/hari dengan warna kuning jernih.
Aktivitas dan latihan	Rutinitas mandi 1x/hari, kebersihan sehari hari membersihkan kamar dan menyapu halaman.
Pola istirahat dan tidur	Klien mengatakan tidur siang 1 jam/hari. Klien mengatakan tidur dimalam hari 4- 6 jam/hari.
Pola kognitif persepsi	Pendengaran normal dan penglihatan klien kurang normal tidak memakai alat bantu dengar.

c. Analisis Data

Tabel 3 Analisis Data

No	Data	Etiologi	Masalah
1.	DS: Klien mengatakan tekanan darah sering meningkat, penglihatan kabur. DO: TTV • TD:145/80 Mmhg • P: 20X/Menit • N:80X/Menit • S: 36° C	Hipertensi ↓ Perubahan situasi ↓ Resistensi pembuluh darah ↓	Perfusi Perifer tidak efektif



PEMBAHASAN

A. Analisis Pengkajian Keperawatan

Tahap pengkajian merupakan langkah awal dalam proses keperawatan yang bertujuan untuk memperoleh data secara komprehensif mengenai kondisi kesehatan pasien. Pengumpulan data dilakukan melalui wawancara dengan pasien dan keluarga, observasi, pemeriksaan fisik, serta telaah dokumentasi medis. Sebelum proses pengkajian dilakukan, peneliti memperkenalkan diri serta menjelaskan maksud dan tujuan pelaksanaan asuhan

keperawatan sehingga pasien dan keluarga dapat memahami proses penelitian, bersikap kooperatif, dan memberikan informasi secara terbuka.

Hasil pengkajian menunjukkan bahwa pasien mengalami hipertensi dengan tekanan darah 145/80 mmHg, nadi 80 kali/menit, frekuensi napas 20 kali/menit, dan suhu tubuh 36°C. Pasien juga mengeluhkan tekanan darah yang sering meningkat, sakit kepala, pusing, serta pandangan kabur. Kondisi tersebut sesuai dengan definisi hipertensi yang dikemukakan oleh Nurarif dan Kusuma (2015), yaitu peningkatan tekanan darah sistolik ≥ 140 mmHg dan/atau tekanan darah diastolik ≥ 90 mmHg yang berlangsung secara menetap. Hipertensi yang tidak terkontrol dapat mengakibatkan gangguan perfusi jaringan akibat meningkatnya resistensi pembuluh darah perifer sehingga meningkatkan risiko komplikasi kardiovaskular.

B. Analisis Diagnosa Keperawatan

Berdasarkan hasil pengkajian dan analisis data, diperoleh tiga diagnosis keperawatan sesuai dengan Standar Diagnosis Keperawatan Indonesia (SDKI), yaitu:

1. Perfusi Perifer Tidak Efektif berhubungan dengan peningkatan tekanan darah.

Diagnosis ini ditegakkan berdasarkan data subjektif berupa pasien mengatakan tekanan darah sering meningkat disertai keluhan pandangan kabur. Data objektif menunjukkan tekanan darah 145/80 mmHg, frekuensi nadi 80 kali/menit, frekuensi napas 20 kali/menit, dan suhu tubuh 36°C. Peningkatan tekanan darah menyebabkan meningkatnya tahanan pembuluh darah sehingga perfusi jaringan perifer menjadi kurang optimal.

2. Nyeri Akut berhubungan dengan agen pencedera fisiologis.

Diagnosis ini ditegakkan berdasarkan data subjektif yaitu pasien mengeluhkan nyeri kepala dan pusing dengan karakteristik P (provokasi): meningkat saat tekanan darah naik, Q (kualitas): seperti tertusuk-tusuk, R (lokasi): kepala, S (skala): 4 (nyeri sedang), dan T (waktu): hilang timbul. Data objektif menunjukkan pasien tampak meringis dengan tekanan darah 145/80 mmHg.

3. Risiko Penurunan Curah Jantung berhubungan dengan peningkatan tekanan darah dan vasokonstriksi.

Diagnosis ini didasarkan pada kondisi hipertensi yang meningkatkan beban kerja jantung sehingga berpotensi menurunkan kemampuan jantung memompa darah secara efektif apabila tidak segera ditangani.

Ketiga diagnosis tersebut sesuai dengan kondisi klinis pasien hipertensi yang mengalami peningkatan tekanan darah disertai gangguan perfusi perifer, nyeri kepala, dan risiko terjadinya komplikasi kardiovaskular.

C. Analisis Intervensi Keperawatan

Intervensi keperawatan yang diberikan bertujuan untuk mengontrol tekanan darah, meningkatkan perfusi perifer, mengurangi nyeri, serta meningkatkan kenyamanan dan kualitas hidup pasien. Intervensi utama yang diberikan pada diagnosis Perfusi Perifer Tidak Efektif adalah terapi foot massage (massage kaki) sebagai terapi nonfarmakologis.

Pelaksanaan foot massage dilakukan dengan memberikan pijatan pada telapak kaki menggunakan ibu jari melalui gerakan memutar dan memberikan tekanan ringan pada titik-titik tertentu secara sistematis. Terapi diberikan selama 15 menit setiap sesi dan dilakukan tiga kali pertemuan.

Menurut Arnifa (2024), terapi foot massage dapat meningkatkan sirkulasi darah perifer melalui stimulasi mekanik pada jaringan lunak sehingga terjadi vasodilatasi pembuluh darah,

peningkatan aliran darah, serta penurunan aktivitas sistem saraf simpatis. Kondisi tersebut memberikan efek relaksasi yang berkontribusi terhadap penurunan tekanan darah. Hasil penelitian Arnifa juga menunjukkan bahwa terapi foot massage efektif menurunkan tekanan darah pada pasien hipertensi.

Selain intervensi mandiri, tindakan keperawatan juga dilakukan secara kolaboratif dengan tenaga kesehatan lain melalui pemberian terapi antihipertensi sesuai program medis serta edukasi mengenai pola hidup sehat, pengaturan diet rendah garam, aktivitas fisik, dan kepatuhan minum obat.

D. Analisis Implementasi Keperawatan

Implementasi keperawatan dilakukan sesuai dengan intervensi yang telah direncanakan. Tindakan yang dilakukan meliputi pemantauan tanda-tanda vital, identifikasi faktor risiko gangguan sirkulasi akibat hipertensi, pengukuran tekanan darah sebelum dan sesudah intervensi, serta pemberian terapi foot massage selama tiga hari berturut-turut dengan durasi 15 menit pada setiap sesi.

Menurut Calisanie dan Preannisa (2022), foot massage merupakan teknik manipulasi jaringan lunak pada kaki melalui gerakan mengusap, menekan, dan memijat titik-titik refleksi tertentu yang bertujuan meningkatkan sirkulasi darah dan memberikan efek relaksasi. Rangsangan mekanik yang diberikan selama pemijatan mampu merangsang pelepasan hormon endorfin sehingga menurunkan stres, kecemasan, dan aktivitas sistem saraf simpatis. Akibatnya, terjadi vasodilatasi pembuluh darah yang berkontribusi terhadap penurunan tekanan darah pada pasien hipertensi.

Selama pelaksanaan tindakan, pasien tampak kooperatif, merasa lebih nyaman, dan mampu mengikuti seluruh prosedur terapi tanpa mengalami efek samping.

E. Analisis Evaluasi Keperawatan

Evaluasi dilakukan setiap selesai pemberian intervensi untuk menilai perkembangan kondisi pasien. Hasil evaluasi menunjukkan adanya penurunan tekanan darah setelah terapi foot massage diberikan selama tiga hari.

Tekanan darah pasien pada hari pertama tercatat 145/80 mmHg, kemudian menurun menjadi 135/80 mmHg pada hari ketiga. Selain penurunan tekanan darah, pasien juga menyatakan keluhan sakit kepala berkurang, tubuh terasa lebih rileks, dan pandangan kabur mulai berkurang.

Hasil tersebut sejalan dengan penelitian Begum (2011) yang menyatakan bahwa pijat kaki mampu meningkatkan sirkulasi vena, memperbaiki perfusi jaringan, menurunkan denyut jantung, serta membantu menurunkan tekanan darah melalui pelebaran pembuluh darah perifer.

Widowati (2013) menjelaskan bahwa pijatan pada otot tungkai memperlancar aliran darah dan sistem limfatik, mengurangi ketegangan otot, serta meningkatkan aliran balik vena menuju jantung. Selain itu, pemijatan pada telapak kaki mampu memberikan efek relaksasi sehingga membantu menjaga keseimbangan fisiologis tubuh.

Secara fisiologis, Lestari dan Hudiyawati (2022) menjelaskan bahwa stimulasi selama foot massage mengaktifkan sistem limbik sehingga merangsang pelepasan Corticotropin-Releasing Factor (CRF) yang kemudian meningkatkan produksi hormon endorfin dan serotonin. Kedua hormon tersebut memberikan efek relaksasi, mengurangi stres, memperbaiki suasana hati, serta menyebabkan vasodilatasi pembuluh darah sehingga tekanan darah dapat menurun.

Berdasarkan hasil evaluasi tersebut, dapat disimpulkan bahwa terapi foot massage merupakan salah satu intervensi keperawatan nonfarmakologis yang efektif sebagai terapi pendamping dalam membantu menurunkan tekanan darah pada pasien lansia dengan hipertensi.

KESIMPULAN

Pada pengkajian diperoleh dengan mengumpulkan data melalui wawancara dengan klien dan keluarga, mengadakan pengenalan dan menjelaskan maksud dan tujuan yaitu untuk melaksanakan asuhan keperawatan pada klien sehingga klien dan keluarga mengerti, terbuka dan kooperatif dalam pelaksanaan asuhan keperawatan.

Diagnosa keperawatan yang muncul pada pasien hipertensi yaitu, perfusi perifer, nyeri akut dan resiko penurunan curah jantung. Diagnosa ini muncul karena disebabkan oleh tanda dan gejala yang dirasakan responden.

Hasil yang diperoleh dari intervensi yang dilakukan oleh peneliti, baik intervensi yang dilakukan secara mandiri maupun kolaborasi seperti monitoring vital sign sebelum dan sesudah dilakukan aktivitas, di diskusikan hal-hal yang dapat mendukung serta memotivasi responden dalam penurunan tekanan darah.

Implementasi keperawatan di sesuaikan dengan rencana tindakan yang telah peneliti susun. Implementasi keperawatan yang dilakukan yaitu terapi pijat kaki.

Hasil evaluasi keperawatan yang dilakukan oleh peneliti selama 3 hari menunjukkan adanya penurunan tekanan darah.

DAFTAR PUSTAKA

- Arisandi. (2023). *Keperawatan Gerontik pada Lansia*. Jakarta: Salemba Medika.
- Arnifa. (2024). Pengaruh terapi foot massage terhadap penurunan tekanan darah pada pasien hipertensi. *Jurnal Keperawatan Indonesia*, 27(1), 45–53.
- Astuty, N. I., & Setyawati, D. (2024). *Manajemen Hipertensi dengan Foot Massage terhadap Penurunan Tekanan Darah pada Lansia Penderita Hipertensi*. Ners Muda.
- Badan Pusat Statistik. (2020). *Statistik Penduduk Lanjut Usia Indonesia 2020*. Jakarta: BPS.
- Begum, M. S. (2011). Effect of foot massage on blood pressure among patients with hypertension. *International Journal of Nursing Education*, 3(2), 72–76.
- Calisanie, N. N., & Preannisa, S. (2022). Efektivitas foot massage terhadap penurunan tekanan darah pada pasien hipertensi: Literature review. *Jurnal Ilmiah Keperawatan Indonesia*, 5(2), 120–128.
- Creswell, J. W., & Poth, C. N. (2018). *Qualitative Inquiry and Research Design: Choosing Among Five Approaches* (4th ed.). Sage Publications.
- Dinas Kesehatan Provinsi Sulawesi Selatan. (2023). *Profil Kesehatan Provinsi Sulawesi Selatan Tahun 2023*. Makassar.
- Fatikasari. (2024). *Keperawatan Medikal Bedah: Hipertensi*. Yogyakarta: Nuha Medika.
- Field, T. (2016). Massage Therapy Research Review. *Complementary Therapies in Clinical Practice*, 24, 19–31.
- Kementerian Kesehatan Republik Indonesia. (2023). *Survei Kesehatan Indonesia (SKI) Tahun 2023*. Jakarta: Kemenkes RI.
- Lestari, Y. S., & Hudiawati, D. (2022). Pengaruh terapi foot massage terhadap tekanan darah pada penderita hipertensi: Studi literatur. *Jurnal Ners Indonesia*, 12(1), 15–24.

- Mahardika, A. P., & Sudaryanto, A. (2024). Efektivitas Foot Massage terhadap Penurunan Tekanan Darah pada Penderita Hipertensi: Studi Literatur. *Jurnal Ners*.
- Moraska, A., et al. (2015). Massage Effects on Blood Pressure and Circulation: A Systematic Review. *International Journal of Therapeutic Massage & Bodywork*, 8(3), 3–21.
- Niswah, A., Armiyati, Y., Samiasih, A., & Chanif. (2022). *Penurunan Tekanan Darah Pasien Hipertensi dengan Terapi Foot Massage: Studi Kasus*. Prosiding Seminar Nasional Unimus.
- Notoatmodjo, S. (2018). *Metodologi Penelitian Kesehatan*. Jakarta: Rineka Cipta.
- Nursalam. (2020). *Metodologi Penelitian Ilmu Keperawatan: Pendekatan Praktis* (Edisi 5). Jakarta: Salemba Medika.
- Persatuan Perawat Nasional Indonesia (PPNI). (2018). *Standar Intervensi Keperawatan Indonesia (SIKI)*. Jakarta: DPP PPNI.
- Potter, P. A., & Perry, A. G. (2021). *Fundamentals of Nursing*. 10th Edition. Elsevier.
- Sugiyono. (2022). *Metode Penelitian Kuantitatif, Kualitatif, dan R&D*. Bandung: Alfabeta.
- World Health Organization. (2023). *Hypertension*. Geneva: WHO.
- Yin, R. K. (2018). *Case Study Research and Applications: Design and Methods* (6th ed.). Sage Publications.