



## **PENERAPAN *FOOT REFLEXIOLOGY* TERHADAP PERUBAHAN SKALA NYERI PADA PASIEN HIPERTENSI DI KECAMATAN LIMA PULUH KELURAHAN RUH**

<sup>1</sup>Dicky Afrizandi, <sup>2</sup>Ardenny, <sup>3</sup>Mutia Dwi Sagita, <sup>4</sup>Awaliyah Ulfa

<sup>1,3</sup>STIKes Pekanbaru Medical Center

<sup>2</sup>Poltekkes Kemenkes Riau

\*Email Korespondensi: [dicky@gmail.com](mailto:dicky@gmail.com)

### **ABSTRAK**

Data *World Health Organization* (WHO) tahun 2021 menunjukkan bahwa hampir 1,28 miliar orang di dunia mengalami hipertensi. Oleh karena itu hipertensi tidak bisa dianggap remeh. Oleh karena itu pentingnya Peran perawat dalam penanganan secara kuratif dapat dilakukan secara non farmakologi yaitu dengan cara relaksasi dengan tindakan pijat kaki. Tujuan : Untuk mengetahui Penerapan *Foot Reflexiology* (Pijat Refleksi Telapak Kaki) Terhadap Perubahan Tekanan Darah Sistol Dan Diastol Pada Pasien Hipertensi Di Kecamatan Lima Puluh Kelurahan Ruh. Metode : Penelitian ini menggunakan lembar observasi pre-test dan post-test untuk menilai perubahan dari tekanan darah sistol dan diastol, yang dilakukan pada bulan Juli 2023 dengan jumlah pasien sebanyak 5 orang dengan kriteria inklusi dan eksklusi. Hasil : Ada Perubahan Tekanan Darah Sistol Dan Diastol Pada Pasien Hipertensi Di Kecamatan Lima Puluh Kelurahan menjadi lebih baik. Kesimpulan : Masyarakat dapat melakukan implementasi *Foot Reflexiology* (Pijat Refleksi Telapak Kaki) untuk hipertensi.

**Kata Kunci** : *Foot Reflexiology*, Hipertensi

### **ABSTRACT**

Data from the *World Health Organization* (WHO) for 2021 shows that nearly 1.28 billion people in the world have hypertension. Therefore hypertension cannot be underestimated . Therefore the importance of the role of nurses in curative treatment can be carried out in a non-pharmacological manner, namely by means of relaxation with foot massage . Purpose: To find out the Application of *Foot Reflexiology* (*Foot Reflexology*) Against Changes in Systolic and Diastolic Blood Pressure in Hypertension Patients in Lima Puluh District, Ruh Village. Methods: This study used pre-test and post-test observation sheets to assess changes in systolic and diastolic blood pressure, which was conducted in July 2023 with a total of 5 patients with inclusion and exclusion criteria. Result: Yes Changes in systolic and diastolic blood pressure in hypertensive patients in the Fifty Sub-District are getting better. Conclusion: The community can implement *Foot Reflexology* (*Foot Reflexology*) for hypertension .

**Keyword**: *Foot Reflexiology*, Hypertension

## PENDAHULUAN

Tekanan darah tinggi atau hipertensi merupakan gangguan pada pembuluh darah yang mengakibatkan suplai nutrisi dan oksigen yang dibawa oleh darah menjadi terhambat sampai ke jaringan tubuh yang membutuhkan. Hipertensi disebut the silent killer (pembunuh diam-diam) karena termasuk penyakit yang mematikan tanpa disertai gejala-gejalanya terlebih dahulu sebagai peringatan bagi korbannya (Ramadhan, 2019). Hipertensi atau tekanan darah tinggi adalah peningkatan tekanan darah sistolik lebih dari 140 mmHg dan tekanan darah diastolik lebih dari 90 mmHg pada dua kali pengukuran dengan selang waktu lima menit dalam keadaan cukup istirahat/ tenang (p2ptm.kemkes.go.id, 2021).

Data World Health Organization (WHO) tahun 2021 menunjukkan bahwa hampir 1,28 miliar orang di dunia mengalami hipertensi. Oleh karena itu hipertensi tidak bisa dianggap remeh (WHO, 2021). Berdasarkan data Riskesdas 2018 rata-rata prevalensi hipertensi di Indonesia yang didapat melalui pengukuran pada umur >18 tahun sebesar 25,8% tertinggi Kalimantan Selatan (44,1%), sedangkan terendah di Papua sebesar (22,2%). Hipertensi terjadi pada 45-54 tahun (45,3%), umur 55-64 tahun (55,2%) (Firmansyah, 2019).

Hasil studi pendahuluan yang dilakukan penelitian di Kecamatan Lima Puluh Kelurahan Ruh didapatkan data dari hasil wawancara langsung. Wawancara dilakukan pada lima orang pasien. Pasien pertama dan kedua mengatakan bahwa belum ada mencoba pija refleksi telapak kaki untuk penurunan Hipertensi. Selanjutnya pasien ketiga menyebutkan bahwa hanya mengkonsumsi obat Farmakologis, dan pasien ke empat menyebutkan ada memakan herbal yakni mentimun yang dilalap dan bukan di jadikan jus. Pasien kelima hanya menjawab bahwa hanya rutin meminum obat dari Puskesmas. Berdasarkan uraian diatas, peneliti tertarik untuk melakukan penelitian dengan judul “Penerapan *Foot Reflexiology* (Pijat Refleksi Telapak Kaki) Terhadap Perubahan Skala Nyeri Pada Pasien Hipertensi Di Kecamatan Lima Puluh Kelurahan Ruh”.

## METODE PENELITIAN

Implementasi yang dilakukan yaitu pada kategori terapeutik yaitu: memberikan teknik nonfarmakologis untuk mengurangi rasa nyeri (mis. TENS, hypnosis, akupresur.

## HASIL PENELITIAN

Hasil penelitian disajikan dalam bentuk tabel yang meliputi variabel yang diteliti dapat dilihat sebagai berikut:

Tabel 1. Evaluasi Perubahan Nyeri Sebelum dan Sesudah Tindakan Foot Feflexion

| Pasien | Hari 1 | Hari 2 | Hari 3 | Hari 4 | Hari 5 | Hari 6 |
|--------|--------|--------|--------|--------|--------|--------|
| Tn. N  | 5 ; 3  | 5 ; 3  | 5 ; 3  | 5 ; 2  | 5 ; 2  | 5 ; 3  |
| Tn. L  | 5 ; 3  | 5 ; 3  | 5 ; 2  | 5 ; 2  | 5 ; 2  | 5 ; 3  |
| Tn. K  | 5 ; 3  | 5 ; 3  | 5 ; 3  | 5 ; 2  | 4 ; 3  | 4 ; 2  |
| Tn. S  | 5 ; 3  | 5 ; 3  | 5 ; 3  | 5 ; 2  | 5 ; 3  | 4 ; 2  |
| Ny. S  | 5 ; 3  | 5 ; 3  | 5 ; 3  | 5 ; 2  | 5 ; 2  | 4 ; 2  |

Tabel 1 menunjukan bahwa perubahan skala nyeri setelah intervensi foot flexion terjadi perubahan pada sakala 2-3, artinya nyeri yang dirasakan berada pada kateogri ringan.

## PEMBAHASAN

Setelah melakukan pengkajian serta pengolahan data maka penulis dapat menjelaskan

secara terperinci tentang hasil dari asuhan keperawatan dari 5 kasus kelolaan dengan diagnose medis stroke. Dari kelima kasus di atas, klien mengalami masalah keperawatan nyeri akut. Pada kelima klien yang mengalami nyeri akut, Klien mengatakan merasa mengeluh kepala pusing, nyeri dibagian kepala, dan tidak bisa tidur

Menurut buku (Standar Diagnosis Keperawatan Indonesia, 2016), penyebab terjadinya nyeri akut adalah : Agen pencedera fisiologis (mis: inflamasi, iskemia, neoplasma), Agen pencedera kimiawi (mis: terbakar, bahan kimia iritan) dan Agen pencedera fisik (mis: abses, amputasi, terbakar, terpotong, mengangkat berat, prosedur operasi, trauma, Latihan fisik berlebihan).

Penulis memberikan intervensi *Foot Reflexiology* (Pijat Refleksi Telapak Kaki) pada kelima pasien kelolaan untuk penurunan tekanan darah. Menurut penelitian (Amalia, 2016) dengan judul Implementasi Pijat Refleksi Kaki Terhadap Penurunan Tekanan Darah Pda Klien Dengan Hipertensi Tidak Terkontrol didapatkan hasil Teknik analisis dengan uji T Paired dengan program komputer. Terdapat perbedaan sebelum dan sesudah dilakukan intervensi pijat refleksi kaki untuk menurunkan tekanan darah pada klien dengan penyakit hipertensi ( $p < 0,006$ ). Mean bernilai postif (8,66667) terjadi kecenderungan penurunan tekanan darah sesudah pijat refleksi kaki dengan rata- rata penurunan 8,7. Penurunan tekanan darah dapat terjadi karena pijat refleksi kaki dapat mempelancar aliran darah sehingga ketegangan otot dapat menurun serta kadar norefineprin juga ikut menurun, selain itu hormon Cortisol yang memicu kecemasan dan stress juga dapat turun sehingga tekanan darah juga turun.

## SIMPULAN DAN SARAN

Asuhan keperawatan yang dilakukan yaitu penerapan *Foot Reflexiology* (Pijat Refleksi Telapak Kaki) disimpulkan bahwa perubahan skala nyeri setelah intervensi foot flexion terjadi perubahan pada sakala 2-3, artinya nyeri yang dirasakan berada pada kateogri ringan. Disarankan pada pasien yang mengalami nyeri dapat melakukan latihan *Foot Reflexiology* secara berkesinambungan dan terprogram.

## DAFTAR PUSTAKA

1. Amalia, R. N. (2016). Efektifitas Pijat Refleksi Kaki Terhadap Penurunan Tekanan Darah Lansia Hipertensi Di Pstw Budi Luhur Yogyakarta.
2. Astuti, Y., Fandizal, M., Astuti, Y., & Sani, D. N. (2020). Implementasi Pijat Refleksi Kaki Terhadap Penurunan Tekanan Darah Pda Klien Dengan Hipertensi Tidak Terkontrol. Jurnal Ilmiah Pamenang, 2(1), 17–21.
3. Dinas Kesehatan Provinsi Riau. (2022). Data Penderita Hipertensi Provinsi Riau.
4. Fadli, dr. R. (2021). Hipertensi - Pengertian, Faktor Risiko, Penyebab, Gejala, Diagnosis, Komplikasi, Pengobatan, Pencegahan, Kapan Harus ke Dokter? | Halodoc.com. Halodoc.Com.
5. Firmansyah, F. (2019). Hasil Riskesdas 2018. Kesmas.Kemkes.Go.Id.
6. Hastuti, A. P. (2022). Hipertensi. Lakeisha.
7. Manawan, A. ., Rattu, A. J. ., & Punuh, M. I. (2016). Hubungan Antara Konsumsi Makanan Dengan Kejadian Hipertensi di Desa Tandengan Satu Kecamatan Eris Kabupaten Minahasa. PHARMACON Jurnal Ilmiah Farmasi.
8. Masnina, R. (2019). Pengaruh Pemberian Air Kelapa Muda Terhadap Perubahan Tekanan Darah Pada Lansia Penderita Hipertensi di Wilayah Kerja Puskesmas air Putih Samarinda. Jurnal Keperawatan Dasar Dan Promosi Kesehatan.
9. Niswah, A., Armiyati, Y., & Samiasih, A. (2022). Penurunan Tekanan Darah Pasien Hipertensi Dengan Terapi Foot Massage : Studi Kasus Prevalensi hipertensi di dunia

- Menurut laporan World Health Organization. 1318–1328.
10. p2ptm.kemkes.go.id. (2021). Hipertensi, Penyakit Jantung dan Pembuluh Darah. P2ptm.Kemkes.Go.Id.
  11. P2ptm.kemkes.go.id. (2019). Apa Komplikasi berbahaya dari Hipertensi? - Direktorat P2PTM. P2ptm.Kemkes.Go.Id.
  12. WHO. (2021). Hypertension.
  13. Widyastuti, Y. (2022). Efektifitas Pijat Refleksi Kaki Terhadap Penurunan Tekanan Darah Pada Pasien Hipertensi Di Rsu Pku Muhammadiyah Delanggu Yuli. 2(2).
  14. World Health Statistics. (2021). 2021.
  15. Zaura, T. A., & Yanti, S. V. (2023). Efektivitas Terapi Foot Massage Terhadap Penurunan Tekanan Darah Pada Lansia Dengan Hipertensi : Suatu Studi Kasus Effectiveness of Foot Massage Therapy on Decreasing Blood Pressure in Elderly With Hypertension : A Case Study. VII, 82–89.