

LITERATURE REVIEW
**PENGARUH *FOOT REFLECTION MASSAGE* TERHADAP PENURUNAN
TEKANAN DARAH PADA PASIEN HIPERTENSI**

Ervina Dwi Agustin, S.Kep

Program Studi Pendidikan Profesi Ners Fakultas Ilmu Kesehatan
Universitas Galuh Ciamis

Jln. R.E Martadinata No. 150, Mekarjaya, Baregbeg, Kabupaten Ciamis, Provinsi
Jawa Barat, Indonesia, Kode Pos 46213

*)E-mail : ervinadwiagustin@gmail.com

ABSTRAK

Latar belakang: Salah satu penyakit tidak menular yang menjadi masalah kesehatan paling serius saat ini adalah Hipertensi. Hipertensi dapat menyebabkan komplikasi timbulnya penyakit lain seperti penyakit jantung, stroke, ginjal bahkan kematian apabila tidak ditangani dengan segera. Salah satu cara yang dapat dilakukan untuk menurunkan tekanan darah adalah dengan terapi pijat refleksi kaki. **Tujuan:** Untuk mengetahui efektivitas Terapi *Foot Reflection Massage* Terhadap Penurunan Tekanan Darah Pada Pasien Hipertensi berdasarkan studi *literature review journal*. **Metode:** Desain penelitian yang digunakan adalah studi literatur secara sistematis terkait topik yang diangkat yaitu Terapi *Foot Reflection Massage* Terhadap Penurunan Tekanan Darah Pada Pasien Hipertensi. **Hasil Analisa data:** Hasil analisa dari literatur jurnal menunjukkan terjadinya perubahan yang signifikan (mengalami penurunan) pada rata-rata tekanan darah responden hipertensi setelah diberikan terapi *foot reflection massage*. **Opini:** Penulis sependapat dengan beberapa temuan pada jurnal yang telah dianalisis dimana pijat refleksi kaki yang dilakukan secara teratur akan dapat menurunkan tekanan darah pada penderita hipertensi. Kalau pun penurunan pada rata-rata tekanan darah memiliki perbedaan, hal tersebut dapat dipicu oleh karena beberapa faktor seperti karena tidak adanya kombinasi antara konsumsi obat antihipertensi dan terapi refleksi kaki yang dibantu juga dengan minyak esensial lavender, ketidakkonsistenan dalam pemberian intervensi, serta tidak adanya pembekalan edukasi berupa bagaimana cara menjaga pola makan dan olahraga ringan setiap hari. Sehingga tekanan darah pada responden mengalami penurunan yang berbeda-beda pada setiap jurnalnya. **Kesimpulan:** Dari 12 jurnal yang telah dianalisa, dikatakan bahwa pemberian terapi *foot reflection massage* berpengaruh terhadap penurunan tekanan darah pada penderita hipertensi.

Kata kunci: Hipertensi, Penurunan Tekanan Darah, Terapi Pijat Refleksi Kaki

LITERATURE REVIEW
PENGARUH FOOT REFLECTION MASSAGE TERHADAP PENURUNAN
TEKANAN DARAH PADA PASIEN HIPERTENSI

Ervina Dwi Agustin, S.Kep

*Nursing Study Program, Faculty of Health Sciences, Galuh University Ciamis
Jln. R.E Martadinata No. 150, Mekarjaya, Baregbeg, Ciamis Regency, West Java
Province, Indonesia, Zip Code 46213*

*) E-mail : ervinadwiagustin@gmail.com

ABSTRACT

Background: *One of the non-communicable diseases that is becoming the most serious health problem today is Hypertension. Hypertension can cause complications of other diseases such as heart disease, stroke, kidney disease and even death if not treated immediately. One way that can be done to lower blood pressure is with foot reflexology therapy.* **Objective:** *To determine the effectiveness of Foot Reflection Massage Therapy on Blood Pressure Reduction in Hypertensive Patients based on a literature review journal study.* **Method:** *The research design used was a systematic literature study related to the topic raised, namely Foot Reflection Massage Therapy on Blood Pressure Reduction in Hypertensive Patients.* **Results of data analysis:** *The results of analysis from journal literature showed a significant change (decrease) in the average blood pressure of hypertensive respondents after foot reflection massage therapy.* **Opinion:** *The author agrees with several findings in journals that have been analyzed where foot reflexology performed regularly will be able to lower blood pressure in people with hypertension. Even if the decrease in average blood pressure has a difference, it can be triggered by several factors such as the absence of a combination of the consumption of antihypertensive drugs and foot reflexology therapy assisted also with lavender essential oil, inconsistencies in the provision of interventions, and the absence of educational briefing in the form of how to maintain a diet and light exercise every day. So that blood pressure in respondents decreased differently in each journal.* **Conclusion:** *From 12 journals that have been analyzed, it is said that the provision of foot reflection massage therapy has an effect on reducing blood pressure in patients with hypertension.*

Keywords: *Hypertension, Reducing Blood Pressure, Foot Reflection Massage Therapy*