

**FAKULTAS ILMU KESEHATAN
UNIVERSITAS GALUH
SKRIPSI, FEBRUARI 2026**

**GIA GILANTINI RAHMAT
1420124083**

**EFEKTIVITAS TERAPI PIJAT KAKI TERHADAP PENURUNAN
TEKANAN DARAH PENDERITA HIPERTENSI PADA LANSIA DI DESA
SUKAJAYA KECAMATAN CIMERAK KABUPATEN PANGANDARAN**

ABSTRAK

Hipertensi merupakan salah satu masalah kesehatan utama pada lansia yang dapat meningkatkan risiko penyakit kardiovaskular. Upaya pengendalian hipertensi tidak hanya dilakukan melalui terapi farmakologis, tetapi juga dapat didukung dengan terapi nonfarmakologis, salah satunya adalah terapi pijat kaki. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui efektivitas pemberian terapi pijat kaki terhadap penurunan tekanan darah (*Mean Arterial Pressure/MAP*) pada lansia penderita hipertensi di Desa Sukajaya Kecamatan Cimerak Kabupaten Pangandaran. Penelitian ini menggunakan desain quasi experiment dengan pendekatan pre-test dan post-test dengan kelompok kontrol. Jumlah responden sebanyak 54 lansia, yang terbagi menjadi 27 lansia kelompok perlakuan dan 27 lansia kelompok kontrol. Pengambilan sampel dilakukan dengan teknik total sampling. Tekanan darah diukur sebelum dan sesudah intervensi, kemudian dihitung nilai MAP. Analisis data dilakukan secara univariat dan bivariat. Uji statistik yang digunakan adalah uji Wilcoxon dan uji Paired T-Test, disesuaikan dengan hasil uji normalitas data.

Hasil penelitian menunjukkan bahwa rata-rata MAP pada kelompok perlakuan mengalami penurunan dari 120,74 mmHg menjadi 108,52 mmHg, sedangkan pada kelompok kontrol hanya mengalami penurunan kecil dari 119,33 mmHg menjadi 118,70 mmHg. Hasil uji statistik menunjukkan terdapat perbedaan yang bermakna antara tekanan darah sebelum dan sesudah terapi pijat kaki pada kelompok perlakuan ($p < 0,05$), sementara pada kelompok kontrol tidak terdapat perbedaan yang signifikan. Kesimpulan penelitian ini adalah terapi pijat kaki efektif dalam menurunkan tekanan darah (MAP) pada lansia penderita hipertensi. Terapi pijat kaki dapat direkomendasikan sebagai intervensi keperawatan nonfarmakologis yang aman, mudah dilakukan, dan dapat diterapkan di pelayanan kesehatan masyarakat.

Kata kunci: Lansia, Hipertensi, Terapi Pijat Kaki, Tekanan Darah, MAP.

**FACULTY OF HEALTH SCIENCES
GALUH UNIVERSITY
THESIS, FEBRUARY 2026**

**GIA GILANTINI RAHMAT
1420124083**

***THE EFFECTIVENESS OF FOOT MASSAGE THERAPY ON LOWERING
BLOOD PRESSURE OF HYPERTENSIVE PATIENTS IN THE ELDERLY IN
SUKAJAYA VILLAGE, CIMERAK DISTRICT, PANGANDARAN REGENCY***

ABSTRACT

Hypertension is a major health problem among the elderly and increases the risk of cardiovascular diseases. Blood pressure control can be achieved not only through pharmacological therapy but also through non-pharmacological interventions, one of which is foot massage therapy. This study aimed to determine the effectiveness of foot massage therapy on reducing blood pressure (Mean Arterial Pressure/MAP) in elderly patients with hypertension in Sukajaya Village, Cimerak District, Pangandaran Regency. This study employed a quasi-experimental design with a pre-test and post-test control group approach. A total of 54 elderly participants were involved, consisting of 27 participants in the intervention group and 27 participants in the control group. The sampling technique used was total sampling. Blood pressure was measured before and after the intervention, and MAP values were calculated. Data analysis included univariate and bivariate analysis, using the Wilcoxon test and Paired T-Test, based on the normality test results. The results showed that the mean MAP in the intervention group decreased from 120.74 mmHg to 108.52 mmHg, while the control group showed only a slight decrease from 119.33 mmHg to 118.70 mmHg. Statistical analysis indicated a significant difference in blood pressure before and after foot massage therapy in the intervention group ($p < 0.05$), whereas no significant difference was found in the control group. In conclusion, foot massage therapy is effective in reducing blood pressure (MAP) in elderly patients with hypertension. Foot massage therapy can be recommended as a safe, simple, and applicable non-pharmacological nursing intervention in community health services.

Keywords: Elderly, Hypertension, Foot Massage Therapy, Blood Pressure, MAP.