

## **IMPLEMENTASI PIJAT REFLEKSI KAKI PADA LANSIA DENGAN HIPERTENSI DI BPSTW BUDHI LUHUR DIY**

Faiza Gusmiarni<sup>1</sup>, Tri Prabowo, S.Kp, M.Sc<sup>2</sup>  
Jurusan Keperawatan Poltekkes Kemenkes Yogyakarta Jl. Tata Bumi No. 3  
Banyuraden, Gamping, Sleman, Yogyakarta  
Email : [faizagusmiarni26@gmail.com](mailto:faizagusmiarni26@gmail.com)

### **ABSTRAK**

**Latar Belakang :** Sesuai Peraturan Presiden Nomor 88 Tahun 2021 tentang Strategi Nasional Kelanjutusiaan, yang dimaksud dengan Lanjut Usia (lansia) adalah seseorang yang telah mencapai usia 60 tahun ke atas. Menurut survei Perhimpunan Gerontologi Medik Indonesia (PERGEMI) pada Mei tahun 2022, sebanyak 24,6% penduduk lanjut usia (lansia) di Indonesia memiliki riwayat penyakit kronis. Dari kelompok lansia dengan riwayat tersebut, mayoritas 37,8% memiliki penyakit hipertensi. Hipertensi merupakan penyakit tidak menular yang menduduki urutan pertama terbanyak di wilayah BPSTW Budhi Luhur DIY sebanyak 31,82%. Menurunkan hipertensi dapat dilakukan dengan berbagai cara, salah-satu cara yang dapat dilakukan yaitu melakukan pijat refleksi kaki.

**Tujuan :** Menerapkan terapi pijat refleksi kaki pada lansia dengan hipertensi di BPSTW Budhi Luhur DIY dengan pendekatan asuhan keperawatan.

**Metode :** Metode penelitian yang digunakan dalam penyusunan karya tulis ilmiah ini berupa penelitian deskriptif studi kasus dengan menggunakan pendekatan proses keperawatan. Subyek studi ini meliputi dua pasien lansia dengan hipertensi. Penelitian dilakukan selama tiga hari berturut-turut.

**Hasil :** Pada klien 1 setelah dilakukan penerapan pada hari ketiga terdapat penurunan tekanan sistolik  $\pm 35$  mmHg dan tekanan diastolik  $\pm 16$  mmHg. Pada klien 2 terdapat penurunan tekanan sistolik  $\pm 20$  mmHg dan tekanan diastolik  $\pm 4$  mmHg.

**Kesimpulan :** Penerapan terapi pijat refleksi kaki efektif dapat menurunkan tekanan darah pada lansia dengan hipertensi.

**Kata Kunci :** Hipertensi, lansia, terapi pijat refleksi kaki

---

<sup>1</sup>Mahasiswa D III Keperawatan Poltekkes Kemenkes Yogyakarta

<sup>2</sup>Dosen Jurusan Keperawatan Poltekkes Kemenkes Yogyakarta

## **IMPLEMENTATION OF FOOT REFLEXOLOGY IN ELDERLY WITH HYPERTENSION AT BPSTW BUDHI LUHUR DIY**

Faiza Gusmiarni<sup>1</sup>, Tri Prabowo, S.Kp, M.Sc<sup>2</sup>  
Nursing Major Health Polytechnic of Health Ministry Yogyakarta Tata Bumi  
Street No. 3 Banyuraden, Gamping, Sleman, Yogyakarta  
Email : [faizagusmiarni26@gmail.com](mailto:faizagusmiarni26@gmail.com)

### **ABSTRACT**

**Background :** *In accordance with Presidential Regulation Number 88 of 2021 concerning the National Strategy for Elderly, what is meant by Elderly (elderly) is someone who has reached the age of 60 years and over. According to a survey by the Indonesian Medical Gerontology Association (PERGEMI) in May 2022, as many as 24.6% of the elderly population in Indonesia have a history of chronic disease. Of the elderly with this history, the majority 37.8% have hypertension. Hypertension is a non-communicable disease that ranks first in the BPSTW Budhi Luhur DIY area with 31.82%. Lowering hypertension can be done in various ways, one of the ways that can be done is to do foot reflexology.*

**Objective :** *Applying foot reflexology therapy to the elderly with hypertension at BPSTW Budhi Luhur DIY with a nursing care approach.*

**Methods :** *The research method used in the preparation of this scientific paper is descriptive case study research using a nursing approach. The subjects of this study included two elderly patients with hypertension. The research was conducted for three consecutive days.*

**Results :** *In client 1 after application on the third day there was a decrease in systolic pressure  $\pm$  35 mmHg and diastolic pressure  $\pm$  16 mmHg. In client 2 there is a decrease in systolic pressure  $\pm$  20 mmHg and diastolic pressure  $\pm$  4 mmHg.*

**Conclusion :** *The application of foot reflexology therapy can effectively reduce blood pressure in the elderly with hypertension.*

*Keywords: Hypertension, elderly, foot reflexology therapy*

---

<sup>1</sup>*Student of D III Nursing Poltekkes Kemenkes Yogyakarta*

<sup>2</sup>*Lecturer of Nursing Department of Poltekkes Kemenkes Yogyakarta*