**CASE REPORT: INTERVENSI FOOT MASSAGE UNTUK NYERI AKUT
DAN PENURUNAN TEKANAN DARAH PADA PASIEN HIPERTENSI DI
RUMAH SAKIT SWASTA, PURWODADI**

¹Yeni Wiji Putri Winantuningtyas, ²Tri Wahyuni Ismoyowati*

^{1,2} STIKES Bethesda Yakkum Yogyakarta

yenirspr@gmail.com

ABSTRAK

Latar Belakang: Hipertensi adalah penyakit terjadinya peningkatan tekanan darah secara abnormal, peningkatan tekanan diastol maupun sistol yang dapat menimbulkan nyeri. Nyeri akut merupakan masalah keperawatan pada penderita hipertensi yang dapat menyebabkan gangguan rasa nyaman. Tindakan untuk mengatasi nyeri dan penurunan tekanan darah dapat menggunakan *foot massage*. *Foot massage* merupakan terapi komplementer yang aman dan mudah diberikan dan mempunyai efek meningkatkan sirkulasi mengurangi rasa nyeri, relaksasi otot dan memberikan nyaman pasien. Tujuan : Mendeskripsikan intervensi *foot massage* untuk nyeri akut dan penurunan tekanan darah pada pasien hipertensi di ruang Anggur Rumah Sakit Panti Rahayu tahun 2023. Metode: Penelitian ini menggunakan lembar observasi skala nyeri dan tekanan darah sebelum dan sesudah tindakan *foot massage*. Teknik pengambilan dengan menggunakan *purposive sampling* yang memenuhi kriteria inklusi. Jumlah sampel dalam penelitian ini satu pasien dilakukan *foot massage*. Hasil : Terapi *foot massage* dengan menggunakan *baby oil* dan pada hari kedua post intervensi skala nyeri 0 dan terjadi penurunan tekanan darah. Kesimpulan : Tindakan *foot massage* mampu menurunkan tingkat nyeri dan tekanan darah. Saran : Tindakan *foot massage* dilakukan 3 hari selama 10 -15 menit untuk menurunkan nyeri namun untuk menurunkan tekanan darah masih diperlukan teknik farmakologi

Kata kunci : *Foot massage*, hipertensi, nyeri akut

ABSTRACT

Background: Hypertension is a disease characterized by an abnormal increase in blood pressure, both in diastolic and systolic pressure, which can lead to pain. Acute pain is a nursing issue in hypertensive patients that can disrupt their comfort. Measures to alleviate pain and reduce blood pressure can include foot massage. Foot massage is a safe and easily administered complementary therapy that has the effect of increasing circulation, reducing pain, muscle relaxation, and providing comfort to patients. Objective: To describe the intervention of foot massage for acute pain and blood pressure reduction in hypertensive patients in the Anggur Ward of Panti Rahayu Hospital in 2023. Method: This research uses an observation sheet for pain scale and blood pressure before and after foot massage. Sample selection is done using purposive sampling that meets inclusion criteria. The study includes one patient who received a foot massage. Results: Foot massage therapy using baby oil on the second day post-intervention resulted in a pain scale of 0 and a decrease in blood pressure. Conclusion: Foot massage is capable of reducing pain levels and blood pressure. Recommendation: Foot massage should be administered for 3 days, for 10-15 minutes each session, to alleviate pain. However, for blood pressure reduction, pharmacological techniques are still required.

Keywords: Foot massage, hypertension, acute pain

PENDAHULUAN

Hipertensi merupakan penyakit dimana terjadi peningkatan tekanan darah secara abnormal, terjadi peningkatan tekanan diastol maupun sistol. Hipertensi sampai saat ini merupakan penyakit yang menjadi masalah dunia. Menurut WHO hipertensi merupakan kenaikan tekanan darah sistolik ≥ 140 mmHg serta tekanan darah diastol ≥ 90 mmHg (Awaliah & Mochartini, 2022). Menurut *World Health Organization* (WHO) memperkirakan prevalensi hipertensi secara global adalah sebesar 22% dari total penduduk dunia (Awaliah & Mochartini, 2022). Hasil data Riskeudas (2018) menyebutkan prevalensi hipertensi sebanyak 34,1%. Prevalensi pada perempuan (36,85%) lebih tinggi dibanding dengan laki-laki (31,34%), sedangkan prevalensi di perkotaan sedikit lebih tinggi (34,43%) dibandingkan dengan pedesaan (33,72%). Prevalensi semakin meningkat seiring dengan penambahan umur, kelompok usia 55-64 tahun empat kali lebih tinggi dibandingkan usia 18-24 tahun, dan satu dari dua orang dalam kelompok usia 55-64 tahun memiliki hipertensi. (Kemenkes RI, 2018) Prevalensi hipertensi di Jawa Tengah sebanyak 9,4% (Susanto & Wibowo, 2022).

Berdasarkan laporan Rekam Medik RS Panti Rahayu selama bulan Januari sampai Juli tahun 2023 jumlah penderita hipertensi di rawat inap sebanyak 788 kasus, jumlah penderita hipertensi dan kasus baru di IGD sebanyak 34 kasus. *Foot massage* merupakan terapi komplementer yang aman dan mudah diberikan dan mempunyai efek meningkatkan sirkulasi mengurangi, rasa nyeri, relaksasi otot dan memberikan nyaman pasien (Ainun et al., 2021). Perawat dapat memberikan edukasi atau pendidikan pada pasien hipertensi selain itu perawat dapat memberikan tindakan keperawatan non farmakologi untuk menurunkan tekanan darah dan menstabilkan tekanan darah yang dialami penderita hipertensi (Ainun et al., 2021). Melalui studi kasus ini peneliti melakukan intervensi *foot massage* untuk nyeri akut dan penurunan tekanan darah pada pasien hipertensi di Rumah Sakit Panti Rahayu Yakkum Purwodadi tahun 2023

TINJAUAN PUSTAKA

Hipertensi adalah masalah Kesehatan dengan nilai tekanan darah sistolik 130 mmHg atau lebih dan/atau tekanan darah diastolik (lebih dari 80 mmHg. Hipertensi menempati peringkat di antara kondisi medis kronis yang paling umum yang ditandai dengan peningkatan terus-menerus pada tekanan arteri (Iqbal & Jamal, 2022).

Obstruksi yang terjadi menimbulkan mikroinfark jaringan di pembuluh darah otak yang memicu metabolisme anaerob dimana menghasilkan asam laktat sehingga menstimulasi daerah otak peka terhadap rangsangan nyeri. Sumbatan pada pembuluh darah otak menyebabkan resistensi dari pembuluh darah meningkat sehingga terjadi peningkatan tekanan vaskuler serebral dimana aktifitas ini dipengaruhi oleh peningkatan kerja saraf simpatis yang memicu sekresi hormon epinefrin dan norepinefrin yang menstimulasi nosiseptor di otak maka terjadilah keluhan nyeri kepala bagian belakang (Nurarif & Kusuma, 2015).

Foot massage adalah intervensi untuk membantu seseorang untuk bersantai dan merasa lebih baik. Pemberi asuhan menggunakan tekanan ringan ke sedang atau usapan pada orang tersebut pada kaki (*Intermountain Healthcare*, 2016).

Foot massage dapat dilakukan pada pasien dengan Hipertensi menurut Istiqfaroh (2019) :

- a. Pasien penderita hipertensi untuk menurunkan tekanan darah
- b. Pasien stroke ringan
- c. Pasien dengan rematik
- d. Ibu post natal untuk melancarkan air susu ibu
- e. Pasien dengan tingkat nyeri tak terkontrol

Kontraindikasi dilakukan *Foot massage* menurut Intermountain Healthcare (2016):

- a. Terdapat luka di kaki
- b. Patah tulang pada kaki
- c. Kanker di area kaki
- d. Infus di area kaki

Wahyuni (2014) dalam Lahro dan Rahman (2019) menyatakan bahwa terapi *foot massage* dapat menurunkan tekanan darah sistolik dan diastolik, menurunkan denyut nadi dan memberikan efek relaksasi pada otot-otot yang tegang sehingga tekanan darah dan denyut nadi akan menurun dan mampu memberikan rangsangan yang memperlancar aliran darah.

Prosedur pelaksanaan *foot massage* menurut Awaliah (2022) yaitu :

- a. Pasien dipersilakan dalam posisi duduk atau tidur (miring/telungkup)
- b. Lakukan pemijatan selama 15 detik di setiap bagian kaki dengan posisi nyaman pasien dan petugas
- c. Observasi tingkat kenyamanan pasien pada saat dilakukan *massage*
- d. Rapikan alat dan mencuci tangan

METODE PENELITIAN

Penelitian ini menggunakan pendekatan studi kasus dengan desain *pre* dan *posttest*. Penelitian ini dilaksanakan pada tanggal 15-18 Agustus 2023 di Rumah Sakit Panti Rahayu Yakkum Purwodadi. Desain penelitian adalah studi kasus dengan satu populasi pasien di ruang Anggur dengan menggunakan lembar observasi sebelum dan sesudah pelaksanaan *foot massage*. Teknik pengambilan sampel menggunakan *purposive sampling* dengan kriteria inklusi, jumlah sampel satu orang pasien. Kriteria inklusi dalam penelitian ini adalah pasien Hipertensi, kesadaran pasien compos mentis, pasien kooperatif bisa diajak bekerjasama, tidak ada batasan usia, pasien bersedia menjadi responden. Alat ukur menggunakan lembar observasi tekanan darah dan skala nyeri.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Hasil Penelitian

Ny. N usia 49 tahun seorang ibu rumah tangga dengan diagnose Medis Hipertensi. Studi kasus dilakukan di Rumah Sakit Panti Rahayu Yakkum Purwodadi pada tanggal 15 – 18 Agustus 2023, melakukan pengkajian tanggal 15 Agustus 2023 pada Ny. N Ny. N sudah lama mempunyai hipertensi dan secara rutin minum kontrol di puskesmas dan rutin minum obat. Ny. N termasuk warga yang aktif ikut kegiatan di lingkungan tempat tinggalnya. Keluhan yang dirasakan saat dilakukan pengkajian yaitu Ny. N merasakan nyeri kepala skala nyeri 6, nyeri dibagian leher kiri sampai pundak terasa tegang/kaku, sambil terlihat Ny. N memijat sendiri pundak dan leher yang terasa

tegang. Dalam wawancara yang dilakukan bahwa ada orang tua mempunyai hipertensi dan kedua orang tua Ny. N sudah meninggal dunia.

Dari hasil pemeriksaan fisik tanggal 15 Agustus 2023 didapatkan tekanan darah 134/90 mmHg, N: 106x/menit, R:20x/menit, S:36,5°C. , bicara gagap atau kurang jelas, Ny. N mempunyai berat badan 80 kg dan tinggi badan 155 cm dengan hasil IMT Ny. N termasuk kategori pasien obesitas. Hasil pemeriksaan *head to toe* yang dilakukan terlihat kepala bersih, rambut tidak rontok, tidak rapi karena merasa nyeri kepala dan leher. Kedua mata tidak anemis, penglihatan tidak kabur tapi saat dilakukan pengkajian Ny. N cenderung memejamkan mata. Pada bagian hidung bentuk simetris, tidak ada pembesaran sinus, mulut mukosa bibir lembab, gigi terdapat karang gigi, disartria, bicara gagap/kurang jelas. Pada pengkajian leher, dada dan abdomen didapatkan hasil tidak ada peningkatan JVP, bentuk dada normal, peristaltik 15 x.mnt. Pada pemeriksaan extremitas terdapat kekuatan otot pada tangan kanan 4, kaki kanan 4, tangan kiri 5 dan kaki kiri 5. Ny. N tampak tegang dengan membatasi gerakan di daerah kepala karena nyeri, pusing dan leher terasa tegang/kaku.

Hasil laboratorium pada Ny. N adalah GDS 399 mg/dl, Trigliserid 214 mg/dl dan hasil pemeriksaan CT scan yaitu Gambaran infark lacunar di thalamus, capsula interna dan corona radiata kiri, oedema cerebri, Bifrontal brain atrophy. Berdasarkan data diatas didapatkan masalah keperawatan nyeri akut. Intervensi yang diberikan pada masalah keperawatan nyeri akut adalah dengan pemberian intervensi secara langsung yaitu *foot massage* (pijat kaki) pada pasien. Implementasi dilakukan selama 3 hari berdasarkan jurnal yang menjadi referensi untuk menurunkan nyeri dan tekanan darah yang dialami pasien. Hasil evaluasi dari nyeri akut menurun dengan Implementasi terapeu petik *foot massage* yang dilakukan selama 3 x 24 jam dengan waktu 10 – 15 menit pada kedua kaki dengan kriteria kaki sehat, tidak terpasang infus, tidak ada patah tulang, dengan menggunakan lembar observasi skala nyeri dan tekanan darah sebelum dilakukan intervensi dan setelah dilakukan intervensi. *Foot massage* yang dilaksanakan memperoleh hasil bahwa nyeri kepala hilang, skala 0, tekanan darah menurun 112/82 mmHg. Dengan hasil sebagai berikut :

Tabel 1

Hasil observasi skala nyeri dan tekanan darah sebelum dan setelah intervensi <i>foot massage</i>					
No.	Hari/Tanggal	Tekanan Darah		Skala nyeri (0-10) (NRS)	
		Sebelum	Sesudah	Sebelum	Sesudah
1	Selasa, 15/8/2023	134/90	128/86	6	4
2	Rabu, 16/8/2023	119/89	118/79	2	0
3	Kamis. 17/8/2023	121/79	112/82	0	0

Analisa data : menunjukkan bahwa terjadi penurunan skal nyeri dan tekanan darah pada hari pertama, kedua dan ketiga

Pembahasan

Hasil studi kasus ini bahwa hipertensi secara keseluruhan 30-40% diderita pada orang dewasa dan meningkat prevalensi seiring bertambah usia. Hipertensi merupakan penyakit tidak menular tapi bisa menjadi masalah serius jika tidak dikelola dengan baik dan hipertensi perlu perhatian khusus (Arianto et al., 2018). Nyeri kepala, leher

terasa kaku adalah merupakan gejala seseorang mengalami hipertensi (Adrian, 2019). Masalah nyeri akut yang terjadi pada Ny. N dapat digambarkan ketidaknyamanan yang berhubungan dengan nyeri kepala, leher tegang/kaku. Nyeri adalah suatu masalah keperawatan yang dialami pasien hipertensi (Ngurah, 2020). Nyeri akut menurut PPNI (2017) adalah pengalaman sensorik atau emosional yang berkaitan dengan kerusakan jaringan aktual maupun fungsional dengan waktu yang mendadak atau lambat dengan intensitas ringan hingga berat yang berlangsung selama 3 bulan. Menurut PPNI (2017) penyebab nyeri akut salah satunya adalah agen pencedera fisiologis misalnya terdapat inflamasi, terdapat iskemik dan terjadi neoplasma. Dari pengkajian yang sudah dilakukan terdapat keluhan nyeri kepala skala 6 dan leher tegang/kaku, terjadi peningkatan tekanan darah yaitu 134/90 mmHg, sehingga masalah keperawatannya adalah nyeri akut berhubungan dengan agen pencedera fisiologis. Tujuan dan kriteria yang ingin dicapai adalah tingkat nyeri menurun, darah setelah dilakukan intervensi selama 3 x 24 jam dengan kriteria skala nyeri 0 dan penurunan tekanan darah.

Sebelum dilakukan terapi *foot massage* pada hari pertama peneliti menjelaskan terlebih dahulu mengenai pengertian *foot massage*, tujuan dan manfaat terapi *foot massage*, indikasi dan kontraindikasi dilakukannya *foot massage*, serta langkah-langkah dilakukannya *foot massage*. Pelaksanaan *foot massage* (pijat kaki) dilaksanakan pada kedua kaki pasien diperoleh hasil bahwa pasien tidak merasakan nyeri kepala dan tekanan darah menurun pada hari kedua pasca dilakukan *foot massage*. Hasil penelitian ini didukung dengan penelitian (Ainun et al., 2021) dimana berdampak positif hasil tekanan darah stabil, mengalami rileks, dan nyaman. Berdasarkan penelitian lain yang dilakukan oleh Wahyudin (2021) menyatakan setelah melakukan terapi *foot massage* terdapat penurunan pada tekanan sistolik maupun diastolik pada penderita hipertensi di Kota Sukabumi

KESIMPULAN DAN SARAN

Kesimpulan

Pelaksanaan *foot massage* selama 3 hari memberikan dampak positif pada pasien. Pasien merasa nyeri kepala hilang, leher tidak tegang dan bicara kembali normal. Terapi *foot massage* merupakan terapi terapeutik yang diberikan perawat sebagai *evidence base practice* yang mudah dan aman untuk dilakukan secara mandiri, *foot massage* bertujuan memberikan efek relaksasi pada otot – otot yang kaku sehingga terjadi vasodilatasi dan menyebabkan nyeri kepala menurun dan tekanan darah turun. Perlunya pendidikan kepada pasien dan keluarga dalam melakukan tindakan *foot massage* jika terjadi nyeri kepala akibat tekanan darah meningkat serta secara rutin melakukan pengobatan medis agar masalah yang dialami teratasi.

Ucapan Terimakasih

Dalam penyusunan Karya Tulis Ilmiah ini peneliti banyak mengalami hambatan dan kesulitan, namun berkat dukungan, bantuan, bimbingan, dan pengarahan dari beberapa pihak akhirnya peneliti dapat menyelesaikan Karya Tulis ini. Untuk itu peneliti mengucapkan terimakasih kepada: Direktur Rumah Sakit Panti Rahayu Yakkum Purwodadi Grobogan, Ketua STIKES Bethesda Yakkum Yogyakarta, Wakil Ketua I Bidang Akademik STIKES Bethesda Yakkum Yogyakarta, Prodi Pendidikan Profesi Ners STIKES Bethesda Yakkum Yogyakarta. Semua teman-teman perawat Ruang Anggur Rumah Sakit Panti Rahayu yang telah mendukung dalam menyelesaikan

penyusunan laporan karya ilmiah akhir. Semua teman-teman perawat Ruang Anggur dan Ruang Markisa 3 Rumah Sakit Panti Rahayu yang telah mendukung dalam menyelesaikan penyusunan laporan karya ilmiah akhir. Seluruh pihak yang tidak dapat disebutkan satu per satu yang telah memberikan dukungan dalam penyusunan laporan karya ilmiah akhir

DAFTAR PUSTAKA

- Adrian, S. J. (2019). Diagnosis dan tatalaksana terbaru pada dewasa. *Cdk-274*, 46(3), 172–178.
<http://www.cdkjournal.com/index.php/CDK/article/view/503%0A> diakses pada tanggal 28 oktober 2020
- Ainun, K., Kristina, K., & Leini, S. (2021). Terapi Foot Massage Untuk Menurunkan Dan Menstabilkan Tekanan Darah Pada Penderita Hipertensi. *Abdimas Galuh*, 3(2), 328. <https://doi.org/10.25157/ag.v3i2.5902>
- Arianto, A., Prastiwi, S., & Sutriningsih, A. (2018). *PENGARUH TERAPI PIJAT REFLEKSI TELAPAK KAKI TERHADAP PERUBAHAN TEKanan DARAH PADA PENDERITA HIPERTENSI Agus Arianto 1) , Swito Prastiwi 2) , Ani Sutriningsih 3)*. 3, 584–594.
- Awaliah, M., & Mochartini, T. (2022). Efektivitas Foot Massage dan Tehnik Benson terhadap Penurunan Tekanan Darah pada Penderita Hipertensi di RS Bhayangkara Lemdiklat Polri. *Malahayati Nursing Journal*, 4(10), 2664–2686. <https://doi.org/10.33024/mnj.v4i10.7071>
- Kemendes RI. (2018). Hasil Riset Kesehatan Dasar Tahun 2018. *Kementerian Kesehatan RI*, 53(9), 1689–1699.
- Istiqfaroh, F. (2019). *Analisis Praktik Klinik Keperawatan Pada Pasien Dengan Meningoencephalitis Terpasang Ventilator Dengan Intervensi Inovasi Terapi Kombinasi Isap Lendir (Suction) Sistem Terbuka Dan Foot Massage Terhadap Status Hemodinamika Di Ruang Intensive Care Unit (Icu)* .
- Nurarif, A. H., & Kusuma, H. (2015). Aplikasi Asuhan Keperawatan Berdasarkan Diagnosa dan Nanda NIC NOC Jilid 1. Jogjakarta: Medication
- Ngurah, G. (2020). Gambaran Asuhan Keperawatan Pada Pasien Hipertensi Dengan Gangguan Kebutuhan Rasa Nyaman Nyeri. *Jurnal Gema Keperawatan*, 13(1), 35–42. <https://doi.org/10.33992/jgk.v13i1.1181>
- PPNI. (2017). *Standar Diagnosa Keperawatan Indonesia (SDKI)* (Jakarta). Jakarta: DPP PPNI.
- PPNI. (2019). *Standar Luaran Keperawatan Indonesia (SLKI)* (Jakarta). Jakarta: DPP PPNI.
- Susanto, S. E., & Wibowo, T. H. (2022). Effectiveness of Giving Deep Relaxation To Reduce Pain in. *Jurnal Inovasi Penelitian*, 3(4), 5841–5846.
- Wahyudin, D. (2021). Penerapan evidence based nursing: pengaruh foot massage terhadap penurunan tekanan darah pada lansia dengan hipertensi di Kota Sukabumi 2021. *Health Society*. 10(1), 49-56