

Impelementasi Terapi Pijat Kaki Pada Pasien Hipertensi Dengan Gangguan Aman Nyaman (Nyeri)

Putri Anggraini

Tahun 2025

Program Studi Diploma III Keperawatan

Fakultas Kedokteran Dan Ilmu Kesehatan

Universitas Muhammadiyah Makassar

Fitria Hasanuddin, S.Kep, Ns. M.Kep

Rahmawati, S.kp, M.Kep

ABSTARAK

Latar Belakang: Hipertensi merupakan salah satu penyakit kronis yang berisiko menyebabkan komplikasi serius, seperti serangan jantung dan stroke. Peningkatan tekanan darah sering disertai dengan keluhan nyeri, yang mengganggu rasa aman dan nyaman pasien. Terapi pijat kaki adalah salah satu metode nonfarmakologis yang diketahui dapat membantu menurunkan tekanan darah serta mengurangi intensitas nyeri. **Tujuan studi kasus:** mengetahui bagaimana terapi pijat kaki dapat membantu pasien hipertensi dalam memenuhi kebutuhan akan rasa aman dan nyaman, terutama terkait dengan pengelolaan nyeri. **Metode:** Pretest-Posttest quali ekspresimental. **Hasil:** hasil penelitian menunjukkan terapi pijat kaki yang dilakukan selama empat hari memberikan efek positif terhadap penurunan tekanan darah dan skala tingkat nyeri. Responden juga melaporkan peningkatan kenyamanan baik secara fisik maupun emosional, seperti tubuh yang terasa lebih ringan, kualitas tidur yang membaik, serta berkurangnya keluhan pusing yang berisiko menyebabkan jatuh, nyeri pada tengkuk, leher, dan kepala. **Kesimpulan:** Terapi pijat kaki efektif sebagai intervensi keperawatan nonfarmakologis untuk membantu menurunkan tekanan darah dan mengurangi skala tingkat nyeri pada pasien hipertensi. **Saran:** diharapkan terapi ini dapat diterapkan sebagai alternatif mandiri dan praktis oleh pasien, keluarga, dan pihak rumah sakit guna mendukung perawatan hipertensi secara holistik dan berkelanjutan.

Kata Kunci: hipertensi, Nyeri, Pijat Kaki, Aman Nyaman, Terapi Nonfarmakologis

*Implementation of Foot Massage Therapy in Hypertensive Patients Experiencing
Safety and Comfort Disturbances (Pain)*

Putri Anggraini

Year 2025

Diploma III Nursing Study Program
Faculty of Medicine and Health Sciences
Universitas Muhammadiyah Makassar
Fitria Hasanuddin, S.Kep, Ns. M.Kep
Rahmawati, S.kp, M.Kep

ABSTRACT

Background: Hypertension is a chronic condition that carries the risk of serious complications, such as heart attack and stroke. Elevated blood pressure is often accompanied by pain, which can interfere with the patient's sense of safety and comfort. Foot massage therapy is a non-pharmacological approach known to help reduce blood pressure and alleviate pain intensity. **Case Study Objective:** To explore how foot massage therapy can support hypertensive patients in fulfilling their needs for safety and comfort, especially in relation to pain management. **Method:** Pretest-posttest quasi-experimental design. **Results:** The findings indicate that foot massage therapy administered over four consecutive days had a positive effect on lowering both blood pressure and pain levels. Respondents also reported improved physical and emotional comfort, such as feeling lighter, better sleep quality, and reduced complaints of dizziness that increase fall risk, as well as neck, head, and shoulder pain. **Conclusion:** Foot massage therapy is an effective non-pharmacological nursing intervention to help reduce blood pressure and pain intensity in hypertensive patients. **Recommendation:** This therapy is encouraged to be applied as a practical and independent alternative by patients, families, and healthcare institutions to support holistic and sustainable hypertension care.

Keywords: Hypertension, Pain, Foot Massage, Safety and Comfort, Non-Pharmacological Therapy