

# Implementasi Terapi Pijat Refleksi Pada Kaki Untuk Penurunan Tekanan Darah Pada Anggota Keluarga Yang Menderita Hipertensi

Ahyat Al-Amin  
Tahun 2025

Program Studi DIII Keperawatan Fakultas Kedokteran Dan Ilmu Kesehatan  
Universitas Muhammadiyah Makassar

Harmawati, S.Kep.,Ns.,M.Kep  
Muhammad Purqan Nur, S.Kep.,M.Kep

## ABSTRAK

**Latar Belakang :** Hipertensi atau yang dikenal sebagai tekanan darah tinggi merupakan penyakit kronis ditandai dengan peningkatan tekanan darah pada dinding arteri, umumnya hipertensi diartikan sebagai tekanan darah sistolik lebih dari 140 mmHg dan tekanan darah diastolik di atas 90 mmHg. Prevalensi hipertensi berdasarkan data dari SKI disesuaikan dengan usia pada kelompok 30-79 tahun di seluruh dunia mencapai 33,1%, di Sulawesi Selatan dengan diagnosis dokter mencapai 31,7%. Salah satu terapi nonfarmakologis yang dapat dilakukan pada hipertensi adalah terapi pijat refleksi kaki. **Tujuan dari penelitian :** ini adalah untuk mengetahui dampak terapi pijat refleksi kaki terhadap penurunan tekanan darah pada anggota keluarga yang menderita hipertensi di Jl. Dahlia lorong 3 kota Makassar provinsi Sulawesi Selatan. **Metode :** yang digunakan yaitu metode deskriptif dengan bentuk studi kasus kepada 2 pasien yang hipertensi. **Hasil :** penelitian menunjukkan setelah penerapan terapi pijat refleksi kaki selama 4 hari berturut-turut terdapat adanya penurunan tekanan darah, responden 1 sebelum penerapan pijat refleksi kaki didapatkan tekanan darah 160/90 mmHg menjadi 130/80 mmHg dan responden 2 sebelum penerapan pijat refleksi kaki didapatkan tekanan darah 170/90 mmHg menjadi 135/70 mmHg, kesimpulan pada penelitian ini adalah terdapat penurunan tekanan darah pada pasien hipertensi setelah dilakukan terapi pijat refleksi kaki, saran : pijat refleksi kaki diharapkan dapat diterapkan masyarakat sebagai terapi nonfarmakologi untuk menurunkan tekanan darah.

**Kata Kunci :** Hipertensi, Keluarga, Terapi Pijat Refleksi Kaki.

*Implementation of Reflexology Massage Therapy on the Feet to Reduce Blood Pressure in Family Members Suffering from Hypertension*

Ahyat Al-Amin

Year 2025

*DIII Nursing Study Program Faculty of Medicine and Health Sciences  
Muhammadiyah University of Makassar*

Harmawati, S.Kep.,Ns.,M.Kep  
Muhammad Purqan Nur, S.Kep.,M.Kep

**ABSTRACT**

**Background:** Hypertension or known as high blood pressure is a chronic disease characterized by increased blood pressure on the walls of the arteries, generally hypertension is defined as systolic blood pressure of more than 140 mmHg and diastolic blood pressure above 90 mmHg. The prevalence of hypertension based on data from SKI adjusted for age in the 30-79 year group worldwide reached 33.1%, in South Sulawesi with a doctor's diagnosis reaching 31.7%. One of the non-pharmacological therapies that can be done on hypertension is foot reflexology massage therapy. **The purpose of this study:** is to determine the impact of foot reflexology massage therapy on reducing blood pressure in family members who suffer from hypertension on Jl.Dahlia alley 3, Makassar city, South Sulawesi province. **Method:** used is a descriptive method with a case study form for 2 hypertensive patients. **Results:** The study showed that after applying foot reflexology massage therapy for 4 consecutive days there was a decrease in blood pressure, respondent 1 before applying foot reflexology massage had blood pressure of 160/90 mmHg to 130/80 mmHg and respondent 2 before applying foot reflexology massage had blood pressure of 170/90 mmHg to 135/70 mmHg, the conclusion of this study is that there is a decrease in blood pressure in hypertensive patients after foot reflexology massage therapy, suggestion: foot reflexology massage is expected to be applied by the community as a non-pharmacological therapy to lower blood pressure.

**Keywords:** Hypertension, Family, Foot Reflexology Massage Therapy