

PENERAPAN PIJAT REFLEKSI KAKI UNTUK MENGATASI RISIKO KETIDAKEFEKTIFAN PERFUSI JARINGAN PERIFER PADA NY. R DI DESA SUNGAI KITANO KECAMATAN MARTAPURA TIMUR

Nor Ariyani, Tina Handayani Nasution

¹Program Pendidikan Profesi Ners, Universitas Lambung Mangkurat, Banjarbaru, Indonesia.

²Program Pendidikan Profesi Ners, Universitas Lambung Mangkurat, Banjarbaru, Indonesia.

e-mail korespondensi: tina.nasution@ulm.ac.id

No Hp korespondensi: 083159735324

Info Artikel

Menerima:
24 Desember 2024
Direvisi:
07 Februari 2025
Diterima:
11 Februari 2025

Kata kunci:

Hypertension, Foot Reflexology Massage, Risk of Ineffective Peripheral Tissue Perfusion

Abstrak

Background: The occurrence of hypertension is affected by various factors, including heredity, race, and, notably, lifestyle choices that can increase a person's risk of developing hypertension. An assessment conducted at the East Martapura Public Health Center (UPT Puskesmas Martapura Timur) revealed that among the ten most common diseases, hypertension had the highest number of cases, with a total of 55 cases. Lifestyle habits such as consuming coffee, salted fish, and smoking were frequently met. **Objective:** To provide nursing care through the intervention of foot reflexology massage for clients diagnosed with a nursing diagnosis of risk for ineffective peripheral tissue perfusion. **Method:** A descriptive observational study with a case study research design. The process involved conducting a nursing assessment, data analysis, establishment of nursing diagnoses, intervention, implementation, and evaluation. **Results and Discussion:** The nursing care provided over six days, with the primary intervention being a foot reflexology massage, resulted in the resolution of the problem. Blood pressure decreased from an initial reading of 140/100 mmHg to 110/80 mmHg. **Conclusion:** A reduction in blood pressure was observed after administering foot reflexology massage once daily for six days, specifically at 10:00 AM WITA. **Keywords:** Hypertension, Foot Reflexology Massage, Risk of Ineffective Peripheral Tissue Perfusion

PENDAHULUAN

Secara umum, Penyakit Tidak Menular (PTM) merupakan faktor risiko tertinggi penyebab kematian urutan keempat dengan presentase 10,2%. Hipertensi tinggi menjadi penyebab 7,1 juta kematian (13%) dimana Asia tenggara menempati tempat ke 3 dengan kasus hipertensi terbanyak (25%) dari seluruh penduduk (4). Di Indonesia, hipertensi terjadi penurunan dari angka 44,1% menjadi 29,2% dari penduduk berusia diatas 15 tahun pada tahun 2024 (13). Kalimantan Selatan menjadi urutan kedua hipertensi tertinggi yaitu sebesar 8.733 jiwa atau 34,1% berdasarkan hasil pengukuran seluruh penduduk yang berusia diatas 15 tahun (13). Di

Kalimantan Selatan tahun 2024, data kasus hipertensi (PTM) Kabupaten Banjar pada urutan ke tiga teratas. Angka kejadian meningkat drastis dari 34.650 jiwa menjadi 17.631 jiwa (7).

Hal ini sejalan dengan data kunjungan di UPT Puskesmas Martapura Timur pada periode November 2024, dimana dari 10 penyakit terbanyak, hipertensi menjadi kasus tertinggi yaitu sebanyak 55 kasus (39,3%) (24).

Desa Sungai Kitano terdiri dari 3 RT, yakni RT 01, RT 02, dan RT 03 dengan sebagian wilayah merupakan dataran rendah yang dipenuhi sawah, perkebunan, sungai. Berdasarkan hasil wawancara pada salah satu warga di desa Sungai Kitano bahwa masyarakat desa melakukan panen padi sebanyak dua kali dalam setahun, serta sebagian di antaranya menangkap ikan di sungai yang kemudian dikonsumsi atau dijual ke tetangga. Masyarakat biasanya mengonsumsi ikan wadi, yaitu ikan yang difermentasikan dengan garam, dan mengonsumsi ikan asin pada saat musim kemarau. Hasil olahan tersebut mereka jual atau konsumsi sendiri. Berdasarkan hasil wawancara pada masyarakat Desa Sungai Kitano dengan metode pengisian kuesioner pada stase KKLb, diketahui pola hidup masyarakat kurang baik yaitu konsumsi ikan asin, ikan wadi, kopi, mandai (olahan dari kulit cempedak dengan garam) dan konsumsi sayur dengan santan. Kebiasaan pola makan inilah yang dapat memicu terjadinya penyakit hipertensi pada warga di Desa Sungai Kitano. Dari hasil wawancara dengan Ny. R, diketahui pola hidup Ny.H yang kurang baik dan menjadi kebiasaan adalah mengonsumsi kopi 1 gelas/ hari serta konsumsi garam yang berlebih.

Merujuk pada Rencana Induk Penelitian Universitas Lambung Mangkurat (RIP ULM) periode 2020-2024, terdapat beberapa hal penting yang perlu diperhatikan untuk memecahkan masalah terkait dengan perilaku hidup bersih dan sehat di masyarakat. Berikut pendekatan yang dapat diambil yaitu penerapan teori model penyehatan dengan memahami motivasi dan perilaku individu serta melalui sosialisasi. Selanjutnya dengan mengidentifikasi faktor-faktor yang mempengaruhi perilaku menyimpang dalam masyarakat, dan pengembangan metode deteksi dini dalam penanganan penyakit degeneratif serta pengembangan metode penyuluhan masyarakat dalam pencegahan dan penanganan penyakit baik menular maupun tidak menular seperti hipertensi (22).

Melihat dari penatalaksanaan hipertensi diatas diperlukan penatalaksanaan atau sikap untuk mengatasinya. Upaya penanganan hipertensi dapat melalui terapi farmakologi maupun terapi non-farmakologi. Pengobatan farmakologis dapat dengan mengonsumsi obat antihipertensi. Salah satu jenis obat antihipertensi yang sering digunakan masyarakat adalah Amlodipine. Penatalaksanaan non-farmakologis merupakan terapi tanpa pemberian obat. Terapi non farmakologis dapat dilakukan dengan berbagai cara untuk mengatasi tekanan

darah, yaitu dengan akupunktur, bekam, jamu tradisional, akupresur, dan pijat di antaranya adalah pijat refleksi kaki (1).

Berdasarkan Hasil Penelitian Fandizal (1), bahwa setelah dilakukannya terapi pijat refleksi yang dilakukan selama 10-15 menit dalam waktu 6 hari mampu mengalami penurunan tekanan darah dengan rata-rata 8,7 mmHg setiap harinya serta membuat badan lebih ringan, mengurangi sakit kepala dan mampu menurunkan tekanan darah pada responden hipertensi yang tidak terkontrol, dan sedang tidak dalam terapi obat. Menurut teori Sari et al., (2014) didalam (3) bahwa pijat refleksi kaki dapat mengatasi sumbatan dalam aliran darah sehingga aliran darah dan energi didalam tubuh lancar kembali, selain itu refleksi kaki juga meningkatkan produksi hormone endorphen sehingga mampu menurunkan tekanan darah. Penelitian oleh (3), menyatakan bahwa pijat refleksi kaki dapat menurunkan TD sebanyak 17 mmHg (sistolik) dan 9,33 (diastolik). Selain itu, dari penelitian lain pada lansia diatas 60 tahun melalui pijat refleksi kaki juga terbukti menurunkan TD (17).

Berdasarkan uraian diatas maka sangat penting dilakukan asuhan keperawatan secara komperhensif untuk menentukan bagaimana cara melakukan perawatan dan pencegahan pada klien dengan hipertensi. Oleh karena itu peneliti tertarik untuk menerapkan terapi komplementer "pijat refleksi kaki untuk mengatasi risiko ketidakefektifan jaringan perifer pada Ny. R di Desa Sungai Kitano Kecamatan Martapura Timur".

METODE PENELITIAN

Penelitian ini menggunakan rancangan penelitian observasional deskriptif dengan pendekatan studi kasus yang meliputi pengkajian, penegakan diagnosa keperawatan, intervensi, impementasi dan evaluasi keperawatan. Penelitian dilakukan dengan mengobservasi nilai tekanan darah Ny. R dengan risiko ketidakefektifan perfusi jaringan perifer sebelum (*pretest*) dan sesudah pemberian intervensi (*posttest*), pemeriksaan dilakukan setiap hari sebelum dan sesudah dilakukan intervensi. Intervensi yang diberikan berupa pemberian pijat refleksi kaki. Langkah-langkah terapi pijat refleksi kaki dengan memposisikan pasien senyaman mungkin kemudian dengan standar operasional prosedur perawatan pemijatan dilakukan selama 10-15 menit dengan durasi masing-masing telapak kaki yaitu 7,5 menit dan setiap titiknya mempunyai durasi kurang lebih 1,5 menit. Kemudian pijat refleksi kaki ini dilakukan 1 hari sekali pada pagi hari pukul 10.00 WITA selama 6 hari secara berturut-turut. Pemijatan dilakukan pada titik refleksi yaitu titik 1, titik 2, titik 3 kemudian titik 4 dan 5 yang terdapat dibagian bawah telapak kaki, serta melakukan pemijatan yang memfokuskan penekanan pada ibu jari. Terapi pijat refleksi ini dilakukan dengan teknik merambatkan ibu jari, memutar ibu jari pada satu titik, serta menahan dan menekan pada ke lima titik. Selang 20 menit setelah dilakukannya terapi pijat

refleksi kaki kemudian dilakukan pengukuran tekanan darah (8). Untuk waktu terapi dilakukan dipagi hari karenakan pada pagi hari adalah waktu yang paling baik dimana tubuh dan saraf dalam kondisi bugar dan saraf pada telapak kaki lebih sensitif dikarenakan proses setelah istirahat dimalam hari. Tekanan darah responden diukur sebelum dan sesudah diberikan terapi selama 20 menit. Alat untuk mengukur tekanan darah adalah spycnomanometer dan stetoskop. Data tekanan darah dicatat menggunakan lembar observasi tekanan darah untuk responden. Responden dalam penelitian ini adalah Ny. R yang bertempat tinggal di Desa Sungai Kitano, UPT Puskesmas Martapura Timur, Kalimantan Selatan. Analisis data yang digunakan adalah analisis bivariat untuk menguji ada atau tidak adanya pengaruh pijat refleksi kaki terhadap risiko ketidakkefektifan perfusi jaringan perifer. Peneliti mendapatkan data-data responden melalui wawancara, observasi dan pemeriksaan fisik. Peneliti telah mendapatkan izin dari responden untuk melakukan asuhan keperawatan.

1. Analisis Bivariat

Tabel 4

Hasil Uji Wilcoxon Pemberian pijat Refleksi Kaki pada Ny. R

Test Statistics ^a		
	Posttest_sistoli k - Pretest_sistolik	Posttest_diastolik - Pretest_diastolik
Z	-1.890 ^b	-1.732 ^b
Asymp. Sig. (2-tailed)	.059	.083

Berdasarkan Tabel 4 diketahui bahwa Uji Wilcoxon didapatkan p Value : $0.059 > 0.05$ yang berarti bahwa penurunan tekanan darah sistolik dan diastolik tidak signifikan secara statistik, meskipun ada kecenderungan menurun. Hal ini berarti intervensi yang dilakukan belum memberikan perubahan yang signifikan terhadap tekanan darah.

HASIL DAN PEMBAHASAN

1. Analisis Masalah Keperawatan dengan Konsep Terkait KKLBB dan Konsep Kasus

Berdasarkan hasil pengkajian yang dilakukan pada tanggal 29 November 2024, diperoleh data bahwa klien memiliki penyakit hipertensi kurang lebih dari 1 tahun yang lalu, klien sering mengeluhkan sakit kepala, tengkuk dan telinga berdenging. Klien mengetahui penyakit hipertensinya saat melakukan pemeriksaan ke Puskesmas Martapura Timur. Klien tidak rutin mengikuti kegiatan posbindu untuk melakukan pemeriksaan setiap bulannya dan

klien juga kurang mengetahui terkait dengan penyakit hipertensi maupun hal – hal yang dapat menyebabkan hipertensi pada dirinya.

Dilihat dari pendidikan terakhir Ny. R yaitu SD, sehingga dapat dikatakan bahwa faktor yang memengaruhi pelaksanaan peran dalam menjaga kesehatannya salah satunya adalah pengetahuan. Pengetahuan adalah suatu hasil dari rasa ingin tahu melalui proses sensoris, terutama pada mata dan telinga terhadap objek tertentu (8). Pengetahuan juga merupakan domain terpenting dalam terbentuknya perilaku (8). Pengetahuan seseorang dipengaruhi oleh beberapa faktor, antara lain tingkat pendidikan, pekerjaan, umur, faktor lingkungan dan faktor sosial budaya (20). Tingkat pendidikan seseorang yang tinggi akan semakin mudah untuk mendapatkan akses informasi tentang suatu permasalahan (25). Pengetahuan pada seseorang penderita hipertensi akan sangat berpengaruh pada sikap untuk patuh dalam mengontrol hipertensi yang dialaminya karena semakin tinggi pengetahuan seseorang maka keinginan untuk kontrol juga semakin meningkat (2). Menurut peneliti penderita hipertensi sebaiknya memiliki pengetahuan yang baik tentang penyakitnya yang akan mempermudah terjadinya perubahan perilaku dengan mengontrol tekanan darah.

Salah satu faktor penyebab hipertensi klien yang bisa dimodifikasi yaitu kebiasaan pola makan. Pada saat pengkajian, klien mengatakan sebelumnya sering mengonsumsi ikan asin untuk makan sehari – hari. Berdasarkan penelitian (19), Natrium yang diserap ke dalam pembuluh darah yang berasal dari konsumsi garam yang tinggi mengakibatkan adanya retensi air, sehingga volume darah meningkat. Asupan natrium yang tinggi akan menyebabkan pengeluaran berlebihan dari hormon natrioretik yang secara tidak langsung akan meningkatkan tekanan darah. Semakin banyak jumlah garam dalam tubuh, maka akan terjadi peningkatan volume plasma, curah jantung, dan tekanan darah. Disamping itu, konsumsi garam dalam jumlah yang tinggi dapat mengecilkan diameter arteri, sehingga jantung harus memompa lebih keras untuk mendorong volume darah yang meningkat melalui ruang semakin sempit akibatnya dapat menyebabkan hipertensi (19).

Berdasarkan hasil teori dan analisis kasus diatas, diperoleh diagnosis keperawatan berdasarkan masalah yang muncul adalah risiko ketidakefektifan perfusi jaringan perifer dan Nyeri Akut (12). Risiko ketidakefektifan perfusi jaringan perifer didefinisikan penurunan sirkulasi darah ke perifer yang dapat mengganggu Kesehatan (16). Diagnosa risiko ketidakefektifan perfusi jaringan perifer diangkat melihat faktor resiko klien merupakan lansia, menderita hipertensi, memiliki gaya hidup sering konsumsi garam berlebih. Hal ini menunjukkan adanya kurang pengetahuan tentang faktor yang dapat dirubah dari penyakit hipertensi. Hipertensi dapat dicegah dengan mengendalikan faktor resiko seperti merokok, mengonsumsi gula dan garam berlebih, obesitas, kurang aktivitas, konsumsi alkohol (13).

Melalui intervensi melakukan perawatan jantung, monitor tanda-tanda vital, manajemen nyeri dan pendidikan kesehatan terkait Tentang Hipertensi dan Penerapan pijat refleksi Kaki terhadap masalah hipertensi yang dialami Ny. R selama 6 hari sebanyak 1 kali sehari yaitu di pagi hari, serta rutin mengukur tekanan darah setiap sebelum dilakukan pijat refleksi kaki. Penting untuk klien memiliki kepedulian terhadap kesehatannya, mengingat bahwa klien jarang memeriksakan dirinya ke pelayanan kesehatan dan kurangnya pengetahuan klien tentang konsep penyakit hipertensi. Maka dari itu perlu adanya intervensi berupa edukasi kesehatan mengenai konsep penyakit hipertensi untuk menambah pengetahuan agar tercapainya kesehatan yang optimal pada Ny. R (4). Diagnosa Nyeri Akut sesuai dengan NANDA (2018) yang menyatakan bahwa nyeri akut adalah pengalaman sensori dan emosional tidak menyenangkan berkaitan dengan kerusakan jaringan aktual atau potensial atau yang digambarkan sebagai kerusakan, awitan yang tiba-tiba atau lambat dengan intensitas ringan hingga berat, dengan berakhirnya dapat diantisipasi atau diprediksi, dan dengan durasi kurang dari 3 bulan (16). Nyeri akut pada pasien hipertensi dapat disebabkan oleh berbagai faktor, termasuk krisis hipertensi, efek samping dari pengobatan, atau kondisi komorbid yang menyertai hipertensi. Nyeri ini tidak hanya menyebabkan ketidaknyamanan fisik, tetapi juga dapat mempengaruhi kondisi psikologis dan emosional pasien, yang pada gilirannya dapat memperburuk kondisi hipertensi mereka. Peningkatan tekanan darah dapat menekan reseptor nyeri, maka terjadi cedera biologis atau peningkatan tekanan vaskuler serebral (10).

Desa Sungai Kitano terdiri dari 3 RT, dengan sebagian wilayah merupakan dataran tinggi yang dipenuhi hutan industri maupun konservasi, sawah, dan perkebunan. Berdasarkan hasil wawancara dan observasi di desa tersebut memiliki pekerjaan yang sangat berkaitan dengan lahan basah, penggunaan tanah untuk bertani dan sungai untuk peternakan ikan. Beberapa warga menjelaskan bahwa memiliki kebiasaan mengkonsumsi ikan asin untuk makan sehari – hari. Kebiasaan ini merupakan salah satu faktor yang dapat memunculkan penyakit hipertensi pada warga di Desa Sungai Kitano.

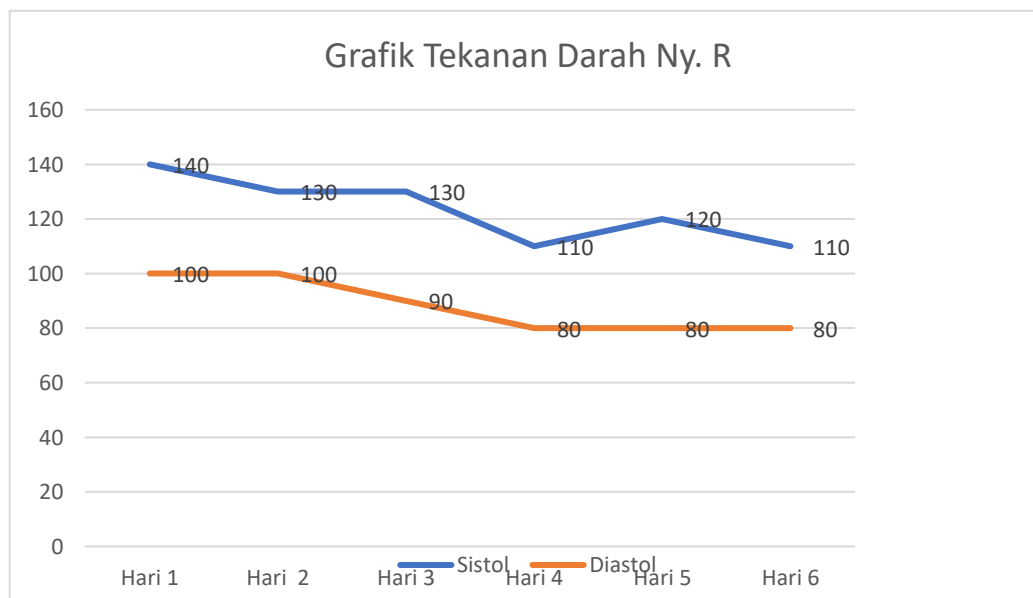
Ikan asin merupakan bahan makanan yang terbuat dari daging ikan yang diawetkan melalui proses penggaraman. Ikan asin merupakan salah satu menu makanan yang tinggi natrium. Dalam penelitian yang dilakukan oleh Safwah, I., et al (2024) natrium yang aman dikonsumsi untuk penderita hipertensi ≤ 1200 mg (4 g) atau 1 sdt. Asupan natrium yang tinggi dapat menyebabkan peningkatan volume plasma, curah jantung dan tekanan darah (5). Mekanisme terjadinya hipertensi adalah melalui terbentuknya angiotensin II dari angiotensin I oleh Angiotensin I Converting Enzyme (ACE). Angiotensin II inilah yang memiliki peranan kunci dalam menaikkan tekanan darah melalui dua aksi utama. Aksi yang berkaitan

dengan volume tekanan darah adalah aksi menstimulasi sekresi aldosteron dari korteks adrenal. Aldosteron merupakan hormon steroid yang memiliki peranan penting pada ginjal. Untuk mengatur volume cairan ekstraseluler, aldosteron akan mengurangi ekskresi NaCl (garam) dengan cara mereabsorpsinya dari tubulus ginjal Naiknya konsentrasi NaCl akan diencerkan kembali dengan cara meningkatkan volume cairan ekstraseluler yang pada gilirannya akan meningkatkan volume tekanan darah (14). Natrium menyebabkan tubuh menahan air dengan tingkat melebihi ambang batas normal tubuh sehingga dapat meningkatkan volume darah dan tekanan darah tinggi (5).

Faktor penyebab terjadinya hipertensi adalah umur, jenis kelamin, riwayat keluarga, genetik (faktor resiko yang tidak dapat diubah/dikontrol), kebiasaan merokok, obesitas, kurang aktivitas fisik, stress, penggunaan estrogen dan salah satunya yang dapat menyebabkan terjadinya hipertensi adalah pola konsumsi garam dengan intake berlebihan (19). Berdasarkan hasil pengkajian pada Ny. R yang menderita hipertensi kurang lebih selama 1 tahun. Ny. R suka makan makanan yang asin sehingga memicu terjadinya penyakit hipertensi pada Ny. R.

2. Analisis Intervensi Pemberian Pijat Refleksi Kaki dengan kasus Hipertensi

Berdasarkan hasil intervensi yang dilakukan pada Ny. R dengan diagnosis hipertensi melalui tindakan penerapan pijat refleksi kaki sekali dalam sehari yaitu pada pagi hari pukul 10.00 Wita., dari tanggal 02 – 07 Desember 2024 terdapat perubahan tekanan darah sistolik maupun diastolik sebelum dan sesudah dilakukan intervensi.



Gambar 1. Grafik Tekanan darah Ny. R selama 6 hari pemberian Pijat refleksi kaki

Pada hari pertama intervensi sebelum dilakukan tindakan, didapatkan tekanan darah Ny. R yaitu 140/100 mmHg. Pada hari kedua setelah intervensi pertama tekanan darah Ny. R menjadi 130/100 mmHg dan saat dilakukan evaluasi terakhir pada hari keenam didapatkan tekanan darah Ny. R menjadi 110/80 mmHg. Dari hasil pengukuran tekanan darah tersebut, dapat dilihat bahwa penerapan pijat refleksi kaki memengaruhi penurunan tekanan darah pada Ny. R secara bertahap dan terjadi penurunan akan tetapi tidak secara signifikan.

Pijat refleksi kaki merupakan salah satu terapi alternatif untuk mengobati dan menyembuhkan peredaran darah yang tidak teratur (24). Manfaat dari pijat refleksi itu sendiri adalah untuk sirkulasi darah menjadi lancar, mengurangi kelelahan dan rasa sakit, dan merangsang produksi hormon endorfin didalam tubuh yang berfungsi sebagai merileksasikan tubuh, serta dapat membuang racun dan seimbang melakukan suatu aktivitas. (15). Patofisiologi pada pijat refleksi kaki dalam mengatasi tekanan darah yang tinggi yaitu dapat memberikan efek relaksasi terhadap tubuh dan menjadikan pembuluh darah yang awalnya mengalami vasokonstriksi menjadi dilatasi. Relaksasi ini dihasilkan oleh stimulasi taktil yang terdapat di jaringan tubuh, pijat refleksi terjadi penurunan produksi hormone kortisol dengan meningkatkan sekresi corticotropin dari HPA-axis. Ketika tubuh rileks maka serotine yang berperan dalam perubahan fisiologis pada tubuh mendilatasi pembuluh darah kapiler dan arteriol yang dikeluarkan dari otak sehingga mikrosirkulasi pembuluh darah akan membaik dan memberikan efek relaksasi (18). Pijat Refleksi kaki dapat memberikan stimulus berupa tekanan pada saraf telapak kaki, lalu rangsangan tersebut diterima oleh reseptor saraf (saraf penerima rangsangan). Rangsangan yang telah diterima oleh tubuh berubah menjadi aliran listrik, kemudian aliran ini di kirim ke otak yang dapat melepaskan ketegangan dan memulihkan keseimbangan keseluruhan tubuh (17).

Dari semua penjelasan di atas, ternyata intervensi yang telah dilakukan pada Ny. R dapat membantu menurunkan tekanan darah. Hal ini diperkuat dengan hasil penelitian yang dilakukan oleh (9) bahwa setelah dilakukannya terapi pijat refleksi yang dilakukan selama 10-15 menit dalam waktu 6 hari mampu menurunkan tekanan darah dengan rata-rata 8,7 mmHg setiap harinya.

Selama 6 hari pemberian terapi pijat refleksi kaki, terjadi penurunan tekanan darah sistolik dan diastolik pada Ny. R secara bertahap. Yang mana Salah satu manfaat pijat refleksi kaki adalah meningkatkan sekresi hormon seperti dopamin dan serotonin, yang berperan dalam menciptakan senang dan bahagia sehingga kualitas tekanan darah menjadi stabil (17). Pada sistem saraf melepaskan hormon serotonin yang berfungsi dalam menstabilkan perasaan, mengendalikan perilaku, suhu tubuh, koordinasi fisik serta menstabilkan tekanan darah (23). Hal ini sejalan dengan hasil penelitian yang dilakukan,

berdasarkan hasil penelitian menunjukkan bahwa terjadi penurunan pada kategori tekanan darah. Responden memiliki tekanan darah sebelum di berikan pijat refleksi kaki yakni hipertensi derajat 1 140-159 mmHg/90-99 mmHg sedangkan sesudah diberikan pijat refleksi kaki yakni normal <130mmHg/<85 mmHg (24). Hal ini menunjukkan secara deskriptif terdapat perbedaan pada pengukuran pertama dengan kedua. Hal ini didukung dengan hasil uji statistik menunjukkan ada pengaruh penerapan pijat refleksi kaki terhadap penurunan tekanan darah secara bertahap.

KESIMPULAN

Kesimpulan pada penelitian ini yaitu terdapat pengaruh penerapan pijat refleksi kaki terhadap penurunan tekanan darah pada Ny. R dengan diagnosis risiko ketidakefektifan perfusi jaringan perifer di Desa Sungai Kitano Kecamatan Martapura Timur. Implementasi keperawatan yang dilakukan pada klien selama 6 hari berupa terapi komplementer yang dilakukan pada Ny. R melalui tindakan pemberian pijat refleksi kaki disetiap pagi hari. Selain itu juga dilakukan pemeriksaan tekanan darah sebelum dan sesudah pemberian intervensi pada klien. Hasil yang diperoleh dengan dilakukannya penerapan pijat refleksi kaki selama 6 hari berturut – turut dapat menurunkan tekanan darah dari 140/100 mmHg menjadi 110/80 mmHg. Hal ini terjadi penurunan tekanan darah sistol sebanyak 30 mmHg dan diastolik 20 mmHg. Adanya pengaruh penerapan pijat releksi kaki terhadap risiko ketidakefektifan perfusi jaringan perifer pada Ny. R. Dirasa perlu untuk mengajarkan kepada anggota keluarga yang mengalami hipertensi terkait penerapan pijat refleksi kaki untuk mengontrol hipertensi.

TERIMA KASIH

Ucapan terima kasih disampaikan kepada Dekan Fakultas Kedokteran dan Ilmu Kesehatan Prof. Dr. dr. Syamsul Arifin, M.Pd., FISPH., FISC.M. yang telah memberi kesempatan dan fasilitas dalam pelaksanaan penelitian. Dosen pembimbing Tina Handayani, S. Kep., Ns., M.Kep. yang berkenan memberikan saran dan arahan dalam penyelesaian karya tulis ilmiah ners ini. Serta dosen penguji Candra Kusuma Negara, S.Kep., Ns., M.Kep. yang memberikan kritik dan saran sehingga karya tulis ilmiah ners ini menjadi semakin baik.

DAFTAR PUSTAKA

Anggita, M. P. S., 2023. Pengaruh Terapi Pijat Refleksi Kaki Terhadap Penurunan Tekanan Darah pada Pasien Hipertensi di RSUD Dr. Soeratno Gemolong Sragen, Surakarta: Doctoral Disertation Universitas Kusuma Husada.

- Annisa, F., 2013. Faktor yang berhubungan dengan Kepatuhan Berobat Hipertensi pada Lansia di Puskesmas Pattingalloang Kota Makassar. Makassar: Fakultas Kesehatan Masyarakat Universitas Hassanudin.
- Arifah & Nur, C., 2024. Pengaruh Terapi Pijat Refleksi Kaki terhadap Tekanan Darah pada penderita Hipertensi. *Jurnal Penelitian Perawat Profesional*, 6(2), pp. 449-456.
- Bulechek, G. B. H. D. J. W. C., 2016. *Nursing Intervention Classification (NIC)*. Indonesia: Elsevier Singapore Pte Ltd.
- Darmawan, H., 2018. Asupan Natrium dan Status Gizi Terhadap Tingkat Hipertensi Pada Pasien Rawat Jalan di RSUD Kota Makassar'. Makassar: Media Gizi Pangan.
- Departemen Kesehatan, R., 2019. Riset Kesehatan Dasar Laporan nasional 2018. Jakarta: Badan Penelitian dan Pembangunan Kesehatan.
- Dinas Kesehatan, K. S. P., 2024. *Buku Saku Data Kesehatan Tahun 2024*. Kalimantan Selatan: Dinas Kesehatan Provinsi Kalimantan Selatan.
- Donsu, J., Lina, C., Endarwati, T. & Dewi, S., 2019. *Psikologi Keperawatan*. Jakarta: Rineka Cipta.
- Fandizal, M., Astuti, Y. & Sari, D. N., 2020. mplementasi Pijat Refleksi Kaki Terhadap Penurunan Tekanan Darah Pada Klien Dengan Hipertensi Tidak Terkontrol. *Jurnal Ilmiah Pemenang*, 2(1), pp. 17-21.
- Fathinah, R. Z., & Dermawan, D., 2021. Penatalaksanaan Pemberian Rebusan Daun Alpukat Dan Kompres Hangat Dengan Masalah Nyeri Akut Pada Lansia Dengan Hipertensi Di Kelurahan Sukoharjo. *Indonesian Journal on Medical Science*, 8(2).
- Herdman, H. & K. S., 2018-2020. *NANDA-I Diagnosis Keperawatan: Definisi dan Klasifikasi*. Jakarta: EGC.
- Kemenkes, RI, 2019. *Survei Kesehatan Indonesia*. Jakarta: Survei Kesehatan Indonesia.
- Kemenkes RI, 2023. *Survei Kesehatan Indonesia*. Jakarta: Survei Kesehatan Indonesia.
- Lukitaningtyas, D., & Cahyono, E. A. 2023. Hipertensi; Artikel Review. *Pengembangan Ilmu Dan Praktik Kesehatan*, 2(2), 100-117.
- Lutvitaningsih, Iis, Maryoto, M. & Apriliyani, I., 2021. Pengaruh Terapi Pijat Refleksi Kaki terhadap Penurunan Tekanan Darah pada Lansia dengan Hipertensi. *Seminar Nasional Penelitian dan Pengabdian Kepada Masyarakat*, pp. 412-416.
- NANDA, 2018. *Diagnosis Keperawatan Definisi& Klasifikasi 2018-2020*. Jakarta: EGC Nissa, C. et al., 2021. Studi Literatur: Pengaruh Pijat Refleksi Kaki Terhadap Kualitas Tidur Pada Lanjut Usia. *Jurnal Ilmiah Keperawatan Imelda*, 7(1), pp. 8-13.
- Purnomo, P. F., 2022. Pengaruh Terapi Pijat Refleksi Kaki Terhadap Penurunan Tekanan Darah Pada Penderita Hipertensi.

- Purwono, J, et.al., 2020, ‘Pola Konsumsi Garam dengan Kejadian Hipertensi pada Lansia Salt Consumption Pattern With Hypertension In Elderly’, Jurnal Wacana Kesehatan, 5(1), 531-542.
- Purnamasari, I. & R. A., 2020. Tingkat Pengetahuan dan Perilaku Masyarakat Kabupaten Wonosobo Tentang COVID-19’. Jurnal Ilmiah Kesehatan, 5(1), pp. 531-542.
- Puskesmas Martapura Timur, 2024. Data Kunjungan Puskesmas Martapura Timur. Martapura: Puskesmas Martapura Timur.
- RIP ULM, T. P. R. I. P. U., 2020. Rencana Induk Penelitian 2020-2024. Banjarmasin: ULM.
- Thahadi, M., 2021. Smart Learning Skill 4.0. 4.0 ed. Yogyakarta: Deepublish (Grup Penerbitan CV Budi Utama).
- Umamah, F. & Paraswati, S., 2019. Pengaruh Terapi Pijat Refleksi Kaki dengan Metode Manual Terhadap Tekanan Darah pada Penderita Hipertensi di Wilayah Karangrejo Timur Wonokromo Surabaya. Jurnal Ilmu Kesehatan, 7(2), pp. 295-304.
- Yanti, B. e., 2020. Community Knowledge, Attitudes, and Behavior Towards Social Distancing Policy As a Means of Preventing Transmission of COVID-19 In Indonesia. Jurnal Administrasi Kesehatan Indonesia, 8(1), pp. 4-14.