

ABSTRAK

Naharil Mumtazah

PENGARUH KOMBINASI *FOOT BATH* DAN *FOOT MASSAGE* TERHADAP TEKANAN DARAH PADA PENDERITA HIPERTENSI DI WILAYAH KERJA PUSKESMAS TAMBAKREJO SURABAYA

Hipertensi merupakan salah satu penyakit tidak menular yang disebut sebagai *silent killer* karena sering tidak menunjukkan gejala hingga menimbulkan komplikasi serius. Terapi non-farmakologis seperti *foot bath* dan *foot massage* menjadi alternatif penanganan hipertensi dengan efek relaksasi dan vasodilatasi. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui pengaruh kombinasi *foot bath* dan *foot massage* terhadap tekanan darah pada penderita hipertensi.

Penelitian ini menggunakan desain *quasi experiment* dengan pendekatan *pretest-posttest with control group design*. Jumlah responden sebanyak 40 orang, yang dibagi menjadi kelompok intervensi dan kelompok kontrol secara *purposive sampling*. Kelompok intervensi diberikan terapi kombinasi *foot bath* dan *foot massage* selama 3 hari berturut-turut. Data tekanan darah dikumpulkan sebelum dan sesudah intervensi menggunakan alat pengukur tekanan darah digital, lalu dianalisis menggunakan uji *Paired Sample T-Test* dan *Independent T-Test*.

Hasil penelitian menunjukkan adanya penurunan yang signifikan pada tekanan darah sistolik dan diastolik pada kelompok intervensi setelah dilakukan terapi kombinasi ($p < 0,05$). Perbandingan dengan kelompok kontrol juga menunjukkan perbedaan yang signifikan ($p < 0,05$), yang menandakan efektivitas intervensi tersebut.

Kombinasi *foot bath* dan *foot massage* efektif menurunkan tekanan darah pada penderita hipertensi dan dapat dijadikan sebagai salah satu metode terapi komplementer non-farmakologis dalam praktik keperawatan.

Kata Kunci: Hipertensi, Tekanan darah, *Foot bath*, *Foot massage*, Terapi komplementer

ABSTRACT

Naharil Mumtazah

THE EFFECT OF A COMBINATION OF FOOT BATH AND FOOT MASSAGE ON BLOOD PRESSURE IN HYPERTENSIVE PATIENTS IN THE WORKING AREA OF TAMBAKREJO PUBLIC HEALTH CENTER SURABAYA

Hypertension is a non-communicable disease known as the silent killer due to its asymptomatic nature until complications occur. Non-pharmacological therapies such as foot bath and foot massage are considered complementary treatments that promote relaxation and vasodilation. This study aims to determine the effect of a combination of foot bath and foot massage on blood pressure in patients with hypertension.

This research employed a quasi-experimental design with a pretest-posttest control group approach. A total of 40 respondents were selected through purposive sampling and divided into intervention and control groups. The intervention group received a combination of foot bath and foot massage therapy for three consecutive days. Blood pressure data were collected before and after the intervention using a digital sphygmomanometer and analyzed using Paired Sample T-Test and Independent T-Test.

The findings showed a significant reduction in both systolic and diastolic blood pressure in the intervention group after receiving the therapy ($p < 0.05$). Comparison with the control group also revealed a statistically significant difference ($p < 0.05$), indicating the effectiveness of the intervention.

The combination of foot bath and foot massage is effective in reducing blood pressure among hypertensive patients and can be applied as a complementary non-pharmacological therapy in nursing practice.

Keywords: hypertension, blood pressure, foot bath, foot massage, complementary therapy