

ABSTRAK

Hipertensi atau tekanan darah tinggi tidak dapat dianggap penyakit yang ringan. Tidak hanya menurunkan kualitas hidup, namun dapat mengancam jiwa penderita. Ada dua terapi untuk hipertensi yaitu farmakologis dan non farmakologis. Salah satu terapi non farmakologi yaitu terapi pijat refleksi kaki. Tujuan dari penelitian ini adalah untuk mengetahui pengaruh terapi pijat refleksi kaki terhadap tekanan darah pada penderita hipertensi.

Desain penelitian ini menggunakan *Pra Experiment* dengan pendekatan *One Group Pretest-Posttest Design*. Populasi seluruh penderita hipertensi di RT 10 sebesar 19 orang, sampel sebagian penderita sebesar 18 diambil dengan metode *simple random sampling*. Variabel independen terapi pijat refleksi kaki, variabel dependen adalah tekanan darah penderita hipertensi. Instrumen yang digunakan adalah lembar observasi dan SOP. Uji statistik menggunakan Uji *Wilcoxon* dengan nilai kemaknaan $= 0,05$.

Hasil penelitian menunjukkan sebelum terapi setengahnya 50,0% memiliki tekanan darah hipertensi ringan dan setelah terapi didapatkan hampir setengahnya 44,4% memiliki tekanan darah perbatasan (*High normal*). Hasil uji *wilcoxon* didapatkan nilai $= 0,001$ dan nilai $= 0,05$ berarti $<$ maka H_0 ditolak, artinya ada pengaruh terapi pijat refleksi kaki terhadap tekanan darah pada penderita hipertensi di RT 10 RW 02 Desa Sumokali Candi Sidoarjo.

Simpulan dari penelitian adalah terapi pijat refleksi kaki dapat menurunkan tekanan darah pada penderita hipertensi. Diharapkan perawat dapat memberikan penyuluhan tentang cara pencegahan dan pengobatan terhadap hipertensi baik menggunakan terapi pijat refleksi maupun dengan metode yang lain.

Kata kunci : Terapi pijat refleksi kaki, tekanan darah, hipertensi