Ners Akademika
Vol 1, No 2, 2023, 33-39 https://doi.org/10.35912/nersakademika.v1i2.1965

Asuhan Keperawatan pada Pasien Hipertensi menggunakan Terapi Foot Hand Massage dengan Essensial Oil Lavender terhadap Penurunan Tekanan Darah *(Nursing Care of Hypertension Patients Using Foot Hand Massage Therapy with Lavender Essential Oil for Lowering Blood Pressure)*

Nabila Ajeng Ningtias[1*], Dewi Damayanti[2], Pujiarto Pujiarto [3]
STIKes Panca Bhakti Bandar Lampung, Lampung [1,2,3]
nbilaajeng@gmail.com

Riwayat Artikel
Diterima pada 8 Februari 2023
Direvisi pada 15 Februari 2023
Disetujui pada 28 Maret 2023

Abstract
Purpose: Hypertension or high blood pressure is a state of change in which blood pressure increases chronically. In general, hypertension is a condition without symptoms, in which the pressure is abnormally high in the arteries. Massage techniques have an impact on the smooth circulation of blood flow, balance the flow of energy in the body and relax muscle tension. The aim of this study was to determine and analyze nursing care in hypertensive patients using foot hand massage therapy with lavender essential oil to reduce blood pressure in hypertensive patients in Puskesmas Pringsewu.
Method: This research method using the Applied Research method aims to apply, test and evaluate the ability of a theory, which is applied in solving practical problems. The research subjects were taken by 2 people who fit the inclusion criteria, namely patients with primary hypertension, and patients with mild hypertension. and moderate. The instrument in this study used measuring instruments in the form of a spigmomanometer and SOP for foot hand massage therapy.
Result: The results obtained before the foot hand massage therapy were Stage 2 Hypertension and after the foot hand massage therapy was carried out it decreased to Pre-Hypertension. The conclusion of this study is that there is a significant change in reducing blood pressure in both respondents before and after foot hand massage therapy for 3 days of administration.
Keywords: *Foot hand massage, Decreasing blood pressure, Hypertension*
How to cite: Ningtias, N, A., Damayanti, D., Pujiarto, P. (2023). Asuhan Keperawatan pada Pasien Hipertensi menggunakan Terapi Foot Hand Massage dengan Essensial Oil Lavender terhadap Penurunan Tekanan Darah. *Ners Akademika*, 1(2), 33-39.

1. Pendahuluan

Kemajuan perekonomian serta bergesernya pola kehidupan masyarakat, maka bergeser pula pola penyakit.Pergeseran tersebut dari penyakit infeksi ke penyakit degenerative diantaranya penyakit jantung dan pembuluh darah. Penyakit jantung yang banyak di indonesia adalah penyakit jantung koroner, penyakit rematik, dan penyakit tekanan darah tinggi (Rilantono, 2012 dalam Pasarwati 2018). Menurut data *World Health Organization* (WHO, 2013) mengungkapkan bahwa di dunia terdapat 17.000 orang pertahun meninggal akibat penyakit kardiovaskuler dimana 9.400 orang diantaranya disebabkan oleh komplikasi dari hipertensi. Prevalensi hipertensi ini akan terus meningkat dan diprediksi pada tahun 2025 sebanyak 29% orang dewasa diseluruh dunia menderita hipertensi (Kemenkes RI, 2013). Di indonesia sekitar 16-31% populasi masyarakat indonesia di berbagai provinsi

menderita hipertensi (Riskesdas RI, 2013). Prevalensi hipertensi berdasarkan hasil pengukuran tekanan darah di provinsi Lampung sebesar 24,1%. Lampung barat menjadi kabupaten dengan angka kejadian terbesar yaitu 27,2% dan Tulang Bawang menjadi angka kejadian terendah yaitu 14,3%. Sedangkan angka kejadian hipertensi di Bandar Lampung sebesar 22,8% (Kemenkes RI, 2014). Sedangkan saat melakukan kunjungan di Puskesmas Pringsewu dari bulan januari-april 2020 responden kontrol yang mengalami penyakit hipertensi sebanyak 120 pasien.

Hipertensi adalah penyakit kelainan jantung dan pembuluh darah yang ditandai dengan peningkatan tekanan darah. Hipertensi atau tekanan darah tinggi merupakan keadaan perubahan dimana tekanan darah meningkat secara kronik. Secara umum, hipertensi merupakan suatu keadaan tanpa gejala, dimana tekanan yang abnormal tinggi didalam pembuluh darah arteri (Kholish, 2011). Menurut *World Health Organization* (WHO, 2013) batas normal tekanan darah adalah tekanan sistolik 120-130 mmHg dan diastolik 80-85 mmHg. Hipertensi dipengaruhi oleh beberapa faktor salah satunya usia, semakin bertambahnya usia seseorang, maka kemungkinan terjadi hipertensi semakin meningkat (Perry, 2009). Seseorang mengidap hipertensi biasanya mengalami keluhan seperti sakit kepala, pandangan kabur, sering berkemih, susah tidur (Insomnia), mual muntah dan mengalami mati rasa pada beberapa bagian tubuh seperti tengkuk, tangan, dan kaki jika sudah mengalami hipertensi derajat dua (Corwin, 2009). Hipertensi dapat diobati secara farmakologi dan non farmakologi. Pengobatan secara farmakologi biasanya menggunakan obat-obatan yang mempunyai efek samping. Di Indonesia menunjukkan 60% menggunakan obat-obatan, 30% menggunakan herbal terapy, dan 10% fisikalterapy. Pengobatan secara non farmakologi dapat dilakukan dengan mengubah gaya hidup yang lebih sehat dan melakukan terapi *foot hand massage* (Dalimartha et al., 2008).

Massage kaki adalah suatu praktik memijat titik-tititk tertentu pada kaki, pemijatan kaki memberikan manfaat yaitu mengurangi rasa sakit pada tubuh, bisa juga mencegah berbagai macam penyakit. Selain itu meningkatkan daya tahan tubuh, membantu mengatasi stres, meringankan gejala sakit kepala, membantu penyembuhan penyakit kronis, dan mengurangi ketergantungan terhadap obat-obatan. Massage ini ada teknik-teknik dasar yang digunakan yaitu Teknik merambatkan ibu jari, memutar kaki pada satu titik, serta melakukan teknik menekan dan menahan. Rangsangan-rangsangan yang diberikan berupa tekanan pada tangan dan kaki ini dapat memancarkan gelombang-gelombang relaksasi keseluruh tubuh (Wahyuni, 2014). Dalam pemilihan aromaterapi yang digunakan dalam pemijatan disesuaikan dari khasiat dari masing-masing aromaterapi. Esensial oil lavender paling umum digunakan untuk pemijatan karena kandungan aldehid yang bersifat iritatif bagi kulit hanya 2% serta tidak bersifat toksik. Kandungan ester pada bunga lavender bekerja dengan lembut dikulit dan memberikan efek menenangkan (Yunitasari, Sda, & Sugiyanto, 2022).

Berdasarkan hasil penelitian sebelumnya, menunjukkan bahwa *foot hand massage* dapat menurunkan tekanan darah. Penurunan tersebut melalui suatu mekanoreseptor tubuh yang kemudian mengatur tekanan, sentuhan dan kehangatan menjadi mekanisme relaksasi.Mekanoreseptor merupakan sel yang menyampaikan sinyal ke sistem saraf pusat dan menstranduksi rangsangan mekanik yang membuat relaksasi otot meningkat dan sirkulasi permukaan meningkat sehingga beban kerja jantung berkurang dan tekanan darah mengalami penurunan. Foot hand massage dilakukan selama 60 menit selama 3 kali dalam 1 minggu bisa mengurangi gejala tekanan darah sistolik dan diastolik sehingga dapat mengurangi keluhan pada enderita hipertensi (Alikin, 2014). Berdasarkan latar belakang diatas, penulis tertarik untuk meneliti asuhan keperawatan pada pasien hipertensi menggunakan terapi foot hand massage dengan esensial oil lavender terhadap penurunan tekanan darah di Wilayah Kerja Puskesmas Pringsewu.

2. Metode

Metode penelitian ini menggunakan jenis motede penelitian terapan atau disebut dengan *applied reseach*. Penelitian terapan atau *applied research* bertujuan untuk menerapkan, menguji dan mengevaluasi kemampuan suatu teori, yang di terapkan dalam memecahkan masalah-masalah praktis. Subyek penelitian penerapan terapi *foot hand massage* berjumlah 2 subyek. Instrumen atau alat ukur

yang digunakan dalam penelitian ini adalah *spigmomanometer* untuk mengukuir tekanan darah dan SOP terapi *foot hand massage.*

3. Hasil dan pembahasan

Tabel 1. Data Demografi dan Riwayat Kesehatan Responden dengan Diagnosa Hipertensi yang Mengalami Peningkatan Tekanan Darah di Puskesmas Pringsewu , Tahun 2020

(n.2)

Data	Klien 1	Klien 2
Nama	Ny.S	Ny.W
Umur	40 tahun	45 tahun
Suku	Jawa	Jawa
Jenis kelamin	Perempuan	Perempuan
Agama	Islam	Islam
Pendidikan	Smp	Smp
Status perkawinan	Menikah	Menikah
Pekerjaan	Ibu rumah tangga	Ibu rumah tangga
Dx.Medis	Hipertensi	Hipertensi

Subjek yang pertama Ny.S (40 tahun), jenis kelamin perempuan, sudah menikah, pekerjaan ibu rumah tangga, klien beragama islam, pendidikan terakhir SMP, suku Jawa, bahasa yang digunakan klien bahasa indonesia. Klien datang ke Puskesmas Pringsewu pada tanggal 11 Mei 2020 dengan diagnosa Hipertensi. Subjek yang kedua Ny.W (45 tahun), jenis kelamin perempuan, sudah menikah, pekerjaan ibu rumah tangga, klien beragama islam, pendidikan terakhir SMP, suku Jawa, bahasa yang digunakan bahasa indonesia. Klien datang ke Puskesmas pada tanggal 14 Mei 2020 dengan diagnosa Hipertensi.

3.1 Pemaparan Hasil Penerapan Terapi Foot Hand Massage dengan Esensial Oil Lavender Terhadap Penurunan Tekanan Darah

Tabel 2. Hasil Pengukuran Tekanan Darah pada Responden dengan Hipertensi Primer Sebelum dilakukan Terapi *Foot Hand Massage* dengan *Esensial Oil Lavender* di Puskesmas Pringsewu, Tahun 2020

(n.2)

Hari penelitian	Ny.S	Ny.W
1	170/100 mmHg	160/90 mmHg
2	160/90 mmHg	150/90 mmHg
3	150/80 mmHg	140/80 mmHg
Rata-rata	160/90 mmHg	150/86,6 mmHg

Dari tabel diatas dijelaskan bahwa pada Ny.S dapat dilihat sebelum dilakukan tinf\dakan intervensi terapi foot hand maasage dengan esensial oil lavender tekanan darah klien berada di 170/100 mmHg (Hipertensi Sedang), pada hari kedua terdapat penurunan tekanan darah yaitu berada di tekanan darah 160/90 mmHg (Hipertensi Ringan) dan pada hari ketiga terjadi penurunan tekanan darah kembali yaitu berada pada tekanan darah 150/80 mmHg. Sedangkan pada Ny.W dapat dilihat sebelum dilakukan tindakan intervensi terapi *foot hand massage* dengan *esensail oil lavender* tekanan darah klien berada

160/90 mmHg (Hipertensi Sedang), pada hari kedua terdapat penurunan tekanan darah yaitu berada di tekanan darah 150/90 mmHg (Hipertensi Ringan) dan pada hari ketiga terjadi penurunan tekanan darah yaitu berada pada tekanan darah 140/80 mmHg (Hipertensi Ringan).

Tabel 3. Hasil Pengukuran Tekanan Darah pada Responden dengan Hipertensi Primer Setelah dilakukan Terapi *Foot Hand Massage* dengan *Esensial Oil Lavender* di Puskesmas Pringsewu, Tahun 2020

(n.2)

Hari penelitian	**Ny.S**	**Ny.W**
1	150/90 mmHg	150/90 mmHg
2	150/80 mmHg	130/80 mmHg
3	130/80 mmHg	130/80 mmHg
Rata-rata	143,3/83,3 mmHg	136,6/83,3 mmHg

Berdasarkan data diatas kedua responden mengalami penurunan tekanan darah setelah dilakukan terapi *foot hand massage* dengan *esensial oil lavender*, kedua responden sebelum dilakukan terapi *foot hand massage* dengan *esensial oil lavender* memiliki tekanan darah melebihi batas normal yaitu Ny. S 170/100 mmHg dan Ny.W 160/90 mmHg. Pada Ny.S sebelum dilakukan terapi *foot hand massage* dengan *esensial oil lavender* memiliki nilai rata-rata sistolik 160 mmHg dan rata-rata diastoliknya 90 mmHg. Setelah dilakuakan terapi *foot hand massage* dengan *esensial oil lavender* selama 3 hari berturut-turut tekanan darah Ny.S dihari ketiga 130/80 mmHg dan memiliki nilai rata-rata tekanan darah nya menurun menjadi sistoliknya 143,3 mmHg dan rata-rata diastoliknya 86,6 mmHg. Pada responden kedua sebelum dilakukan terapi *foot hand massage* dengan *esensial oil lavender* memiliki nilai rata-rata sistolik 150 mmHg dan diastoliknya 86,6 mmHg. Setelah dilakukan terapi *foot hand massage* dengan *esensial oil lavender* selama 3 hari berturut-turut tekanan darah Ny.W dihari ketiga menjadi 130/80 mmHg dan memiiki nilai rata-rata tekanan darah nya menurun menjadi sistolik 136,6 mmHg dan diastoliknya 83,3 mmHg.

3.2 Pembahasan

3.2.1 Karakteristik Responden

Dari karakteristik responden kedua responden Ny.S dan Ny.W memiliki karakteristik yaitu pada umur 40 tahun dan 45 tahun.Kedua responden memiliki riwayat hipertensi yang diturunkan dari orang tua mereka.Jenis kelamin kedua responden adalah perempuan. Tingkat pendidikan kedua responden berada pada tingkat yang sama yaitu SMP. Kedua responden beragama islam. Ny.S dan Ny.W bersuku Jawa.Kedua responden sudah menikah, dan kedua responden tidak menggunakan alat kontrasepsi. Adapun menurut Aini and Agustriyani (2022) menjelaskan bahwa penyebab penyakit darah tinggi atau hipertensi mempunyai beberapa faktor resiko. Ada dua faktor resiko yang pertama faktor resiko yang tidak dapat diubah antara lain gen, jenis kelamin, usia dan ras, sedangkan faktor resiko yang dapar diubah seperti merokok, aktifitas fisik yang kurang, penggunaan garam, konsumsi alkohol, stres dan konsumsi kafein. Berdasarkan kelompok usia, kedua responden yang diteliti adalah Ny.S berusia 40 tahun dan Ny.W berusia 45 tahun. Faktor usia sangat berpengaruh karena bertambahnya usia maka semakin tinggi beresiko terjadinya hipertensi. Hal ini sering disebabkan oleh perubahan alamiah dalam tubuh yang mempengaruhi jantung, pembuluh darah dan hormon (Nurarif & Kusuma, 2015). Hal ini juga didukung oleh penelitian Maulana (2015) di Klinik Pratama Tanjungpura, dijelaskan bahwa faktor usia adalah faktor yang paling berpengaruh penyebab hipertensi dengan jumlah penderita hipertensi 101 orang 22,77% diantaranya adalah penderita hipertensi dengan umur 41-50 tahun. Dilihat dari genetika kedua responden memiliki riwayat hipertensi dari orang tuanya. Dijelaskan dalam Triyanto (2014) riwayat keluarga juga merupakan masalah penyakit keturunan, jika seseorang dari orang tua memiliki memiliki riwayat hipertensi maka sepanjang hidup memiliki kemungkinan 25% terkena hipertensi. Di dukung dengan pendapat Primadevi and Susanti (2022) bahwa variasi tekanan darah ditentukan oleh inherited blood pressure. Variasi tekanan darah ditentukan faktor gentik sebesar 25-65%.

Berdasarkan dari jenis kelamin, kedua jenis kelamin responden yang diteliti berjenis kelamin perempuan.Hal ini sesuai dengan penelitian Maulana (2015), yang mengemukakan bahwa orang yang berjenis kelamin perempuan lebih banyak dari laki-laki terutama pada dewasa tua dan lansia. Sebelum memasuki masa monopouse, perempuan memasuki masa monopouse, perempuan mulai kehilangan sedikit demi sedikit hormon esterogen. Perempuan monopuse mengalami perubahan hormonal yang menyebabkan kenaikan berat badandan tekanan darah menjadi reaktif terhadap natrium, sehingga menyababkan kenaikan tekanan darah. Dalam penelitian ini hasil dari penerapan pengaruh terapi *foot hand massage* dengan *esensial oil lavender* yang dilakukan selama 3 hari mendapatkan hasil yang sama yaitu penurunan terjadi sebelum pemberian terapi dari hipertensi stage 2 turun menjadi pre-hipertensi, ini menunjukkan bahwa pemberian terapi *foot hand massage* dengan *esensial oil lavender* pada kedua responden efektif untuk menurunkan tekanan darah.

3.2.2 Terapi Foot Hand Massage dengan Esensial Oil Lavnder terhadap Penurunan Tekanan Darah Ny.S dan Ny.W

Berdasarkan hasil penelitian pemberian terapi *foot hand massage* dengan *esensial oil lavender* dilakukan 1 kali setiap hari selama 3 hari pada pukul 09.30 wib yang dilakukan pada Ny.S sejak tanggal 11 Mei 2020 sampai 13 Mei 2020 dan pada Ny.W sejak tanggal 14 Mei 2020 sampai 16 Mei 2020. Didapatkan tekanan darah sebelum dan setelah dilakukan terapi *foot hand massage* dengan *esensial oil lavender* pada pasien yang mengalami hipertensi. Memiliki perbedaan pada kedua responden. Hasil penelitian menunjukkan bahwa tekanan darah pada kedua responden mengalami hipertensi sedang (hipertensi stage 2) mengalami perubahan hingga tahap pre-hipertensi setelah pemberian terapi. Dari kedua klien dapat dilihat bahwa pada hari pertama pada Ny.S terjadi penurunan tekanan darah setelah dilakukan intervensi pada hari pertama sebelum dilakukan intervensi tekanan darah berada pada tekanan 170/100 mmHg turun menjadi 150/90 mmHg setelah pemberian penerapan intervensi terapi *foot hand massage* dengan *esensial oil lavender*, lalu pada hari kedua didapatkan hasil sebelum dilakukan tindakan terapi *foot hand massage* dengan *esensial oil lavender* tekanan darah 160/90 mmHg dan setelah pemberian terapi *foot hand massage* dengan *esensial oil lavender* turun menjadi 150/80 mmHg, dan pada hari ketiga dilakukan pengukuran tekanan darah sebelum penerapan terapi *foot hand massage* dengan *esensial oil lavender* menunjuukkan tekanan darah didapatkan tekanan darah 150/80 mmHg dan setelah penerapan intervensi dilakukan pengukuran tekanan darah kembali didapatkan hasil tekanan darah turun menjadi 130/80 mmHg.

Selanjutnya, pada Ny.W terjadi penurunan tekanan darah setelah dilakukan intervensi pada hari pertama sebelum dilakukan intervensi tekanan darah berada pada tekanan darah 160/90 mmHg setelah pemberian intervensi terjadi penurunan tekanan darah secara signifikan menjadi 150/90 mmHg, lalu pada hari kedua didapatkan hasil sebelum dilakukan tindakan terapi *foot hand massage* dengan *esensial oil lavender* tekanan darah 150/90 mmHg dan setelah penerapan terapi *foot hand massage* dengan *esensial oil lavender* turun menjadi 130/80 mmHg, dan pada hari ketiga dilakukan pengukuran tekanan darah sebelum dilakukan terapi *foot hand massage* dengan *esensial oil lavender* didapatkan hasil tekanan darah 140/80 mmHg dan setelah penerapan terapi *foot hand massage* dengan *esensial oil lavender* didapatkan hasil tekanan darah turun menjadi 130/80 mmHg. Berdasarkan hasil analisa data dan nilai rata-rata tekanan darah Ny.S sebelum melakukan terapi *foot hand massage* dengan *esensial oil lavender* sistolik 160 mmHg dan rata-rata diastoliknya 90 mmHg dan setelah melakuakan terapi *foot hand massage* dengan *esensial oil lavender* selama tekanan darah Ny.S memiliki nilai rata-rata tekanan darah nya menurun menjadi sistoliknya 143,3 mmHg dan rata-rata diastoliknya 86,6 mmHg, selisih penurunan tekanan darah rata-rata Ny.S sistolik 16,6 mmHg dan diastolik 3,4 mmHg, pada Ny.W sebelum dilakukan terapi *foot hand massage* dengan *esensial oil lavender* memiliki nilai rata-rata sistolik 150 mmHg dan diastoliknya 86,6 mmHg dan setelah dilakukan terapi *foot hand massage* denga *esensial oil lavender* tekanan darah Ny.W memiiki nilai rata-rata tekanan darah nya menurun menjadi sistolik 136,6 mmHg dan diastoliknya 83,3 mmHg, selisih penurunan tekanan darah rata-rata Ny.W sistolik 13,4 mmHg dan diastolik 3,3 mmHg.

Pada kedua responden menunjukkan penurunan tekanan darah secara signifikan itu dikarenakan kedua klien mau melakukan tahap-tahap *terapi foot hand massage* dengan *esensial oil lavender* dengan benar dan sesuai prosedur yang terdapat pada SOP tindakan. Didukung oleh keluarga dan berusaha memanfaatkan terapi *foot hand massage* dengan *esensial oil lavender* sebagai salah saru cara mengontrol tekanan darah. Perlu dipahami, tekanan darah adalah tekanan dalam pembuluh darah pada saat jantung berkontraksi disebut tekanan darah sistolik.Tekanan pada dinding pembuluh darah menurun sampai pada batas tertentu pada saat jantung mengendur (rileks) tekanan darah diastolik. Jadi yang dimaksud dengan tekanan darah adalah tekanan yang terdapat didalam pembuluh daah. Besarnya tekanan itu diukur dengan seberapa kuat ia dapat menekan naik air raksa (Hg) yang ada dalam tabung pengukur tekanan darah. Oleh karena itu satuan tekanan darah adalah mmHg, yaitu berapa milimeter air raksa (Hg) dalam tabung pengukuran tekanan darah dapat ditekan naik (Kemenkes RI, 2012).

Sedangkan yang dimaksud dengan hipertensi merupakan keadaan ketika tekanan darah sistolik lebih dari 140 mmHg dan tekanan darah diastolik lebih dari 90 mmHg. Hipertensi sering menyebabkan perubahan pada pembuluh darah yang dapat mengakibatkan semakin tingginya tekanan darah.Pengobatan awal pada hipertensi sangatlah penting karena dapat mencegah timbulnya komplikasi pada beberapa organ tubuh seperti jantung, ginjal dan otak.Penyelidikan epidemiologis membuktikan bawa tingginya tekanan darah berhubungan erat dengan morbilitas dan mortalitas penyakit kardiovaskuler (Muttaqin 2009). Dalam penelitian Nugroho, dkk (2014) berdasarkan penelitian yang dilakukan di Puskesmas Medokan Surabaya yang dilakukan pada 60 responden terbagi menjadi 3 kelompok intervensi didapatkan hasil semua nilai $p<0,05$ hal ini tersebut berarti terdapat perbedaan tekanan darah yang signifikan anatara sebelum dan setelah dilakukan terapi *foot hand massage* dengan *esensial oil lavender*, hal ini sejalan dengan Alikin (2014) bahwa terapi *foot hand massage* dapat menurunkan tekanan darah pada pasien hipertensi, penurunan tersebut melalui mekanoreseptor tubuh yang kemudian mengatur tekanan, sentuhan dan kehangatan menjadi mekanisme relaksasi. Mekanoreseptor merupakan sel yang menyampaikan sinyal ke sistem saraf pusat dan menstranduksi rangsangan mekanik yang membuat relaksasi otot meningkat dan sirkulasi permukaan meningkat sehingga beban jantung berkurang dan tekanan darah mengalami penurunan. *Foot hand massage* dilakukan selama 60 menit selama 3 kali dalam 1 minggu bisa mengurangi gejala tekanan darah sistolik dan diastolik sehingga dapat mengurangi keluhan pada pasien hipertensi.

Dalam penelitian yang dilakukan Hartutik and Suratih (2017) dijelaskan penurunan tekanan darah setelah diberikan terapi *massage* ekstermitas menunjukkan hasil bahwa ada penurunan yang signifikan dalam penurunan tekanan darah didapatkan hasil semua nilai $p<0,05$ dimana pada kondisi awal dengan rata-rata 154,6/94,1 mmHg menurun menjadi 128,6/80,0 mmHg. Hal ini seperti yang dijelaskan oleh Wahyuni (2014) bahwa terapi massage ekstermitas melancarkan sirkulasi darah didalam seluruh tubuh, membantu mengurangi rasa sakit dan kelelahan, melancarkan produksi hormon endrofin yang berfungsi untuk rileksasi tubuh sehingga tekanan darah menurun. dan dalam penelitian Umamah and Paraswati (2019) dijelaskan penurunan tekanan darah setelah diberikan terapi *foot hand massage* selama 3 hari menunjukkan penurunan tekanan darah dimana sebelum dilakukan terapi *foot hand massage* berada pada hipertensi derajat 1 dan setelah dilakukan terapi *foot hand massage* nilai tekanan darah turun berada pada tekanan darah normal.

4. Kesimpulan

Berdasarkan penelitian yang dilakukan dapat diambil kesimpulan bahwa terjadi perubahan yang signifikan antara sebelum dan setelah dilakukan terapi *foot hand massage* dengan *esensial oil lavender* pada responden yang mengalami hipertensi yaitu penurunan tekanan darah pada hipertensi stage 2 turun menjadi Pre-Hipertensi. Saran bagi peofesi keperawatan agar meningkatkan kemauan profesi keperawatan dalam menerapkan intervensi terapi a *foot hand massage* dengan *esensial oil lavender* untuk mengurangi tekanan darah hipertensi dan dapat meningkatkan kemampuan profesi keperawatan dalam melakukan pemberian intervensi, meningkatkan kemampuan komunikasi dan interaksi dengan klien.

Limitasi

Penelitian ini jauh dari sempurna dan masih banyak terdapat kekurangan:

1) Pada proses penelitian ini peneliti mengalami kesulitan dalam mencari responden dan ada beberapa yang menolak untuk diberikan terapi foot hand massage dengan esensial oil lavender.
2) Peneliti kesulitan mencari responden yang sesuai dengan kriteria insklusi.
3) Peneliti kesulitan mencari responden karena responden terlalu sedikit.
4) Peneliti kesulitan dalam mencari sumber buku untuk digunakan sebagai bahan penulisan karya tulis ilmiah.

Ucapan dan Terimakasih

1. Ns. Anton Surya Prasetya, M.Kep., Sp.Kep.J selaku Ketua STIKes Panca Bhakti
2. Ns. Jupri Kartono, M.Kep., Sp.Kep.An selaku Wakil Ketua I Bidang Akademik STIKes Panca Bhakti
3. Ns. Pujiarto, M.Kep., Sp.Kep.MB. selaku Wakil Ketua III Bidang Kemahasiswaan STIKes Panca Bhakti sekaligus pembimbing II di Akademi Keperawatan Panca Bhakti Bandar Lampung
4. Ns. Fitri Nuriya Santy., M.Kep., Sp.Kep.Mat Ketua Program Studi D III Keperawatan Panca Bhakti
5. Ns. Dewi Damayanti, M.Kep.,Sp.Kep.MBselaku Pembimbing I di Akademi Keperawatan Panca Bhakti Bandar Lampung
6. Ns. Sinta Wijayanti, M.Kep., Sp.Kep.MB selaku Penguji

Referensi

Aini, N. I., & Agustriyani, F. (2022). Pengaruh Senam Prolanis terhadap Kadar Glukosa Darah pada Penderita DM Tipe 2 di Puskesmas Pakuan Aji Lampung Timur 2021. *Ners Akademika, 1*(1), 29-32. doi:10.35912/nersakademika.v1i1.1762

Alikin, A. N., A. Supriyono, M. . . (2014). Pengaruh Terapi Pijat Kaki dengan Aromaterapi Lavender Terhadap Penurunan Tekanan Darah Kadungsari Kecamatan Ringinarum. *Jurnal Ilmu Keperawatan dan Kebidanan.*

Corwin, E. J. (2009). Buku saku patofisiologi. *Jakarta: EGC, 807*.

Dalimartha, S., Purnama, B. T., SpGK, M., Nora Sutarina, S., Mahendra, B., Akp, I., & Darmawan, R. (2008). *Care your self, Hipertensi*: Penebar PLUS+.

Hartutik, S., & Suratih, K. (2017). Pengaruh terapi pijat refleksi kaki terhadap tekanan darah pada penderita hipertensi primer. *Gaster, 15*(2), 132-146.

Kholish, N. (2011). Bebas hipertensi seumur hidup dengan terapi herbal. *Yogyakarta: Real Books*.

Maulana, M. A. N., A. Juliantri, V. . (2015). Efektifitas Massage Ekstermitas terhadap Perubahan Tekanan Darah pada Pasien Hipertensi di Klinik Pratama Universitas Tnjungpura. *Program Studi Keperawatan FK UNTAN. Pontianak*.

Nurarif, A. H., & Kusuma, H. (2015). Aplikasi asuhan keperawatan berdasarkan diagnosa medis & Nanda NIC-NOC. *Yogyakarta: Mediaction*.

Perry, P. (2009). Buku Ajar Fundamental Keperawatan: Konsep, Proses, Dan Praktek, Vol. I, Edisi 7. *Jakarta: Salemba Medika*.

Primadevi, I., & Susanti, R. U. (2022). Hubungan Preeklamsia dengan Kejadian Bayi Berat Lahir Rendah. *Ners Akademika, 1*(1), 17-21. doi:10.35912/nersakademika.v1i1.1714

Triyanto, E. (2014). Pelayanan keperawatan bagi penderita hipertensi secara terpadu. *Yogyakarta: Graha Ilmu*.

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 Vol, 7*(2).

Wahyuni, S. (2014). Pijat refleksi untuk kesehatan. *Jakarta Timur: Dunia Sehat*.

Yunitasari, E., Sda, V., & Sugiyanto, S. (2022). Faktor–Faktor yang Berhubungan dengan Kunjungan Pasca Operasi Sectio Caesare (Sc). *Ners Akademika, 1*(1), 1-7. doi:10.35912/nersakademika.v1i1.1716