PENGARUH PIJAT REFLEKSI TERHADAP PENURUNAN TEKANAN DARAH PADA PENDERITA HIPERTENSI USIA DEWASA DI WILAYAH KERJA PUSKESMAS PANDANWANGI KOTA MALANG

Rihan Abda'u [1] ; Imam Subekti [2]
[1] [2] Program Studi Sarjana Keperawatan Malang Poltekkes Kemenkes Malang
Email: Rihan_p17211221042@poltekkes-malang.ac.id
imam subekti12@yahoo.co.id

ABSTRAK

Latar Belakang: Hipertensi merupakan salah satu masalah kesehatan utama yang prevalensinya terus meningkat pada usia dewasa dan berpotensi menimbulkan komplikasi serius apabila tidak dikendalikan dengan baik. Selain terapi farmakologis, diperlukan upaya nonfarmakologis sebagai terapi pendamping untuk membantu mengontrol tekanan darah. Salah satu terapi komplementer yang dapat digunakan adalah pijat refleksi. **Tujuan:** untuk mengetahui pengaruh pijat refleksi terhadap penurunan tekanan darah pada penderita hipertensi usia dewasa di wilayah kerja Puskesmas Pandanwangi Kota Malang pada bulan Desember 2025. **Metode**: Penelitian ini menggunakan desain *quasi experiment* dengan pendekatan *pre-test* dan *post-test with control group design*. Sampel penelitian berjumlah 42 responden yang dibagi menjadi dua kelompok, yaitu kelompok intervensi yang mendapatkan pijat refleksi dan kelompok kontrol tanpa perlakuan. Tekanan darah sistolik dan diastolik diukur sebelum dan sesudah perlakuan. Analisis data dilakukan menggunakan uji *Wilcoxon Signed Rank Test* untuk mengetahui perbedaan tekanan darah pre dan post intervensi serta uji *Mann–Whitney U* untuk mengetahui perbedaan tekanan darah post intervensi antara dua kelompok. **Hasil:** penelitian menunjukkan terdapat perbedaan yang signifikan tekanan darah sistolik dan diastolik pada kelompok intervensi setelah diberikan pijat refleksi dengan nilai p = 0,000 (< 0,05). Hasil uji *Mann–Whitney U* menunjukkan adanya perbedaan yang signifikan tekanan darah post-test antara kelompok intervensi dan kelompok kontrol p = 0,000 (p < 0,05). **Kesimpulan:** Dengan demikian, dapat disimpulkan bahwa pijat refleksi berpengaruh signifikan terhadap penurunan tekanan darah pada penderita hipertensi usia dewasa.

Kata kunci: pijat refleksi, hipertensi, tekanan darah, usia dewasa.