

ABSTRAK

"EFEKTIVITAS TERAPI BEKAM BASAH DAN *FOOT MASSAGE* TERHADAP PENURUNAN SKALA NYERI LEHER BELAKANG DAN TEKANAN DARAH PADA PENDERITA HIPERTENSI DI DESA KARANGGUMUK, JOGOPRAYAN, GANTIWARNO, KLATEN"

Sindu Krisna, Yuli Peristyowati, Nurwijayanti

Universitas Strada Indonesia

Akun g mail@gmail.com

Hipertensi merupakan masalah kesehatan yang umum dan berisiko menyebabkan komplikasi serius jika tidak ditangani secara tepat. Intervensi non-farmakologis seperti terapi bekam basah dan *foot massage* dapat menjadi alternatif untuk menurunkan tekanan darah dan nyeri. Tujuan dari penelitian ini adalah mengetahui efektivitas terapi bekam basah dan *foot massage* terhadap tekanan darah dan skala nyeri leher pada pasien hipertensi tahap 1. Jenis penelitian kuantitatif dengan desain *pre-eksperimental (one group pre-test and post-test design)*. Jumlah responden sebanyak 30 orang yang dipilih secara *purposive sampling* di Puskesmas Gantiwarno. Hasil penelitian ini adalah mayoritas responden berada pada rentang usia 41–50 tahun (66,7%) dengan rata-rata usia 48,20 tahun. Seluruh responden memiliki tekanan darah dalam kategori hipertensi tahap 1 dan skala nyeri leher sedang sebelum diberikan intervensi. Setelah dilakukan terapi bekam basah, 76,7% responden mengalami penurunan nyeri menjadi kategori ringan dan 43,3% menunjukkan penurunan tekanan darah walaupun masih dalam kategori hipertensi tahap 1. Sementara itu, setelah terapi *foot massage*, sebanyak 63,3% responden mengalami penurunan tekanan darah ke kategori pre-hipertensi dan seluruh responden (100%) mengalami nyeri ringan. Berdasarkan uji Wilcoxon, seluruh variabel menunjukkan nilai $p < 0,05$, yang menandakan adanya pengaruh yang signifikan dari kedua terapi tersebut terhadap penurunan tekanan darah dan nyeri leher. Kesimpulan dari penelitian ini adalah terapi bekam basah dan *foot massage* sama-sama efektif dalam menurunkan tekanan darah dan skala nyeri leher pada pasien hipertensi tahap 1. Namun, *foot massage* terbukti lebih efektif dan memiliki risiko yang lebih rendah dibandingkan dengan terapi bekam basah, sehingga dapat direkomendasikan sebagai intervensi non-farmakologis alternatif dalam penanganan hipertensi dan keluhan nyeri.

Kata Kunci: hipertensi, tekanan darah, nyeri leher, bekam basah, *foot massage*