

Efektivitas Massase Kaki Dengan Minyak Serai Terhadap Penurunan Tekanan Darah Ibu Hamil Hipertensi: Literatur Review

Santi^{1*}, Susanti Suhartati², Sismeri Dona¹,

¹Program Studi Sarjana Kebidanan Fakultas Kesehatan Univeritas Sari Mulia

² Program Studi Pendidikan Profesi Bidan Fakultas Kesehatan

*Email: santisnt7@gmail.com

Abstrak

Latar Belakang: Hipertensi merupakan keadaan meningkatnya tekanan darah secara terus menerus karena rusaknya salah satu atau beberapa faktor yang mempertahankan darah normal. Hipertensi bisa di obati secara farmakologi dan non farmakologi. Salah satu cara non farmakologi untuk menurunkan tekanan darah pada ibu hamil yang hipertensi yaitu dengan massase kaki dengan serai.

Tujuan : Mengetahui efektivitas massase kaki dengan minyak serai terhadap penurunan tekanan darah ibu hamil hipertensi : Literatur Review

Metode : Penelitian ini menggunakan pendekatan studi literatur dengan menggunakan beberapa sumber yang dipilih berdasarkan kriteria yang telah ditetapkan peneliti. **Hasil :** Dari 10 literatur didapatkan hasil bahwa massase kaki dengan minyak serai mempunyai pengaruh terhadap penurunan tekanan darah pada ibu hamil.

Simpulan : Massase kaki dengan minyak serai merupakan salah satu alternatif untuk membantu mengurangi tekanan darah

Kata kunci: ibu hamil, hipertensi, massase minyak serai

Effectiveness of Foot Massage with Lemongrass Oil on Blood Pressure Reduction Hypertensive Pregnant Women: A Literature Review

Abstract

Introduction: Hypertension is a state of continuous blood pressure due to damage to one or more of the factors that maintain normal blood. Hypertension can be treated pharmacologically and non pharmacologically. One of the non-pharmacological ways to lower blood pressure in pregnant women with hypertension is foot massage with lemongrass.

Aims: To determine the power of foot massage with lemongrass oil on blood pressure reduction in hypertensive pregnant women: Literature Review ***Methods:*** This study uses a study approach that uses several sources selected based on the criteria set by the researcher.

Results: From 10 literatures, it was found that foot with lemongrass oil had an effect on reducing blood pressure in pregnant women.

Conclusions: Lemongrass oil foot massage is an alternative to help reduce blood pressure

Keyword : pregnant women, hypertension, lemongrass oil massase

Pendahuluan

Hipertensi merupakan keadaan meningkatnya tekanan darah secara terus menerus karena rusaknya salah satu atau beberapa faktor yang mempertahankan darah normal. Hipertensi merupakan suatu keadaan dimana terjadi peningkatan tekanan darah secara abnormal dan terus menerus pada beberapa kali pemeriksaan tekanan darah yang disebabkan satu atau beberapa faktor risiko yang tidak berjalan sebagai mana mestinya dalam mempertahankan tekanan darah normal (Wijaya dan Putri, 2013). Hari hipertensi dunia digelar setiap 17 Mei yang bertujuan untuk meningkatkan pemahaman dan kesadaran masyarakat bahwa hipertensi dapat dicegah dan diobati.

World Health Organization (WHO) tahun 2015 menunjukkan sekitar 1,13 miliar orang didunia menyandang hipertensi, artinya 1 dari 3 orang di dunia terdiagnosis hipertensi. Jumlah penyandang hipertensi terus meningkat setiap tahunnya, diperkirakan pada tahun 2025 akan ada 1,5 miliar orang terkena hipertensi dan diperkirakan setiap

tahunnya 10,44 juta orang meninggal akibat hipertensi dan komplikasinya. *Institute for Health Metrics and Evaluation* (IHME) tahun 2017, menyatakan bahwa dari 53,3 juta kematian dunia didapatkan penyebab kematian akibat kardiovaskuler (33,1%), kanker (16,7%), diabetes melitus dan gangguan endokrin (6%), dan infeksi saluran nafas bawah sebesar (4,8%).

Hipertensi bisa diobati secara farmakologi dan non farmakologi. Salah satu cara non farmakologi untuk menurunkan tekanan darah pada ibu hamil yang hipertensi yaitu dengan massase kaki dengan serai. Massase merupakan bentuk sentuhan terstruktur dengan menggunakan tangan atau kadang-kadang bagian tubuh yang lain seperti lengan atas dan siku yang digunakan untuk menggerus kulit dan memberikan tekanan pada otot-otot dalam.. Teknik pemijatan pada titik tertentu dapat menghilangkan sumbatan dalam aliran darah sehingga aliran darah dan energi dalam tubuh kembali lancar (Dalimartha,2011).

Menurut penelitian Ledy Octaviani Iqmy (2018) minyak serai wangi merupakan salah satu minyak essensiil asli Indonesia yang mengandung aromaterapi yang dapat menurunkan tekanan darah. Kandungan utama yang dimiliki adalah monoterpen alkohol yaitu linalool dan geraniol yang terdapat pada minyak serai wangi yang memiliki aktifitas sebagai analgesik, menenangkan dan menyeimbangkan, stimulasi, efek vasodilator dan hipotensif. Kandungan monoterpen alkohol yang lain adalah sitronelol dan dari golongan aldehida yaitu sitronelal yang merupakan turunan dari alkohol yang terdapat pada minyak serai wangi memiliki efek farmakologi sebagai analgetik, antidepresan, tonik dan stimulasi.

Untuk itu sangat diperlukan dukungan serta peran aktif bidan dalam melakukan tindakan kebidanan secara mandiri dengan menerapkan ilmu dan keterampilan komplementer yang dapat berkembang menjadi bentuk kegiatan enterprenuership bagi bidan, bila dikembangkan didalam komunitas salah satunya dengan massase kaki

dengan minyak serai untuk penurunan tekanan darah..

Dari latar belakang diatas peneliti tertarik untuk memberikan pengobatan non farmakologi dengan melakukan penelitian terkait “Efektivitas Massase Kaki dengan Minyak Serai Terhadap Tekanan Darah Ibu Hamil Hipertensi.

Bahan dan Metode

Desain penelitian ini adalah literatur review atau tinjauan pustaka. Penelusuran artikel publikasi pada Google Scholar, BioMed, Hindawi, Portal Garuda, Pubmed menggunakan kata kunci yang dipilih yaitu ibu hamil, hipertensi, massase minyak serai. Literatur review ini menggunakan literatur terbitan tahun 2015-2020 yang dapat diakses *fulltext* dalam format pdf dan scholarly (*peer reviewed journals*). Kriteria jurnal atau artikel yang disaring berdasarkan judul literatur, abstrak dan kata kunci atau *keyword*. Jurnal atau artikel kemudian disaring kembali dengan melihat keseluruhan teks.

Hasil

Hasil pencarian review sebanyak 63 jurnal yang diidentifikasi dan telah dilakukan penyaringan. Kemudian uji kelayakan dan didapatkan 30 jurnal, selanjutnya hasil tersebut disaring kembali berdasarkan kriteria yang telah ditentukan sebelumnya sehingga total literatur yang digunakan berjumlah 10 jurnal yang berisi 5 jurnal internasional dan 5 jurnal nasional. Proses pencarian dilakukan melalui elektronik based yang terindeks seperti Google Scholar (n=3), Portal Garuda (n=2), Hindawi (n=1), Biomed (n=1) dan Pubmed (n=3)

Pembahasan

Berdasarkan kajian menunjukkan 10 literatur didapatkan hasil bahwa masasse kaki dengan minyak serai berpengaruh terhadap penurunan tekanan darah pada ibu hamil, lansia maupun orang dewasa.

Hal ini didukung dengan penelitian yang telah dilakukan oleh Ermiami, dkk (2018) yang menunjukkan tidak ada perbedaan rerata tekanan darah sistolik dan diastolik baik pretest maupun posttest ($p>0,05$) pada periode

kontrol dari hari ke-1 sampai ke-6. Berbeda dengan periode intervensi, terdapat perbedaan yang bermakna rerata tekanan darah sistolik antara pretest dan posttest pada hari ke-7 sampai hari ke-12 ($p<0,05$). Selain itu, rerata tekanan darah diastolik berbeda nyata pada hari ke-8 pengobatan sampai hari ke-12 ($p<0,05$) untuk tes sebelum dan sesudah tes. Penelitian ini membuktikan ada perbedaan signifikan penurunan tekanan darah pada ibu hamil preeklampsia setelah pijat kaki. Studi ini membuktikan ada yang signifikan penurunan tekanan darah pada ibu hamil preeklampsia setelah pijat kaki. Teknik massase kaki dapat dijadikan salah satu intervensi untuk menurunkan tekanan darah pada ibu hamil preeklampsia. Namun perlu adanya pengembangan lebih lanjut dari intervensi ini, sehingga dapat menjadi intervensi yang berguna dan menjadi bukti sebagai pendamping intervensi terapi farmakologi.

Penelitian serupa dilakukan oleh Ledy Octavyani I & Linda Agustinda (2018) dengan melakukan selama 7 hari yaitu pada

hari pertama tekanan darah sebelum dilakukan massase kaki dengan minyak serai adalah tekanan darah rata-rata 171.71 dan Standar deviasi 11.730 dan setelah dilakukan massase kaki dengan minyak serai pada lansia diperoleh tekanan darah rata-rata 156.47 dengan Standar deviasi 13.794 (p-value 0,000). Hari kedua tekanan darah rata-rata sebelum massase kaki dengan serai adalah 165.88 dan setelah dilakukan massase kaki dengan minyak serai tekanan darah rata-rata didapatkan 154.59 dan hasil uji t test sampel dependen dapatkan p-value 0,000. Hari ketiga didapatkan tekanan darah rata-rata sebelum dilakukan massase kaki dengan minyak serai yaitu 160.88 dan setelah dilakukan massase kaki didapatkan tekanan darah rata-rata 148,88 dan hasil uji t test sampel dependen didapatkan p-value 0,000. Hari keempat tekanan darah rata-rata sebelum dilakukan massase kaki dengan minyak serai yaitu 156.71 dan tekanan darah setelah dilakukan massase kaki adalah 145.29 dan hasil uji t test sampel dependen didapatkan p-value 0,000. Hari kelima sebelum dilakukan massase kaki

dengan minyak serai tekanan darah rata-rata 150.82 dan setelah dilakukan massase kaki dengan minyak serai tekanan darah rata-rata menjadi 141.53 dan hasil dari uji t test sampel dependen didapatkan p-value 0,000. Hari keenam sebelum dilakukan masasse kaki dengan minyak serai didapatkan tekanan darah rata-rata 138.76 dan setelah dilakukan massase kaki tekanan darah rata-rata menjadi 138.76 dan hasil uji t test sampel dependen didapatkan p-value 0,000. Selanjutnya pada hari ke tujuh sebelum dilakukan massase kaki dengan minyak serai didapatkan tekanan darah rata-rata adalah 142.12 dan tekanan darah setelah dilakukan massase kaki dengan minyak serai adalah 134.06, hasil uji t test sampel dependen didapatkan p-value 0,000. Hasilnya yaitu terdapat adanya pengaruh massase kaki dengan minyak serai terhadap penurunan tekanan darah tinggi (hipertensi) pada lansia.

Hal ini juga sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Fathiya Luthfi Y & Evi Nur Holiday (2018) dengan metode penelitian Studi Kasus yang dilakukan pada 4 responden

didapatkan terjadi penurunan tekanan darah paling banyak pada terapi ke enam yaitu pada responden pertama sebelum dilakukan massase (150/98 mmHg) dan sesudah dilakukan massase (133/86 mmHg). Pada responden kedua sebelum dilakukan massase kaki dengan minyak serai didapatkan tekanan darah (150/96 mmHg) dan setelah dilakukan massase menjadi (130/86 mmHg). Lalu pada responden ketiga sebelumnya tekanan darah didapatkan (154/100 mmHg) dan setelah dilakukan massase kaki dengan minyak serai tekanan darah menjadi (135/88 mmHg). Selanjutnya pada responden ke 4 tekanan darah sebelum dilakukan massase kaki dengan minyak serai yaitu (150/90 mmHg) menjadi (132/90 mmHg). Berdasarkan hasil penelitian dan teori maka peneliti berpendapat adanya pengaruh massase kaki dengan minyak serai terhadap penurunan tekanan darah disebabkan efek relaksasi yang ditimbulkan sehingga memberikan efek berupa menghilangkan kecemasan, rasa tenang dan kondisi rileks.

Penelitian lain dilakukan oleh Retno

Mawarti & Lailatuz Zaidah (2019) pijat kaki dilakukan 15-20 menit setiap hari selama 7 hari. Data diperoleh dengan mengukur tekanan darah sebelum dan sesudah intervensi kemudian dicatat dalam lembar observasi. Kelompok kontrol melakukan pengukuran tekanan sebelum dan sesudah diberikan obat penurun tekanan darah, kemudian dianalisis dengan uji dengan statistik deskriptif dan bivariat. Hasil penelitian juga menunjukkan bahwa perbedaan tekanan darah sebelum dan sesudah intervensi sistol adalah 6,52 diastol 0,82 pada kelompok kontrol perbedaan tekanan darah sebelum dan sesudah diberikan obat, sistolik 7.902 diastolik 4.847 dan hasil uji t berpasangan pada kelompok intervensi yaitu sistolik 0,340 diastolik 0,40 dan pada kelompok kontrol sistolik 0,068 dan diastolik 0,137 ($p=0,05$). Sehingga dari penelitian diatas diketahui adanya efek pijat kaki terhadap penurunan tekanan darah pada ibu hamil hipertensi.

Penelitian lain dilakukan oleh Nur Chabibah & Milatun Khanifah (2018) hasil penelitian ini menunjukkan ada perbedaan

yang bermakna selisih rerata tekanan darah baik tekanan darah sistolik (p-value: 0,000 CI:4.21-9.38) dan juga diastolik (p-value:0,000 CI: 3.06-7.97) sebelum dan sesudah dilaksanakannya terapi massase pada ibu hamil. Terdapat penurunan tekanan darah yang bermakna pada 25 responden yang mengikuti terapi komplementer. Sehingga dari penelitian diatas diketahui masasse ini dapat dijadikan asuhan dalam menurunkan tekanan darah ibu hamil yang mengalami hipertensi.

Penelitian yang dilakukan oleh Narisa Kamkaen, *et al* (2015) adanya efek harmonisasi pijat dengan minyak serai yang mirip dengan minyak almond. Penelitian ini menunjukkan bahwa setiap subjek yang menerima masasse seminggu sekali selama 3 minggu menunjukkan penurunan tekanan darah diastolik (DBP) yang lebih besar dibandingkan dengan kelompok kontrol. Namun, tidak ada perbedaan yang signifikan pada tekanan darah sistolik (SBP) atau denyut nadi.. Minyak serai memiliki efek penyaluran pada fungsi sistem saraf dan

dapat disimpulkan minyak serai juga dapat mempengaruhi emosi dan sensasi. Sehingga dari penelitian diatas diketahui bahwa masasee kaki memiliki pengaruh yang signifikan pada tekanan darah diastolik, tetapi tidak ada perubahan yang signifikan pada tekanan darah sistolik.

Penelitian berikutnya dilakukan oleh Ramu K &Linu Elsa (2019) terdapat pada kelompok eksperimen nilai rata-rata tekanan darah sistolik pre test 138,53 dengan S.D 8,77 dan nilai rata-rata post test 114,17 dengan S.D 10,0. Nilai t yang dihitung dari 48,570 ditemukan sangat signifikan secara statistik pada tingkat $p < 0,001$. Sedangkan pada tekanan darah diastolik kelompok eksperimen, nilai rata-rata pre test 86.73 dengan S.D 2.07 dan nilai rata-rata post test adalah 85.03 dengan S.D 1,92. Nilai t yang dihitung sebesar 7,215 ditemukan sangat signifikan secara statistik pada tingkat $p < 0,001$. Perbedaan signifikan skor *post test* tekanan darah sistolik ($t=30,073$, $P < 0,05$) dan diastolik ($t=12.777$. $P < 0,05$) antara kelompok eksperimen dan kontrol. Sehingga dari

penelitian diatas dapat diketahui masasse pada kaki merupakan managemen non-farmakologis yang sangat efektif dan sederhana untuk menurunkan tekanan darah pada penderita hipertensi.

Penelitian yang dilakukan oleh Rr. Sedjati, *et al* (2018) massase dilakukan pada kaki selama 20 menit setiap 3 hari, menggunakan minyak essensial lavender dan minyak serai. Data diperoleh dengan mengukur tekanan darah sebelum dan setelah massase dan dicatat dalam lembar observasi. Analisis menggunakan uji statistik deskriptif. Hasil penelitian menunjukkan bahwa massase kaki menggunakan minyak essensial lavender dan minyak serai dan kontrol efektif untuk menurunkan tekanan darah pada penderita hipertensi. Namun, minyak essensial lavender cenderung lebih banyak mengalami penurunan tekanan tekanan darah dibanding minyak serai..

Penelitian selanjutnya dilakukan oleh Roza E, *et al* (2020) terbukti bahwa pijat kaki berpengaruh terhadap penurunan tekanan darah, karena terdapat perbedaan yang

signifikan antara sebelum dan sesudah intervensi massase refleksi kaki dengan perbedaan sebelum 5,08 dan setelah 2,45. Dengan nilai p-value 0,000 ($<0,05$). Menunjukkan tingkat korelasi sebesar 61,6 artinya intervensi massase kaki memberikan kontribusi pengaruh. Berdasarkan hasil penelitian dapat diketahui bahwa uji bivariat dengan menggunakan uji t diperoleh p-value 0,00 yang berarti jika nilai $p > 0,05$ maka data berdistribusi normal. Berdasarkan hal tersebut dapat disimpulkan bahwa terdapat pengaruh signifikan massase refleksi kaki terhadap penurunan tekanan darah pada lansia.

Penelitian berikutnya dilakukan oleh D.Tejaswee & S.Arana (2015) berdasarkan pemeriksaan tekanan darah sistolik mayoritas pasien 40% berada pada kisaran 131-140 mmHg dan pre-test tekanan darah diastolik 56% berada pada kisaran 81-90 mmHg. Rerata skor post test tekanan sistolik 40% berada pada kisaran 131-140 mmHg, dan rerata skor post test diastolik adalah 37% berada pada kisaran 81-90 mmHg dan nilai t sebesar 3,83 pada 2 (df) yang signifikan pada

tingkat 0,05 menunjukkan pengaruh massase kaki pada pasien yang menderita hipertensi. Sehingga dari penelitian diatas dapat diketahui adanya pengaruh masasse kaki terhadap penurunan tekanan darah pada penderita hipertensi.

Daftar Pustaka

- Amirudin, Z., Pratikwo, S., & Sedjati, S. (2016.). *Efektivitas Massase Kaki dengan Minyak Essensial Lavender dan Sereh Wangi terhadap Penurunan Tekanan darah Penderita Hipertensi Lansia. Jurnal Keperawatan.* 4(2). Available at : <https://media.neliti.com/media/publications/139664-EN-the-effectiveness-of-oil-essensiil-foot.pdf> [Diakses 16 Desember 2020]
- Amiruddin, R. (2014) *Terapi Non Farmakologis Pada Hipertensi.* Jakarta: Salemba Medika
- Iqmy, L. O., & Agustina, L. (2018). *Pengaruh Massase Kaki dengan Minyak Sereh Wangi terhadap Penurunan Tekanan Darah Tinggi (Hipertensi) pada Lansia di UPTD Pelayanan Sosial Lanjut Usia "Tresna Werdha" Natar Lampung Selatan. Jurnal Kebidanan,* 4(72-78). Available at: <https://www.jurnal.unikal.ac.id/index.php/pena/article/view/110>. [Diakses 3 Oktober 2020]
- Masriadi, & Eha, S. (2019). *Effectiviness of Foot Soak Therapy with Warm Water on Decreasing Blood Pressure in Patiens with Stage One Hypertension, Indonesia. Indian Journal of Forensic Medicine & Toxicology.*3(4). Available at: <https://www.umi.ac.id/wp-content/uploads/2019/07/78.pdf>. [Diakses 12 Oktober 2020]
- Widowati, I., Harmany, A. S., Amirudin, Z., & Sedjati, R. S. (2016). *Pengaruh Massase Kaki dengan Minyak Sereh Wangi terhadap Penurunan Tekanan Darah Hipertensi Lansia di Kota Pekalongan. Jurnal Keperawatan,* 5(3). doi: 10.31941/jurnalpena.v26i1.110 [Diakses 20 November 2020]
- Y, F. L., & Holiday, E. N. (2018). *Studi Kasus Penerapan Masase Kaki dengan Citronella Oil terhadap Penurunan Tekanan Darah Pasien Hipertensi di Wilayah Puskesmas Medokan Ayu Surabaya. Jurnal Keperawatan,* 3(31). 71. Available at: <http://repository.um-surabaya.ac.id/2654/>. [Diakses 20 November 2020]
- Chabibah, N., & Khanifah, M. (2018). Efektivitas Pregnancy Massage terhadap Tekanan Darah pada Ibu Hamil Trimester III. *Prooceding of The URECOL.* 5(2). 360-365. Available at: <http://repository.urecol.org/index.php/proceeding/article/view/368>. [Diakses 20 November 2020]
- Erda, R., Tamara, F., Yona, T., & Yunaspi, D. (2020). The Effect of Foot Reflection Massage on Hypertension in Elderly of Batam City. 2(3). 343-350. doi: 10.3728/ijghr.v2i4.247. [Diakses 12 Oktober 2020]

Ermianti, Setyawati, A., & Emaliyawati, E. (2018). Foot Massage Modification to Reduce Blood Pressure in Pregnant Woman with Preeclampsia. 6(2). doi: 10.24198/jkp.v6i2.625. [Diakses 13 Desember 2020]

K, R., Natekar, D., & Abraham, L. E. (n.d.). Effectiveness of Foot Massage on Blood Pressure. *International Journal of Current Advanced Research*, 8(01 (E)). doi: 10.24327/ijcar.2019.17027.3172. [Diakses 20 Desember 2020]

Rr. Sedjati, et al. (2018). The Effectiveness of Oil Essential Foot Massage Citronella of Lavender and Blood Pressure Hypertension Elderly Patient. 4(2). Available at: <http://ejournal.poltekkes-smg.ac.id/ojs/index.php/jrk/article/view/130>. [Diakses 20 Desember 2020]

Priyanka, M., & Aruna, D. (2015). Assess the effectiveness of Foot massage on blood pressure among patient with Hypertension in Selected Setting. *International Journal of Multidisciplinary Educational Research*, 4(9 (5)). Available at: <https://www.researchgate.net/publication/287196459>. [Diakses 20 Desember 2020]

Kamkaen, N., Ruangrunsi, N., Patalung, N. N., & Watthanachaiyingharoen, R. (2015). Physiological and Psychological Effect of Lemongrass and Sweet Almond Massage Oil. *J Health Res*, 29(2). 85-91. Available at: <https://www.researchgate.net/publication/278411223>. [Diakses 20 Desember 2020]

Tabel 1.1 Review Jurnal atau Artikel

No	Author (Tahun)	Sumber Artikel	Tujuan	Metode Penelitian	Hasil/Temuan
1	Ermianti, <i>et al</i> (2018)	Portal Garuda	Untuk mengetahui efektivitas terapi komplementer: pijat kaki dengan serai dalam menurunkan tekanan darah ibu hamil preeklampsia	<i>Quasy Experiment</i>	Pada hari ke-1 sampai ke-6 tidak ada perbedaan rerata tekanan darah sistolik dan diastolik baik pretest maupun posttest ($p>0,05$). Berbeda dengan periode intervensi pada hari ke-7 sampai ke-12 terdapat perbedaan yang bermakna rerata tekanan diastolik dan sitolik antara pretest dan posttest ($p<0,05$). Penelitian ini membuktikan ada perbedaan yang signifikan penurunan tekanan darah pada ibu hamil preeklampsia
2	Ledy O, & Linda (2018)	Google Scholar	Untuk mengetahui adanya pengaruh massase kaki dengan minyak serai terhadap tekanan darah tinggi (hipertensi) pada lansia	<i>Quasi eksperimen</i>	Hasil penelitian yang dilakukan selama 7 hari terdapat hasil uji test sampel dependen dengan (p -value 0,000). Sehingga diperoleh adanya pengaruh massase kaki terhadap tekanan darah tinggi (hipertensi) pada lansia.
3	Fathiya Luthfi Y & Evi Nur Holiday, (2018)	Google Scholar	Untuk mengidentifikasi penerapan pijat kaki dengan minyak serai yang memiliki efek relaksasi dan mampu menurunkan tekanan darah pada lansia	<i>Study Kasus</i>	Hasil penelitian menunjukkan setelah dilakukan pijat kaki selama 15 menit, tekanan darah keempat responden lebih rendah. Jadi, ada pengaruh massase kaki terhadap penurunan tekanan darah
4	Retno M & Lailatul Z (2019)	Google Scholar	Untuk mengetahui pengaruh pijat kaki dengan minyak essensial lavender terhadap penurunan tekanan darah pada ibu hamil hipertensi	<i>Pra-eksperimen.</i>	Hasil penelitian menunjukkan bahwa perbedaan tekanan darah sebelum dan sesudah intervensi sistol adalah 6,52 diastol 0,82 pada kelompok kontrol perbedaan tekanan darah sebelum dan sesudah diberikan obat sistol 7.902 diastol 4.847 hasil uji t berpasangan pada kelompok intervensi sistol 0,340 diastol 0,40 dan pada kelompok kontrol sistol 0,068 diastol 0,137 ($p=0,05$). Adanya pengaruh pijat kaki dengan lavender terhadap tekanan darah ibu hamil hipertensi..
5	Nur Chabibah & Milatun Khanifah, 2018	Portal Garuda	Untuk mengetahui untuk mengetahui efektivitas pemberian massage terhadap perubahan tekanan darah ibu hamil trimester III	<i>Pre eksperimen</i>	Hasil penelitian ini menunjukkan ada perbedaan yang bermakna selisih rerata tekanan darah baik tekanan darah sistole (p -value: 0,000 CI: 4.21-9.8) maupun tekanan darah diastole (p -value: 0,000 CI: 3.06-7.97) sebelum dan sesudah dilaksanakan terapi..
6	Narisa Kamkaen, <i>et al</i> (2015)	Hindawi	Untuk mengevaluasi efek fisiologis minyak pijat serai terhadap tanda-tanda vital manusia	<i>Study Cross Over</i>	Hasil penelitian menunjukkan bahwa setiap subjek yang menerima salah satu dari 3 bentuk pijatan seminggu sekali selama 3 minggu menunjukkan penurunan tekanan darah diastolik (DBP) yang lebih besar daripada kelompok kontrol. Namun, tidak ada perbedaan signifikan pada tekanan

No	Author (Tahun)	Sumber Artikel	Tujuan	Metode Penelitian	Hasil/Temuan
7	Ramu K, Deelip & Linu Elsa A (2019)	Pubmed	Untuk menilai efektivitas pijat kaki pada tekanan darah diantara individu hipertensi	<i>Quasy Exsperiment</i>	darah sistolik (SBP) atau denyut nadi. Hasil terdapat perbedaan signifikan skor <i>post test</i> tekanan darah sistolik (t=30,073, P <0,05) dan diastolik (t=12.777. P <0,05) antara kelompok eksperimen dan kontrol
8	Rr. Sedjati, <i>et al</i> (2018)	Pubmed	Mengetahui efektivitas massase kaki antara minyak essensial lavender dan minyak serai terhadap penurunan tekanan darah pada penderita hipertensi	<i>Randomized Pre-post test with control desain</i>	Hasil penelitian ini menunjukkan adanya pengaruh massase kaki menggunakan essensial lavender dan serai terhadap penurunan tekanan darah pada penderita hipertensi
9	Roza E, <i>et al</i> (2020)	Pubmed	Untuk mengetahui ada tidaknya pengaruh terapi refleksi kaki pada lansia	<i>Quasy exsperiment</i>	Hasil penelitian menunjukkan bahwa pada pre-test dan post test tekanan darah sistolik dan diastolik diperoleh nilai p-value 0,000 (<0,05)
10	D.Tejaswe e Priyanka, <i>et al</i> (2015)	BioMed	Untuk mengetahui adanya pengaruh masasse kaki pada pasien yang hipertensi	<i>Pre Experiment One Group Pre Test, Post Test</i>	Hasil penelitian diperoleh nilai t sebesar 3,83 pada 2 (df) yang signifikan pada tingkat 0.05 menunjukkan pengaruh pijat kaki pada pasien hipertensi