

BAB 4

HASIL DAN PEMBAHASAN

Pada bab ini akan dibahas tentang hasil penelitian dan pembahasan tentang Pelaksanaan Pijat Kaki Untuk Perubahan Tekanan Darah Pada Pasien Pasien Dengan Hipertensi Di Ruang Rawat Inap Puskesmas Galis Pamekasan yang dilaksanakan Desember 2020.

4.1 Hasil Penelitian

4.1.1 Karakteristik Responden

Pada responden 1 dengan Tn. M. berusia 56 tahun jenis kelamin, dengan berat badan 45 kg, laki-laki berpendidikan SMA dengan pekerjaan swasta mempunyai riwayat penyakit Hipertensi sudah 3 tahun, pasien putus obat selama 1 bulan, perilaku kesehatan Tn M dengan mengurangi rokok serta melakukan aktivitas olahraga secara rutin, Tn M selalu menggunakan pelayanan kesehatan puskesmas terdekat dalam melakukan pemeriksaan rutin, dukungan sosial keluarga sangat dibutuhkan Tn M dalam meyakinkan untuk kesembuhan pasien baik dengan mengingatkan untuk olahraga serta menjaga pola makan yang baik, T :200/110, S/N : 36,5/98 SaO₂ : 98%, tingkat kesadaran : compos mentis, masuk puskesmas tanggal 19 Desember 2020 hasil diagnosis medis obs hipertensi dan mempunyai keluhan tangan dan kaki lemas, nyeri kepala, pusing (+), mual (+), muntah (+), mencret (-), bapil (-)/(-), pingsan (-), sesak (-), saat ini dalam hal pola makan pasien makan 3 x sehari dengan teratur

Sedangkan pada responden 2 yaitu Ny. N. berusia 52 tahun jenis kelamin perempuan, berat badan sebesar 50 kg, pekerjaan ibu rumah tangga mempunyai riwayat penyakit hipertensi sudah 2 tahun riwayat minum obat selama mengalami hipertensi Ny selalu minum obat antihipertensi, perilaku kesehatan Ny M dengan melakukan aktivitas olahraga secara rutin seperti melakukan bersih-bersih rumah, mencuci dan lain-lain, Ny N selalu menggunakan pelayanan kesehatan

puskesmas terdekat, dukungan sosial keluarga sangat dibutuhkan Ny N dalam untuk mempercepat kesembuhan pasien baik dalam menjaga pola makan maupun aktivitas olahraga sehari-hari, T :180/100, tingkat kesadaran : compos mentis, S/N : 36/88 SaO2 : 98%, masuk ke puskesmas 20 Desember 2020 terdapat keluhan utama yaitu sering sakit kepala di bagian belakang, kepala pusing (+), sakit untuk menelan (+), mual (+), muntah (+), bapil (-)/(-), sesak (-), pola makan pasien saat ini teratur juga 3 x dalam sehari namun terkadang tidak habis

4.1.2 Tekanan Darah Pada Pasien Pasien Dengan Hipertensi sebelum diberikan pelaksanaan Pijat Kaki di Ruang Rawat Inap Puskesmas Galis Pamekasan

Tabel 4.1 Tekanan Darah Pada Pasien Pasien Dengan Hipertensi sebelum diberikan pelaksanaan Pijat Kaki Tn M dan Ny N di Ruang Rawat Inap Puskesmas Galis Pamekasan (19 - 23 Desember 2020) di Hari ke 1 sampai dengan Ke 4

Hari Ke	Tn. M	Ny. N
	Sistolik / Diastolik	Sistolik /Diastolik
1	200 /110 mmHg (Berat)	180 /100 mmHg (Berat)
2	170 / 100 mmHg (Sedang)	160 / 100 mmHg (sedang)
3	160 / 90 mmHg (Sedang)	150 / 90 mmHg (Ringan)
4	150 / 90 mmHg (Ringan)	140 / 90 mmHg (Ringan)

Tabel 4.1 dijelaskan data tekanan darah pada pasien pasien dengan hipertensi sebelum diberikan pelaksanaan Pijat Kaki pada hari ke 1 tekanan darah Tn. M sebesar 200/110 mmHg (berat) sedangkan Ny. N. memiliki tekanan darah sistolik sebesar 180/100 mmHg (berat), pada hari ke 2 tekanan darah Tn. M sebesar 170 /100 mmHg (sedang) sedangkan Ny. N. memiliki tekanan darah sistolik sebesar 160/100 mmHg (sedang), pada hari ke 3 tekanan darah Tn. M sebesar 160/90 mmHg (sedang) sedangkan Ny. N. memiliki tekanan darah sistolik sebesar 150/90

mmHg (ringan) pada hari ke 4 tekanan darah Tn. M sebesar 150/90 mmHg (ringan) sedangkan Ny. N. memiliki tekanan darah sistolik sebesar 140/90 mmHg (ringan).

4.1.3 Respon Pasien Dengan Hipertensi saat pelaksanaan Pijat Kaki di Ruang Rawat Inap Puskesmas Galis Pamekasan

Pelaksanaan pijat kaki pada kedua pasien dilakukan selama 4 hari dan tiap hari membutuhkan waktu \pm 15 menit. Berdasarkan hasil penelitian didapatkan respon pasien dengan hipertensi saat pelaksanaan pijat kaki di ruang rawat inap Puskesmas Galis Pamekasan yaitu sebagai berikut :

Pasien Tn. M. menyimak dan mendengar dengan baik apa yang disampaikan oleh peneliti dan bertanya bila ada yang tidak di mengerti (pelaksanaan pijat kaki sesuai dengan SPO) seperti Tn M bisa merespon dengan menyebutkan nama pasien dan tanggal lahir secara baik, menanyakan tindakan yang akan dilakukkan pada pasien, melakukan kebersihan kaki, serta meminta posisi yang nyaman dalam melakukan pijat kaki dan serta aktif melakukan pijat rutin selama 4 hari berturut-turut. Tn. M mengatakan stelah dilakukan pijat kaki badan terasa ringan, tangan dan kaki bisa bergerak bebas, nyeri kepala berkurang, dan tidak mual muntah.

Pasien Ny. N dengan respon yang baik seperti menyimak secara baik apa yang disampaikan oleh peneliti Tn M bisa menyebutkan nama pasien dan tanggal lahir secara baik, menanyakan tindakan yang akan dilakukkan pada pasien, melakukan kebersihan kaki, serta meminta posisi yang nyaman dalam melakukan pijat kaki dan serta aktif melakukan pijat rutin selama 4 hari berturut-turut, Ny n selalu menanyakan bagaimana cara melakukan pijat kaki sendiri dengan begitu di saat longgar bisa melanjutkan dengan terapi pijat secara mandiri. Ny. N mengatakan setelah dilakukan pijat kaki sakit kepala di bagian belakang berkurang, bebas bergerak dan sudah tidak mual, muntah.

4.1.4 Tekanan Darah Pada Pasien Pasien Dengan Hipertensi sesudah diberikan pelaksanaan Pijat Kaki di Ruang Rawat Inap Puskesmas Galis Pamekasan

Tabel 4.2 Tekanan Darah Pada Pasien Pasien Dengan Hipertensi Sesudah diberikan pelaksanaan Pijat Kaki Tn M dan Ny N di Ruang Rawat Inap Puskesmas Galis Pamekasan (19 - 23 Desember 2020) di Hari ke 1 sampai dengan Ke 4

Hari Ke	Tn M	Ny N
	Sistolik / Diastolik	Sistolik / Diastolik
1	180 / 100 mmHg (Berat)	170 / 90 mmHg (Sedang)
2	170 / 90 mmHg (Sedang)	150 / 80 mmHg (Ringan)
3	160 / 80 mmHg (Sedang)	150 / 80 mmHg (Ringan)
4	150 / 80 mmHg (Ringan)	140 / 80 mmHg (Ringan)

Tabel 4.2 dijelaskan data tekanan darah pada pasien pasien dengan hipertensi sesudah diberikan pelaksanaan Pijat Kaki pada hari ke 1 Tn. M tekanan darah sistolik sebesar 180 mmHg dan diastolik sebesar 100 mmHg (berat), sedangkan Ny. N. memiliki tekanan darah sistolik sebesar 170 mmHg dan diastolik sebesar 100 mmHg (sedang). Pada hari ke 2 Tn. M memiliki tekanan darah sistolik sebesar 170 mmHg dan diastolik sebesar 90 mmHg (sedang), sedangkan Ny. N. memiliki tekanan darah sistolik sebesar 150 mmHg dan diastolik sebesar 80 mmHg (ringan). Pada hari ke 3 Tn. M tekanan darah sistolik sebesar 160 mmHg dan diastolik sebesar 80 mmHg (sedang), sedangkan Ny. N. memiliki tekanan darah sistolik sebesar 150 mmHg dan diastolik sebesar 80 mmHg (ringan). Pada hari ke 4 Tn. M tekanan darah sistolik sebesar 150 mmHg dan diastolik sebesar 80 mmHg (ringan), sedangkan Ny. N. memiliki tekanan darah sistolik sebesar 140 mmHg dan diastolik sebesar 80 mmHg (ringan).

4.2 Pembahasan

4.2.1 Tekanan Darah Pada Pasien Pasien Dengan Hipertensi sebelum diberikan pelaksanaan Pijat Kaki di Ruang Rawat Inap Puskesmas Galis Pamekasan

Berdasarkan data diatas tekanan darah pada pasien pasien dengan hipertensi sebelum diberikan pelaksanaan Pijat Kaki pada hari ke 1 Tn. M memiliki tekanan darah sistolik sebesar 200 mmHg (berat) dan diastolik sebesar 110 mmHg (sedang). dan mempunyai keluhan tangan dan kaki lemas, nyeri kepala, pusing (+), mual (+), muntah (+), mencret (-), bapil (-)/(-), pingsan (-), sesak (-), saat ini dalam hal pola makan pasien makan 3 x sehari dengan teratur. Sedangkan Ny. N. memiliki tekanan darah sistolik sebesar 180 mmHg (berat) dan diastolik sebesar 100 mmHg (sedang). terdapat keluhan utama yaitu sering sakit kepala di bagian belakang, pusing (+), sakit untuk menelan (+), mual (+), muntah (+), bapil (-), sesak (-), pola makan pasien saat ini teratur juga 3 x dalam sehari namun terkadang tidak habis.

Pada hari ke 2 Tn. M memiliki tekanan darah sistolik sebesar 170 mmHg (sedang) dan diastolik sebesar 100 mmHg (sedang), pusing (+), mual (+), muntah (-). Sedangkan Ny. N. memiliki tekanan darah sistolik sebesar 160 mmHg (sedang) dan diastolik sebesar 100 mmHg (sedang), pusing (+), sakit untuk menelan (+), mual (+), muntah (-).

Pada hari ke 3 Tn. M memiliki tekanan darah sistolik sebesar 160 mmHg (sedang) dan diastolik sebesar 90 mmHg (ringan), pusing (+), mual (-), muntah(-). Sedangkan Ny. N. memiliki tekanan darah sistolik sebesar 150 mmHg (ringan) dan diastolik sebesar 90 mmHg (ringan), kepala pusing (+), sakit untuk menelan (+), mual (-), muntah (-).

pada hari ke 4 Tn. M memiliki tekanan darah sistolik sebesar 150 mmHg (ringan) dan diastolik sebesar 90 mmHg (ringan), pusing (+), mual (-), muntah(-). sedangkan Ny. N. memiliki

tekanan darah sistolik sebesar 140 mmHg (ringan) dan diastolik sebesar 90 mmHg (ringan), pusing (-), sakit untuk menelan (-), mual (-), muntah (-).

Terapi pijat kaki merupakan alternatif setelah terapi farmakologi. Langkah dalam perawatan hipertensi adalah terapi farmakologi yaitu dengan memberikan obat antihipertensi dan terapi non farmakologi, dalam hal non farmakologi yang dapat dilakukan pada penderita hipertensi meliputi teknik mengurangi stress, penurunan berat badan, pembatasan alkohol, natrium, tembakau (kafein), serta pijat kaki. Pijat refleksi membuat badan kita terasa rileks. Pemijatan yang dilakukan di titik refleksi pada kaki mampu melancarkan peredaran darah dalam tubuh. Darah yang mengangkut nutrisi makanan dan oksigen keseluruh tubuh dapat bekerja dengan baik. Di samping itu juga mampu mengendorkan saraf-saraf yang tegang dan memberikan rasa nyaman dan rileks pada badan kita. Khasiat pijat refleksi untuk pengobatan juga beragam, titik-titik refleksi yang secara tepat dipijat pada telapak kaki dapat memberikan energi dalam badan yang sedang sakit, dengan energi tersebut maka organ yang ada dalam tubuh kita mampu bekerja secara optimal, sehingga penyakit akan berangsur-angsur hilang. Hampir seluruh penyakit dapat teratasi dengan melakukan pijat refleksi, sebab pijat tersebut selalu dilakukandi titik-titik saraf yang berkaitan dengan organ-organ di dalam tubuh. Contohnya seperti asma, sesak napas, batuk, kepala pusing, pilek, kurang nafsu makan, tekanan darah tinggi, tekanan darah rendah dan lain-lain (Adiguna, 2016).

Tn M dengan kategori hipertensi berat, dan Ny N dengan kategori hipertensi sedang. Tn M saat ini berusia 56 tahun dan mengalami riwayat hipertensi sudah 3 tahun. dan Ny N berusia 52 tahun mengalami riwayat hipertensi sudah 2 tahun sehingga menyebabkan kedua pasien tersebut sedikit gangguan dalam aktivitas harian.

Dukungan dari keluarga pasien juga diperlukan oleh pasien hipertensi untuk mengenali dan mengatasi masalah dengan lebih mudah. Dukungan yang dibutuhkan saat ini untuk pasien adalah membantu memberikan informasi yang bermanfaat terhadap pasien hipertensi terkait tindakan terapi khususnya tentang pijat kaki, serta yang paling penting adalah dalam hal pola makan, pola aktivitas dan kepatuhan minum obat.

4.2.2 Respon Pasien Dengan Hipertensi saat pelaksanaan Pijat Kaki di Ruang Rawat Inap Puskesmas Galis Pamekasan

Pelaksanaan pijat kaki pada kedua pasien dilakukan selama 4 hari dan tiap hari membutuhkan waktu \pm 15 menit. Berdasarkan hasil penelitian didapatkan respon pasien dengan hipertensi saat pelaksanaan pijat kaki di ruang rawat inap Puskesmas Galis Pamekasan yaitu sebagai berikut : Pasien Tn. M. menyimak dan mendengar dengan baik apa yang disampaikan oleh peneliti dan bertanya bila ada yang tidak di mengerti (pelaksanaan pijat kaki sesuai dengan SPO) seperti Tn M bisa merespon dengan menyebutkan nama pasien dan tanggal lahir secara baik, menanyakan tindakan yang akan dilakukkan pada pasien, melakukan kebersihan kaki, serta meminta posisi yang nyaman dalam melakukan pijat kaki dan serta aktif melakukan pijat rutin selama 4 hari berturut-turut, Pasien Ny. N dengan respon yang baik seperti menyimak secara baik apa yang disampaikan oleh peneliti Tn M bisa menyebutkan nama pasien dan tanggal lahir secara baik, menanyakan tindakan yang akan dilakukkan pada pasien, melakukan kebersihan kaki, serta meminta posisi yang nyaman dalam melakukan pijat kaki dan serta aktif melakukan pijat rutin selama 4 hari berturut-turut, Ny n selalu menanyakan bagaimana cara melakukan pijat kaki sendiri dengan begitu di saat longgar bisa melanjutkan dengan terapi pijat secara mandiri. Respon pada masing-masing pasien mempunyai respon baik dikarenakan dengan melakukan pijat kaki pasien

berharap dapat menurunkan tekanan darah, dengan melakukan pijat kaki dapat mengurangi rasa stress

Hipertensi merupakan peningkatan tekanan darah sistolik sedikitnya 140 mmHg atau tekanan distolik sedikitnya 90 mmHg (Nurarif, 2016). Upaya non farmakologi yang dapat dilakukan pada penderita hipertensi meliputi teknik mengurangi stress, penurunan berat badan, pembatasan alkohol, natrium, tembakau (kafein), olahraga, relaksasi, akiupressure, intervensi lain yang dapat dilakukan untuk menurunkan hipertensi adalah pijat kaki. Langkah pertama dalam perawatan hipertensi adalah terapi farmakologi dan terapi non farmakologi.

Pengobatan non farmakologis yaitu lebih menekankan pada perubahan pola makan dan gaya hidup seperti mengurangi konsumsi garam, mengendalikan berat badan, mengendalikan minum kopi, membatasi konsumsi lemak, berolahraga secara teratur, menghindari stress, terapi komplementer (terapi herbal, terapi nutrisi, relaksasi progresif, meditasi, akupuntur, akupresur, aromaterapi, refleksiologi, dan bekam. Pijat menjadi pilihan karena tindakan ini aman bagi pasien karena bukan tindakan invasif dan mudah dilakukan oleh trafis (Lukman, 2020). Kelebihan pijat kaki dibandingkan dengan alternatif lain adalah efek yang dihasilkan secara langsung setelah dilakukakn dapat dirasakan, adanya penurunan tekanan darah walau tidak signifikan. Pijat kaki dapat meningkatkan aliran darah, kompresi pada otot merangsang aliran darah vena dalam jaringan subkutan dan mengakibatkan retensi darah menurun dalam pembuluh perifer dan peningkatan drainase getah bening. Selain itu juga dapat menyebabkan pelebaran arteri yang meningkatkan suplai darah ke daerah yang sedang dipijat, juga dapat meningkatkan pasokan darah dan meningkatkan efektivitas kontraksi otot serta membuang sisa metabolisme dari otot-otot sehingga membantu mengurangi ketegangan pada otot, merangsang relaksasi dan kenyamanan sehingga dapat tekanan darah dalam kondisi normal.

4.2.3 Tekanan Darah Pada Pasien Pasien Dengan Hipertensi sesudah diberikan pelaksanaan Pijat Kaki di Ruang Rawat Inap Puskesmas Galis Pamekasan

Tekanan darah pada pasien pasien dengan hipertensi sesudah diberikan pelaksanaan Pijat Kaki pada hari ke 1 Tn. M memiliki tekanan darah sistolik sebesar 180 mmHg (berat) dan diastolik sebesar 100 mmHg (sedang), pusing (+), mual (+), muntah (-). Sedangkan Ny. N. memiliki tekanan darah sistolik sebesar 170 mmHg (sedang) dan diastolik sebesar 100 mmHg (ringan), pusing (+), sakit untuk menelan (+), mual (+), muntah (-).

Pada hari ke 2 Tn. M memiliki tekanan darah sistolik sebesar 170 mmHg dan diastolik sebesar 90 mmHg (sedang), pusing (+), mual (-), muntah (-). (sedang). Sedangkan Ny. N. memiliki tekanan darah sistolik sebesar 150 mmHg (ringan) dan diastolik sebesar 80 mmHg (normal), pusing (+), sakit untuk menelan (+), mual (-), muntah (-).

Pada hari ke 3 Tn. M memiliki tekanan darah sistolik sebesar 160 mmHg (sedang) dan diastolik sebesar 80 mmHg (normal), pusing (-), mual (-), muntah (-). Sedangkan Ny. N. memiliki tekanan darah sistolik sebesar 150 mmHg (ringan) dan diastolik sebesar 80 mmHg (ringan), pusing (-), sakit untuk menelan (+), mual (-), muntah (-).

Pada hari ke 4 Tn. M memiliki tekanan darah sistolik sebesar 150 mmHg (ringan) dan diastolik sebesar 80 mmHg (ringan) pusing (-), mual (-), muntah (-). Sedangkan Ny. N. memiliki tekanan darah sistolik sebesar 140 mmHg (ringan) dan diastolik sebesar 80 mmHg (normal). pusing (-), sakit untuk menelan (-), mual (-), muntah (-).

Jadi dalam hal ini dilihat dari hasil perkembangan perubahan tekanan darah dan berkurangnya keluhan/gejala pada kedua pasien bahwa pijat kaki berpengaruh dalam penurunan tekanan darah, di dalam penelitian Sari (2014) di dapatkan tekanan darah sistole sebelum dilakukan perlakuan mempunyai rata-rata sebesar 172,60mmHg, tekanan darah sistole sesudah

dilakukan perlakuan mempunyai rata-rata sebesar 148,00 mmHg, perbedaan tekanan darah sistole sebelum dan sesudah perlakuan mempunyai hasil yang signifikan.

Hal ini menjadikan adanya perbedaan pada kedua pasien. Dalam hal ini perawat maupun keluarga harus dapat memotivasi dan memberikan edukasi serta semangat pada pasien untuk melakukan terapi pijat kaki. Keteraturan dalam mengikuti fisioterapi perlu diperhatikan untuk dapat meningkatkan status fungsi tubuh pasien, namun tidak langsung diperoleh secara instan, tetapi diperoleh secara perlahan dan dibutuhkan kesabaran.

Setelah dilakukan terapi pijat refleksi kaki didapatkan beberapa orang responden mengatakan badan lebih ringan dan sakit kepala berkurang. Pendapat ini didukung oleh Penelitian Wijayakusuma (2010) yang menyatakan bahwa pijat refleksi kaki dapat memberikan rangsangan relaksasi yang mampu memperlancar aliran darah dan cairan tubuh pada bagian-bagian tubuh yang berhubungan dengan titik syaraf kaki yang dipijat. Sirkulasi darah yang lancar akan memberikan efek relaksasi sehingga tubuh mengalami kondisi seimbang.

Pengobatan hipertensi tidak hanya dengan obat-obatan saja, metode pengobatan komplementer dengan terapi pijat dapat menjadi pilihan alternatif yang baik dari segi manfaat dan keamanannya. Pijat adalah terapi non-invasif dan membantu untuk menghentikan kerusakan lebih lanjut dari tubuh. Pijat membantu mengurangi stres dari tubuh ketika diterapkan pada kaki. Menerapkan pijat pada kaki membantu dalam pembangunan kembali keseimbangan tubuh. Sehingga akan memperlancar sirkulasi darah dan tekanan menjadi stabil. (Sari dkk, 2014)

Pijat adalah suatu praktik memijat titik-titik tertentu pada kaki. Manfaat pijat untuk kesehatan sudah tidak perlu diragukan lagi. Salah satu khasiatnya yang paling populer adalah untuk mengurangi rasa sakit pada tubuh. Manfaat lainnya adalah mencegah berbagai penyakit, meningkatkan daya tahan tubuh, membantu mengatasi stress, meringankan gejala migrain,

membantu penyembuhan penyakit kronis, dan mengurangi ketergantungan terhadap obat-obatan. Teknik-teknik dasar yang sering dipakai dalam pijat diantaranya: teknik pada kaki pada satu titik, serta teknik menekan dan menahan. Rangsangan-rangsangan berupa pijat pada tangan dan kaki dapat memancarkan gelombang-gelombang relaksasi ke seluruh tubuh sehingga tekanan darah menjadi stabil. (Rezky, 2015).

Pijat pada kaki membuat badan kita terasa rileks. Pijat yang dilakukan di titik refleksi pada kaki mampu melancarkan peredaran darah dalam tubuh. Darah yang mengangkut nutrisi makanan dan oksigen keseluruh tubuh dapat bekerja dengan baik. Di samping itu juga mampu mengendorkan saraf-saraf yang tegang dan memberikan rasa nyaman dan rileks pada badan kita. Khasiat pijat refleksi untuk pengobatan juga beragam, titik refleksi yang secara tepat dipijat pada telapak kaki dapat memberikan energi dalam badan yang sedang sakit, dengan energi tersebut maka organ yang ada dalam tubuh kita mampu bekerja secara optimal, sehingga penyakit akan berangsur-angsur hilang. Hampir seluruh penyakit dapat teratasi dengan melakukan pijat refleksi, sebab pijat tersebut selalu dilakukan di titik-titik saraf yang berkaitan dengan organ-organ di dalam tubuh. Contohnya seperti asma, sesak napas, batuk, kepala pusing, pilek, kurang nafsu makan, tekanan darah tinggi, tekanan darah rendah dan lain-lain (Adiguna, 2016)

Dalam hal ini diperlukan dukungan juga dari keluarga dalam rangka memberikan dukungan terhadap pasien hipertensi supaya terbebas dari penyulit dan komplikasi yang mungkin timbul setelah serangan hipertensi seperti timbulnya penyakit stroke dengan cara membantu pasien hipertensi melakukan pijat kaki secara teratur. Penderita hipertensi membutuhkan program terapi pijat, terapi dilakukan secepatnya walaupun kondisi pasien di tempat tidur. Hal ini dimaksudkan untuk memperbaiki fungsi neurologis dan mencegah terjadinya kekakuan otot - otot tubuh. Pijat kaki sebaiknya dilakukan, baik untuk pasien dalam kondisi sehat maupun sedang sakit, hal ini

yang dapat dilakukan dengan menekan telapak kaki, agar peningkatan kemampuan fungsional (aktivitas sehari-hari) secara penuh bisa tercapai.