

PEMBERIAN REFLEKSI PIJAT KAKI PADA PENDERITA HIPERTENSI DI DESA DAWUHAN PURBALINGGA

Kelvin Angling Kusumo*¹, Madyo Maryoto¹

¹Fakultas Kesehatan Universitas Harapan Bangsa, Purwokerto

*korespondensi penulis, e-mail: kelvinkusumo12@gmail.com

ABSTRAK

Hipertensi adalah penyakit yang prevalensinya meningkat setiap tahunnya dan menjadi penyebab peningkatan morbiditas dan mortalitas secara universal. Keluarga bisa menurunkan hipertensi melalui penatalaksanaan non farmakologis. Pendekatan non farmakologis yang dapat mengurangi hipertensi ialah pijat refleksi kaki. Pijat refleksi adalah praktik manipulasi reseptor tangan dan kaki tertentu. Manfaat kesehatan pijat refleksi tidak lagi dipertanyakan. Kemampuannya untuk meringankan ketidaknyamanan tubuh ialah salah satu kualitasnya yang paling populer. Manfaat lainnya ialah pencegahan berbagai penyakit. Nugroho memperbaharui temuan penelitian ini, yang menunjukkan bahwa pijat refleksi kaki lebih efektif daripada hipnoterapi dalam menurunkan tekanan darah. Penelitian ini memakai studi kasus dengan pendekatan keperawatan, tahapan pengkajian hingga evaluasi dan implementasi pijat refleksi kaki selama 30 menit, dan pengukuran tekanan darah memakai tensimeter analog pada awal dan akhir implementasi. Perangkat implementasi diberikan satu kali dan persetujuan responden diperoleh terlebih dahulu sebagai pedoman etis. Perbandingan pembacaan tekanan darah sebelum dan sesudah perawatan refleksi kaki dilakukan. Terapi refleksi kaki menurunkan tekanan darah pasien hipertensi sebanyak 20 poin, dari 170/110 mmHg menjadi 150/90 mmHg. Hal ini menunjukkan bahwa refleksiologi mengurangi tekanan darah pasien hipertensi. Berlandaskan temuan studi kasus yang dilakukan pada tanggal 1 - 4 November 2022 pada Bapak M dengan masalah keperawatan hipertensi, penerapan terapi pijat refleksi ternyata efektif dalam mengontrol dan menurunkan tekanan darah pasien.

Kata kunci: hipertensi, keluarga, pijat refleksi

ABSTRACT

Hypertension is a disease whose prevalence increases every year and is the cause of universal increases in morbidity and mortality. Families can reduce hypertension through non-pharmaceutical management. A non-pharmacological approach that can reduce hypertension is foot reflexology massage. Reflexology is the practice of manipulating specific receptors of the hands and feet. The health benefits of reflexology massage are no longer in question. Its ability to relieve bodily discomfort is one of its most popular qualities. Another benefit is the prevention of various diseases. Nugroho updated the findings of this study, which showed that foot reflexology massage was more effective than hypnotherapy in lowering blood pressure. This research uses a case study of nursing process, stages of assessment to evaluation and implementation of foot reflexology massage for 30 minutes, and blood pressure measurements using an analogue blood pressure monitor at the beginning and end of implementation. The implementation tool was administered once and respondents' consent was obtained first as an ethical guideline. A comparison of blood pressure readings before and after foot reflexology treatment was performed. Foot reflexology therapy reduces blood pressure in hypertensive patients by 20 points, from 170/110 mmHg to 150/90 mmHg. This shows that reflexology reduces blood pressure in hypertensive patients. Based on the findings of a case study conducted from 1 - 4 November 2022 on Mr. M with hypertension nursing problems, the application of reflexology massage therapy was found to be effective in controlling and lowering the patient's blood pressure.

Keywords: family, hypertension, reflexology

PENDAHULUAN

Penyakit jantung serta pembuluh darah ialah penyebab utama kematian di negara maju maupun berkembang. Hipertensi ialah penyakit yang prevalensinya meningkat setiap tahunnya dan menjadi penyebab peningkatan morbiditas dan mortalitas secara universal (Kemenkes RI, 2019). Jika tekanan darah sistolik 140 mmHg dan tekanan darah diastolik 90 mmHg, maka terjadi hipertensi (PERHI, 2021).

Centers for Disease Control (CDC) (2020) menyatakan jika prevalensi hipertensi di Amerika semakin meningkat sejalan dengan bertambahnya usia, dimana pada usia 18-39 tahun sebesar 22,4%, umur 40-59 tahun sebesar 54,5% dan umur 60 tahun ke atas sebesar 74,5% (CDC, 2020). Kemenkes RI melaporkan pada tahun 2019 prevalensi hipertensi pada semua umur di Indonesia tahun 2018 sebesar 34,11%, sedangkan kejadian hipertensi pada lansia sebesar 63,2% pada usia 65-74 tahun serta 69,5% pada usia >75 tahun. Di wilayah Jawa Tengah menduduki posisi ke-4 dengan persentase hipertensi sebanyak 37,57% (Kemenkes RI, 2019).

Keluarga serta masyarakat berperan penting dalam peningkatan kesehatan serta kualitas hidup, khususnya melalui perubahan perilaku yang berkaitan dengan kesehatan dan kualitas hidup yakni perubahan perilaku menuju pola hidup sehat di lingkungan keluarga dan masyarakat, perbaikan lingkungan (fisik, biologis, sosial budaya, dan ekonomi), dan memberikan dukungan orang tua. Selain itu, fokus utamanya adalah pada layanan kesehatan dan pensiun yang berkualitas tinggi dan layak (Nadirawati, 2018).

Keluarga bisa menurunkan tekanan darah tinggi dengan cara farmakologi, yakni dengan rutin minum obat, atau cara nonfarmakologi. Metode non-farmasi yang bisa menurunkan tekanan darah antara lain akupresur, tumbuhan Cina, terapi herbal, relaksasi pernapasan dalam, aromaterapi, terapi musik klasik, dan meditasi, serta teknik lain, seperti pijat refleksi kaki. Pengobatan nonfarmakologis bisa dipakai

bersamaan dengan obat antihipertensi untuk menghasilkan efek terapeutik (Rezki, 2015). Refleksiologi ialah praktik memanipulasi situs refleks tangan dan kaki tertentu. Tidak ada keraguan tentang manfaat kesehatan pijat refleksi. Sifat penghilang rasa sakitnya ialah salah satu manfaatnya yang paling dicari. Manfaat lainnya termasuk pencegahan penyakit, peningkatan sistem kekebalan tubuh, manajemen stres, mengatasi gejala migrain, pereda penyakit kronis, dan pengurangan ketergantungan pada obat-obatan. Refleksiologi mengatur tekanan darah lebih efektif daripada hipnoterapi (Rindang dkk, 2018). Hal ini seperti yang dijelaskan oleh Wahyuni (2014), terapi pijat kaki melancarkan sirkulasi darah di dalam seluruh tubuh, menjaga kesehatan agar tetap prima, membantu mengurangi rasa sakit dan kelelahan, melancarkan produksi hormon endorfin yang berfungsi untuk relaksasi tubuh sehingga tekanan darah menurun.

Pada dasarnya, pijat relaksasi adalah suatu cara agar darah kembali mengalir. Dengan memijat titik-titik refleks, aliran darah seharusnya mengalir merata, menyempitkan dan menormalkan kembali pembuluh darah. Titik refleks jantung dan titik tekanan darah merangsang impuls saraf yang bekerja pada sistem saraf otonom, cabang dari sistem saraf parasimpatis, saat dipijat atau ditekan. Pijat/tekanan berirama teratur pada kaki mencerminkan organ yang relevan, merangsang saraf tepi melalui jalur saraf ke sistem saraf pusat dan sistem saraf posterior, menghasilkan efek relaksasi dan membawa tubuh ke keadaan homeostasis. Jantung serta pembuluh darah dipengaruhi oleh keadaan homeostatis tubuh, yang bisa mengembalikan fungsi dan menormalkan tekanan darah (Fandizal dkk, 2020).

Menurut Arianto dkk (2018) menyebutkan bahwa *foot reflexology* secara signifikan berhubungan dengan penurunan tekanan darah pada orang yang terkena hipertensi. Menurut penelitian Rezki (2015), individu dengan hipertensi primer memiliki korelasi antara pijat refleksi kaki

dengan tekanan darah. Menurut penelitian, pijat refleksi kaki efektif untuk menurunkan tekanan darah pada pasien hipertensi lansia (Amalia, 2016).

Berlandaskan hasil pendataan yang dilaksanakan di Desa Dawuhan pada tanggal 24 hingga 31 Oktober 2022, mayoritas penduduk menderita hipertensi yaitu sebanyak 37 orang. Karena gizi buruk, efek stres, dan keengganan bergerak. Di Desa Dawuhan, keluarga Bapak M, khususnya Bapak M sendiri, menderita hipertensi. Kedua orang tua Bapak M menderita hipertensi, kondisi yang sama dengan yang dialaminya saat ini. Bapak M menderita hipertensi tiga puluh tahun yang lalu. Bapak M juga mengatakan sering masuk rumah sakit, sejak 9 bulan yang lalu berobat hipertensi secara rutin, dan 2 bulan

METODE

Penelitian ini memakai studi kasus yang disusun dengan pendekatan keperawatan, langkah pengkajian hingga evaluasi, dan implementasi dengan pijat refleksi kaki selama 30 menit tanpa pengaruh obat antihipertensi di bawah supervisi pijat refleksi kaki menurut penelitian Chanif dan Khoiriyah tahun 2016 dan mengukur tekanan darah dengan

HASIL

Bapak M, seorang laki-laki berusia 77 tahun yang mengeluh migrain, leher terasa kaku, tekanan darah 170/110 mmHg, sering merasa lemas dan lelah. Klien juga mengeluh sulit tidur. Beliau terkadang terbangun di tengah malam saat merasa kurang tidur. Berlandaskan penilaian yang diterima, bisa disimpulkan jika responden memiliki masalah, dan diagnosa keperawatan utama adalah risiko aliran

terakhir ini berhenti minum obat yang diresepkan karena lelah dan lesu, jarang minum obat dan olahraga, dan menikmati makan makanan tinggi kolesterol. Bapak M menyatakan sering mengalami vertigo, leher pegal, dan denyut nadi yang berdebar-debar. Bapak M juga menyebutkan bahwa terkadang dia tidur siang saat merasa bingung.

Hal ini disebabkan karena hipertensi ialah penyakit yang menyerang banyak orang tanpa gejala yang jelas dan bisa mengakibatkan penyakit lain yang lebih berbahaya jika tidak segera ditangani. Oleh sebab itu, penulis berkeinginan untuk melaksanakan studi kasus terkait manfaat pemberian pijat refleksi kaki pada penderita hipertensi yaitu Bapak M.

tensimeter analog pada awal dan akhir implementasi. Sebagai pedoman etik, set aplikasi diberikan satu kali, dan persetujuan responden diperoleh sebelumnya. Bapak M yang berusia 77 tahun dan didiagnosa hipertensi. Penelitian ini dilakukan di Desa Dawuhan Kecamatan Padamara Kabupaten Purbalingga.

darah otak yang tidak efektif karena tekanan darah tinggi, dengan rencana perawatan pemantauan tekanan intrakranial. Intervensi keperawatan ini berfokus pada penurunan tekanan darah responden sehingga perawatan yang dapat diberikan, meliputi observasi, terapi, pendidikan, dan kolaborasi. Hasil pelaksanaan ditampilkan pada tabel berikut.

Tabel 1. Hasil Implementasi Terapi Pijat Refleksi Kaki pada Pasien Hipertensi

Variabel	Pretest	Posttest
Tekanan Darah	170/110 mmHg	150/90 mmHg

PEMBAHASAN

Bapak M mengetahui bahwa menurut hasil pemeriksaan keluarga, jika ada anggota keluarga yang kurang sehat maka

akan diistirahatkan terlebih dahulu, dan jika istirahat tidak berpengaruh maka akan dibawa ke fasilitas kesehatan seperti rumah

sakit, bidan, atau puskesmas. Bapak M mengatakan mengetahui penyakit yang dideritanya, namun tidak mengetahui penyebab dan akibat dari penyakit tersebut, begitu pula dengan keluarganya. Bapak M juga mengatakan bahwa jika sakit kepala, merasa pusing, dan tegang tidak berkurang, Bapak M datang sendiri ke puskesmas langsung tanpa didampingi keluarga karena sibuk, sehingga dapat dikatakan peran keluarga Bapak M masih kurang untuk mengetahui perilaku kesehatan yang baik jika Bapak M sakit. Sejalan dengan penelitian oleh Kaseuntung dkk (2015), terdapat keterkaitan antara peran keluarga dengan kepatuhan terapi pada pasien hipertensi.

Dari hasil pengkajian diketahui bahwa Bapak M masih malas minum obat, makan makanan berlemak dan berkolesterol, dan Bapak M juga mengatakan bahwa sesekali olah raga untuk mengurangi stres. Untuk mencapai kesehatan keluarga yang optimal, peran keluarga dalam pengelolaan hipertensi sangat penting. Evaluasi visual yang diadaptasi dari lima tugas kesehatan keluarga. Tanggung jawab menafkahi anggota keluarga yang sakit ialah mengamati perubahan kecil mereka (Nadirawati, 2018).

Keluarga Bapak M mengetahui masalah hipertensi Bapak M dengan memeriksa gejala dan tanda yang berhubungan dengan peningkatan tekanan darahnya seperti yang dijelaskan oleh peneliti. Tanda dan gejala ini termasuk sakit kepala, nyeri di area tubuh, vertigo, nyeri leher, lekas marah, dan insomnia. Akibatnya, Bapak M merasa kesal dengan gejala yang dialami. Hal ini dapat terkait dengan kurang mampunya keluarga dalam melakukan perawatan terhadap anggota keluarga yang sakit serta perilaku berisiko kesehatan.

Bapak M yang menjalankan peran menghidupi keluarga, ialah kepala keluarga, dan beliau selalu berbagi atau menginformasikan kepada anggota keluarga lainnya ketika beliau merasakan adanya masalah atau kesulitan dalam

keluarga. Metode komunikasi yang digunakan Bapak M antara orang tua dan anak adalah transparan. Sebelum mengambil keputusan, suatu masalah, misalnya, mesti didiskusikan dan diselesaikan secara kolektif. Bapak M biasanya membuat keputusan ketika ada anggota keluarganya yang sakit, akan diantar ke fasilitas kesehatan seperti rumah sakit atau bidan.

Responden menunjukkan diagnosa keperawatan risiko perfusi serebral tidak efektif akibat hipertensi. Risiko inefektif perfusi serebral menurut Standar Diagnosis Keperawatan Indonesia (SDKI) adalah risiko penurunan aliran darah otak. Kondisi klinis yang berhubungan dengan responden dalam Standar Diagnosa Keperawatan Indonesia khususnya hipertensi (Tim Pokja SDKI DPP PPNI, 2017).

Responden dirawat sesuai dengan Standar Intervensi Keperawatan Indonesia (SIKI). Responden dimonitor untuk tekanan darah yang disebabkan oleh kondisi klinis hipertensi. Tekanan darah diukur sebelum serta sesudah sesi terapi refleksi kaki dalam waktu 30 menit (Chanif & Khoiriyah, 2016). Intervensi dilaksanakan dalam satu hari dengan sistem pra dan pasca pengujian, konsisten dengan pedoman yang telah diterapkan. Pengukuran tekanan darah dilakukan sebelum serta setelah pijat refleksi kaki. Hal ini berdasarkan beberapa penelitian yang telah dilakukan sebelumnya oleh Nizar & Farida (2022) dimana pada hasil penelitiannya terdapat pengaruh terapi pijat refleksi kaki terhadap penurunan tekanan darah dengan hasil penelitian sebelum dilakukan intervensi tekanan darah sistolik 153 mmHg dan setelah dilakukan intervensi tekanan darah sistolik 139 mmHg. Selain itu juga penelitian yang dilakukan oleh Lukman dkk (2020) menunjukkan bahwa ada perbedaan tekanan darah sistolik sebelum dilakukan pijat refleksi 142 mmHg dan setelah dilakukan pijat refleksi tekanan darah sistolik 127 mmHg, sehingga didapatkan ada pengaruh terapi pijat refleksi terhadap penurunan tekanan darah.

Terapi refleksi kaki pada studi kasus ini menurunkan tekanan darah pasien hipertensi sebanyak 20 poin, dari 170/110 mmHg menjadi 150/90 mmHg. Hal ini menunjukkan bahwa refleksiologi mengurangi tekanan darah pasien hipertensi.

Menurut penelitian Chanif & Khoiriyah (2016), pijat refleksi kaki memiliki efek langsung pada elastisitas dinding pembuluh darah, terutama dengan memodulasi struktur jaringan lunak, sehingga mengurangi ketegangan. Selain itu, pijat refleksi merangsang sistem saraf simpatik, yang menurunkan tekanan darah.

Menurut Amin & Priyono (2018), pijat refleksi ialah metode nonfarmasi untuk mengendalikan hipertensi dan mengatur tekanan darah. Pijat refleksi dapat meningkatkan sirkulasi darah dalam tubuh. Menurut penelitian, pijat refleksi mempengaruhi hormon seperti dopamin, serotonin, epinefrin (adrenalin), norepinefrin, oksitosin, dan kortisol (Hartutik & Suratih, 2017). Pijat mengurangi rasa sakit dengan bekerja pada sistem saraf pusat, menghalangi jalur saraf yang mengarah ke otak (serat A dan C), dan mendorong otak pusat untuk melepaskan beta-endorfin dan enkefalin (Lutvitaningsih dkk, 2021).

Menurut Nuraini (2015), dampak lain pijat refleksi antara lain teori gerbang nyeri,

teori impuls saraf, peningkatan sekresi endorfin dan enkefalin yang mengontrol nyeri, peningkatan aliran kelenjar getah bening, peningkatan sistem kekebalan tubuh, peningkatan konduksi saraf, aliran darah, dan pengeluaran racun tubuh. Hal serupa juga diungkapkan oleh Arianto dkk (2018) yang menyebutkan bahwa pijat refleksi bermanfaat untuk mengatasi rasa sakit pada tubuh, mencegah komplikasi lain, meningkatkan imun, mengendalikan stres, mengatasi gejala sakit kepala, menyembuhkan penyakit kronis, dan mengurangi ketergantungan obat penurun tekanan darah. Menurut Sihotang (2021), juga mengatakan bahwa pijat refleksi di kaki dapat menghilangkan sumbatan dalam aliran darah sehingga aliran darah dan energi di dalam tubuh kembali lancar.

Pijat refleksi mampu memberikan efek relaksasi yang dapat melancarkan aliran darah di seluruh tubuh yang berkaitan dengan titik saraf pada kaki, sehingga tubuh menjadi normal dan energi di dalam tubuh seimbang sehingga tekanan darah kembali dengan nilai normal. Melakukan pijat refleksi pada penderita hipertensi yaitu untuk melancarkan jalur energi dan aliran energi tanpa adanya hambatan ketegangan otot di dalam tubuh sehingga dapat mengurangi risiko penyakit hipertensi dan komplikasinya (Umamah & Paraswati, 2019).

SIMPULAN

Berlandaskan hasil studi kasus yang dilaksanakan pada tanggal 1 sampai 4 November 2022 pada Bapak M dengan diagnosa medis hipertensi terbukti bahwa

hasil implementasi terapi pijat refleksi yang diberikan mampu mengontrol dan mengurangi tekanan darah penderita.

DAFTAR PUSTAKA

- Amalia, R. N. (2016). *Efektifitas pijat refleksi kaki terhadap penurunan tekanan darah lansia hipertensi di PSTW Budi Luhur Yogyakarta*.
- Amin, M., & Priyono, S. (2018). Perubahan Tekanan Darah pada Lansia Hipertensi Menggunakan Alat Pijat Refleksi Kaki Elektrik di PSTW Jember. *Jurnal Kesehatan Dr. Soebandi*, 6(1), 489-492.
- Arianto, A., Prastiwi, S., & Sutriningsih, A. (2018). Pengaruh terapi pijat refleksi telapak kaki terhadap perubahan tekanan darah pada penderita hipertensi. *Nursing News: Jurnal Ilmiah Keperawatan*, 3(1).
- CDC. (2020). *Facts About Hypertension*. In *Centers for Disease Control and Prevention*.
- Chanif, C., & Khoiriyah, K. (2016). *Penurunan tekanan darah pada pasien hipertensi berbasis Terapi pijat refleksi kaki*.
- Fandizal, M., Astuti, Y., & Sani, D. N. (2020). Implementasi Pijat Refleksi Kaki Terhadap Penurunan Tekanan Darah Pada Klien Dengan Hipertensi Tidak Terkontrol: Implementation Of Foot Reflexology

- Massage To Decrease Blood Pressure In Clients With Uncontrolled Hypertension. *Jurnal Ilmiah Pamenang*, 2(1), 17-21.
- Hartutik, S., & Suratih, K. (2017). Pengaruh terapi pijat refleksi kaki terhadap tekanan darah pada penderita hipertensi primer. *Gaster*, 15(2), 132-146.
- Kaseuntung, C., Kundre, R., & Bataha, Y. (2015). E-journal Keperawatan (e-Kp) Volume 3 Nomor 3 Agustus 2015. *E-Journal Keperawatan (e-Kp)*, 3, 1-8.
- Kemenkes, R. I. (2019). *Profil Kesehatan Indonesia Tahun 2021*. Kementerian Kesehatan Republik Indonesia. Jakarta: Kementerian Kesehatan Republik Indonesia.
- Lukman, L., Putra, S. A., Habiburrahma, E., Wicaturatmashudi, S., Sulistini, R., & Agustin, I. (2020). Pijat Refleksi Berpengaruh Terhadap Tekanan Darah Pada Pasien Hipertensi Di Klinik Atgf 8 Palembang. *Jurnal Bahana Kesehatan Masyarakat (Bahana of Journal Public Health)*, 4(1), 5-9.
- Lutvitaningsih, I., Maryoto, M., & Apriliyani, I. (2021). Pengaruh Terapi Pijat Refleksi Kaki terhadap Penurunan Tekanan Darah pada Lansia dengan Hipertensi. *Seminar Nasional Penelitian Dan Pengabdian Kepada Masyarakat*, 1(1), 412-416. Retrieved from <https://prosiding.uhb.ac.id/index.php/SNPP/KM/article/view/863>
- Nadirawati, S. M. (2018). *Buku Ajar Asuhan Keperawatan Keluarga*. Cimahi: PT Refika Aditama. Retrieved Februari.
- Nizar, A. M., & Farida, F. (2022). Pengaruh Terapi Refleksi Kaki Terhadap Penurunan Tekanan Darah Pada Lansia Hipertensi Di Kecamatan Campurdarat Kabupaten Tulungagung. *Jurnal Penelitian Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan Nahdlatul Ulama Tuban*, 4(1).
- Nuraini, B. (2015). Risk factors of hypertension. *Jurnal Majority*, 4(5).
- PERHI. (2021). *Konsensus penatalaksanaan hipertensi 2021: update konsensus PERHI 2019*. Perhimpunan Dokter Hipertensi Indonesia, 1, 66.
- Rezki, R. A. (2015). Pengaruh Terapi Pijat Refleksi Telapak Kaki Terhadap Perubahan Tekanan Darah pada Penderita Hipertensi Rindang Azhari Rezki, Yesi Hasneli, O. H. (2015) "Pengaruh Terapi Pijat Refleksi Telapak Kaki Terhadap Perubahan Tekanan Darah pada Penderita Hipertensi. *Nursing News*, 2(2), 1454-1462. <https://publikasi.unitri.ac.id/index.php/fikes/article/view/830>
- Rindang, A.R., Yesi, O.H. (2018). Pengaruh Terapi Pijat Refleksi Telapak Kaki Terhadap Perubahan Tekanan Darah pada Penderita Hipertensi. *Nursing News*, 2(2), 1454-1462. <https://publikasi.unitri.ac.id/index.php/fikes/article/view/830>
- Sihotang, E. (2021). Pengaruh Pijat Refleksi Kaki Terhadap Penurunan Tekanan Darah Pada Penderita Hipertensi Di Kecamatan Medan Tuntungan Tahun 2020. *Jurnal Pandu Husada*, 2(2), 98-102.
- Tim Pokja SDKI DPP PPNI. (2017). *Standar Diagnosis Keperawatan Indonesia. Definisi dan Indikator Diagnostik*. Jakarta: Dewan Pengurus PPNI.
- 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.