

KARYA TULIS ILMIAH

**PENERAPAN TERAPI PIJAT KAKI TERHADAP UPAYA PENURUNAN
TEKANAN DARAH PADA PASIEN HIPERTENSI DENGAN
GANGGUAN NYERI AKUT DI WILAYAH KERJA
UPTD PUSKESMAS KAUKO KECAMATAN
KOTA GUNUNGSITOLI**



FERNINGSIH ZALUKHU
P07520322010

**KEMENTRIAN KESEHATAN REPUBLIK INDONESIA
POLITEKNIK KESEHATAN MEDAN
JURUSAN KEPERAWATAN
PRODI D-III KEPERAWATAN GUNUNGSITOLI
TAHUN 2025**

**PENERAPAN TERAPI PIJAT KAKI TERHADAP UPAYA PENURUNAN
TEKANAN DARAH PADA PASIEN HIPERTENSI DENGAN
GANGGUAN NYERI AKUT DI WILAYAH KERJA
UPTD PUSKESMAS KAUKO KECAMATAN
KOTA GUNUNGSITOLI**

Karya Tulis Ilmiah /Laporan Kasus

Sebagai salah satu syarat untuk menyelesaikan studi dan memperoleh
gelar Ahli Madya Keperawatan (A.Md.Kep) pada Program Studi
D-III Keperawatan Gunungsitoli Jurusan Keperawatan
Politeknik Kesehatan Kemenkes Medan



FERNINGSIH ZALUKHU
P07520322010

**KEMENTRIAN KESEHATAN REPUBLIK INDONESIA
POLITEKNIK KESEHATAN MEDAN
JURUSAN KEPERAWATAN
PRODI D-III KEPERAWATAN GUNUNGSITOLI
TAHUN 2025**

**LEMBAR PERSETUJUAN
KARYA TULIS ILMIAH**

**PENERAPAN TERAPI PIJAT KAKI TERHADAP UPAYA PENURUNAN
TEKANAN DARAH PADA PASIEN HIPERTENSI DENGAN
GANGGUAN NYERI AKUT DI WILAYAH KERJA
UPTD PUSKESMAS KAUKO KECAMATAN
KOTA GUNUNGSITOLI**

Diusulkan Oleh

FERNINGSIH ZALUKHU
NIM. P07520322010

Telah Diterima dan Disetujui untuk Diuji dihadapan penguji
Gunungsitoli, 23 Juni 2025

Pembimbing Utama



Dr. Soep, S.Kp., M.Kes
NIDN. 4022127001

Pembimbing Pendamping



Cipta Citra K. Gulo, S.Kep.Ns., M.Kep
NIDN. 3426048701

Ketua Prodi D-III Keperawatan Gunungsitoli
Politeknik Kesehatan Kemenkes Medan,



Cipta Citra Karyani Gulo, S.Kep.,Ns.,M.Kep
NIP.19870426 2015032 004

**LEMBAR PENGESAHAN
KARYA TULIS ILMIAH**

**PENERAPAN TERAPI PIJAT KAKI TERHADAP UPAYA PENURUNAN
TEKANAN DARAH PADA PASIEN HIPERTENSI DENGAN
GANGGUAN NYERI AKUT DI WILAYAH KERJA
UPTD PUSKESMAS KAUKO KECAMATAN
KOTA GUNUNGSITOLI**

Telah dipersiapkan dan disusun oleh

FERNINGSIH ZALUKHU
NIM. P07520322010

Karya Tulis Ilmiah ini telah Diuji pada Seminar Hasil Karya Tulis Ilmiah
Prodi D-III Keperawatan Gunungsitoli Poltekkes Kemenkes Medan
Tahun 2025

Dewan Penguji

Tanda Tangan

1. Ketua Penguji:

Dr. Soep, S.Kp., M.Kes
NIDN. 4022127001

:



2. Penguji 1:

Hadirat Candra Laoli, S.Kep., Ners. MKM
NIDK. 8904350022

:



3. Penguji 2:

Solihudin Harahap, S.pd S.kep., Ns. M.kep
NIDN. 4015077401

:



Gunungsitoli, 23 Juni 2025

Mengetahui:

Ketua Prodi D-III Keperawatan Gunungsitoli
Politeknik Kesehatan Kemenkes Medan,



Cipta Citra Karyani Gulo, S.Kep., Ns., M.Kep
NIP. 19870426 2015032 004

PERNYATAAN KEASLIAN PENELITIAN

Yang bertanda tangan di bawah ini saya :

Nama : FERNINGSIH ZALUKHU
NIM : P07520322010
Program Studi : Diploma III
Jurusan : Keperawatan
Perguruan Tinggi : Poltekkes Kemenkes Medan

Menyatakan bahwa saya tidak melakukan kegiatan plagiat dalam penulisan
Karyatulis ilmiah saya yang berjudul:

PENERAPAN TERAPI PIJAT KAKI TERHADAP UPAYA PENURUNAN TEKANAN DARAH PADA PASIEN HIPERTENSI DENGAN GANGGUAN NYERI AKUT DI WILAYAH KERJA UPTD PUSKESMAS KAUKO KECAMATAN KOTA GUNUNGSITOLI

Apabila suatu saat nanti terbukti saya melakukan tindakan plagiat, maka saya bersedia menerima sanksi sesuai dengan ketentuan yang berlaku. Demikian surat pernyataan ini saya buat dengan sebenar-benarnya.

Gunungsitoli, 23 Juni 2025
Peneliti,



FERNINGSIH ZALUKHU
NIM. P07520322010

BIODATA PENULIS



Nama : FERNINGSIH ZALUKHU
Tempat/Tgl lahir : Hilisalo'o, 23 September 2004
Jenis Kelamin : Perempuan
Agama : Kristen Protestan
Alamat Rumah : Hilisalo'o Desa Lukhulase
Nomor HP : 082210546322

RIWAYAT PENDIDIKAN

1. SD : SD Negeri 077781 Hilisalo'o
2. SMP : SMP Negeri 3 Kota Gunungsitoli
3. SMA : SMA SWASTA CAHAYA LAHEWA

ABSTRAK

PENERAPAN TERAPI PIJAT KAKI TERHADAP UPAYA PENURUNAN TEKANAN DARAH PADA PASIEN HIPERTENSI DENGAN GANGGUAN NYERI AKUT DI WILAYAH KERJA UPTD PUSKESMAS KAUKO KECAMATAN KOTA GUNUNGSITOLI

Ferningsih Zalukhu, Soep, Cipta Citra Karyani Gulo,
Politeknik Kesehatan Kemenkes Medan
Email:ningsihzalukhu20@gmail.com

Latar belakang dan tujuan penelitian: Hipertensi adalah dimana seseorang mengalami peningkatan tekanan darah sistolik dan diastolik diatas 140/90 mmHg. Nyeri yang dialami oleh penderita hipertensi terjadi karena adanya peningkatan tekanan darah, dimana hal tersebut dapat terjadi akibat adanya penyumbatan pada sistem peredaran darah baik dari jantung dan serangkaian pembuluh darah arteri ataupun vena hal itu dapat membuat aliran darah di sirkulasi sehingga menyebabkan tekanan meningkat, penatalaksanaan yang dapat dilakukan dengan penerapan terapi pijat kaki yang bertujuan untuk memperlancar sirkulasi darah, relaksasi otot, mengurangi nyeri, meningkatkan aliran darah dan menurunkan tekanan darah. Tujuan penelitian ini untuk mengeksplorasi penerapan terapi pijat kaki Terhadap Upaya Penurunan Tekanan Darah pada pasien hipertensi.

Metode penelitian: Menggunakan metode deskriptif dengan pendekatan desain studi kasus, menggunakan 2 pasien hipertensi di UPTD Puskesmas Kauko Kecamatan Gunungsitoli Kota Gunungsitoli. Pengumpulan data melalui wawancara serta observasi pemeriksaan tekanan darah sebelum dan sesudah terapi pijat kaki menggunakan sphygmomanometer.

Hasil: Observasi menunjukkan adanya penurunan tekanan darah pada kedua subjek penelitian. Pada Ny.A menunjukkan penurunan sistolik dan diastolik 20 mmHg, sedangkan Ny.M mengalami penurunan sistolik dan diastolik 30 mmHg dibandingkan dengan hari pertama.

Kesimpulan dan saran: Terapi pijat kaki efektif dalam menurunkan tekanan darah pada penderita hipertensi. Disarankan penerapan terapi pijat dapat dilakukan secara rutin oleh pasien hipertensi sebagai terapi non-farmakologis pendukung dalam menurunkan tekanan darah.

Kata kunci : Terapi Pijat Kaki, Penurunan tekanan darah, Hipertensi

Daftar bacaan : 37 (2017-2024)

ABSTRACT

THE APPLICATION OF FOOT MASSAGE THERAPY FOR BLOOD PRESSURE REDUCTION EFFORTS IN HYPERTENSION PATIENTS WITH ACUTE PAIN DISORDER IN THE WORKING AREA OF TECHNICAL IMPLEMENTATION UNIT KAUKO PUBLIC HEALTH CENTER GUNUNGSITOLI CITY DISTRICT

Ferningsih Zalukhu, Soep, Cipta Citra Karyani Gulo,
Medan Health Polytechnic Of Ministry Of Health
Email: ningsihzalukhu20@gmail.com

Background and research objectives: Hypertension is a condition where a person experiences an increase in systolic and diastolic blood pressure above 140/90 mmHg. Pain experienced by hypertension sufferers occurs due to increased blood pressure, which can result from blockages in the circulatory system, either from the heart or a series of arterial or venous blood vessels. This can affect blood flow circulation, leading to increased pressure. Management can be done through the application of foot massage therapy, which aims to improve blood circulation, muscle relaxation, reduce pain, increase blood flow, and lower blood pressure. The purpose of this study was to explore the application of foot massage therapy for blood pressure reduction in hypertension patients.

Research methods: This study used a descriptive method with a case study design approach, involving 2 hypertension patients at Technical Implementation Unit Kauko Public Health Center Gunungsitoli City District. Data collection was done through interviews and observation of blood pressure measurements before and after foot massage therapy using a sphygmomanometer.

Results: Observations showed a decrease in blood pressure in both research subjects. Mrs. A showed a decrease in systolic and diastolic blood pressure of 20 mmHg, while Mrs. M experienced a decrease in systolic and diastolic blood pressure of 30 mmHg compared to the first day.

Conclusion and recommendations: Foot massage therapy is effective in reducing blood pressure in hypertension patients. It is suggested that the application of foot massage therapy can be performed regularly by hypertension patients as a supportive non-pharmacological therapy in lowering blood pressure.

Keywords : Foot Massage Therapy, Blood Pressure Reduction, Hypertension

References : 37 (2017-2024)



CONFIRMED HAS BEEN TRANSLATED BY :

Language Laboratory of Medan Health Polytechnic of The
Ministry of Health

PRAKATA

Puji syukur saya ucapkan pada Tuhan Yang Maha Esa atas Kuasa-Nya yang telah memberikan segala nikmat dan kesempatan sehingga penyusunan karya tulis ilmiah yang berjudul Penerapan Terapi Pijat Kaki Terhadap Upaya Penurunan Tekanan Darah Pada Pasien Hipertensi Dengan Gangguan Nyeri Akut di wilayah kerja UPTD Puskesmas Kauko Kecamatan Kota Gunungsitoli dapat terselesaikan.

Selanjutnya ucapan terima kasih yang tak terhingga saya sampaikan kepada Bapak Dr. Soep, S.Kp., M.Kes selaku pembimbing utama dan Ibu Cipta Citra Karyani Gulo, S.Kep, Ns, M.Kep, selaku pembimbing pendamping yang penuh kesabaran dan perhatiannya dalam memberikan bimbingan hingga karya tulis ilmiah ini dapat terselesaikan dengan baik.

Dengan terselesaikannya karya tulis ilmiah ini, perkenankan saya untuk mengucapkan terima kasih yang sebesar-besarnya kepada:

1. Ibu Tengku Sri Wahyuni, S, SiT., M.Keb selaku Plt. Direktur Poltekkes Kemenkes Medan.
2. Ibu Dr. Amira Permata Sari Tarigan, S.Kep, Ners, M.Kes, selaku Ketua Jurusan Keperawatan Poltekkes Kemenkes Medan.
3. Ibu Cipta Citra Karyani Gulo, S.Kep, Ns, M.Kep selaku Ketua Prodi D-III Keperawatan Gunungsitoli Poltekkes Kemenkes Medan.
4. Bapak Hadirat Candra Laoli, S.Kep, Ns, MKM selaku penguji I
5. Bapak Sollihudin Harahap, S.pd S.Kep, Ns, M.Kep selaku penguji II
6. Kepala UPTD Puskesmas kauko kecamatan kota gunungsitoli yang telah memberikan izin penelitian
7. Kepala Bappeda kota Gunugsitoli yang telah memberikan izin penelitian
8. Kepala Dinas Kesehatan Kota Gunungsitoli yang telah memberikan izin untuk meneliti di area kota gunungsitoli
9. Responden penelitian saya Ny.A dan Ny. M Yang Telah Bersedia Menjadi Responden dalam karya tulis ilmiah ini
10. Seluruh Dosen Instruktur dan Staf Prodi D-III Keperawatan gunungsitoli serta semua pihak yang tidak dapat penulis sebutkan satu persatu yang telah membantu dalam penyusunan karya tulis ilmiah ini.
11. Teristimewa kepada kedua Orang tua saya tercinta Amisokhi zalukhu (Ayah) Aperliati Gulo (ibu) dan kedua adik saya Julita Zalukhu, Fitrisna Zalukhu yang telah memberikan semangat dan dukungan dalam menyelesaikan pendidikan ini

12. Kepada teman saya tercinta dan seperjuangan Siska Harefa, Mila Caniago, Fembris Gowasa, yang selalu membantu dan mendukung dalam penyelesaian karya tulis ilmiah ini
13. Dan teman-teman saya Hasrat, Mega, Dasar, Melvan, Mince, putri Kasih, Vinis yang selalu mendukung dalam penyelesaian karya tulis ilmiah ini
14. Okber Cordias Lase yang selalu support dalam penyusunan penelitian ini.

Peneliti telah berusaha sebaik-baiknya untuk menyusun Karya Tulis Ilmiah ini. Peneliti tetap mengharapkan kritik dan saran dari pembaca untuk perbaikan karya tulis ilmiah ini semoga hasil penelitian ini dapat bermanfaat bagi peneliti dan pihak lain yang membutuhkan.

Gunungsitoli, 23 Juni 2025
Peneliti,



FERNINGSIH ZALUKHU

DAFTAR ISI

Halaman

HALAMAN JUDUL	
HALAMAN PERSETUJUAN	
HALAMAN PENGESAHAN	
LEMBAR PERNYATAAN	i
BIODATA PENULIS	ii
ABSTRAK	iii
ABSTRACT	iv
KATA PENGANTAR	v
DAFTAR ISI	vii
DAFTAR TABEL	ix
DAFTAR GAMBAR	x
DAFTAR LAMPIRAN	xi
 BAB I PENDAHULUAN	 1
A. Latar Belakang	1
B. Rumusan Masalah	7
C. Tujuan	7
D. Manfaat	7
 BAB II TINJAUAN KASUS	 9
A. Terapi Pijat Kaki	9
1. Defenisi Pijat Kaki	9
2. Teknik – Teknik Terapi Pijat Kaki	12
3. Faktor-Faktor Yang Perlu Di Pertimbangkan Pada Terapi Pijat Kaki	14
4. Manfaat Terapi Pijat Kaki	15
5. Standar Prosedur operasional Terapi Pijat Kaki	17
B. Konsep Dasar Hipertensi	20
1. Defenisi Hipertensi	20
2. Penyebab Hipertensi	21
3. Patifisiologi Hipertensi	23
4. Tanda dan Gejala Hipertensi	26
5. Penanganan Hipertensi	27
 BAB III METODE PENULISAN	 30
A. Rancangan Studi Kasus	30
B. Subjek Studi Kasus	30
C. Fokus Studi	30
D. Defenisi Operasional Studi Kasus	30
E. Instrumen Studi Kasus	32
F. Metode Pengumpulan Data	32
G. Tempat Dan Waktu Studi Kasus	32

H. Analisis Data Penyajian Data.....	33
I. Etika Studi Kasus	33
 BAB IV HASIL DAN PEMBAHASAN	34
A. Hasil studi kasus.....	34
1. Gambaran Tempat Studi Kasus	34
2. Karakteristik Responden.....	35
3. Data Hasil Pemeriksaan Tekanan Darah Sebelum Melakukan Terapi Pijat Kaki Terhadap Upaya Penurunan Tekanan Darah	36
4. Data Hasil Pemeriksaan Tekanan Darah Setelah Melakukan Terapi Pijat Kaki Terhadap Upaya Penurunan Tekanan Darah	37
5. Data Penurunan Tekanan Darah Pada Pasien Hipertensi Sebelum Dan Sesudah Diberikan Terapi Pijat Kaki.....	38
B. PEMBAHASAN	39
 BAB V KESIMPULAN DAN SARAN.....	47
A. Simpulan	47
B. Saran.....	48
 DAFTAR PUSTAKA	49
LAMPIRAN.....	53

DAFTAR TABEL

	Halaman
Tabel 2.1 SPO <i>Foot Masase</i> (Terapi pijat kaki).....	17
Tabel 2.2 Klasifikasi Hipertensi.....	26
Tabel 3.1 Defenisi Operasional Fokus Studi	31
Tabel 4.1 Distribusi Karakteristik Responden di Wilayah Kerja UPTD PuskesmasKauko Kecamatan Gunungsitoli Kota Gunungsitoli	35
Tabel 4.2 Hasil Pemeriksaan Tekanan Darah Sebelum Melakukan Terapi Pijat Kaki	36
Tabel 4.3 Observasi Hari Pertama Pemberian Terapi pijat kaki	37
Tabel 4.4 Observasi Hari kedua Pemberian Terapi pijat kaki	37
Tabel 4.5 Observasi Hari ketiga Pemberian Terapi pijat kaki	37
Tabel 4.6 Penurunan tekanan darah pada pasien hipertensi sebelum dan sesudah diberikan terapi pijat kaki.....	38

DAFTAR GAMBAR

	Halaman
Gambar 2.1 Titik pemijatan kaki	14
Gambar 2.2 <i>Patway Hipertensi</i>	25

DAFTAR LAMAPIRAN

	Halaman
Lampiran 1 : Surat Izin Survey pendahuluan.....	53
Lampiran 2 : Surat Balasan Izin Survey pendahuluan Bappeda.....	56
Lampiran 3 : Surat Balasan Izin Survey pendahuluan Puskesmas	59
Lampiran 4 : Surat Izin Pelasanaan Survey Pendahuluan.....	60
Lampiran 5 : Surat Izin penelitian.....	61
Lampiran 6 : Surat Izin Penelitian Bappeda	63
Lampiran 7 : Surat Izin Penelitian Puskesmas.....	66
Lampiran 8 : Surat keterangan selesai penelitian.....	68
Lampiran 9 : Data Pasien Hipertensi	70
Lampiran 10 : Permohonan Menjadi Responden	72
Lampiran 11 : Persetujuan Menjadi Responden 1	73
Lampiran 12 : Persetujuan Menjadi Responden 2	73
Lampiran 13 : Lembar Pengukuran Tekanan Darah.....	75
Lampiran 14 : Dokumentasi.....	76
Lampiran 15 : Lembar Bukti Konsultasi.....	79
Lampiran 16 : Lembar <i>Etichal Clearance</i>	93
Lampiran 17 : Uji <i>Turnitine</i>	94