

KARYA TULIS ILMIAH

**PENERAPAN PIJAT REFLEKSI KAKI TERHADAP PENURUNAN
TEKANAN DARAH PADA PADA PENDERITA HIPERTENSI
DI RSU HAJI MEDAN**



**GOKLAS EVASARI SIMAMORA
P07520122098**

**KEMENTERIAN KESEHATAN REPUBLIK INDONESIA
POLITEKNIK KESEHATAN MEDAN
JURUSAN KEPERAWATAN
PRODI D-III KEPERAWATAN
TAHUN 2024/2025**

**PENERAPAN PIJAT REFLEKSI KAKI TERHADAP PENURUNAN
TEKANAN DARAH PADA PADA PENDERITA HIPERTENSI
DI RSU HAJI MEDAN**

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 Medan Jurusan Keperawatan
Politeknik Kesehatan Kemenkes Medan



**GOKLAS EVASARI SIMAMORA
P07520122098**

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

KARYA TULIS ILMIAH

**PENERAPAN TERAPI PIJAT REFLEKSI KAKI TERHADAP
PENURUNAN TEKANAN DARAH PADA PENDERITA
HIPERTENSI DI RSU HAJI MEDAN**

Diusulkan Oleh

Goklas Evasari Simamora
P07520122098

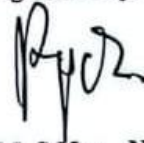
Telah disetujui di Medan
Pada tanggal, 20 Juni 2025

Pembimbing Utama,



Ida Suryani Hasibuan, S.Kep., Ns, M.Kep
NIP. 197703122002122002

Pembimbing Pendamping,



Dr Risma Dumiri M, S.Kep., Ns, M.Biomed
NIP. 196908111993032001

Ketua Prodi D-III Jurusan Keperawatan Medan



Masnila , S.Pd, S.Kep, Ns, M.Pd
NIP. 197011301993032013

LEMBAR PENGESAHAN

KARYA TULIS ILMIAH

**PENERAPAN PIJAT REFLEKSI KAKI TERHADAP PENURUNAN
TEKANAN DARAH PADA PENDERITA HIPERTENSI
DI RSU HAJI MEDAN**

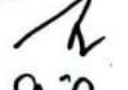
Telah dipersiapkan dan disusun oleh

GOKLAS EVASARI SIMAMORA

P07520122098

Telah dipertahankan didepan Tim

Penguji pada, 20 Juni 2025

1. Ketua Penguji : Ida Suryani Hasibuan, S.Kep,Ns, M.Kep ()
2. Penguji I : Elny Lorensi Silalahi, S.Kep, Ns, M.Kes ()
3. Penguji II : Sulastri GP Tambunan, S.Kep, Ns, M.Kep ()

Medan, 20 Juni 2025

Mengetahui

Ketua Prodi D-III Jurusan Keperawatan Medan



Masnila, S.Pd, S.Kep, Ns, M.Pd

NIP : 197011301993032013



BIODATA PENULIS

Nama : Goklas Evasari Simamora
Tempat/Tgl Lahir : Sibolga, 12 Juli 2024
Jenis Kelamin : Perempuan
Agama : Katolik
Alamat Rumah : Jl. Kasih LK.IV
Nomor Hp : 081262513624

RIWAYAT PENDIDIKAN

1. SD : SD NEGERI 084083 SIBOLGA
2. SLTP : SMP NEGERI 5 SIBOLGA
3. SLTA : SMA NEGERI 2 SIBOLGA

PERNYATAAN KEASLIAN PENELITIAN

Yang bertanda tangan di bawah ini saya :

Nama : Goklas Evasari Simamora
NIM : P07520122098
Program Studi : Diploma III
Jurusan : Keperawatan
Perguruan Tinggi : Poltekkes Kemenkes Medan

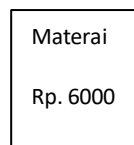
Menyatakan bahwa saya tidak melakukan kegiatan plagiat
dalam penulisan Karyatulis ilmiah saya yang berjudul

Penerapan Pijat Refleksi Kaki Terhadap Penurunan Tekanan Darah Pada Penderita Hipertensi DI RSUD Haji Medan

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

Medan, Juni 2025

Penulis,



Goklas Evasari Simamora

NIM. P07520122098

ABSTRAK

PENERAPAN PIJAT REFLEKSI KAKI TERHADAP PENURUNAN TEKANAN DARAH PADA PENDERITA HIPERTENSI DI RSU HAJI MEDAN

**Goklas Evasari Simamora, Ida Suryani Hasibuan, S.Kep.,Ns,M.Kep, Risma
Dumiri Manurung , S.Kep., Ns, M.Biomed**

Politeknik Kesehatan Kemenkes Medan
Jl. Bunga Ncole Raya No.95 Kemenangan Tani, Kec. Medan Tuntungan 20136,
Sumatera Utara, Indonesia

Gmail: goklasevasaris@gmail.com

Hipertensi merupakan salah satu penyakit yang masih menjadi pembunuh diam-diam yang menyebabkan tingkat kematian tertinggi di Indonesia yang salah satunya yaitu pemecahan pembuluh darah di otak. Kejadian penyakit hipertensi diobati dengan berbagai terapi untuk menurunkan tekanan darah salah satunya yaitu menggunakan terapi pijat refleksi kaki yang merangsang titik di telapak kaki yang terletak pada kaki yang berhubungan dengan organ dan fungsi tubuh yang membantu penyembuhan berbagai kondisi fisik dan fisiologis. Penelitian ini bertujuan untuk menggambarkan pemberian terapi pijat refleksi kaki dalam menurunkan tekanan darah pada pasien hipertensi di RSUD Haji Medan. Penelitian ini merupakan studi deskriptif dengan pendekatan studi kasus terhadap dua orang responden yang mengalami peningkatan tekanan darah akibat hipertensi. Intervensi dilakukan selama 7 hari, dimana kedua responden mendapat terapi pijat refleksi sesuai prosedur dan durasi yang telah ditentukan. Pengukuran tekanan darah dilakukan sebelum dan sesudah intervensi menggunakan klasifikasi hipertensi. Hasil yang diperoleh menunjukkan adanya penurunan tekanan darah secara subjektif dan objektif pada kedua responden setelah 7 hari penerapan pijat refleksi kaki. Responden 1 (Ny. I) mengalami penurunan tekanan darah tingkat 1 (Hipertensi ringan) menjadi normal, sedangkan pada responden 2 (Ny.N) mengalami penurunan tekanan darah dari tingkat 1 (Hipertensi ringan) menjadi tingkat 1 (Hipertensi ringan) namun mengalami penurunan tekanan darah. Penurunan tekanan darah ini menggambarkan bahwa terapi pijat refleksi kaki mampu menurunkan tekanan darah pada pasien yang mengalami peningkatan tekanan darah akibat hipertensi.

Kata Kunci: Hipertensi, Tekanan darah, refleksi kaki

ABSTRACT
THE APPLICATION OF FOOT REFLEXOLOGY MASSAGE FOR
REDUCING BLOOD PRESSURE IN HYPERTENSION PATIENTS AT HAJI
GENERAL HOSPITAL, MEDAN

Goklas Evasari Simamora, Ida Suryani Hasibuan, S.Kep., Ns, M.Kep, Dr. Risma
Dumiri Manurung, S.Kep., Ns, M.Biomed

Nursing Department, Medan Health Polytechnic of The Ministry of Health
Email: goklasevasaris@gmail.com

Hypertension is a silent killer and one of the leading causes of death in Indonesia, with a risk of conditions like cerebral hemorrhage. The disease can be treated with various therapies to lower blood pressure, one of which is foot reflexology massage. This therapy stimulates specific points on the soles of the feet that are connected to organs and bodily functions, helping to heal various physical and physiological conditions. This study aimed to describe the application of foot reflexology massage therapy in lowering blood pressure in hypertensive patients at Haji General Hospital, Medan. This was a descriptive case study involving two respondents with elevated blood pressure due to hypertension. The intervention was carried out for 7 days, during which both respondents received reflexology massage therapy according to the determined procedure and duration. Blood pressure was measured before and after the intervention using the hypertension classification. The results showed a subjective and objective decrease in blood pressure in both respondents after 7 days of applying foot reflexology massage. Respondent 1 (Ms. I) experienced a decrease in blood pressure from stage 1 (mild hypertension) to normal, while respondent 2 (Ms. N) experienced a decrease from stage 1 (mild hypertension) to stage 1 (mild hypertension), but with a reduction in blood pressure. This decrease indicates that foot reflexology massage therapy is effective in lowering blood pressure in patients with hypertension.

Keywords: Hypertension, Blood Pressure, Foot Reflexology

KATA PENGANTAR

Puji dan Syukur penulis ucapkan kepada Tuhan Yang Maha Esa yang telah memberikan rahmat dan karunia-Nya sehingga penyusunan Karya Tulis Ilmiah yang berjudul “Penerapan Terapi Pijat Refleksi Kaki terhadap Penurunan Tekanan Darah pada Penderita Hipertensi di RSUD Haji Medan” dapat diselesaikan.

Selanjutnya ucapan terimakasih yang tak terhingga penulis sampaikan kepada Ibu Ida Suryani Hasibuan, S.Kep., Ns, M.Kep selaku pembimbing utama saya dan Ibu Dr Risma D. Manurung, S.Kep., Ns, M.Biomed selaku pembimbing pendamping yang penuh kesabaran dan perhatiannya dalam memberikan bimbingan hingga karya tulis ilmiah ini dapat diselesaikan dengan baik.

Pada kesempatan ini penulis juga mengucapkan terima yang sebesar-besarnya kepada:

1. Ibu Tengku Sri Wahyuni, S.SiT., M.Keb selaku Plt Direktur Poltekkes Kemenkes Medan.
2. Ibu Sri Suriani Purnawati, S.si, Apt, M.Kes selaku Direktur RSUD Haji Medan
3. Ibu Dr. Amira Permatasari Tarigan, S.Kep., Ns, M.Kes selaku Ketua Jurusan Keperawatan Poltekkes Kemenkes Medan.
4. Ibu Masnila, S.Pd,S.Kep., Ns, M.Pd selaku Ketua Prodi jurusan D-III Keperawatan Poltekkes Kemenkes Medan.
5. Ibu Ida Suryani Hasibuan, S.Kep., Ns, M.kep selaku pembimbing utama dan Ibu Dr Risma Dumiri, S. Kep., Ns, M.Biomed selaku dosen pembimbing pendamping.
6. Ibu Elny Lorensi Silalahi, S.Kep., Ns, M.Kes sebagai penguji pertama dan Ibu Sulastri GP Tambunan, S.Kep., Ns, M.Kep sebagai penguji kedua atas ketersediaannya untuk menguji Karya Tulis Ilmiah ini.
7. Seluruh Dosen, Instruktur dan Staf Jurusan keperawatan Medan serta semua pihak yang tidak dapat penulis sebutkan satu persatu yang telah membantu dalam penyusunan Karya Tulis Ilmiah ini.
8. Kepada Orang tua tercinta Bapak Renold Simamora dan Ibu Nurmawani Tambunan dan kepada adik tersayang Levi Putra Hasoloan Simamora, Klara Amanda Simamora, Olivia Karolina Simamora, Angelina Amora Simamora

yang telah membimbing, motivasi, semangat dan doa yang tulus kepada penulis dalam penyusunan Karya Tulis Ilmiah.

9. Kepada teman-teman angkatan XXXVI Prodi DIII Keperawatan yang saling mendukung selama proses penyusunan Karya Tulis Ilmiah yang tidak bisa saya sebutkan namanya satu persatu.

Penullis menyadari bahwa karya tulis ilmiah ini belum sempurna dengan masukan Bapak/Ibu selama proses belum dapat menyempurnakan karya tulis ilmiah ini sehingga dapat dilanjutkan ketahap selanjutnya.

Medan, 2025
Penulis,

GOKLAS EVASARI SIMAMORA

DAFTAR ISI

HALAMAN JUDUL	i
HALAMAN PERSETUJUAN	ii
HALAMAN PENGESAHAN	iii
BIODATA PENULIS	iv
PERNYATAAN ORISINALITAS	v
ABSTRAK	vi
ABSTRACT	vii
KATA PENGANTAR	viii
DAFTAR ISI	x
DAFTAR TABEL	xii
DAFTAR GAMBAR	xiii
DAFTAR LAMPIRAN	xiv
BAB I PENDAHULUAN.....	1
A. Latar Belakang	1
B. Rumusan Masalah	4
C. Tujuan Penelitian	4
D. Manfaat Penelitian	4
BAB II TINJAUAN PUSTAKA	6
A. Konsep Dasar Pijat Refleksi Telinga	6
1. Defenisi Refleksi kaki.....	6
2. Manfaat refleksi pijat kaki	6
3. Titik-titik Refleksi Kaki	7
4. Indikasi dan Kontraindikasi Refleksi Pijat Kaki.....	9
5. Prosedur refleksi Pijat Kaki	10
B. Konsep Dasar Risiko Perfusi Perifer Tidak Efektif	11
1. Defenisi Risiko Perfusi Perifer Tidak Efektif	11
2. Faktor Risiko.....	11
3. Tanda dan Gejala	12
4. Penanganan Risiko Perfusi Perifer Tidak Efektif	12
C. Konsep Hipertensi.....	13
1. Defenisi Hipertensi	13
2. Etiologi Hipertensi	13
3. Patofisiologi Hipertensi	14
4. Pathway Hipertensi	16

	5. Klasifikasi Hipertensi	17
	6. Tanda dan Gejala Hipertensi	17
	7. Penatalaksanaan Hipertensi	18
	8. Komplikasi Hipertensi	20
BAB III	METODE STUDI KASUS	23
	A. Rancangan Studi Kasus	23
	B. Subyek Studi	23
	C. Fokus Studi	24
	D. Defenisi Operasional Studi Kasus	24
	E. Instrument Studi Kasus	25
	F. Metode Pengumpulan Data.....	26
	G. Lokasi dan Waktu	26
	H. Penyajian Data	27
	I. Etika Studi Kasus	27
BAB IV	HASIL DAN PEMBAHASAN.....	28
	A. Gambaran Singkat Lokasi Studi Kasus.....	28
	B. Hasil Penelitian	29
	C. Pembahasan.....	34
BAB V	KESIMPULAN DAN SARAN.....	37
	A. Kesimpulan	37
	B. Saran.....	38
	DAFTAR PUSTAKA	39
	LAMPIRAN	

DAFTAR TABEL

Tabel 2.1	Klasifikasi hipertensi	17
Tabel 3.1	Defenisi Operasional Studi Kasus	24
Tabel 4.1	Karakteristik Subjek Studi Kasus.....	29
Tabel 4.2	Identifikasi Kasus 1 dan 2 Sebelum di Lakukan Intervensi	29
Tabel 4. 3	Intervensi Penerapan Pijat Refleksasi Kaki.....	30
Tabel 4.4	Evaluasi Penerapan Pijat Refleksasi Kaki.....	30

DAFTAR GAMBAR

Gambar 2.1	Titik-titik Pijat Refleksi Kaki	7
Gambar 2.2	Phatway Hipertensi.....	16

DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran 1	Surat Izin Penelitian
Lampiran 2	Surat Persetujuan Penelitian
Lampiran 3	Sop Pijat Refleksi Kaki
Lampiran 4	Surat Permohonan Menjadi Expert Judgement
Lampiran 5	Lembar Observasi
Lampiran 6	Lembar Persetujuan Menjadi Responden
Lampiran 7	Dokumentasi
Lampiran 8	Daftar Bimbingan