

**KARYA ILMIAH AKHIR NERS
PENERAPAN PIJAT REFLEKSI KAKI MELALUI ASUHAN
KEPERAWATAN TERHADAP PENURUNAN TEKANAN
DARAH PADA LANJUT USIA DENGAN HIPERTENSI
DI UPT PUSKESMAS SIMALINGKAR**



**DIAN LINAWATI SIMATUPANG
P07120624021**

**KEMENTERIAN KESEHATAN REPUBLIK INDONESIA
POLITEKNIK KESEHATAN MEDAN
JURUSAN KEPERAWATAN
PROGRAM STUDI PROFESI NERS
TAHUN 2025**

**KARYA ILMIAH AKHIR NERS
PENERAPAN PIJAT REFLEKSI KAKI MELALUI ASUHAN
KEPERAWATAN TERHADAP PENURUNAN TEKANAN
DARAH PADA LANJUT USIA DENGAN HIPERTENSI
DI UPT PUSKESMAS SIMALINGKAR**

Sebagai Syarat Menyelesaikan Pendidikan Program Studi Profesi Ners



**DIAN LINAWATI SIMATUPANG
P07120624021**

**KEMENTERIAN KESEHATAN REPUBLIK INDONESIA
POLITEKNIK KESEHATAN MEDAN
JURUSAN KEPERAWATAN
PROGRAM STUDI PROFESI NERS
TAHUN 2025**

1LEMBAR PERNYATAAN ORISINALITAS

Saya yang bertanda tangan dibawah ini :

Nama : Dian Linawati Simatupang

Nim : P07120624021

Jurusan : Profesi Ners

Dengan ini menyatakan bahwa karya ilmiah akhir ners saya yang berjudul **“PENERAPAN PIJAT REFLEKSI KAKI MELALUI ASUHAN KEPERAWATAN TERHADAP PENURUNAN TEKANAN DARAH PADA LANJUT USIA DENGAN HIPERTENSI DI UPT PUSKESMAS SIMALINGKAR”** ini benar-benar hasil karya saya sendiri, kecuali dalam pengutipan substansi disebutkan sumbernya dan bukan karya jiplakan. Saya bertanggung jawab atas keabsahan dan kebenaran isinya sesuai dengan kaidah ilmiah yang harus dijunjung tinggi.

Demikian pernyataan ini dibuat dengan sebenarnya tanpa ada tekanan dan paksaan dari pihak manapun serta bersedia mendapatkan sanksi akademik jika ternyata dikemudian hari pernyataan ini tidak benar.

Medan, 12 Juni 2025

Yang Menyatakan,



Dian Linawati Simatupang
P07120624021

LEMBAR PERSETUJUAN

**JUDUL : PENERAPAN PIJAT REFLEKSI KAKI MELALUI
ASUHAN KEPERAWATAN TERHADAP
PENURUNAN TEKANAN DARAH PADA LANJUT USIA
DENGAN HIPERTENSI DI UPT PUSKESMAS
SIMALINGKAR**

NAMA : DIAN LINAWATI SIMATUPANG
NIM : P07120624021

Telah Diterima dan Disetujui Untuk Diseminarkan Dihadapan Penguji
Medan, 12 Juni 2025

Menyetujui

Pembimbing Utama



Arbani Batubara, S.Kep, Ns, M.Psi
NIP. 196308251994031003

Pembimbing Pendamping



Dr. Amira Permata Sari Tarigan, S.Kep, Ns, M.Kes
NIP. 197703162002122001

Ketua Jurusan Keperawatan
Kemenkes RI Politeknik Kesehatan Medan



Dr. Amira Permata Sari Tarigan, S.Kep., Ns., M.Kes
NIP : 1977031620022122001

LEMBAR PENGESAHAN

**JUDUL : PENERAPAN PIJAT REFLEKSI KAKI MELALUI
ASUHAN KEPERAWATAN TERHADAP
PENURUNAN TEKANAN DARAH PADA LANJUT USIA
DENGAN HIPERTENSI DI UPT PUSKESMAS
SIMALINGKAR**

NAMA : DIAN LINAWATI SIMATUPANG

NIM : P07120624021

Karya Ilmiah Akhir Ners Ini Telah Diuji Pada Sidang Akhir Program Studi Ners
Kementrian Kesehatan Republik Indonesia Politeknik Kesehatan Medan

Medan, 12 Juni 2025

Menyetujui

Penguji I



Dr. Johani Dewita Nasution, SKM, S.Kep, Ns, M.Kes
NIP. 196505121990032001

Penguji II



Dra. Indrawati, S.Kep,Ns, M.Psi
NIP.196310061983122001

Ketua Penguji



Arbani Batubara, S.Kep, Ns, M.Psi
NIP. 196308251994031003

**Ketua Jurusan Keperawatan
Kemenkes RI Politeknik Kesehatan Medan**



Dr. Amira Permata Sari Tarigan, S.Kep.,Ns.,M.Kes
NIP : 1977031620022122001

KEMENTERIAN KESEHATAN REPUBLIK INDONESIA
POLITEKNIK KESEHATAN MEDAN
JURUSAN KEPERAWATAN
PROGRAM STUDI PROFESI NERS
KARYA ILMIAH AKHIR NERS

DIAN LINAWATI SIMATUPANG
P07120624021
XII + V BAB + 86 HALAMAN + 8 TABEL + 12 LAMPIRAN

PENERAPAN PIJAT REFLEKSI KAKI MELALUI ASUHAN KEPERAWATAN
TERHADAP PENURUNAN TEKANAN DARAH PADA LANJUT USIA DENGAN
HIPERTENSI DI UPT PUSKESMAS SIMALINGKAR

ABSTRAK

Latar Belakang: Hipertensi merupakan penyakit degeneratif yang banyak dialami lansia dan menjadi salah satu faktor risiko utama penyakit kardiovaskular, stroke, dan gagal ginjal. Berdasarkan data UPT Puskesmas Simalingkar tahun 2024 tercatat sebanyak 1.296 lansia menderita hipertensi. Penatalaksanaan farmakologis sering menimbulkan efek samping, sehingga diperlukan intervensi non-farmakologis, salah satunya pijat refleksi kaki yang diyakini mampu menurunkan tekanan darah melalui stimulasi titik refleksi.

Tujuan: Mengetahui penerapan pijat refleksi kaki terhadap penurunan tekanan darah pada lansia dengan hipertensi di UPT Puskesmas Simalingkar tahun 2025.

Metode: Penelitian ini menggunakan studi kasus dengan pendekatan asuhan keperawatan, yang mencakup pengkajian, Diagnosis, perencanaan, implementasi, dan evaluasi. Subjek studi kasus adalah satu orang lansia penderita hipertensi yang memenuhi kriteria inklusi.

Hasil: Dari studi kasus diperoleh dua Diagnosis keperawatan yaitu nyeri kepala berhubungan dengan peningkatan tekanan darah dan risiko ketidakstabilan tekanan darah. Setelah dilakukan intervensi pijat refleksi kaki selama 3 kali pertemuan, tekanan darah pasien mengalami penurunan dari 160/100 mmHg menjadi 130/80 mmHg. Pasien juga melaporkan berkurangnya keluhan pusing dan merasa lebih rileks.

Kesimpulan: Pijat refleksi kaki berpengaruh terhadap penurunan tekanan darah pada lansia dengan hipertensi, sehingga dapat dijadikan intervensi non-farmakologis dalam asuhan keperawatan gerontik di pelayanan kesehatan primer.

Kata Kunci: hipertensi, lansia, pijat refleksi kaki

Daftar Bacaan : 63 (2017-2024)

**MEDAN HEALTH POLYTECHNIC OF MINISTRY OF HEALTH
NURSING DEPARTMENT
NURSE PROFESSIONAL STUDY PROGRAM
FINAL PROJECT REPORT**

MEDAN, JUNE 10th, 2025

**DIAN LINAWATI SIMATUPANG
P07120624021**

THE APPLICATION OF FOOT REFLEXOLOGY MASSAGE THROUGH NURSING CARE FOR BLOOD PRESSURE REDUCTION IN ELDERLY WITH HYPERTENSION AT SIMALINGKAR TECHNICAL IMPLEMENTATION UNIT PUBLIC HEALTH CENTER.

XII + V CHAPTERS + 86 PAGES + 8 TABLES + 12 APPENDICES

ABSTRACT

Background: Hypertension is a degenerative disease commonly experienced by the elderly and is a major risk factor for cardiovascular disease, stroke, and kidney failure. Based on 2024 data from Simalingkar Technical Implementation Unit Public Health Center. 1,296 elderly individuals were recorded as suffering from hypertension. Pharmacological management often causes side effects, hence the need for non-pharmacological interventions, one of which is foot reflexology massage, believed to be able to lower blood pressure through the stimulation of reflex points.

Objective: To determine the application of foot reflexology massage for blood pressure reduction in the elderly with hypertension at Simalingkar Technical Implementation Unit Public Health Center in 2025.

Method: This study used a case study with a nursing care approach, covering assessment, diagnosis, planning, implementation, and evaluation. The case study subject was one elderly person with hypertension who met the inclusion criteria.

Results: The case study yielded two nursing diagnoses: headache related to increased blood pressure and risk for unstable blood pressure. After the foot reflexology massage intervention was performed for 3 sessions, the patient's blood pressure decreased from 160/100 mmHg to 130/80mmHg. The patient also reported a reduction in complaints of dizziness and feeling more relaxed.

Conclusion: Foot reflexology massage is effective in reducing blood pressure in the elderly with hypertension, and thus can be used as a non-pharmacological intervention in gerontic nursing care in primary healthcare services.

Keywords: hypertension, elderly, foot reflexology massage

Bibliography: 63 (2017-2024)

CONFIRMED HAS BEEN TRANSLATED BY
*Language Laboratory of Medan Health Polytechnic of The
Ministry of Health*



KATA PENGANTAR

Puji dan syukur penulis ucapkan kepada Tuhan yang Maha Esa yang telah memberikan rahmat dan karunia-Nya, sehingga penulis dapat menyelesaikan Karya Ilmiah Akhir Ners yang berjudul “Penerapan Pijat Refleksi Kaki Melalui asuhan Keperawatan terhadap Penurunan Tekanan Darah Pada Lanjut Usia dengan Hipertensi di UPT Puskesmas Simalingkar .” Karya Ilmiah Akhir Ners ini ditulis sebagai persyaratan kelulusan demi menempuh program Profesi Ners di Politeknik Kesehatan Kemenkes Medan. Penulis sendiri menyadari bahwa penyusunan Karya Ilmiah Akhir Ners ini tidak lepas dari bimbingan dan bantuan dari berbagai pihak selama penyusunan Karya Ilmiah Akhir Ners ini selesai. Pada kesempatan ini peneliti juga tidak lupa mengucapkan terima kasih kepada :

1. Ibu Tengku Sri Wahyuni, S.SiT, M.Keb selaku PLT Direktur Politeknik Kesehatan Kementerian Kesehatan Medan.
2. Dr. Amira Permata Sari Tarigan, S.Kep, Ns, M.Kes selaku ketua Jurusan Keperawatan Politeknik Kesehatan Kementrian Medan sekaligus Pembimbing Pendamping dalam penyusunan Karya Ilmiah Akhir Ners ini.
3. Ibu Lestari, S.Kep, Ners, M.Kep selaku ketua Prodi Profesi Ners Politeknik Kesehatan Kemenkes Medan
4. Bapak Arbani Batubara, S.Kep, Ns, M.Psi selaku dosen pembimbing Utama yang telah memberikan bimbingan kepada peneliti dalam menyusun Karya Ilmiah Akhir Ners dari awal hingga akhir penyusunan Karya Ilmiah Akhir Ners ini.
5. Dr. Johani Dewita Nasution, SKM, S.Kep, Ns, M.Kes selaku Penguji I dan Dra. Indrawati, S.Kep, Ns, M.Psi selaku Penguji II
6. Kepada yang istimewa untuk Ibunda Tercinta AR.Rosmauli Hutagalung, S.Pd sosok orang tua hebat yang telah membesarkan saya dengan penuh kasih sayang, sabar mengajari dan mendidik saya dan tidak bosannya memberikan nasehat, dukungan, materi serta doa agar penulis dapat menyelesaikan pendidikan dengan baik.
7. Kepada Kakak penulis Hanni Lestari, Mutia Rahayu, dan Sri Rejeki yang telah memberikan motivasi, dukungan, tempat bertukar pikiran dan doa pada penulis agar dapat menyelesaikan Karya Ilmiah Akhir Ners ini.

8. Teruntuk seluruh dosen, seluruh staf di jurusan keperawatan Politeknik Kesehatan Kemenkes Medan dan teman seangkatan tahun 2024, terima kasih karena telah banyak memberi dukungan serta doa untuk menyelesaikan Karya Ilmiah Akhir Ners ini.

Penulis menyadari bahwa dalam penulisan Karya Ilmiah Akhir Ners ini masih banyak kekurangan dan sangat jauh dari kata sempurna, baik dari segi penulisan dan tata bahasanya. Maka segala kerendahan hati peneliti mengharapkan saran dan kritik serta masukan dari semua pihak demi kesempurnaan Karya Ilmiah Akhir Ners ini.

Medan, 12 Juni 2025

Peneliti

Dian Linawati Simatupang
NIM : P07120624021

DAFTAR ISI	
LEMBAR PERNYATAAN ORISINALITAS	i
LEMBAR PERSETUJUAN	ii
LEMBAR PENGESAHAN	iii
ABSTRAK.....	iv
ABSTRACT.....	v
KATA PENGANTAR.....	vi
DAFTAR ISI	viii
DAFTAR TABEL.....	x
DAFTAR GAMBAR.....	xi
DAFTAR LAMPIRAN.....	xii
BAB I PENDAHULUAN	1
A. Latar Belakang.....	1
B. Rumusan Masalah	5
C. Tujuan Penelitian	5
D. Manfaat	5
BAB II TINJAUAN LITERATUR	7
A. Konsep Teori Penyakit.....	7
1. Definisi Hipertensi	7
2. Anatomi dan Fisiologi.....	8
3. Etiologi Hipertensi	11
4. Manifestasi Klinis Hipertensi	13
5. Pathway Hipertensi	15
6. Patofisiologi	16
7. Klasifikasi Hipertensi.....	17
8. Pemeriksaan Diagnostik	17
9. Penatalaksanaan	18
10. Komplikasi Hipertensi	19
B. Konsep Teori Inovasi Penerapan Pijat Refleksi Kaki	24
1. Definisi Pijat Refleksi	24
2. Mekanisme Pijat Refleksi.....	25
3. Manfaat Pijat Refleksi	26
4. Prosedur Pijat Refleksi Kaki.....	29
C. Konsep Teori Asuhan Keperawatan	30
1. Pengkajian Keperawatan	30

2. Diagnosis Keperawatan	41
3. Intervensi Keperawatan	42
4. Implementasi Keperawatan	48
5. Evaluasi Keperawatan	48
BAB III GAMBARAN KASUS	49
A. Pengkajian	49
B. Diagnosis Keperawatan	64
C. Prioritas Masalah	64
D. Intervensi Keperawatan	64
E. Catatan Perkembangan	67
BAB IV PEMBAHASAN.....	78
A. Analisis dan Diskusi Hasil	78
B. Keterbatasan Penulis.....	84
BAB V KESIMPULAN DAN SARAN	85
A. Kesimpulan	85
B. Saran	86
DAFTAR PUSTAKA	
LAMPIRAN	

DAFTAR TABEL

Tabel 2.1 Klasifikasi Hipertensi.....	17
Tabel 2.2 Pemeriksaan Status Fungsional lansia/ Tingkat Ketergantungan Lansia (Indeks ADL's Barther).....	33
Tabel 2.3 Pengkajian Status Kognitif <i>Short Portable Mental Status Questionnaire</i> (SPMSQ)	35
Tabel 2.4 Pengkajian Intervensi Depresi BECK	36
Tabel 2.5 Pengkajian APGAR Keluarga dengan Lansia	40
Tabel 2.6 Intervensi Keperawatan	42
Tabel 3.1 Indeks Barthel Lansia.....	53
Tabel 3.2 Tabel <i>Morse Fall Scale</i>	55
Tabel 3.3 Tabel SPMSQ.....	56
Tabel 3.4 Tabel Depresi DECK	57
Tabel 3.5 Pengkajian Apgar	61
Tabel 3.6 Analisa Data	62
Tabel 3.7 Intervensi Keperawatan	64
Tabel 3.8 Catatan Perkembangan.....	68

DAFTAR GAMBAR

Gambar 1.1 Anatomi Jantung.....	10
Gambar 1.2 Sistem peredaran darah	11
Gambar Pathway.....	15
Gambar 3.1 Genogram Keluarga Ny.Y.....	50

DAFTAR LAMPIRAN

- Lampiran 1 Surat ACC Judul
- Lampiran 2 Surat Survey Awal Bida
- Lampiran 3 Surat Pernyataan Bida
- Lampiran 4 Surat Izin Pra Riset Dinas Kesehatan Kota Medan
- Lampiran 5 Surat Balasan Survey Awal
- Lampiran 6 Surat Penelitian UPT Puskesmas Simalingkar
- Lampiran 7 Surat Izin Selesai Penelitian UPT Puskesmas Simalingkar
- Lampiran 8 Lembar Persetujuan Responden
- Lampiran 9 Ethical Clearance
- Lampiran 10 Standar Operasional Prosedur Pijat Refleksi Kaki
- Lampiran 11 Standar Operasional Prosedur Pemeriksaan Tekanan Darah
- Lampiran 12 Lembar Observasi Penelitian
- Lampiran 13 Dokumentasi
- Lampiran 14 Lembar Kegiatan Pembimbing