



UNIVERSITAS SRIWIJAYA

**PENERAPAN PIJAT KAKI UNTUK MENURUNKAN TEKANAN DARAH
PADA LANSIA DENGAN HIPERTENSI DI PANTI LANJUT USIA
HARAPAN KITA INDRALAYA**

KARYA ILMIAH AKHIR

OLEH :

Natasya Qotrunnada, S. Kep

NIM : 04024822326028

PROGRAM STUDI PROFESI NERS

FAKULTAS KEDOKTERAN

UNIVERSITAS SRIWIJAYA

INDRALAYA (OKTOBER,2023)



UNIVERSITAS SRIWIJAYA

**PENERAPAN PIJAT KAKI UNTUK MENURUNKAN TEKANAN DARAH
PADA LANSIA DENGAN HIPERTENSI DI PANTI LANJUT USIA
HARAPAN KITA INDRALAYA**

KARYA ILMIAH AKHIR

Diajukan Sebagai Persyaratan untuk Memperoleh Gelar Ners

OLEH :

Natasya Qotrunnada, S. Kep

NIM : 04024822326028

PROGRAM STUDI PROFESI NERS

FAKULTAS KEDOKTERAN

UNIVERSITAS SRIWIJAYA

INDRALAYA (OKTOBER,2023)

SURAT PERNYATAAN

Saya yang bertanda tangan dibawah ini :

Nama : Natasya Qotrunnada, S. Kep.

NIM : 04064822326028

Dengan sebenarnya menyatakan bahwa karya tulis ilmiah ini saya susun tanpa tindakan plagiarisme sesuai dengan ketentuan yang berlaku di Progran Profesi Ners Fakultas Kedokteran Universitas Sriwijaya. Jika dikemudian hari ternyata saya melakukan tindakan plagiarisme, saya bertanggung jawab sepenuhnya dan menerima sanksi yang dijatuhkan oleh Universitas Sriwijaya kepada saya.

Indralaya, 10 Oktober 2023



Natasya Qotrunnada, S. Kep.

**UNIVERSITAS SRIWIJAYA
FAKULTAS KEDOKTERAN
PROGRAM STUDI PROFESI NERS**

LEMBAR PERSETUJUAN KARYA ILMIAH AKHIR

NAMA : NATASYA QOTRUNNADA
NIM : 04064822326028
JUDUL : PENERAPAN PIJAT KAKI UNTUK MENURUNKAN
TEKANAN DARAH PADA LANSIA DENGAN
HIPERTENSI DI PANTI LANJUT USIA HARAPAN
KITA INDRALAYA

PEMBIMBING

Fuji Rahmawati, S. Kep., Ns., M. Kep
NIP. 198901272018032001




Mengetahui
Ketua Bagian Keperawatan



Hikayati, S. Kep., Ns., M. Kep.
NIP. 19760220200212001

Koordinator Program Profesi Ners



Dhona Andhini, S. Kep., Ns., M. Kep.
NIP. 198306082008122002

LEMBAR PENGESAHAN

NAMA : NATASYA QOTRUNNADA
NIM : 04064822326028
**JUDUL : PENERAPAN PIJAT KAKI UNTUK MENURUNKAN
TEKANAN DARAH PADA LANSIA DENGAN
HIPERTENSI DI PANTI LANJUT USIA HARAPAN
KITA INDRALAYA**

Laporan Karya ilmiah Akhir ini telah dipertahankan dihadapan Tim Penguji Laporan Karya Ilmiah Akhir Program Studi Profesi Ners Fakultas Kedokteran Universitas Sriwijaya dan telah diterima guna memenuhi salah satu syarat memperoleh gelar Ners.

Indralaya, Oktober 2023

PEMBIMBING

Fuji Rahmawati, S. Kep., Ns., M. Kep
NIP. 198901272018032001

(.....)

PENGUJI I

Jaji, S. Kep., Ns., M. Kep
NIP. 197605142009121001

(.....)


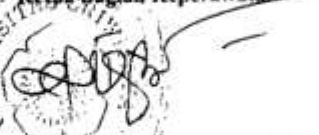
PENGUJI II

Putri Widita Muharyani, S. Kep., Ns., M. Kep
NIP. 198304302006042003

(.....)

Mengetahui

Ketua Bagian Keperawatan



Hikayat, S. Kep., Ns., M. Kep.
NIP. 19760220200212001

Koordinator Program Profesi Ners


Dhona Andhini, S. Kep., Ns., M. Kep.
NIP. 198306082008122002

KATA PENGANTAR

Assalamualaikum Wr. Wb.

Puji syukur kepada Tuhan Yang Maha Esa, atas rahmat dan karunia-Nya sehingga penulis dapat menyelesaikan karya ilmiah ini yang berjudul “Penerapan Pijat Kaki Untuk Menurunkan Tekanan Darah Pada Lansia Dengan Hipertensi Di Panti Lanjut Usia Harapan Kita Indralaya”

Dalam penyusunan karya ilmiah ini, tidak sedikit kesulitan dan hambatan yang penulis alami, namun berkat banyak bantuan, bimbingan, dorongan dan semangat dari berbagai pihak baik itu secara langsung maupun tidak langsung, sehingga penulis mampu menyelesaikannya. Oleh karena itu penulis pada kesempatan ini mengucapkan terima kasih sedalam – dalamnya kepada:

1. Ibu Hikayati, S. Kep., Ns., M. Kep. Selaku Ketua bagian Ilmu Keperawatan Fakultas Kedokteran Universitas Sriwijaya
2. Ibu Dhona Andhini, S. Kep., Ns., M. Kep. Selaku Koordinator Program Studi Profesi Ners Fakultas Kedokteran Universitas Sriwijaya.
3. Ibu Fuji Rahmawati, S. Kep., Ns., M. Kep. sebagai pembimbing yang selalu meluangkan waktu untuk memberikan bimbingan, pengarahan, dan saran - saran yang bermanfaat serta semangat dan motivasi dalam menyelesaikan karya ilmiah ini
4. Pak Jaji, S. Kep., Ns., M. Kep. Sebagai penguji I yang telah memberikan saran dan masukan dalam proses penyusunan karya ilmiah ini.
5. Ibu Putri Widita Muharyani, S. Kep., Ns., M. Kep. Sebagai penguji II yang telah memberikan saran dan masukan dalam proses penyusunan karya ilmiah ini.
6. Seluruh dosen dan staf administrasi Program Studi Ilmu Keperawatan Fakultas Kedokteran Universitas Sriwijaya yang telah membantu dan memberikan kemudahan dalam mengurus administrasi selama penyusunan skripsi ini.
7. Kedua orang tuaku tercinta dan adikku tersayang yang telah memberikan doa dan bantuan baik dari segi finansial dan motivasi selama proses penyusunan karya ilmiah ini.

8. Rekan – rekan seperjuangan Profesi Ners 2023 yang telah bersuka hati menjadi tempat berbagi dan saling melengkapi dalam proses belajar selama menempuh praktik klinik bersama.
9. Semua pihak yang telah terlibat dalam menyelesaikan laporan karya ilmiah ini.

Penulis menyadari dalam penyusunan karya ilmiah ini masih banyak terdapat kekurangan baik teknik penulisan maupun isinya sesuai dengan keterbatasan kemampuan dan pengetahuan yang penulis miliki. Oleh karena itu, penulis mengharapkan saran dan kritik yang bersifat membangun sehingga laporan ini dapat memberikan manfaat bagi bidang pendidikan dan penerapan untuk masyarakat langsung.

Indralaya, September 2023

Penulis

DAFTAR RIWAYAT HIDUP

Identitas Diri

Nama : Natasya Qotrunnada
Tempat/Tanggal Lahir : Lahat, 19 Desember 2000
Jenis Kelamin : Perempuan
Agama : Islam
Nama Ayah : Miludi, S.Ag., MM
Nama Ibu : Yessy Nisty, SKM.
Alamat : Jl. Letjend Harun Sohar Desa Mengkenang
Kecamatan Mulak Ulu Kabupaten Lahat
Palembang Sumatera Selatan.
Email : qotrunnadanatasya@gmail.com



Riwayat Pendidikan

Tahun 2005 – 2006 : TK Annisa Mulak Ulu
Tahun 2006 – 2012 : SD Negeri 6 Mulak Ulu
Tahun 2012 – 2015 : SMP Santo Yosef Lahat
Tahun 2015 – 2018 : SMA Negeri 1 Lahat
Tahun 2018 – 2022 : S-1 Program Studi Keperawatan Bagian
Keperawatan Fakultas Kedokteran Universitas
Sriwijaya Indralaya, Ogan Ilir, Sumatera Selatan
Tahun 2023 : Program Studi Profesi Ners Fakultas Kedokteran
Universitas Sriwijaya

Riwayat Organisasi

Tahun 2018 – 2019 : Anggota Magang Dinas Infokom BEM KM PSIK
UNSRI dan Departemen Medinfo LDPS SAHARA
Tahun 2019 – 2020 : Kepala Dinas Infokom BEM KM PSIK UNSRI dan
Anggota Departemen Medinfo LDPS SAHARA

DAFTAR ISI

HALAMAN JUDUL	i
SURAT PERNYATAAN	iii
LEMBAR PERSETUJUAN KARYA ILMIAH AKHIR	iv
LEMBAR PENGESAHAN.....	v
KATA PENGANTAR	vi
DAFTAR RIWAYAT HIDUP.....	x
DAFTAR ISI.....	ix
DAFTAR TABEL.....	xiv
DAFTAR SKEMA.....	xi
DAFTAR GAMBAR	xv
DAFTAR LAMPIRAN	xvi
BAB 1 PENDAHULUAN.....	19
A. Latar Belakang	19
B. Tujuan Penulisan	23
1. Tujuan Umum	23
2. Tujuan Khusus	23
C. Manfaat Penulisan.....	24
1. Bagi Penderita Hipertensi.....	24
2. Bagi Mahamahasiswa Keperawatan.....	24
3. Bagi Profesi Keperawatan.....	24
4. Bagi Institusi Pendidikan Keperawatan	25
D. Metode Penulisan	25
BAB II TINJAUAN PUSTAKA.....	8
A. Konsep Lansia.....	8
1. Pengertian Lansia.....	8
2. Batasan Usia Lansia.....	8
3. Tipe Lansia di Indonesia	9
4. Teori Proses Penuaan.....	10

5. Perubahan yang Terjadi pada Lansia	13
B. Konsep Penyakit Hipertensi	17
1. Pengertian Hipertensi	17
2. Klasifikasi Hipertensi.....	18
3. Etiologi Hipertensi	19
4. Patofisiologi Hipertensi	21
5. Pathway Hipertensi	23
6. Manifestasi Klinis	24
7. Penatalaksanaan	25
8. Pemeriksaan Penunjang	27
9. Komplikasi.....	28
C. Konsep Tekanan Darah	29
1. Definisi Tekanan Darah	29
2. Faktor-Faktor yang Mempengaruhi Tekanan Darah.....	30
D. Konsep Penerapan Pijat Kaki	30
1. Definisi Terapi Pijat Kaki	30
2. Tujuan Terapi Pijat Kaki.....	31
3. Manfaat Terapi Pijat Kaki.....	34
4. Faktor - faktor Pertimbangan Dalam Terapi Pijat Kaki.....	36
5. Kontraindikasi Terapi Pijat Kaki Terhadap Hipertensi	37
6. Pengobatan Menggunakan Terapi Pijat Kaki	38
E. Konsep Asuhan Keperawatan	39
1. Pengkajian.....	39
2. Diagnosa Keperawatan	39
3. Rencana Tindakan.....	40
E. Penelitian Terkait	48
BAB III ASUHAN KEPERAWATAN PADA LANSIA DENGAN	

HIPERTENSI	54
A. Gambaran Hasil pengkajian	54
B. Gambaran Hasil Diagnosis Keperawatan	58
C. Gambaran Hasil Intervensi dan Implementasi	61
D. Gambaran Hasil Evaluasi.....	68
BAB IV PEMBAHASAN.....	76
A. Pembahasan Kasus Berdasarkan Teori dan Hasil Penelitian	76
B. Implikasi Keperawatan	84
C. Dukungan dan Hambatan Selama Profesi	86
BAB V PENUTUP	88
A. Simpulan.....	88
B. Saran	89
DAFTAR PUSTAKA	91

DAFTAR TABEL

Tabel 2. 1 klasifikasi tekanan darah.....	18
Tabel 2. 2SOP Pijat Kaki.....	58
Tabel 2. 3 Penerapan Pijat Kaki Untuk Menurunkan Tekanan Darah Pada Lansia Dengan Hipertensi.....	48
Tabel 3. 1 Diagnosis Keperawatan pada pasien.....	58
Tabel 4. 1 Tekanan Darah Sebelum dan Setelah Pemberian Pijat Kaki.....	81

DAFTAR SKEMA

Skema 2. 1 Pathway hipertensi	23
-------------------------------------	----

DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran 1	Manuskrip Studi Kasus
Lampiran 2	Askep Lengkap 3 Lansia
Lampiran 3	Dokumentasi
Lampiran 4	Standar Operasional Prosedur Terapi Pijat Kaki
Lampiran 5	Logbook Tugas Akhir Profesi Intervensi
Lampiran 6	Jurnal Terkait Aplikasi Intervensi

UNIVERSITAS SRIWIJAYA
FAKULTAS KEDOKTERAN
PROGRAM STUDI PROFESI NERS

Karya Ilmiah Akhir, September 2023
Natasya Qotrunnada, S. Kep

Penerapan Pijat Kaki Untuk Menurunkan Tekanan Darah Pada Lansia Dengan Hipertensi Di Pantli Lanjut Usia Harapan Kita Indralaya

(xvi, 98 halaman + 5 tabel + 1 skema + 6 lampiran)

Abstrak

Pendahuluan:Angka kejadian hipertensi paling tinggi terjadi pada lansia. Hipertensi membutuhkan penanganan yang tepat, baik secara farmakologis maupun non farmakologis. Pengobatan nonfarmakologis yang dapat diterapkan adalah terapi pijat kaki dapat menjadi pilihan alternatif yang baik dari segi manfaat dan keamanannya, saat menerapkan terapi pijat kaki membantu dalam mengurangi nyeri, meningkatkan aliran darah dan menurunkan tekanan darah.

Tujuan:Menerapkan terapi pijat kaki dalam asuhan keperawatan gerontik dengan hipertensi. **Metode:**metode yang digunakan dalam penulisan karya ilmiah ini adalah deskriptif kualitatif dengan pendekatan studi kasus pada tiga lansia dengan hipertensi. **Hasil:**Hasil pengkajian didapatkan masalah keperawatan yaitu perfusi perifer tidak efektif. Intervensi yang diberikan terapi pijat kaki dilakukan 1 kali dalam sehari selama 15 menit dan dapat menurunkan tekanan darah pada ketiga pasien kelolaan dengan hipertensi. Didapatkan hasil tekanan darah sebelum diberikan terapi pijat kaki, pada Ny. SH adalah 190/100 mmHg, Ny. A adalah 210/100 mmHg, dan Ny. H adalah 168/100 mmHg. Setelah diberikan terapi pijat kaki Ny. SH adalah 188/97 mmHg, Ny. A adalah 190/100 mmHg, dan Ny. H adalah 160/90 mmHg. **Pembahasan:** Setelah diberikan terapi pijat kaki dapat dilakukan secara teratur bisa menurunkan tekanan darah sistolik dan diastolik. Pada saat melakukan terapi pijat kaki pada otot-otot kaki maka meningkatkan tekanan ke otot secara bertahap untuk mengendurkan ketegangan sehingga membantu memperlancar aliran darah ke jantung. **Kesimpulan:**Terapi pijat kaki mampu menurunkan tekanan darah pada lansia dengan hipertensi.

Kata kunci: Hipertensi, Lansia, Tekanan darah, Terapi Pijat kaki

Kepustakaan: 56 (2013- 2023)

Mengetahui

Koordinator Program Profesi Ners



Dhona Andhini, S. Kep., Ns., M. Kep.
NIP. 198306082008122002

Pembimbing



Fuji Rahmawati, S. Kep., Ns., M. Kep.
NIP. 198901272018032001

**SRIWIJAYA UNIVERSITY
FACULTY OF MEDICINE
NURSING PROFESSION PROGRAM**

**Final Scientific Report, September 2023
Natasya Qotrunnada, S. Kep**

Application of Foot Massage to Lower Blood Pressure in Elderly People with Hypertension at Harapan Kita Indralaya Elderly Home
(xvi, 98 pages + 5 tables + 1 scheme + 6 attachments)

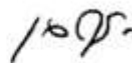
Abstract

Introduction: The highest incidence of hypertension occurs in the elderly. Hypertension requires appropriate treatment, both pharmacological and non-pharmacological. Non-pharmacological treatment that can be applied is foot massage therapy which can be a good alternative choice in terms of benefits and safety, when applying foot massage therapy helps reduce pain, increase blood flow and lower blood pressure. **Purpose:** Applying foot massage therapy in gerontic nursing care for hypertension. **Method:** The method used in writing this scientific work is descriptive qualitative with a case study approach on three elderly people with hypertension. **Results:** The results of the assessment revealed a nursing problem, namely ineffective peripheral perfusion. The intervention provided by foot massage therapy was carried out once a day for 15 minutes and was able to reduce blood pressure in three patients managed with hypertension. Blood pressure results were obtained before giving foot massage therapy to Mrs. SH is 190/100 mmHg, Mrs. A is 210/100 mmHg, and Mrs. H is 168/100 mmHg. After being given foot massage therapy, Mrs. SH is 188/97 mmHg, Mrs. A is 190/100 mmHg, and Mrs. H is 160/90 mmHg. **Discussion:** After being given foot massage therapy, it can be done regularly and can reduce systolic and diastolic blood pressure. When doing foot massage therapy on the leg muscles, gradually increase the pressure on the muscles to relax the tension, thereby helping improve blood flow to the heart. **Conclusion:** Foot massage therapy can reduce blood pressure in elderly with hypertension.

Key words: Hypertension, elderly, blood pressure, foot massage therapy

Bibliography: 56 (2013- 2023)

**Mengetahui
Koordinator Program Profesi Ners**



**Dhona Andhini, S. Kep., Ns., M. Kep.
NIP. 198306082008122002**

Pembimbing



**Fuji Rahmawati, S. Kep., Ns., M. Kep.
NIP. 198901272018032001**

BAB 1

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Lansia atau Lanjut Usia merupakan kelompok umur ketika manusia memasuki tahap akhir kehidupan. Diperkirakan populasi lansia di dunia termasuk Asia dan Indonesia akan terus meningkat. Mulai tahun 2015 kita akan memasuki era penuaan populasi, dan jumlah penduduk berusia 60 tahun ke atas akan melebihi 7%. Setelah tahun 2050, pertumbuhan populasi lansia di Indonesia diperkirakan akan melebihi Asia. Namun, diperkirakan pada tahun 2040, secara global, Asia dan Indonesia akan memiliki lebih banyak penduduk lanjut usia dibandingkan penduduk berusia di bawah 15 tahun. (Riasmini, N, M. Ekasari, M, F. Hartini, T., 2018).

Hipertensi adalah sebagai suatu kondisi dimana tekanan darah sistolik meningkat lebih dari 140 mmHg dan tekanan darah diastolik meningkat lebih dari 90 mmHg (Price & Wilson, 2013). Tekanan darah yang tidak diatur dalam jangka waktu lama dan tidak segera ditangani dapat menyebabkan penyumbatan pembuluh darah arteri yang membawa darah ke organ seperti jantung, otak, ginjal, dan mata. Tekanan darah tinggi yang tidak diatur dapat menyebabkan komplikasi jantung, termasuk infark miokard dan pertumbuhan ventrikel kiri yang berlebihan, dengan atau tanpa gagal jantung. Hematuria dan oliguria merupakan gejala komplikasi hipertensi ginjal. Komplikasi lain dari tekanan darah tinggi juga terjadi pada mata akibat retinopati hipertensi. Stroke

dan ensefalitis merupakan penyakit otak akibat darah tinggi yang sudah lama tidak ditangani (Wijaya & Putri, 2013). Tekanan darah tinggi merupakan ancaman serius bagi kesehatan di seluruh dunia. Tekanan darah tinggi merupakan penyebab utama penyakit kardiovaskular, termasuk serangan jantung, gagal jantung, stroke, dan masalah ginjal, dengan penyakit jantung iskemik dan stroke menjadi dua penyakit paling umum pada tahun 2016 yang menyebabkan kematian di planet ini (WHO, 2018).

Hipertensi merupakan penyakit tidak menular yang paling sering disebabkan oleh lansia. Penyebab darah tinggi pada lansia merupakan faktor risiko penyakit jantung. Seiring bertambahnya usia, hal ini dapat berdampak buruk pada munculnya plak pada dinding pembuluh darah, sehingga dapat menyebabkan gangguan aliran darah (Suharto, 2020). Data Organisasi Kesehatan Dunia (WHO) (World Health Organization 2018) menunjukkan bahwa penyakit ini menyerang 22% populasi dunia. Di wilayah lain di Asia Tenggara, persentase penderita tekanan darah tinggi adalah 36%. Berdasarkan penelitian kesehatan dasar (Riskesdas) terbaru tahun 2018, persentase penderita darah tinggi di Indonesia sebesar 34,1 persen, jumlah penderita darah tinggi di Indonesia sebanyak 63.309.620 jiwa, dan angka kematian akibat darah tinggi adalah 427.218 jiwa.

Pada tahun 2018, jumlah penderita hipertensi di Sumatera Selatan usia 15 tahun ke atas sebanyak 5.572.379 jiwa. Dinas Kesehatan Kabupaten Ogan Ilir memiliki data yang menunjukkan bahwa penyakit tidak menular yang paling banyak diderita warga Ogan Ilir adalah darah tinggi. Sepanjang tahun

2020, terdapat 64.404 kasus penyakit darah tinggi di wilayah Ogan Ilir. Tren bulanan penyakit darah tinggi di lima kabupaten dengan jumlah kasus darah tinggi terbanyak di Kabupaten Ogan Ilir selama tahun 2020 menunjukkan bahwa Kabupaten Indralaya mengalami peningkatan jumlah kasus darah tinggi yang signifikan dari bulan April tahun 2020 hingga bulan September. Tahun 2020. Jumlah kasus hipertensi di Wilayah Indralaya pada bulan September tahun 2020 merupakan yang tertinggi di Kabupaten Ogan Ilir sepanjang tahun 2020, meningkat tiga kali lipat dibandingkan bulan Agustus tahun 2020 (Dinkes OI, 2021).

Penatalaksanaan tekanan darah tinggi dapat dilakukan melalui pendekatan farmakologis dan nonfarmakologis. Penatalaksanaan farmakologis menggunakan obat-obatan yang menurunkan tekanan darah. Selain itu terdapat penatalaksanaan non farmakologi yang berbasis auditori antara lain terapi musik klasik atau terapi universal, terapi aromaterapi, dan terapi pijat kaki (Aditya, R., & Khoiriyah, K. 2021). Hasilnya, tingkat efektivitas yang lebih besar dapat dicapai melalui penggunaan pengobatan non-farmakologis yang saling melengkapi (Dalimartha, 2008). Beberapa penelitian telah menunjukkan bahwa pengobatan non-farmakologis merupakan komponen penting dari semua pengobatan hipertensi (Smeltzer & Bare, 2002). Terapi non-farmakologis seperti terapi pijat kaki sesuai dengan manfaat dan keamanannya. Pijat kaki dapat mengurangi rasa sakit, meningkatkan aliran darah, dan menurunkan tekanan darah.

Dalam terapi pijat kaki, tidak semua orang mampu melakukannya, hanya tenaga profesional yang mampu melakukannya. Pijat kaki adalah suatu bentuk pijatan kaki yang melibatkan membelai kaki di beberapa titik di kaki, hal ini dilakukan dengan lembut untuk meningkatkan relaksasi. Teknik pijat kaki yang umum meliputi: membelai, ibu jari, memutar tangan, serta menekan dan menahan. Stimulasi berupa pijatan dan tekanan pada kaki dapat memberikan efek menenangkan pada seluruh tubuh (Umamah, 2019).

Pijat kaki membantu menurunkan tekanan darah, menurunkan aksi pemompaan jantung, dan mengurangi penipisan dinding arteri halus, yang semuanya menyebabkan penurunan tekanan pada dinding pembuluh darah dan kelancaran aliran darah. yang berakibat pada penurunan tekanan darah (Patria, 2019). Hasil penelitian sebelumnya yang dilakukan oleh Ainun, K, Kristina, K, dan Leini, S, (2021), mengungkapkan bahwa terapi pijat kaki merupakan bentuk terapi yang aman dan sederhana yang bertujuan untuk meringankan kekakuan otot. Hal ini menyebabkan pembuluh darah menipis dan berujung pada penurunan tekanan darah. Hasil penelitian sebelumnya juga didokumentasikan oleh Aditya, R. & Khoiriyah, K, (2021) dalam tulisannya tentang kepraktisan pijat kaki dalam menurunkan tekanan darah pada penderita tekanan darah tinggi. Hasilnya menunjukkan bahwa terapi pijat kaki efektif menurunkan tekanan darah pada seluruh partisipan yang memiliki tekanan darah tinggi.

Berdasarkan hasil Wawancara dan observasi di Panti Sosial Harapan Kita Indralaya menunjukkan bahwa banyak lansia penderita darah tinggi yang

menderita nyeri di kepala bagian belakang, kelelahan, dan sebagian besar mengalami peningkatan tekanan darah. Dari hasil wawancara dan observasi penulis terhadap 10 lansia, diperoleh hasil bahwa 7 dari 10 lansia menderita penyakit darah tinggi.

Berdasarkan data di atas dan banyaknya lansia yang menderita hipertensi, maka penulis tertarik dengan melakukan studi kasus “Penerapan pijat kaki untuk menurunkan tekanan darah pada lansia dengan hipertensi di Panti Asuhan Harapan Kita Indralaya”.

B. Tujuan Penulisan

1. Tujuan Umum

Tujuan umum penulisan karya ilmiah ini adalah untuk memberikan asuhan keperawatan pada lansia hipertensi dengan menggunakan terapi pijat kaki untuk menurunkan tekanan darahnya.

2. Tujuan Khusus

- a. Menyampaikan deskripsi hasil pengkajian keperawatan pada asuhan keperawatan pada lansia dengan hipertensi di Panti Sosial Lanjut Usia Harapan Kita Indralaya.
- b. Menyampaikan deskripsi diagnosis keperawatan pada asuhan keperawatan pada lansia dengan hipertensi di Panti Sosial Lanjut Usia Harapan Kita Indralaya.
- c. Menyampaikan deskripsi rencana dan implementasi keperawatan pada asuhan keperawatan pada lansia dengan hipertensi di Panti Sosial Lanjut Usia Harapan Kita Indralaya.

- d. Menyampaikan deskripsi evaluasi keperawatan pada asuhan keperawatan pada lansia dengan hipertensi di Panti Sosial Lanjut Usia Harapan Kita Indralaya.
- e. Memaparkan informasi *evidence based* di lingkup keperawatan terkait Penerapan Pijat Kaki Untuk Menurunkan Tekanan Darah Pada Lansia Dengan Hipertensi di Panti Sosial Lanjut Usia Harapan Kita Indralaya.

C. Manfaat Penulisan

1. Bagi Penderita Hipertensi

Karya ilmiah ini dapat memberikan informasi kepada pasien penderita darah tinggi mengenai manfaat pijat kaki terhadap penurunan tekanan darah pada pasien lanjut usia penderita darah tinggi.

2. Bagi Mahamahasiswa Keperawatan

Karya ilmiah ini diharapkan dapat memberikan kontribusi terhadap pemahaman konsep dan praktik yang berkaitan dengan praktik keperawatan, khususnya bagi individu lanjut usia dengan tekanan darah tinggi, sehingga dapat memberikan pelayanan yang berkualitas dan komprehensif.

3. Bagi Profesi Keperawatan

Karya ilmiah ini dimaksudkan untuk menjadi sumber informasi bagi perawat mengenai perawatan pasien lanjut usia dengan tekanan darah tinggi.

4. Bagi Institusi Pendidikan Keperawatan

Karya ilmiah ini dapat menjadi laporan pengajaran analisis yang informatif dan komprehensif serta menjadi referensi yang bermanfaat bagi lembaga pendidikan Program Studi Profesi Ners Fakultas Kedokteran Universitas Sriwijaya.

D. Metode Penulisan

Karya ilmiah ini menggunakan pendekatan deskriptif kualitatif yang melibatkan tingkatan berikut.:

1. Pemilihan pasien dikelola menggunakan standar yang diikuti dan ditentukan: tiga orang lansia menderita hipertensi Di Panti Sosial Lanjut Usia Harapan Kita Indralaya.
2. Menganalisis teori melalui penelitian literatur untuk menafsirkan kasus dan perawatan lansia dengan benar.
3. Menyusun format perencanaan keperawatan yang meliputi pengkajian, analisis data, diagnosa keperawatan, perencanaan asuhan keperawatan, implementasi dan evaluasi keperawatan yang berlangsung selama stase keperawatan gerontik.
4. Pelaksanaan skrining kesehatan sesuai pedoman SDKI (Standar Diagnosis Keperawatan Indonesia), artifisial intensi dan standar mengenai pedoman SLKI (Standar Luaran Keperawatan Indonesia), regimen keperawatan dan penerapan pedoman SIKI (Standar Intervensi Keperawatan Indonesia).

5. Pelaksanaan asuhan keperawatan diawali dengan melaksanakan pengkajian sampai evaluasi.
6. Melakukan analisis pengaruh pijat kaki terhadap penurunan tekanan darah pada lansia dengan tekanan darah tinggi dianalisis dengan meninjau 10 artikel terkait.

DAFTAR PUSTAKA

- Aditya, R., & Khoiriyah, K. (2021). *Aplikasi Terapi Pijat Pijat Kaki terhadap Penurunan Tekanan Darah pada Pasien Hipertensi di Kecamatan Lowokwaru Kota Malang*. *Holistic Nursing Care Approach*, 1(1), 33-38.
- Amalia, R. N. (2019). Efektifitas Pijat Pijat Kaki Terhadap Penurunan Tekanan Darah Lansia Hipertensi Di Pstw Budi Luhur Yogyakarta. *Jurnal Keperawatan*, 6(2), 1 -13.
- Aminuddin, Sudarman, Y., & Syakib, M. (2020). Penurunan Tekanan Darah Penderita Hipertensi Setelah Diberikan Terapi Akupresur. *Jurnal Kesehatan Manarang*, 6(1), 57– 61.
- Aspiani, R.Y. (2016). *Buku ajar asuhan keperawatan klien gangguan kardiovaskular aplikasi NIC & NOC*. Jakarta: EGC
- Anitasari, P. (2019). *Hari Hipertensi Dunia 2019*.
- Anshari, Z. (2020). Komplikasi Hipertensi Dalam Kaitannya Dengan Pengetahuan Pasien Terhadap Hipertensi Dan Upaya Pencegahannya. *Jurnal Penelitian Keperawatan Medik*, 2(2).
- Ardiansyah, M. (2013). *Medikal Bedah*. Yogyakarta: DIVA, Press.
- Aspuah, S. (2013). *Kumpulan Kuesioner dan Instrumen Penelitian Kesehatan*. Yogyakarta: Nuha Medika.
- Azhari, M. H. (2017). Faktor-Faktor Yang Berhubungan Dengan Kejadian Hipertensi Di Puskesmas Makrayu Kecamatan Ilir Barat II Palembang. *Aisyah: Jurnal Ilmu Kesehatan*, 2(1), 23–30.

- Badan Pusat Statistik. (2015). Statistik Penduduk Lanjut Usia 2014; Hasil Survei Sosial Ekonomi Nasional. (D. Susilo, A. Chamai, & N. B. Handayani, Eds.). Jakarta: Badan Pusat Statistik, Jakarta Indonesia.
- Chanif, Khoiriyah. *Efektivitas terapi pijat pijat kaki terhadap tekanan darah pada responden hipertensi. Univ Res Coloquium*. Published online 2016:214-221.
- Dafriani, P., & Prima, B. (2019). Pendekatan Herbal Dalam Mengatasi Hipertensi.
- Depkes RI, 2018. (2018). Riset Kesehatan Dasar Nasional. Kementerian Kesehatan RI, 126.
- Ekasari, M, F. Riasmini, N, M. Hartini, T. (2018). *Meningkatkan Kualitas Hidup Lansia konsep dan Berbagai Intervensi*. Malang: Winaka Media.
- Faradhilla, R., Yunie, A., & Akhmad, M. (2022). Penurunan Tekanan Darah pada Lansia Hipertensi Menggunakan Terapi Pijat Pijat. *Ners Muda*. 3(3). 330 – 338.
- Faridah, U. (2019) Pengaruh Terapi Pijat Refleksi Kaki Dengan Metod Man Terhadap Tekanan Darah Pada Penderita Hipertensi Di Wil Karangrejo Timur Wonokromo Surabaya. 7(2):295-304.
- Haryani, S., & Misniarti. (2020). Efektifitas Akupresur dalam Menurunkan Skala Nyeri Pasien Hipertensi Diwilayah Kerja Puskesmas Perumnas. *Jurnal Keperawatan Raflesia*, 2(1), 21–30.
- Garnadi, Y. (2013). *Hidup Nyaman dengan Hipertensi*. Jakarta: Agromedia
- Imelda, I., Sjaaf, F., & Puspita, T. (2020). Faktor-Faktor Yang Berhubungan Dengan Kejadian Hipertensi Pada Lansia Di Puskesmas Air Dingin Lubuk Minturun. *Health & Medical Journal*, 2(2), 68–77.

- Irawani, A. T., Yuyun, W. I. I. (2020). Masase Kaki Terhadap Penurunan Tekanan Darah Pada Pasien Hipertensi Lansia. *Jurnal Ilmiah Indonesia*. 5(10). 995 – 1005.
- Ismayadi. (2013). Faktor-Faktor yang Memengaruhi Terhadap Kejadian Hipertensi pada Lansia di Wilayah Kerja Puskesmas Kecamatan Medan Johor. Kabupaten Jemberana.
- Juliantri, V., Nurfianti, et al. (2015) '*efektivitas massage ekstremitas terhadap perubahan tekanan darah pada pasien hipertensi di klinik pratama*: pp. 247–265.
- Junaaedi, E. Yulianti, S. & Rinata, M.G. (2013). *Hipertensi Kandas Berkat Herbal*. Jakarta: Fmedia.
- Kaplan, N. M., & Victor, R. G. (2014). Kaplan's clinical hypertension: Eleventh edition. In Kaplan's Clinical Hypertension: Eleventh Edition.
- Kemenkes RI, 2017. (2017). Mencegah dan Mengontrol Hipertensi Agar. Infodatin Hipertensi.
- Kementrian Kesehatan RI (2018). *Hasil Utama Laporan Riskesdas 2018'*, Jakarta: Badan Penelitian dan Pengembangan Kesehatan Departemen Kesehatan Republik Indonesia, p. 25022. doi: 1 Desember 2013.
- Kristina, K., & Leini, S. (2021). *Terapi foot massage untuk menurunkan dan menstabilkan tekanan darah pada penderita hipertensi*. *Abdimas Galuh*, 3(2), 328-336.
- Lukman, Putra S. dkk. (2020). *Pijat Pijat Berpengaruh terhadap tekanan darah pada pasien hipertensi di klinik ATGF 8 Palembang*. (*Jurnal Bahana Kesehatan Masyarakat*, Vol 4 No 1). p-ISSN:2580-0590/ e- 2621-380X

- Lutvitaningsih, Madyo, M., Ita, A. (2021). Pengaruh Terapi Pijat Pijat Kaki terhadap Penurunan Tekanan Darah pada Lansia dengan Hipertensi. *SNPPKM*. 1(1). 412 – 416.
- Masturoh, I., & Anggita, N. (2018a). Bahan Ajar Rekam Medis Dan Informasi Kesehatan (RMIK). In Pusat Pendidikan Sumber Daya Manusia BPPSDM (Ed.), Kemenkes RI (2018th ed.). Jakarta: Kemenkes RI.
- Masturoh, I., & Anggita, N. (2018b). Metodologi Penelitian Kesehatan (Tahun 2018). Jakarta: Kementerian Kesehatan RI.
- Muttaqin A. (2019). *Asuhan Keperawatan Klien dengan Gangguan Sistem Kardiovaskular*. Jakarta: Salemba Medika.
- Murwani, A. (2020). *Model Promosi Kesehatan pada Program Perawatan Kesehatan Masyarakat untuk meningkatkan Kualitas Hidup lansia2*. Surakarta: Universitas Sebelas Maret
- Nizar, A. M., Farida. (2022). Pengaruh Terapi Pijat Kaki Terhadap Penurunan Tekanan Darah Pada Lansia Hipertensi Di Kecamatan Campurdarat Kabupaten Tulungagung. 4(1). 6 -15.
- Nugroho, I. A., Asrin., Sarwono. (20132). *Efektifitas pijat pijat kaki dan hipnoterapi terhadap penurunan tekanan darah pada pasien hipertensi*.
- Nurarif, H A, dan Kusuma, H. (2015). *Aplikasi Asuhan Keperawatan Berdasarkan Diagnosa Medis & NANDA NIC-NOC Edisi Revisi Jilid 2*. Yogyakarta: MediAction
- Nurarif & Kusuma, (2016) Hubungan Pengetahuan Penderita Hipertensi Dengan Kepatuhan Minum Obat di Poli Penyakit Dalam RSUP H. Adam Malik Tahun 2019. *Journal of Chemical Information and Modeling*.

- Nursalam. (2017). *Metodologi Penelitian Ilmu Keperawatan Pendekatan Praktis edisi 4* (4th ed.). Jakarta: Salemba Medika.
- Opilaseli, Tissa. (2019). *Sop Pijat Pijat Kaki*.
- Padila. (2013). *Asuhan Keperawatan Penyakit Dalam*. Yogyakarta: Nuha Medika.
Palmer
- Patria, A. (2019). *Pengaruh Masase Kaki Terhadap Penurunan Tekanan Darah pada Kelompok Dewasa yang Mengalami Hipertensi*. *Jurnal Kesehatan Panca Bhakti Lampung*, 7(1), 48. <https://doi.org/10.47218/jkpbl.v7i1.60>
- Pradono, J. (2020). *Faktor-Faktor Yang Mempengaruhi Terjadinya Hipertensi Di Daerah Perkotaan*. *Gizi Indonesia*, 33(1), 59–66.
- Putri, T. U. A., & Sumekar, D. W. (2017). *Uji efektivitas daun salam (Syzygium polyanthum) sebagai antihipertensi pada tikus galur wistar*. *Majority*, 6(1), 77–81.
- Ramayanti, E. D. & Arif, N. E. (2022). *Pengaruh Terapi Pijat Pijat Kaki Terhadap Tingkat Hipertensi Pada Lansia*. *Jurnal Medika Karya Ilmiah Kesehatan*.7(2). 1 – 10.
- Riskesdas 2018. (2018). *Riskesdas 2018. Laporan Nasional Riskesdas 2018*.
- Rezky, R. A., Hasneli, Y., & Hasanah, O. (2015). *Pengaruh Terapi Pijat Pijat Kaki Terhadap Tekanan Darah Pada Penderita Hipertensi Primer*. *In Jom* (Vol. 2, Issue 2).
- Sari, M. K., Erika, D. N. & Fitria, P. (2023). *Penerapan Terapi Pijat Pijat Untuk Menurunkan Tekanan Darah pada Lansia dengan Hipertensi di RSUD dr. Soeratno Gemolong*. 2(4). 754 – 762.

- Smeltzer, S. C. & Bare, B. G. (2013). *Buku ajar keperawatan medikal bedah*. Jakarta: Egc.
- Sulaiman, M. A. & Margiyati. (2019). Pengaruh Pijat Pijat Kaki Terhadap Tekanan Darah Pada Lansia Dengan Hipertensi Di Wilayah Puskesmas Rowosari Semarang. *Jurnal Sisthana*. 4(1). 7 -15.
- Syamsudin. (2013). *Buku Ajar Farmakoterapi Kardiovaskular Dan Renal*. Jakarta: Salemba Medika
- Tim Pokja SDKI DPP PPNI. (2016). *Standar Diagnosis Keperawatan Indonesia Definisi dan Indikator Diagnostik. Edisi 1*. Jakarta: Jakarta Pegurus Pusat Persatuan Perawat Nasional Indonesia.
- Tim Pokja SIKI DPP PPNI. (2018). *Standar Diagnosis Keperawatan Indonesia Definisi dan Indikator Diagnostik. Edisi 1*. Jakarta: Jakarta Pegurus Pusat Persatuan Perawat Nasional Indonesia
- Tim Pokja SLKI DPP PPNI. (2018). *Standar Diagnosis Keperawatan Indonesia Definisi dan Indikator Diagnostik. Edisi 1*. Jakarta: Jakarta Pegurus Pusat Persatuan Perawat Nasional Indonesia
- Triyanto & Endang. (2014). *Pelayanan Keperawatan Bagi Penderita Hipertensi Secara Terpadu*. Yogyakarta: Graha Ilmu.
- Wahyudin, D. (2021). Penerapan *Evidance Based Nursing*: Pengaruh *Foot Massase* Terhadap Penurunan Tekanan Darah Pada Lansia dengan Hipertensi di Kota Sukabumi 2021. *Jurnal Health Society*. 10 (1). 48 – 55.
- WHO. (2013). *A Global Brief on Hypertension: Silent killer, global public health crises (World Health Day 2013)*. Geneva.

Zaura, T. A., Rahmawati, Sarini, V. Y. (2023). Efektivitas Terapi Foot Massage Terhadap Penurunan Tekanan Darah Pada Lansia Dengan Hipertensi: Suatu Studi Kasus. *JIM FKep*.7(1). 82 -89.