

KTI ASMINIYANTI PUTRI

by Asminiyanti Putri

Submission date: 24-Jun-2024 12:21PM (UTC+0700)

Submission ID: 2407684825

File name: KTI_TURNITIN_ASMINIYANTI_REVISI_NEW.docx (562.68K)

Word count: 7167

Character count: 44707

KARYA TULIS ILMIAH

**IMPLEMENTASI TERAPI PIJAT REFLEKSI KAKI UNTUK
MENURUNKAN TEKANAN DARAH PADA PASIEN
HIPERTENSI DI RSUD ANDI MAKKASAU
KOTA PAREPARE**



**ASMINIYANTI PUTRI
PO713202211039**

**KEMENTERIAN KESEHATAN REPUBLIK INDONESIA
POLITEKNIK KESEHATAN MAKASSAR
JURUSAN KEPERAWATAN MAKASSAR
PRODI KEPERAWATAN PAREPARE
2024**

ABSTRAK

Implementasi Terapi Pijat Refleksi Kaki Untuk Menurunkan Tekanan Darah Pada Pasien Hipertensi di RSUD Andi Makkasau Kota Parepare

(Asminiyanti Putri, 2024)

Program Studi Keperawatan Parepare Jurusan Keperawatan Politeknik Kesehatan Kementrian Kesehatan Makassar. Dibimbing oleh : H. Muhammad Asikin dan Muhammad Nasir

Hipertensi adalah kondisi dimana tekanan darah seseorang mengalami kenaikan sistolik maupun diastolik $\geq 140/90$ mmHg yang diperiksa secara berulang. Salah satu terapi non farmakologi yang dapat menurunkan hipertensi yaitu terapi pijat refleksi kaki. Tujuan penelitian ini untuk mengetahui implementasi terapi pijat refleksi kaki untuk menurunkan tekanan darah pada pasien hipertensi di RSUD Andi Makkasau Kota Parepare. Metode yang digunakan dalam penelitian ini adalah metode deskriptif, dimana peristiwa yang terjadi digambarkan secara sistematis serta membandingkan kondisi pasien sebelum dan sesudah tindakan. Hasil penelitian diperoleh tekanan darah kedua responden mengalami penurunan setelah dilakukan terapi pijat kaki selama 3 hari berturut-turut, responden pertama diperoleh tekanan darah 140/100 mmHg menjadi 130/80 mmHg dan pada responden kedua diperoleh tekanan darah 150/90 mmHg menjadi 130/70 mmHg. Kesimpulan dalam penelitian ini adalah pemberian pijat refleksi kaki efektif dalam membantu menurunkan tekanan darah pada pasien hipertensi.

Kata Kunci : Hipertensi, Implementasi Keperawatan, Pijat Refleksi Kaki

ABSTRACT

5
Implementation Of Foot Reflexology Massage Therapy to Lower Blood Pressure
in Hypertension Patients at Andi Makkasau Regional Hospital Parepare City

(Asminiyanti Putri, 2024)

1
Parepare Nursing Study Program Department of Nursing Polytechnic Health
Ministry of Health Makassar, Supervised by : H. Muhammad Asikin and
Muhammad Nasir

62
Hypertension is a condition where a person's blood pressure experiences an
increase in systolic and diastolic $\geq 140/90$ mmHg which is checked repeatedly.
One non pharmacological therapy that can reduce hypertension is foot reflexology
massage therapy. The aim of this research is to determine the implementation of
foot reflexology massage therapy to reduce blood pressure in hypertensive
patients at Andi Makkasau Regional Hospital, Parepare City. The method used in
the research is a descriptive method, where the events that occur are described
systematically and the patient's condition is compared before and after the
procedure. The results of the research showed that the blood pressure of both
respondents experienced a decrease after undergoing foot massage therapy for 3
consecutive days, the first respondent's blood pressure was 140/100 mmHg to
130/80 mmHg and the second respondent's blood pressure was 190 mmHg to
130/70 mmHg. The conclusion of this study is that providing foot reflexology
massage is effective in helping reduce blood pressure in hypertensive patients.

Keywords : Hypertension, Nursing Implementation, Foot Reflexology Massage

DAFTAR ISI

SAMPUL	i
ABSTRAK	ii
DAFTAR ISI	iii
DAFTAR TABEL	iv
DAFTAR GAMBAR	v
DAFTAR LAMPIRAN	vi
DAFTAR SINGKATAN	vii
BAB I PENDAHULUAN	1
A. Latar Belakang	1
B. Rumusan Masalah	4
C. Tujuan Studi Kasus	5
D. Manfaat Studi Kasus	5
BAB II TINJAUAN PUSTAKA	6
A. Konsep Dasar Hipertensi	6
1. Definisi	6
2. Klasifikasi	6
3. Etiologi	7
4. Patofisiologi	9
5. Manifestasi Klinis	10
6. Komplikasi	10
7. Penatalaksanaan	11
8. Pemeriksaan Penunjang	14
B. Konsep Dasar Keperawatan	15
1. Intervensi Keperawatan	15
2. Intervensi Terapi Komplementer	17
3. Implementasi Keperawatan	18
C. Konsep Terapi Pijat Refleksi Kaki	18
1. Definisi	18
2. Manfaat	19
3. Standar Operasional Prosedur	20
BAB III METODE STUDI KASUS	26
A. Jenis dan Desain Studi Kasus	26
B. Subjek Studi Kasus	26
C. Fokus Studi Kasus	27
D. Definisi Operasional	27
E. Instrument Studi Kasus	27
F. Metode Pengumpulan Data	27
G. Lokasi dan Waktu Studi Kasus	28
H. Analisa Data dan Penyajian Data	28
I. Etika Studi Kasus	29
BAB IV HASIL STUDI KASUS DAN PEMBAHASAN	30
A. Hasil Studi Kasus	30
1. Gambaran Umum Lokasi Pengambilan Data	30

2. Pengkajian	30
3. Implementasi Keperawatan	31
26 4. Evaluasi Keperawatan	33
B. Pembahasan	33
C. Keterbatasan Penelitian	35
BAB V KESIMPULAN DAN SARAN	36
A. Kesimpulan	36
B. Saran	36
DAFTAR PUSTAKA	38

DAFTAR TABEL

Tabel 2.1	Klasifikasi Hipertensi Menurut Joint National Committee 7	6
------------------	--	----------

Gambar 2.1 Memijat Pergelangan Kaki	20
Gambar 2.2 Menarik Jari Kaki.....	21
Gambar 2.3 Menelungkupkan Telapak kaki	21
Gambar 2.4 Memijat Bagian Tumit	22
Gambar 2.5 Memijat Bagian Mata Kaki	22
Gambar 2.6 Memijat Telapak Kaki bagian atas ke bawah	22
Gambar 2.7 Memijat Telapak Kaki bagian tengah	23
Gambar 2.8 Menekan pada bagian atas telapak kaki	23
Gambar 2.9 Menekan pada bagian tengah tepi telapak kaki.....	23
Gambar 2.10 Menekan Bagian bawah jari	24
Gambar 2.11 Menekan Bagian tengah telapak kaki	24
Gambar 2.12 Memutar Pergelangan Kaki.....	24
Gambar 2.13 Regangkan Kaki	25
Gambar 2.14 Mengusap Pergelangan Kaki	25

DAFTAR LAMPIRAN

- Lampiran 1 : Dokumentasi Penelitian
- Lampiran 2 : Informed Consent (Persetujuan Menjadi Partisipan)
- Lampiran 3 : Lembar Observasi
- Lampiran 4 : Barcode Video Terapi Pijat Refleksi Kaki
- Lampiran 5 : Penjelasan Mengikuti Penelitian (PSP)
- Lampiran 6 : Permohonan Izin Penelitian
- Lampiran 7 : Rekomendasi Penelitian
- Lampiran 8 : Izin Penelitian Untuk Kepala Ruangan
- Lampiran 9 : Surat Keterangan Selesai Penelitian
- Lampiran 10 : Pengajuan Judul
- Lampiran 11 : Lembar Konsultasi Bimbingan Proposal Karya Tulis Ilmiah
- Lampiran 12 : Lembar Konsultasi Bimbingan Hasil Karya Tulis Ilmiah

DAFTAR SINGKATAN

No	Istilah	Singkatan Dari
1.	CT SCAN	Computed Tomography Scan
2.	DM	Diabetes Melitus
3.	DPP	Dewan Pengurus Pusat
4.	DINKES	Dinas Kesehatan
5.	EKG	Elektrokardiogram
6.	KEMENKES	Kementerian Kesehatan
7.	MMHG	Millimeter Air Raksa
8.	PPNI	Persatuan Perawat Nasional Indonesia
9.	RI	Republik Indonesia
10.	WHO	World Health Organization

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Hipertensi merupakan masalah kesehatan yang berbahaya serta menjadi salah satu aspek pemicu penyakit jantung. Hipertensi adalah suatu penyakit yang angka kejadiannya bertambah dari tahun ke tahun serta menjadi pemicu kematian serta angka kesakitan yang sangat umum (Kemenkes RI, 2019). Ada beberapa penyakit yang menjadi faktor risiko hipertensi yaitu stroke, jantung, DM dan gagal ginjal (Maulia & Hengky, 2021). Hipertensi merupakan kondisi dimana tekanan darah seseorang mengalami kenaikan baik sistolik maupun diastoliknya $\geq 140/90$ mmHg yang diperiksa secara berulang (Fitriani, 2022).

Menurut Kemenkes RI (2019), hipertensi seringkali tanpa gejala sehingga dikenal sebagai pembunuh diam-diam. Hal ini menyebabkan penderita tidak menyadari kondisinya sebelum komplikasi muncul. Beberapa faktor risiko termasuk usia, jenis kelamin, keturunan atau genetik, merokok, stress, obesitas, kurang aktivitas fisik, konsumsi garam dan alkohol dapat menyebabkan hipertensi (Isnaini, AD, m dkk, 2023).

Hipertensi masih menjadi masalah kesehatan hingga saat ini dirasakan oleh penduduk global terutama Indonesia. Di seluruh dunia, jumlah kasus hipertensi cukup tinggi. Menurut (WHO, 2021) di Dunia orang yang berusia antara 30 -79 tahun mengalami tekanan darah tinggi sebanyak 1,28 miliar.

Kebanyakan dari mereka menempati negara yang pendapatannya rendah dan menengah.

Di Indonesia jumlah prevalensi hipertensi sebanyak 34,1% telah meningkat dibandingkan di tahun 2013 sebanyak 25,8%. Diperkirakan bahwa yang terdiagnosis hanya sepertiga kasus dan sebagian tidak terdiagnosis (Kemenkes RI, 2021). Diperkirakan ada 15 juta orang di Indonesia yang mengalami hipertensi, tetapi hanya 4% dari mereka yang dapat mengontrol tekanan darahnya (Fauziah, 2020).

Data mengenai prevalensi hipertensi di Provinsi Sulawesi Selatan (Dinkes Sulsel, 2020) menunjukkan bahwa Kota Makassar memiliki kasus hipertensi tertinggi sebesar 290.247 kasus, diikuti oleh Kabupaten Bone sebesar 158.516 kasus, ³⁴ Kabupaten Gowa sebesar 157.221 kasus dan Kabupaten Barru dengan kasus terendah 1500 kasus.

Dari sepuluh penyakit tidak menular, hipertensi menduduki peringkat pertama di Kota Parepare tahun 2019. Hal ini didukung oleh data Dinas Kesehatan yang melaporkan sebanyak 4.340 penderita hipertensi pada tahun 2019 dan jumlah penderita hipertensi meningkat menjadi 6.360 pada tahun 2020 (Data SPM Dinkes Kota Parepare dalam Ancong, 2021). Berdasarkan data Tahun 2023 dari rekam medis RSUD Andi Makkasau Kota Parepare angka penderita hipertensi yaitu 2.042 orang, yang dimana laki-laki terdapat 919 orang dan Perempuan terdapat 1.123 orang.

Jumlah kasus hipertensi yang tinggi menunjukkan perlunya pengobatan segera. Hipertensi dapat menyebabkan morbiditas atau kematian

jika tidak segera ditangani (Agustian, H. Dkk., 2021).¹³ Hipertensi dapat diatasi dengan terapi farmakologi atau non farmakologi. Pengobatan non farmakologi termasuk mengurangi stress, menurunkan berat badan, membatasi alkohol dan garam, olahraga, relaksasi, akupresur dan pijat refleksi kaki. Disisi lain, pengobatan farmakologi mencakup penggunaan obat seperti obat antihipertensi (Noprianta dkk, 2023).

Namun, seringkali penderita mengalami gejala seperti sakit kepala, pusing, lemas, mual saat mengkonsumsi obat-obatan dalam jangka panjang. Oleh karena itu diperlukan terapi tambahan selain dari penggunaan obat-obatan agar penderita tidak mengalami efek samping yang ditimbulkan (Machsus dkk., 2020).

⁷² Pijat refleksi kaki salah satunya terapi tambahan yang mampu menurunkan tekanan darah. Dimana pijat kaki ini merupakan teknik sentuhan tradisional yang memijat area tertentu pada kaki yang manfaatnya memperlancar sirkulasi darah, mengurangi kadar norepinephrine, mengurangi kadar kortisol dan kekakuan pada otot, secara tidak langsung berdampak pada penurunan tekanan darah (Noprianta dkk, 2023). Pijat refleksi kaki juga dikenal sebagai terapi sentuhan yang bermanfaat bagi kesehatan karena dapat merelaksasi dan melemaskan otot yang tegang (Ramayanti & Etika, 2022).

Penelitian yang dilakukan oleh (Sulaiman & Margiyati, 2019) mengenai terapi pijat refleksi kaki menunjukkan bahwa hasil intervensi yang dilakukan mampu menurunkan¹⁵ tekanan darah pada kedua responden sesudah diberikan pijat kaki dengan durasi 30 menit dalam waktu 3 hari. Tekanan

darah subjek 1 sebelum pijat refleksi kaki diperoleh 160/90 mmHg menjadi 146/83 mmHg. Sedangkan subjek 2 sebelum dilakukan terapi pijat kaki diperoleh tekanan darah 180/100 mmHg menjadi 155/87 mmHg.

Penelitian mengenai terapi pijat refleksi yang dilakukan (Sari, M. K., dkk. 2023) mengemukakan bahwa selama tiga kali pertemuan, kedua responden mengalami penurunan tekanan darah setelah diberikan pijatan kaki selama tiga puluh menit. Pada responden pertama, hari pertama sebelum diberikan terapi pijat kaki diperoleh tekanan darah 177/117 mmHg menjadi 174/113 mmHg, hari kedua didapatkan 167/110 mmHg menjadi 162/105 mmHg, dan hari ketiga didapatkan 160/112 mmHg menjadi 155/101 mmHg. Sedangkan pada responden kedua tekanan darah sebelum dilakukan terapi pijat kaki hari pertama yaitu 160/90 mmHg menjadi 158/89 mmHg, hari kedua didapatkan 158/94 mmHg menjadi 147/92 mmHg, dan hari ketiga didapatkan 156/95 mmHg menjadi 151/88 mmHg.

Berdasarkan uraian di atas, penulis tertarik untuk melakukan studi kasus yang berjudul “Implementasi Terapi Pijat Refleksi Kaki untuk menurunkan Tekanan Darah Pada Pasien Hipertensi Di RSUD Andi Makkasau Kota Parepare”.

B. Rumusan Masalah

Berdasarkan uraian di atas, maka rumusan masalah dalam studi kasus ini adalah “Bagaimana Implementasi Terapi Pijat Refleksi Kaki Untuk Menurunkan Tekanan Darah Pada Pasien Hipertensi di RSUD Andi Makkasau Kota Parepare?”.

C. Tujuan Studi Kasus

1. Tujuan Umum

Untuk mengetahui implementasi terapi pijat refleksi kaki untuk menurunkan tekanan darah pada pasien hipertensi

2. Tujuan Khusus

- Untuk mengetahui tekanan darah pada pasien hipertensi sebelum dilakukan terapi pijat refleksi kaki
- Untuk mengetahui tekanan darah pada pasien hipertensi setelah dilakukan terapi pijat refleksi kaki
- Untuk mengetahui Gambaran terapi pijat refleksi kaki terhadap tekanan darah pada pasien hipertensi

D. Manfaat Studi Kasus

1. Masyarakat

Untuk menambah pengetahuan Masyarakat terhadap pijat refleksi kaki sebagai metode penurunan tekanan darah pada penderita hipertensi

2. Pengembangan Ilmu dan Teknologi Keperawatan

Menambah wawasan ilmu dan teknologi terapan di bidang keperawatan dalam melakukan penerapan terapi pijat refleksi kaki pada pasien hipertensi

3. Penulis

Menambah wawasan dan pengalaman dalam mengimplementasikan terapi pijat refleksi kaki pada pasien hipertensi.

TINJAUAN PUSTAKA

A. Konsep Dasar Hipertensi

1. Definisi

Hipertensi merupakan kondisi dimana tekanan darah di dalam pembuluh darah meningkat. Istilah ini berasal dari kata “hiper” yaitu berlebihan dan “tensi” yaitu tekanan atau tegangan. Dengan demikian hipertensi adalah meningkatnya tekanan darah melebihi batas normal yang disebabkan adanya gangguan pada sistem peredaran darah (Musakkar & Djafar, 2021).

Seseorang dianggap menderita hipertensi apabila tekanan darahnya terus menerus di atas 140/90 mmHg. Kriteria ini biasanya berlaku setelah dua kali pemeriksaan tekanan darah yang diambil dalam keadaan istirahat dengan rentang waktu lima menit (Lukman dalam Sella, DYP., 2022).

Hipertensi adalah kondisi saat tekanan darah terlalu tinggi ($\geq 140/90$ mmHg) yang diukur pada dua hari yang berbeda (WHO, 2021).

2. Klasifikasi

Klasifikasi hipertensi antara lain (Lukitaningtyas & Cahyono, 2023) :

8

Tabel 2.1 Klasifikasi Hipertensi Menurut Joint National Committee 7

Singkatan	Sistolik		Diastolik
Normal	<120	dan	<80
Pra hipertensi	>120-139	atau	>80-89
Hipertensi Tingkat I	140-159	atau	90-99

Hipertensi Tingkat 2	>160	atau	>100
Hipertensi sistolik terisolasi	>140	dan	<90

3. Etiologi

Menurut (Saputra & Huda, 2023) hipertensi ada dua jenis diantaranya :

a. Hipertensi Primer (esensial)

Hipertensi esensial adalah kondisi dimana tekanan darah seseorang melebihi nilai normal tanpa penyebab yang jelas. 90% kasus hipertensi adalah hipertensi esensial. Berbagai faktor dapat menyebabkan hipertensi primer, termasuk faktor genetic atau keturunan, dimana seseorang memiliki riwayat keluarga dengan hipertensi. Selain itu, faktor tambahan seperti usia, gender, dan ras juga dapat berpengaruh. Misalnya, tekanan darah cenderung meningkat seiring bertambahnya usia dan pria lebih mungkin terkena tekanan darah tinggi dibandingkan perempuan. Orang berkulit hitam juga memiliki risiko lebih tinggi terkena tekanan darah tinggi dibandingkan orang dari ras lain. Selain faktor-faktor tersebut, gaya hidup juga memiliki peran yang signifikan. Kebiasaan seperti stress, kelebihan berat badan atau obesitas, konsumsi garam yang berlebihan, merokok, minum alkohol yang berlebihan serta menggunakan obat-obatan tertentu juga dapat mempengaruhi tekanan darah seseorang.

58

b. Hipertensi Sekunder

Hipertensi sekunder yakni kondisi dimana tekanan darah meningkat dan penyebabnya diidentifikasi sebagai suatu penyakit, sehingga lebih mudah dikontrol dengan obat. Kasusnya berkisar antara 5-8% dan penyebabnya dapat berupa penyakit diantaranya :

1) DM

Diabetes dapat menyebabkan hipertensi melalui beberapa cara mekanisme, termasuk penurunan elastisitas pembuluh darah, peningkatan volume cairan tubuh dan perubahan regulasi insulin

2) Ginjal

Salah satu penyebab utama hipertensi sekunder adalah gangguan fungsi ginjal. Banyaknya hormon renin yang dikeluarkan oleh ginjal menyebabkan tekanan darah naik. Hal ini terjadi karena adanya gangguan aliran darah menuju ginjal.

3) Koarktasio Aorta

Koarktasio aorta ialah penyempitan pada aorta abdominal. Hal ini menyebabkan tekanan darah diatas daerah penyempitan karena tidak dapat melalui lengkungan aorta.

4) Penggunaan Kontrasepsi

Alat kontrasepsi hormonal yang mengandung estrogen dan progesterone dapat menyebabkan hipertensi.

5) Kehamilan

Selama kehamilan detak jantung meningkat karena lebih banyak aliran darah antara ibu dan janin. Sehingga jantung memompa banyak darah untuk mencukupi kebutuhan ibu dan janin.

6) Gangguan endokrin

Jika kelenjar adrenal menghasilkan terlalu banyak aldosterone, kortisol atau hormon serupa adrenalin dapat menyebabkan tekanan darah tinggi.

4. Patofisiologi

Proses atau patofisiologi hipertensi menurut (Hariyono, 2020) diawali dengan peningkatan tekanan darah yang dapat melalui beberapa mekanisme. Salah satu mekanisme tersebut melibatkan kerja keras jantung dalam memompa darah agar dapat mengalir dengan cukup per detik. Ketika arteri yang lebih besar menjadi kurang elastis dan kaku, jantung mengalami kesulitan memompa darah ke dalam pembuluh darah ini dengan mudah. Sebagai akibatnya, darah yang dipompa setiap kali jantung berdenyut harus melewati pembuluh darah ⁷⁶ yang lebih kecil dari biasanya, yang kemudian meningkatkan tekanan darah. Kondisi ini sering dialami oleh orang tua yang mengalami penebalan serta pengerasan dinding pembuluh darah akibat aterosklerosis.

Hipertensi juga dapat disebabkan oleh pembentukan angiotensin II melalui dua cara yang pertama adalah memberikan peningkatan sekresi

hormon ADH. Ketika hormon ADH meningkat, sejumlah kecil urine dikeluarkan dari tubuh, sehingga osmolaritasnya menjadi tinggi dan pekat mengencerkannya membutuhkan peningkatan volume ekstraseluler yang mengakibatkan peningkatan volume darah. Yang kedua adalah merangsang sekresi hormon aldosterone dari korteks adrenal. Di ginjal hormon aldosterone mengatur jumlah cairan ekstraseluler dengan mengurangi ekskresi garam dengan reabsorpsi garam oleh tubulus ginjal. Volume dan tekanan darah meningkat disebabkan karena peningkatan konsentrasi garam yang diencerkan dengan meningkatkan volume cairan ekstraseluler (Marhabatsar & Sijid, 2021).

5. Manifestasi Klinis

Sakit kepala, mimisan, telinga berdenging, pusing bahkan pingsan adalah gejala hipertensi yang paling umum. Adapun penderita hipertensi yang timbul tanpa menunjukkan gejala yang sering disebut sebagai silent killer. Kondisi seperti ini justru lebih berbahaya dapat menyebabkan komplikasi bahkan kerusakan organ (Tika, 2021).

Hipertensi mempunyai banyak gejala, namun ada juga yang tidak mengalami gejala. Hal ini memungkinkan hipertensi terus terjadi dan menyebabkan banyak komplikasi. Gejala hipertensi sering kali muncul setelah terjadi kerusakan organ, seperti jantung, ginjal, otak atau mata. Gejala hipertensi yang paling umum antara lain sakit kepala, pusing atau migrain, berat dibagian belakang kepala, kesulitan tidur, kelelahan dan lemah (Asikin dkk, 2016).

6. Komplikasi

Hipertensi memiliki beberapa komplikasi menurut (Saputra & Huda, 2023) antara lain :

a. Stroke

Stroke terjadi karena meningkatnya tekanan intrakranial yang menyebabkan perdarahan di otak. Hal ini merupakan salah satu masalah paling umum bagi pasien yang menderita hipertensi.

b. Infark Miokard

Ketika kebutuhan oksigen di otot jantung tidak tercukupi dapat menyebabkan aliran darah terhambat sehingga mengakibatkan iskemia jantung dan infark miokard.

c. Gagal ginjal

Tingginya tekanan darah dapat menyebabkan kerusakan progresif pada kapiler-kapiler ginjal.

d. Retinopati

Hipertensi dapat merusak retina. Dampaknya tergantung pada lamanya penyakit dan gejalanya. Retinopati hipertensi pada awal mulanya tanpa gejala, namun pada akhirnya bisa menimbulkan kebutaan.

7. Penatalaksanaan

Menurut (PERHI, 2019 dalam Fajarsari, 2021) penatalaksanaan hipertensi terbagi menjadi dua jenis yaitu :

a. Terapi farmakologis

1) Golongan diuretik

Cara kerja obat ini mengeluarkan cairan yang berada di dalam tubuh lewat urine, akibatnya volume cairan tubuh menurun yang meringankan beban jantung dan berefek pada turunnya tekanan darah.

2) Penghambat adrenergik

Cara kerja obat ini dengan menghentikan aktivitas ³¹ saraf simpatis. Sistem saraf simpatis merupakan bagian dari sistem saraf otonom yang merespon stress dengan meningkatkan tekanan darah.

3) Betabloker

Obat ini bekerja dengan mengurangi kekuatan kerja jantung.

4) ACE Inhibitor

Obat-obatan ini bekerja dengan menghentikan produksi ³¹ angiotensin II yang menyebabkan tekanan darah naik.

5) Antagonis Kalsium

Obat-obatan ini mengurangi kekuatan kerja jantung dengan menghentikan kontraksi otot jantung.

64
6) Vasodilator

Obat ini bekerja secara langsung pada pembuluh darah dengan merelaksasi otot-otot halus vena terutama saluran yang menyebabkan vasodilatasi.

b. Terapi nonfarmakologis

1) Mengurangi konsumsi garam

Bagi penderita darah tinggi, diet rendah garam membantu mengurangi dosis obat tekanan darah sehingga anjuran asupan garam tidak lebih dari 2 gram per hari. 45

2) Mengubah Pola makan

Melengkapi pola makan dengan memperbanyak asupan sayur dan buah dapat memberikan manfaat lebih, seperti mencegah diabetes dan dislipidemia, selain menurunkan tekanan darah. 16

3) Olahraga secara teratur

Penderita hipertensi dianjurkan untuk melakukan gerakan setidaknya tiga hari setiap minggu sekitar tiga puluh hingga enam puluh menit. Olahraga dapat mengontrol tekanan darah.

4) Mengurangi konsumsi alkohol dan rokok

Pada Wanita dan pria mengkonsumsi minuman keras 1-2 gelas/hari membuat peredaran darah menjadi tegang. Sehingga mengurangi konsumsi minuman keras dapat menurunkan tekanan darah. 16 Namun, merokok adalah salah satu faktor resiko terkena

penyakit jantung sehingga orang yang menderita hipertensi dianjurkan untuk tidak merokok

8. Pemeriksaan Penunjang

Menurut Hariyono (2020) pemeriksaan penunjang yang diperlukan diantaranya :

a. Hemoglobin/Hematokrit

Untuk mengevaluasi keterkaitan antara sel darah dan banyaknya cairan dan untuk mengetahui risiko seperti anemia dan gangguan koagulasi.

b. Blood Urea Nitrogen (BUN)/ Kreatinin

Menilai fungsi ginjal dengan melihat kadar urea dan kreatinin dalam darah.

c. Glukosa

Diabetes yaitu faktor yang menyebabkan tekanan darah tinggi karena pelepasan katekolamin dalam jumlah besar.

d. Urinalisa

Darah, glukosa, protein, memberikan isyarat kelainan kerja ginjal serta adanya diabetes melitus

e. EKG

Untuk mengetahui dimana luas peninggian gelombang P yang menandakan terdapat penyakit jantung.

f. CT Scan

Untuk mengetahui adanya encephalopati dan tumor cerebral

g. IUP

Untuk mengetahui penyebab hipertensi mis. adanya batu ginjal

h. Foto Thorax

Menunjukkan susunan pembagian area pembesaran jantung

B. Konsep Dasar Keperawatan

1. Intervensi Keperawatan

Menurut SLKI (PPNI, 2018) dan SIKI (PPNI, 2018) kriteria hasil intervensi keperawatan pada pasien hipertensi diantaranya :

a. Risiko penurunan detak jantung akibat perubahan afterload

Tujuan : Sesudah dilaksanakan tindakan keperawatan diharapkan :

Curah jantung meningkat

Indicator keberhasilan : intensitas nadi perifer meningkat, tekanan darah normal, tidak ada palpitasi

Intervensi :

- 1) Identifikasi gejala atau tanda awal penurunan detak jantung
(Misalnya : sesak, lelah, edema, ortopnea)
- 2) Identifikasi gejala atau tanda penurunan detak jantung sekunder
(Misalnya : Penambahan berat badan, hepatomegali, distensi vena jugularis, palpitasi, oliguria)
- 3) Pantau tekanan darah
- 4) Posisikan pasien pada posisi semi fowler untuk memberi rasa nyaman
- 5) Anjurkan klien untuk berolahraga sesuai kemampuannya

6) Kolaborasi pemberian antiaritmia, jika diperlukan

b. Nyeri akut akibat agen cedera fisiologis (contoh : iskemia)

Tujuan : Sesudah dilaksanakan tindakan keperawatan diharapkan :
nyeri menurun

Indikator keberhasilan : Perasaan nyeri, perasaan meringis dan
kesulitan tidur menurun

Intervensi :

- 1) Identifikasi nyeri berdasarkan PQRST
- 2) Identifikasi skala nyeri
- 3) Berikan terapi non farmakologis yang bisa meredakan nyeri
(Misalnya : akupresur, mendengarkan music, aromatik, terapi pijat
dan kompres hangat/dingin)
- 4) Ajarkan terapi non farmakologis yang meredakan nyeri
- 5) Kolaborasi pemberian anti nyeri, jika diperlukan

c. Intoleransi aktivitas berhubungan dengan kelemahan

Tujuan : sesudah dilaksanakan tindakan keperawatan diharapkan
meningkatnya kemampuan beraktivitas

Indicator keberhasilan : Denyut nadi normal, kemampuan melakukan
aktivitas sehari-hari meningkat, tidak ada keluhan lelah

Intervensi :

- 1) Pantau kelelahan secara fisik dan emosional
- 2) Pantau kebiasaan tidur

- 3) Siapkan lingkungan yang aman dan nyaman (misalnya :
penerangan, kebisingan, keramaian)
- 4) Anjurkan melakukan aktivitas secara bertahap

d. Perfusi perifer tidak efektif akibat meningkatnya tekanan darah

Tujuan : Sesudah dilaksanakan tindakan keperawatan diharapkan :

Sirkulasi darah meningkat

Indikator keberhasilan : Nadi perifer meningkat, tubuh terasa hangat,
kulit tidak pucat

Intervensi :

- 1) Pantau tekanan darah
- 2) Pantau denyut nadi
- 3) Pantau suhu tubuh
- 4) Pantau oksimetri nadi
- 5) Atur interval pemantauan sesuai kondisi klien

2. Intervensi Terapi Komplementer

Ada beberapa terapi komplementer yang telah terbukti memiliki pengaruh terhadap penurunan tekanan darah (Kusuma, W., dkk, 2021) antara lain :

a. Rebusan daun sirih

Daun sirih merupakan obat herbal yang dapat menyembuhkan banyak penyakit, termasuk hipertensi. Cara penggunaan rebus lima lembar daun sirih dalam 250 cc air sehingga volume air berkurang menjadi setengah gelas.

b. Pijat refleksi kaki

Teknik ⁷⁰ memijat titik-titik tertentu pada tangan dan kaki

c. Terapi akupuntur

Pengobatan yang menggunakan jarum pada area tertentu di tubuh.

d. Terapi SEFT

Cara ini dilakukan dengan mengetuk ringan (tap) pada titik-titik saraf.

e. Terapi akupresur

Memberikan tekanan pada titik-titik tubuh tertentu sangat efisien dan relatif aman.

f. Teknik relaksasi otot progresif

Teknik ini fokus pada gerakan otot sehingga otot yang tegang menjadi rileks.

3. Implementasi Keperawatan

Tindakan atau aktivitas yang dilakukan perawat untuk melaksanakan rencana keperawatan yang meliputi pengamatan pasien, pemberian terapi, edukasi dan kolaborasi merupakan rangkaian implementasi keperawatan (SIKI DPP PPNI, 2018).

⁹
C. Konsep Terapi Pijat Refleksi Kaki

1. Definisi

Pijat refleksi kaki merupakan terapi ⁶⁸ tambahan yang dapat diterapkan pada penderita hipertensi untuk menurunkan tekanan darah. Teknik ini dilakukan dengan gerakan mengurut dan menekan. Pijat kaki dapat menimbulkan perasaan rileks dimana sirkulasi darah dan cairan

tubuh dapat mengalir tanpa adanya gangguan serta sel dalam tubuh memperoleh nutrisi dan oksigen yang menyebabkan organ tubuh kembali dengan fungsi normal (Putri, 2020).

Pijat refleksi kaki adalah teknik membelai lembut untuk meningkatkan relaksasi dengan cara memijat di kedua kaki pada berbagai titik refleksi. Teknik ini dapat merangsang teknik dasar pijat refleksi antara lain teknik menggosok (pijat), teknik menggerakkan ibu jari, teknik memutar jari pada titik tertentu dikaki, dan teknik menekan dan Menahan titik refleksi. Efek relaksasi di seluruh tubuh berasal dari pijatan dan tekanan (Aditya & Khoiriyah, 2021). Adapun Langkah-langkah pijat refleksi dilakukan 3 kali penerapan selama 3 hari dengan durasi 30 menit (Faradhila dkk, 2022).

2. Manfaat

Manfaat pijat refleksi kaki antara lain rasa sakit pada tubuh berkurang, menghindari berbagai penyakit, meredakan stress yang dialami, stamina menjadi meningkat, meredakan sakit kepala, membantu menyembuhkan penyakit yang sudah lama diderita, mengurangi kecanduan pada obat (Ramayanti & Etika, 2022).

Dengan pijatan lembut dapat merangsang ujung-ujung saraf pada telapak kaki. Hal ini memperlancar peredaran darah dalam tubuh, menurunkan kadar norepinefrin, hormon kortisol dan ketegangan otot. Secara tidak langsung, hal ini dapat mengurangi tingkat stress dan akhirnya menurunkan tekanan darah (Fandizal dkk, 2020).

3. Standar Operasional Prosedur

a. Fase pre-interaksi

- 1) Tetapkan waktu dan tempat kontrak dengan klien sesuai kesepakatan
- 2) Persiapkan alat yang akan digunakan yaitu baby oil

b. Fase Orientasi

- 1) Memberi salam kepada klien
- 2) Perkenalkan nama
- 3) Tanyakan nama panggilan klien
- 4) Beri penjelasan tentang tujuan dan langkah-langkah yang dilakukan
- 5) Meminta persetujuan klien

c. Fase Kerja

- 1) Atur posisi klien yang nyaman
- 2) Waktu pijat refleksi dapat dilakukan selama 15-30 menit
- 3) Langkah pertama yaitu melakukan pijatan dari pergelangan kaki hingga jari-jari, yang disebut sebagai effleurage. Gerakan ini dilakukan sebanyak tiga hingga empat kali.



Gambar 2.1 Memijat Pergelangan Kaki

- 4) Langkah kedua dengan langkah pertama hampir sama yaitu pergelangan kaki ditarik hingga ujung jari dengan melewati sela-sela jari, kemudian dilakukan tarikan kecil pada semua jari kaki.



Gambar 2.2 Menarik jari kaki

- 5) Selanjutnya, lakukan gerakan yang sama seperti yang pertama, tetapi telapak tangan ditelungkupkan di telapak kaki atas dan bawah. Kemudian tarik dengan lembut tiga atau empat kali dari pergelangan kaki hingga jari kaki.



Gambar 2.3 Menelungkupkan Telapak Kaki

- 6) Sambil memegang kaki seperti pada gambar, lakukan pijatan melingkar searah jarum jam di area tumit dengan fokus pada ibu jari tangan. Gerakan ini dilakukan tiga hingga empat kali



Gambar 2.4 Memijat Bagian Tumit

- 7) Saat melakukan pemijatan, fokuskan pada jempol, telunjuk dan jari tengah dan lakukan gerakan menarik tiga hingga empat kali dari pergelangan kaki ke tumit.



Gambar 2.5 Memijat Bagian Mata Kaki

- 8) Fokuskan penekanan pijatan pada jari jempol, diusap mulai ⁴⁸ dan telapak kaki bagian atas hingga ke arah bawah, dan bisa diulang sebanyak tiga sampai empat kali.



Gambar 2.6 Memijat Telapak Kaki bagian atas ke bawah

- 9) Gerakan ketujuh hampir sama dengan gerakan keenam, namun dilakukan dengan posisi bagian tengah telapak kaki. dilakukan tiga sampai empat kali.



Gambar 2.7 Memijat Telapak Kaki bagian tengah

- 10) Selanjutnya fokuskan pada ibu jari dan lakukan gerakan melingkar kecil dimulai dari bagian atas telapak kaki, tepat dibawah jempol dan dilanjutkan hingga ke bagian tepi tumit. Cukup dilakukan sekali dalam satu sesi pijat.



Gambar 2.8 Menekan pada bagian atas telapak kaki

- 11) Selanjutnya adalah gerakan yang hampir sama dengan gerakan kedelapan, hanya saja gerakan kesembilan lebih dekat ke area telapak kaki bagian tengah. Cukup dilakukan satu kali.



Gambar 2.9 Menekan pada bagian tengah telapak kaki

- 12) Gerakan kesepuluh adalah menekan bagian bawah setiap jari kaki seperti gambar dibawah. Caranya dengan menekan dan memutar kecil searah jarum jam. Setiap jari kaki diurut tiga sampai empat kali.



Gambar 2.10 Menekan bagian bawah jari

- 13) Langkah selanjutnya adalah memberikan penekanan dan gerakan melingkar kecil seperti pada gambar. Gerakan ini bisa dilakukan empat hingga lima kali pada titik ini saja.



Gambar 2.11 Menekan bagian tengah telapak kaki

- 14)Selanjutnya, dilakukan gerakan dengan memutar pergelangan kaki dilakukan dengan posisi tangan seperti digambar dan dapat memutar pergelangan kaki empat atau lima kali



Gambar 2.12 Memutar pergelangan kaki

- 15)Selanjutnya, meregangkan kaki dengan cara memegang pergelangan kaki untuk menarik kaki keluar dan tekan tiga atau empat kali pada tumit atas



Gambar 2.13 Regangkan kaki

- 16)Langkah terakhir adalah mengusap dengan lembut dan sedikit tekanan dari pergelangan kaki ke seluruh ujung kaki, dilakukan tiga sampai empat kali dan ditutup dengan usapan satu kali tanpa tekanan



Gambar 2.14 Mengusap Pergelangan Kaki

(Sumber : Putri, 2021 . Prosedur Pijat Refleksi Kaki)

d. Fase Terminasi

- 1) Menanyakan keadaan klien sesudah diberikan terapi pijat refleksi kaki
- 2) Mencuci tangan

METODE STUDI KASUS

A. Jenis dan Desain Studi Kasus

Metode yang penulis gunakan dalam menyusun karya tulis ilmiah yaitu metode studi kasus deskriptif. Dimana peristiwa yang terjadi digambarkan secara sistematis serta membandingkan kondisi pasien sebelum dan setelah pemberian terapi refleksi pijat kaki untuk menurunkan tekanan darah pada pasien hipertensi di RSUD Andi Makkasau Kota Parepare.

B. Subjek Studi Kasus

Adapun subjek penelitian ini melibatkan dua klien yang mengalami hipertensi di RSUD Andi Makkasau Kota Parepare :

1. Kriteria Inklusi berupa :

- a. Klien yang dirawat inap hipertensi dengan tekanan darah $\geq 120/80$ mmHg
- b. Klien yang tidak memiliki luka di telapak kaki
- c. Klien yang kemampuan komunikasinya baik dan kooperatif
- d. Klien yang bersedia berpartisipasi sebagai responden

2. Kriteria Eksklusi berupa :

- a. Klien yang kesulitan berkomunikasi dan tidak kooperatif
- b. Klien yang tidak bersedia menjadi responden
- c. Klien yang kesadaran menurun

C. Fokus Studi Kasus⁴⁴

Fokus studi pada kasus ini adalah terapi pijat refleksi kaki untuk menurunkan tekanan darah pada pasien hipertensi

D. Definisi Operasional

1. Hipertensi adalah meningkatnya tekanan darah melebihi batas normal⁶⁵ yaitu lebih dari 120/80 mmHg yang disebabkan adanya gangguan pada sistem peredaran darah.
2. Pijat refleksi kaki merupakan teknik memijat kedua kaki yang dilakukan 3 kali penerapan⁷ selama 3 hari dengan rentang waktu 30 menit.

E. Instrument Studi Kasus

Adapun instrumen yang digunakan penulis dalam mengumpulkan data⁷⁸ adalah lembar observasi, tensimeter, baby oil, dan lembar SOP.

F. Metode Pengumpulan Data⁵⁹

Metode pengumpulan data dalam menyusun karya tulis ilmiah dilakukan dengan :

1. Wawancara⁷⁹

Wawancara adalah metode pengumpulan data dimana pasien ditanyai secara langsung. Pada studi kasus ini, wawancara digunakan untuk mengidentifikasi keluhan utama, riwayat keluhan utama dan kebiasaan sehari-hari

2. Observasi

Observasi merupakan suatu metode pengumpulan informasi dengan cara mengamati pasien secara langsung untuk mengidentifikasi perubahan yang akan diteliti. Pada studi kasus ini, penulis menggunakan metode observasional untuk mengetahui tekanan darah pasien dengan metode inspeksi dan palpasi

3. Dokumentasi

Metode pengumpulan data dari dokumen asli dikenal sebagai dokumentasi. Pada studi kasus ini, penulis menggunakan metode dokumentasi untuk mengetahui identitas pasien, no RM dan informasi lainnya.

6 G. Lokasi dan Waktu Studi Kasus

1. Lokasi

Tempat penelitian studi kasus ini direncanakan di RSUD Andi Makkasau Kota Parepare.

2. Waktu

Pelaksanaan studi kasus direncanakan pada bulan Maret-Mei 2024

25 H. Analisa Data dan Penyajian Data

Analisa data penelitian studi kasus ini dengan menyajikan fakta lalu membandingkannya dengan teori yang tersedia kemudian dituangkan dan dijelaskan dalam pembahasan.

Setelah dilakukan pengumpulan data, pengolahan dan analisa data maka penulis akan menyajikan data hasil penelitian disajikan dalam bentuk naratif

atau tekstual, kerahasiaan pasien dijamin dan identitas pasien ditulis dengan inisial.

I. Etika Studi Kasus

Ada beberapa prinsip etika yang harus dipertimbangkan saat melakukan penelitian diantaranya :

a. Informed Consent (Lembar persetujuan)

Informed consent adalah proses dimana peneliti dan calon peserta penelitian mencapai kesepakatan yang didokumentasikan melalui formulir persetujuan. Proses ini dilakukan sebelum penelitian dimulai, dimana peneliti memberikan formulir persetujuan kepada calon peserta untuk menandatangani. Tujuan dari informed consent adalah agar calon peserta memahami dengan jelas maksud dan tujuan serta potensi risiko yang dapat timbul akibat partisipasi mereka dalam penelitian.

b. Anonymity (Tanpa nama)

Subjek yang diteliti harus dijaga kerahasiaannya, jadi peneliti tidak mencantumkan nama dalam studi kasus ini akan tetapi hanya mencantumkan inisial nama saja atau kode tertentu.

c. Confidentiality (Kerahasiaan)

Responden wajib diberitahu bahwa data yang diambil atau didapatkan dari responden, peneliti menjamin kerahasiaannya dan dalam penyajian data hanya group data tertentu yang akan digunakan sebagai laporan penelitian.

HASIL DAN PEMBAHASAN

A. Hasil Studi Kasus

1. Gambaran Umum Lokasi Pengambilan Data

40

Penelitian studi kasus dilaksanakan di RSUD Andi Makkasau Kota Parepare yang beralamat di Jl. Nurussamawati No. 9 Bumi Harapan, Kecamatan Bacukiki Barat, Kota Parepare. Penelitian ini dilakukan di ruangan Teratai dan ruangan Nusa Indah 1. Dalam penelitian studi kasus ini membahas tentang implementasi terapi pijat refleksi kaki untuk menurunkan tekanan darah pada pasien hipertensi yang dilaksanakan pada tanggal 12 sampai dengan 24 Mei 2024.

Adapun subjek dari penelitian studi kasus ini terdiri dari dua responden yaitu Ny. S di ruangan Teratai dan Ny. R di Ruangan Nusa Indah 1 dengan diagnosa penyakit yang sama yaitu Hipertensi.

2. Pengkajian

43

Pengkajian dilakukan pada tanggal 12 Mei 2024 didapatkan data identitas responden. Responden 1 bernama Ny. S, berusia 62 tahun, jenis kelamin Perempuan, beragama islam, beralamat di Jl. Agussalim, Pendidikan terakhir SMP, bekerja sebagai Ibu rumah tangga. Ny. S masuk rumah sakit pada tanggal 12 Mei 2024 dan dirawat di ruangan Teratai dengan diagnosa hipertensi. Penanggung jawab Ny. S adalah Tn. D, berusia 35 tahun, bekerja sebagai wiraswasta dan hubungan dengan responden yaitu anak.

24

Responden 2⁴³ bernama Ny. R, berusia 63 tahun, jenis kelamin Perempuan, beragama islam, beralamat di Btn Pondok Bahagia Indah, Pendidikan terakhir SMA, bekerja sebagai Ibu rumah tangga. Ny. R masuk rumah sakit pada tanggal 21 Mei 2024 dan dirawat di ruangan Nusa Indah 1 dengan diagnosa Hipertensi. penanggung jawab Ny. R adalah Ny. F berumur 58 tahun dan hubungan dengan klien adalah saudara kandung.

3. Implementasi Keperawatan

Implementasi terapi pijat refleksi kaki dilakukan pada Ny. S dan Ny. R dalam 3 hari dengan penerapan⁷⁵ 1 kali dalam 1 hari dengan durasi 30 menit. Pada hari senin 13 Mei 2024, peneliti melakukan implementasi hari pertama pada responden pertama Ny. S di ruangan Teratai pada jam 10.00 WITA. Sebelum dilakukan⁹ terapi pijat refleksi kaki terlebih dahulu dilakukan pengukuran tekanan darah Ny. S dan didapatkan tekanan darah 140/100 mmHg. Selanjutnya dilakukan implementasi terapi pijat kaki sesuai prosedur selama 30 menit dimulai dari gerakan pertama sampai terakhir yaitu memijat pergelangan kaki, menarik jari kaki, menelungkupkan telapak kaki, memijat bagian tumit, memijat bagian mata kaki, telapak kaki bagian atas dan tengah, menekan bagian atas dan tepi tengah telapak kaki, menekan bagian bawah jari, menekan bagian tengah telapak kaki, memutar telapak kaki, meregangkan kaki, dan gerakan terakhir mengusap pergelangan kaki. setelah dilakukan terapi

pijat dilakukan kembali pengukuran tekanan darah dan didapatkan tekanan darah Ny. S 140/90 mmHg.

Pada hari kedua 14 Mei 2024, peneliti melanjutkan implementasi terapi pijat refleksi kaki sesuai prosedur selama 30 menit pada jam 10.00 WITA. Dari tindakan yang dilakukan didapatkan hasil tekanan darah Ny.S sebelum diberikan terapi pijat refleksi kaki 140/90 mmHg dan setelah dilakukan terapi pijat kaki didapatkan 130/80 mmHg.

Pada hari ketiga 15 Mei 2024, peneliti melanjutkan implementasi terapi pijat refleksi kaki sesuai prosedur selama 30 menit pada jam 10.00 WITA. Dari tindakan yang dilakukan diperoleh hasil tekanan darah Ny. S sebelum diberikan terapi pijat refleksi kaki 130/90 mmHg dan setelah dilakukan terapi pijat didapatkan 130/80 mmHg.

Responden kedua Ny. R pada hari Kamis 22 Mei 2024, peneliti melakukan implementasi hari pertama di ruangan Nusa Indah 1 pada jam 10.00 WITA. Sebelum dilakukan terapi pijat kaki terlebih dahulu dilakukan pengukuran tekanan darah Ny. R dan didapatkan tekanan darah 150/90 mmHg. Selanjutnya dilakukan implementasi terapi pijat kaki sesuai prosedur selama 30 menit dimulai dari gerakan pertama sampai terakhir yaitu memijat pergelangan kaki, menarik jari kaki, menelungkupkan telapak kaki, memijat bagian tumit, memijat bagian mata kaki, telapak kaki bagian atas dan tengah, menekan bagian atas dan tepi tengah telapak kaki, menekan bagian bawah jari, menekan bagian tengah telapak kaki, memutar telapak kaki, meregangkan kaki, dan

gerakan terakhir mengusap pergelangan kaki. Setelah dilakukan terapi pijat dilakukan kembali pengukuran tekanan darah Ny. R dan didapatkan 150/80 mmHg.

Pada hari kedua 23 Mei 2024, peneliti melanjutkan implementasi terapi pijat refleksi kaki sesuai prosedur (SOP) selama 30 menit pada jam 10.00 WITA. Dari tindakan yang dilakukan diperoleh hasil tekanan darah Ny. R ⁸ sebelum dilakukan terapi pijat refleksi kaki 150/90 mmHg dan setelah dilakukan terapi pijat didapatkan 140/80 mmHg.

Pada hari ketiga 24 Mei 2024, peneliti melanjutkan implementasi terapi pijat refleksi kaki sesuai prosedur selama 30 menit pada jam 10.00 WITA. Dari tindakan yang dilakukan diperoleh hasil tekanan darah Ny. R sebelum diberikan terapi pijat refleksi kaki 140/80 mmHg dan setelah dilakukan terapi pijat didapatkan 130/80 mmHg.

4. Evaluasi Keperawatan

Setelah 3 hari dilakukan implementasi pijat refleksi kaki selama 30 menit pada dua orang responden, diperoleh tekanan darah responden 1 ⁴⁷ mengalami penurunan dari 140/90 mmHg menjadi 130/80 mmHg. Sedangkan Responden 2 juga mengalami ¹⁸ penurunan tekanan darah yaitu 150/90 mmHg menjadi 130/70 mmHg.

B. Pembahasan

Berdasarkan hasil studi kasus yang dilakukan yaitu terapi pijat refleksi ⁶⁷ kaki didapatkan kedua responden mengalami penurunan tekanan darah sistolik dan diastolik setelah tiga hari berturut-turut dilakukan pijat kaki.

Studi kasus ini sejalan dengan penelitian Susanto, H., dkk., (2023) menunjukkan bahwa sebelum dan sesudah diberikan terapi pijat kaki berturut-turut selama 3 hari diperoleh tekanan darah kedua responden menurun. Responden 1 tekanan darah sebelum terapi pijat kaki 175/99 mmHg dan menurun menjadi 141/88 mmHg setelah terapi. Sementara itu, pada responden 2 tekanan darah sebelum terapi adalah 218/128 mmHg menurun menjadi 156/86 mmHg setelah terapi.

Hasil studi kasus ini juga sejalan dengan penelitian Sari, M. K., dkk., (2023) mengemukakan bahwa setelah diberikan terapi pijat kaki selama 3 kali dengan rentang waktu 30 menit mampu menurunkan tekanan darah. Responden 1, hari pertama sebelum dilakukan terapi pijat kaki diperoleh tekanan darah 177/117 mmHg dan setelah dilakukan terapi pijat didapatkan 174/113 mmHg, hari kedua 167/110 mmHg menjadi 162/105 mmHg, hari ketiga 160/112 mmHg menjadi 155/101 mmHg. Sementara pada responden 2, hari pertama sebelum dilakukan terapi pijat kaki diperoleh tekanan darah 160/90 mmHg dan setelah dilakukan terapi pijat didapatkan 158/89 mmHg, hari kedua didapatkan tekanan darah sebelum terapi 158/94 mmHg dan setelah terapi 147/92 mmHg, hari ketiga didapatkan sebelum terapi 156/95 mmHg menurun menjadi 151/88 mmHg.

Hasil studi kasus ini memiliki kesamaan dengan penelitian (Aditya & Khoiriyah, 2021) yaitu keduanya menggunakan intervensi pijat refleksi kaki dengan metode pre-test dan post-test. Terapi ini dilakukan dengan pemberian 3 kali dan hasilnya menunjukkan terjadi penurunan tekanan darah.

60 Salah satu pengobatan non farmakologi yang mampu menurunkan tekanan darah tinggi yaitu pijat refleksi kaki. Hal ini sesuai dengan teori (Noprianta dkk, 2023) bahwa 74 tekanan darah tinggi dapat diatasi dengan pengobatan farmakologi dan nonfarmakologi. Pengobatan non farmakologi seperti mengurangi stress, menjaga berat badan, membatasi konsumsi alkohol dan garam, berolahraga, relaksasi, akupresur serta pijat refleksi kaki. Disisi lain, pengobatan farmakologi mencakup obat seperti obat antihipertensi.

Tekanan darah menurun setelah dilakukan pijat kaki dikarenakan terapi ini dapat memperlancar peredaran darah dalam tubuh, menurunkan kadar norepinefrin, hormon kortisol dan ketegangan otot. Secara tidak langsung, hal ini dapat mengurangi tingkat stress dan akhirnya menurunkan tekanan darah (Fandizal dkk., 2020).

Terapi pijat kaki dilakukan dengan memijat secara teratur dan lembut pada titik-titik refleksi di kedua telapak kaki responden. Terapi ini memiliki tujuan yaitu memberikan rasa rileks, mengurangi rasa nyeri dan membuat sirkulasi darah meningkat (Pristiyani & Mujahid, 2020).

Berdasarkan beberapa penjelasan peneliti, terapi pijat kaki adalah terapi tambahan yang dapat membantu penderita hipertensi menurunkan tekanan darahnya. Karena, pijat kaki memberikan perasaan rileks yang dapat meningkatkan sirkulasi darah yang berhubungan dengan titik-titik saraf di kaki. Dengan demikian, menormalkan tubuh, menyeimbangkan energi dalam tubuh, dan menurunkan tekanan darah.

C. Keterbatasan Penelitian

Adapun keterbatasan peneliti dalam studi kasus ini yaitu :

1. Keterbatasan dalam komunikasi terkadang terdapat kalimat-kalimat yang kurang dimengerti oleh responden.
2. Keterbatasan dapat terjadi didalam meminta persetujuan menjadi responden keluarga/ klien ketika tidak ingin dijadikan sebagai responden.
3. Terbatasnya ⁵³ waktu studi kasus sehingga penyusunan karya tulis ilmiah ini masih kurang maksimal dalam pengambilan, pengolahan dan penyajian data sehingga penyajian masih sangat jauh dari kesempurnaan.

BAB V

KESIMPULAN DAN SARAN

A. Kesimpulan

Berdasarkan hasil studi kasus, pijat refleksi kaki terbukti bermanfaat dalam penurunan tekanan darah pada kedua responden. Oleh karena itu, terapi pijat kaki efektif membantu penderita hipertensi dalam menurunkan tekanan darah.

B. Saran

1. Bagi Masyarakat

Diharapkan Masyarakat mendapatkan tambahan pengalaman dan informasi mengenai refleksi pijat kaki untuk membantu menurunkan tekanan darah dengan memperhatikan teknik yang sesuai dengan prosedur.

2. Bagi Pengembangan Ilmu dan Teknologi Keperawatan

Hasil studi kasus ini diharapkan dapat meningkatkan mutu Pendidikan dimasa yang akan datang dan diharapkan sebagai acuan untuk meningkatkan pengetahuan dan memahami implementasi terapi pijat refleksi kaki untuk menurunkan tekanan darah pada pasien hipertensi

3. Bagi penulis

Penulis berharap studi kasus ini dapat menjadi bahan dan masukan penelitian lebih lanjut mengenai implementasi terapi pijat refleksi kaki untuk membantu menurunkan tekanan darah pada pasien hipertensi

2 DAFTAR PUSTAKA

- Aditya, R., & Khoiriyah, K. (2021). Aplikasi Terapi Pijat Refleksi Kaki terhadap Penurunan Tekanan Darah Pada pasien Hipertensi di Kecamatan Lowokwaru Kota Malang. *Holistic Nursing Approach*, 1(1), 33.
- Agustian, H., Natalya, W., & Isytiaroh, I. (2021, December). Penerapan Terapi Relaksasi Otot Progresif Untuk Menurunkan Hipertensi Di Desa Glandang Bantarbolang. In *Prosiding Seminar Nasional Kesehatan* (Vol. 1, pp. 1501-1508).
- Ancong, F. P. A. (2021). Evaluasi Pelaksanaan Program Pengelolaan Penyakit Kronis (Prolanis) pada masa Pandemi Covid-19 di Puskesmas Kota Parepare (Doctoral dissertation, Universitas Hasanuddin).
- Asikin, M., M. Nuralamsyah., Susaldi. 2016. *Keperawatan Medikal Bedah: Sistem Kardiovaskular*. Jakarta: Erlangga.
- Dinas Kesehatan Provinsi Sulawesi Selatan. Profil Kesehatan Provinsi Sulawesi Selatan. 2020. Prevalensi di Sulawesi.
- Fajarsari, Y. (2021). Hubungan Tingkat Pengetahuan Tentang Hipertensi dengan Perilaku Pencegahan Terjadinya Hipertensi Pada Jemaah Haji di Wilayah Kerja Puskesmas Kotagede I Yogyakarta (Doctoral dissertation, Poltekkes Kemenkes Yogyakarta).
- Fandizal, M., Astuti, Y., & Sani, D. N. (2020). Implementasi Pijat Refleksi Kaki Terhadap Penurunan Tekanan Darah Pada Klien Dengan Hipertensi Tidak Terkontrol: Implementasi Of Foot Reflexology Massage To Decrease Blood Pressure In Clients With Uncontrolled Hypertension. *Jurnal Ilmiah Pamenang*, 2(1), 17-21.
- Faradhila, R., Armiyati, Y., & Mustofa, A. (2022). Penurunan Tekanan Darah Pada Lansia Hipertensi Menggunakan Terapi Pijat Refleksi. *Ners Muda*, 3(3), 330-338.
- Fauziah, N. S. (2020). Pengobatan Hipertensi Dengan Memperbaiki Pola Hidup Dalam Upaya Pencegahan Meningkatnya Tekanan Darah. *Journal of Science, Technology and Entrepreneur*, 2(2).
- Fitriani, N. A., Indriani, N., & Triguna, Y. (2022). Terapi Relaksasi Otot Progresif Dalam Meningkatkan Kualitas Tidur Pasien Hipertensi : Studi Kasus. *Nursing Care and Health Technology Journal (NCHAT)*, 2(1), 71-77.
- Hariyono, H. (2020). *Buku Ajar Asuhan Keperawatan Sistem Kardiovaskuler Untuk Profesi Ners*.

- Isnaini, AD, Susilowati, T., & Purnamawati, F. (2023). Penerapan Relaksasi Otot Progresif Terhadap Tekanan Darah Pada Lansia Dengan Hipertensi Di RSUD dr. Soeratto gemolong. *Termometer: Jurnal Ilmiah Ilmu Kesehatan dan Kedokteran*, 1 (4), 109-120.
- Kemendes RI. (2019). *Profil Kesehatan Indonesia Tahun 2021*. Kementerian Kesehatan Republik Indonesia. Jakarta : Kementerian Kesehatan Republik Indonesia.
- Kemendes RI. (2021). Hipertensi Penyebab Utama Penyakit Jantung, Gagal Ginjal dan Stroke. <http://p2ptm.kemendes.go.id/artikel-sehat/hipertensi-penyakit-utama-penyakit-jantung-gagal-ginjal-dan-stroke>.
- Kusuma, W., Tiranda, Y., & Sukron, S. (2021). Terapi Komplementer yang Berpengaruh Terhadap Penurunan Tekanan Darah Pasien Hipertensi Di Indonesia: Literature Review. *JKM: Jurnal Keperawatan Merdeka*, 1(2), 262-282.
- Lukitaningtyas, D., & Cahyono, E. A. (2023). Hipertensi; Artikel Review. *Pengembangan Ilmu Dan Praktik Kesehatan*, 2(2), 100-117.
- Machsus, A. L., Anggraeni, A., Indriyani, D., Anggraini, D. S., Putra, D. P., Dini, Rahmawati, Nurfaziah, F., Azizah, H., Lestari, I., Syafitri, L., Fauziah, N. S., Lailah, N. N., & Z. N. N. (2020). Pengobatan Hipertensi dengan Memperbaiki Pola Hidup dalam Upaya Pencegahan Meningkatnya Tekanan Darah. *Journal of science, Technology, and Entrepreneurship*, 2(2), 51-56.
- Marhabatsar, N. S. (2021). Review: Penyakit Hipertensi Pada Sistem Kardiovaskular. In *Prosiding Seminar Nasional Biologi* (Vol. 7, No. 1, pp. 72-78).
- Maulia, M., & Hengky, H. K. (2021). Analisis kejadian penyakit hipertensi di Kabupaten Pinrang. *Jurnal Ilmiah Manusia dan Kesehatan*, 4(3), 324-331.
- Musakkar, & Djafar, T. (2021). Promosi Kesehatan: Penyebab Terjadinya Hipertensi (H. Aulia (ed.)). CV. Pena Persada.
- Noprianta, N., Siregar, Y. H., & Sinuraya, E. (2023). Asuhan Keperawatan Keluarga Pada Hipertensi Dengan Pijat Refleksi Telapak Kaki Di UPT. Puskesmas Pulo Brayan. *Sentri: Jurnal Riset Ilmiah*, 2(9), 3869-3881.
- PPNI (2017). Standar Diagnosis Keperawatan Indonesia: Definisi dan Indikator Diagnostik, Edisi 1. Jakarta: DPP PPNI.
- PPNI (2018). Standar Intervensi Keperawatan Indonesia: Definisi dan Tindakan Keperawatan, Edisi 1. Jakarta: DPP PPNI.

PPNI (2018). Standar Luaran Keperawatan Indonesia: Definisi dan Kriteria Hasil Keperawatan, Edisi 1. Jakarta: DPP PPNI.

¹⁸ Pristiyani, K., Mujahid, I. (2020). Efektivitas Terapi Rendam Kaki Air Hangat dan Pijat Refleksi Kaki terhadap tekanan darah pada lansia. *Jurnal keperawatan*, 12(4), 541-554.

²² Putri, E. C. (2020). Penerapan terapi refleksi pijat kaki terhadap tekanan darah pada pasien hipertensi Ny. L Di Koto baru Jorong Tigo Surai Basok Tahun 2020 (Doctoral Dissertation, Universitas Perintis Indonesia).

¹² Ramayanti, E. D., & Etika, A. N. (2022). Pengaruh Terapi Refleksi Pijat kaki Terhadap Tingkat Hipertensi Pada Lansia. *Jurnal Medika: Karya Ilmiah Kesehatan*, 7(2), 1-10.

⁶ Saputra, S., & Huda, S. A. (2023). Penurunan Nyeri Kepala Melalui Teknik Relaksasi Autogenic Pada Penderita Hipertensi. *Jurnal Ilmu Keperawatan dan Kebidanan*, 14 (1), 345-353.

¹³ Sari, MK, Nooratri, ED, & Purnamawati, F. (2023). Penerapan Terapi Pijat Refleksi Untuk Menurunkan Tekanan Darah pada Lansia dengan Hipertensi di RSUD dr. Soeratro Gemolong. *INSOLOGI: Jurnal Sains dan Teknologi*, 2(4), 754-762.

⁴¹ Sella, DYP. (2022). Aplikasi Terapi Pijat Refleksi Kaki Penderita Hipertensi Tidak Terkontrol Sebagai Upaya Penurunan Tekanan Darah (Doctoral dissertation, Skripsi, Universitas Muhammadiyah Magelang)

⁴ Sulaiman, M. A., & Margiyati, M. (2019). Pengaruh pijat refleksi kaki terhadap tekanan darah pada lansia dengan hipertensi di wilayah Puskesmas Rowosari Semarang: The Effects of master reflections on blood pressure in the clients with hypertension in region Puskesmas Rowosari Semarang. *Jurnal keperawatan Sisthana*, 4(1), 7-15.

¹⁵ Susanto, H., Permadani, R. A., & Prajayanti, E. D. (2023). Penerapan Terapi Refleksi Pijat Telapak Kaki Terhadap Tekanan Darah Pada Penderita Hipertensi Di RSUD Kota Salatiga. *Jurnal Keperawatan Duta Medika*, 3(2), 54-59.

²⁷ Tika, T.T. (2021). Pengaruh Pemberian Daun Salam (*syzygium polyanthum*) Pada Penyakit Hipertensi : Sebuah Studi Literatur. *Jurnal Medika Utama*, 3 (01 Oktober), 1260-1265.

⁵¹ World Health Organization (WHO), "Hypertension," 2021. <https://www.who.int/news/fact-sheets/detail/hypertension>

ORIGINALITY REPORT

29%

SIMILARITY INDEX

28%

INTERNET SOURCES

14%

PUBLICATIONS

14%

STUDENT PAPERS

PRIMARY SOURCES

1

Submitted to Badan PPSDM Kesehatan
Kementerian Kesehatan

Student Paper

2%

2

repository.unimugo.ac.id

Internet Source

1%

3

123dok.com

Internet Source

1%

4

ejournalmalahayati.ac.id

Internet Source

1%

5

jurnal.harianregional.com

Internet Source

1%

6

repository.poltekkes-kdi.ac.id

Internet Source

1%

7

jurnal.unimus.ac.id

Internet Source

1%

8

pt.scribd.com

Internet Source

1%

9

eprintslib.ummgl.ac.id

Internet Source

1%

10	Submitted to Universitas Jember Student Paper	1 %
11	repository.poltekkesbengkulu.ac.id Internet Source	1 %
12	scholar.unand.ac.id Internet Source	1 %
13	journal.literasisains.id Internet Source	<1 %
14	www.sciencegate.app Internet Source	<1 %
15	ojs.uadb.ac.id Internet Source	<1 %
16	repository.universitalirsyad.ac.id Internet Source	<1 %
17	ejournal.nusantaraglobal.ac.id Internet Source	<1 %
18	jurnal.ummi.ac.id Internet Source	<1 %
19	Yana Hendriana, Heri Hermansyah. "Pengaruh terapi audio musik tradisional degung sunda terhadap perubahan tekanan darah pada lansia dengan hipertensi di Poskesdes Kedungarum UPTD PKM Kuningan Kabupaten Kuningan", Journal of Nursing Practice and Education, 2024	<1 %

20	ejurnal.politeknikpratama.ac.id Internet Source	<1 %
21	eprints.poltekkesjogja.ac.id Internet Source	<1 %
22	Submitted to Universitas Muhammadiyah Yogyakarta Student Paper	<1 %
23	stikes-nhm.e-journal.id Internet Source	<1 %
24	www.scribd.com Internet Source	<1 %
25	repository.itekes-bali.ac.id Internet Source	<1 %
26	repository.unjaya.ac.id Internet Source	<1 %
27	sipora.polije.ac.id Internet Source	<1 %
28	e-journal.undikma.ac.id Internet Source	<1 %
29	jurnal.univrab.ac.id Internet Source	<1 %
30	e-journal.lppmdianhusada.ac.id Internet Source	<1 %

31	tr.scribd.com Internet Source	<1 %
32	journal.aiska-university.ac.id Internet Source	<1 %
33	Submitted to Forum Perpustakaan Perguruan Tinggi Indonesia Jawa Tengah Student Paper	<1 %
34	Susi Susanti, Emmi Bujawati, Rimawati Aulia Insani Sadarang, Dian Ihwana. "Hubungan Self Efficacy dengan Manajemen Diri Penderita Hipertensi Di Puskesmas Kassi- Kassi Kota Makassar Tahun 2022", Jurnal Kesmas Jambi, 2022 Publication	<1 %
35	jurnal.umpar.ac.id Internet Source	<1 %
36	repository.uin-alauddin.ac.id Internet Source	<1 %
37	repository.ub.ac.id Internet Source	<1 %
38	repository.upi.edu Internet Source	<1 %
39	Faridah Umamah, Shinta Paraswati. Jurnal Ilmu Kesehatan, 2019 Publication	<1 %

40	owner.polgan.ac.id Internet Source	<1 %
41	repositori.unimma.ac.id Internet Source	<1 %
42	repository.stikesdrsoebandi.ac.id Internet Source	<1 %
43	eprints.ukh.ac.id Internet Source	<1 %
44	Submitted to fpptijateng Student Paper	<1 %
45	www.coursehero.com Internet Source	<1 %
46	journal.universitaspahlawan.ac.id Internet Source	<1 %
47	ojs.unik-kediri.ac.id Internet Source	<1 %
48	repo.stikesperintis.ac.id Internet Source	<1 %
49	Submitted to University of Muhammadiyah Malang Student Paper	<1 %
50	dspace.umkt.ac.id Internet Source	<1 %
51	journals.lww.com	

Internet Source

<1 %

52

media.neliti.com

Internet Source

<1 %

53

repository.poltekkes-kaltim.ac.id

Internet Source

<1 %

54

transpublika.com

Internet Source

<1 %

55

Submitted to Universitas Lancang Kuning

Student Paper

<1 %

56

akbid-dharmahusada-kediri.e-journal.id

Internet Source

<1 %

57

thesis.umy.ac.id

Internet Source

<1 %

58

Submitted to Poltekkes Kemenkes Pontianak

Student Paper

<1 %

59

nanopdf.com

Internet Source

<1 %

60

pdfcoffee.com

Internet Source

<1 %

61

repo.stikesbethesda.ac.id

Internet Source

<1 %

62

ppjp.ulm.ac.id

Internet Source

<1 %

63	text-id.123dok.com Internet Source	<1 %
64	www.mitrahomecare.com Internet Source	<1 %
65	www.scilit.net Internet Source	<1 %
66	Restichia Sasabone, Yenny Aulya, Retno Widowati. "Pengaruh Konsumsi Rebusan Daun Pandan terhadap Tekanan Darah Wanita Lansia Penderita Hipertensi di Nusalaut Maluku Tengah", Jurnal Akademika Baiturrahim Jambi, 2023 Publication	<1 %
67	eprints.ums.ac.id Internet Source	<1 %
68	repository.binausadabali.ac.id Internet Source	<1 %
69	digilib.itskesicme.ac.id Internet Source	<1 %
70	ejurnal.stie-trianandra.ac.id Internet Source	<1 %
71	jurnal.ensiklopediaku.org Internet Source	<1 %
72	jurnal.globalhealthsciencegroup.com Internet Source	<1 %

73	repository.politeknikyakpermas.ac.id Internet Source	<1 %
74	ukh.ac.id Internet Source	<1 %
75	Ahmaniyah Ahmaniyah, Sitti Sarti, Aulia Aulia, Emdat Suprayitno, Siti Hatijah. "PENERAPAN TERAPI MUSIK PADA IBU HAMIL HIPERTENSI DI PESISIR PAGARBATU SARONGGI", SELAPARANG Jurnal Pengabdian Masyarakat Berkemajuan, 2021 Publication	<1 %
76	FITRI ANITA, BUDI ANTORO. "APPLICATION OF ERGONOMIC GYMNASTICS TO BLOOD PRESSURE IN ELDERLY WITH HYPERTENSION", Media Husada Journal Of Nursing Science, 2023 Publication	<1 %
77	Submitted to LL Dikti IX Turnitin Consortium Student Paper	<1 %
78	docplayer.info Internet Source	<1 %
79	id.scribd.com Internet Source	<1 %
80	journal.amikveteran.ac.id Internet Source	<1 %

repository.stikeshangtuah-sby.ac.id

81

Internet Source

<1 %

82

repository.ukwms.ac.id

Internet Source

<1 %

83

repository.unib.ac.id

Internet Source

<1 %

84

www.researchgate.net

Internet Source

<1 %

85

www.repository.poltekkes-kdi.ac.id

Internet Source

<1 %

86

Andry Sartika, Anwar Wardi, Yani Sofiani.
"Perbedaan Efektivitas Progressive Muscle
Relaxation (PMR) dengan Slow Deep
Breathing Exercise (SDBE) terhadap Tekanan
Darah Penderita Hipertensi", Jurnal
Keperawatan Silampari, 2018

Publication

<1 %

87

aihunan.blogspot.com

Internet Source

<1 %

88

kartinakep.blogspot.com

Internet Source

<1 %

89

zombiedoc.com

Internet Source

<1 %

Exclude quotes Off

Exclude matches Off

Exclude bibliography Off