

KARYA ILMIAH AKHIR NERS
MANAJEMEN SELF CARE UNTUK MENURUNKAN
TEKANAN DARAH PADA LANSIA DENGAN HIPERTENSI DI
KELURAHAN BANJEREJO



OLEH:

HAFIDATUL MU'ARIFAH

(NIM:202310461011059)

PROGRAM PENDIDIKAN PROFESI NERS
FAKULTAS ILMU KESEHATAN
UNIVERSITAS MUHAMMADIYAH MALANG

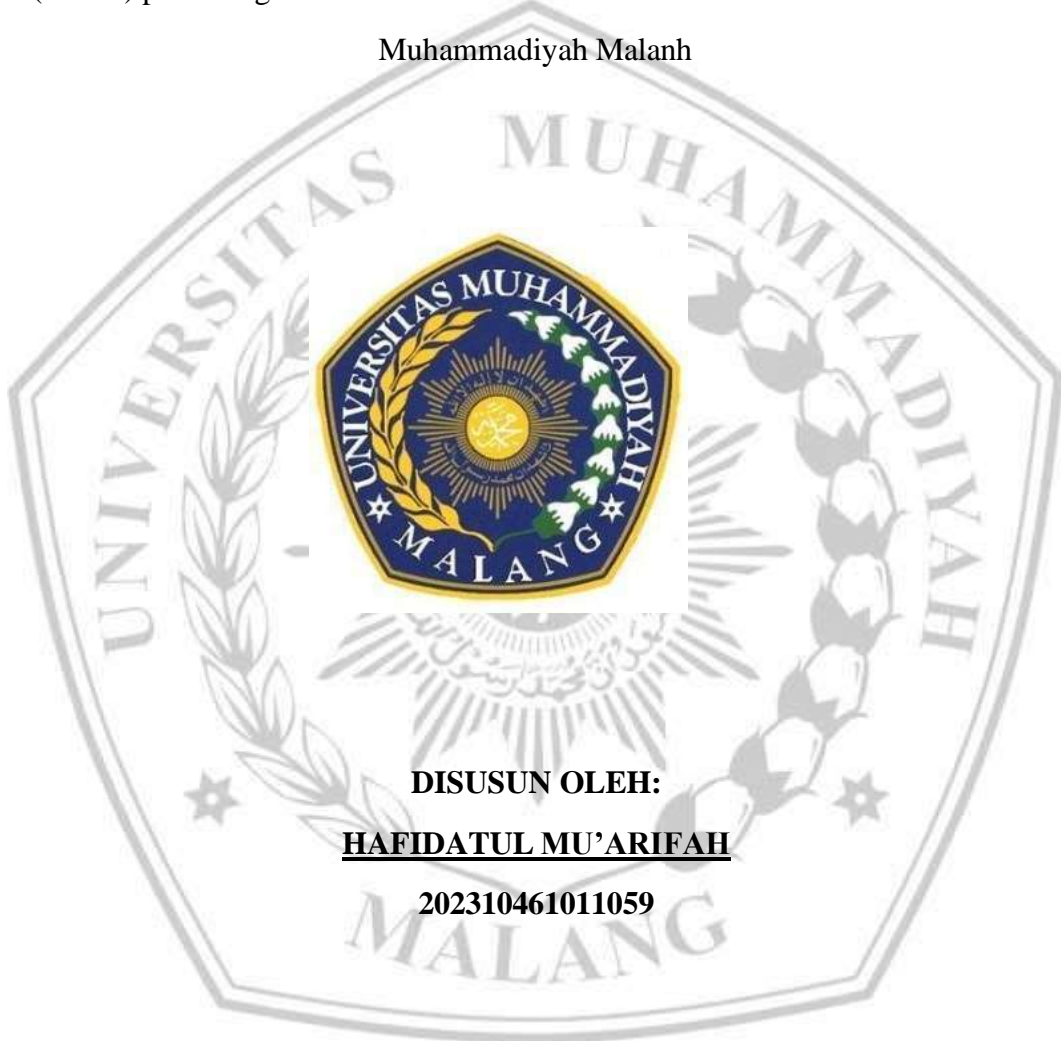
2024

**MANAJEMEN SELF CARE UNTUK MENURUNKAN
TEKANAN DARAH PADA LANSIA DENGAN HIPERTENSI
DI KELURAHAN BANJEREJO**

KARYA ILMIAH AKHIR NERS

Untuk Memenuhi Sebagai Persyaratan Mencapai Derajat Profesi Keperawatan
(NERS) pada Program Studi Profesi Ners Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas

Muhammadiyah Malang



DISUSUN OLEH:

HAFIDATUL MU'ARIFAH

202310461011059

PROGRAM STUDI PENDIDIKAN PROFESI NERS

FAKULTAS ILMU KESEHATAN

UNIVERSITAS MUHAMMADIYAH MALANG

2024

LEMBAR PERSETUJUAN

Judul Karya Ilmiah Akhir Nurse : Gambaran Terapi Pijat Kaki Untuk
Menurunkan Tekanan Darah Pada Lansia
Dengan Hipertensi Di Kabupaten
Banjarejo

Nama Lengkap : Hafidatul Mu'arifah
NIM : 202310461011059
Jurusan : Profesi Ners
Universitas : Universitas Muhammadiyah Malang
Alamat Rumah dan No Tel/HP : Dsn. Ringin Anyar RT 002/RW 003
Ds.Suko Anyar Kec. Pongok Kab. Blitar
Alamat Email : hafidatul1106@gmail.com
Dosen Pembimbing
Nama Lengkap dan Gelar : Sunardi, S.Kep,Ns,M.Kep
NIP UMM : 0702027303
Alamat Rumah dan No Tel/HP : -

Menyetujui


Ketua Program Profesi Ners


Fakultas Ilmu Kesehatan

Universitas Muhammadiyah Malang

Malang, 10 Juni 2024

Dosen Pembimbing


(Sunardi, S.Kep., Ns., M.Kep)
NIP UMM.0702027303


(Sunardi,S.Kep.,Ns., M.Kep)
NIP UMM.0714097502

LEMBAR PENGESAHAN
MANAJEMEN SELF CARE UNTUK MENURUNKAN TEKANAN
DARAH PADA LANSIA DENGAN HIPERTENSI DI
KELURAHAN BANJEREJO
KARYA ILMIAH AKHIR NERS

Disusun Oleh:

HAFIDATUL MU'ARIFAH
(NIM: 202310461011059)

Telah berhasil dipertahankan dihadapan Dewan Penguji dalam ujian siding
tanggal:
dan telah diterima sebagai persyaratan yang diperlukan meraih gelar NERS pada
Program Studi Ners, Fakultas Ilmu Kesehatan
Universitas Muhammadiyah Malang

DEWAN PENGUJI

Penguji 1 : Muhammad Ari Arfianti, M.Kep.,Sp.Kep.J.

NIP.UMM. 190910111988

Penguji 2: Ollyvia Freeska Dwi Marta, , S.Kep., Ns., M.Sc

NIP.UMM. 140309.031.989

Penguji 3: Sunardi. S.Kep., Ns.,M.Kep

NIP.UMM. 0702027303

Ditetapkan di Malang, Tanggal: 10 Juli 2024

Dekan Fakultas Ilmu Kesehata

Universitas Muhammadiyah Malang



Dr. Yoyok Bekti Prasetyo, M.Kep., S.Kep., Sp.Kom

NIP.UMM.112.0309.0405

SURAT PERNYATAAN KEASLIAN

Saya yang bertanda tangan dibawah ini

Nama : Hafidatul Mu'arifah

NIM : 202310461011059

Program studi : Profesi Ners

Judul KIAN : Manajemen Self Care Untuk Menurunkan
Tekanan Darah Pada Lansia Dengan Hipertensi
Di Kelurahan Banjerejo

Menyatakan dengan sebenarnya bahwa Karya Ilmiah Akhir Ners (KIAN) yang saya tulis ini benar-benar hasil karya tulis sendiri, bukan merupakan pengambilan tulisan atau pikiran orang lain yang saya akui sebagai tulisan atau pikiran saya sendiri, Apabila dikemudian hari dapat dibuktikan bahwa karya ilmiah ini adalah hasil jiplakan, maka saya bersedia menerima sanksi atas perbuatan tersebut.

Malang, 10 Juli 2024

Yang membuat pernyataan



Hafidatul Mu'arifah

202310461011059

KATA PENGANTAR

Alhamdulillah, puji syukur penulis panjatkan kehadiran Allah SWT yang telah melimpahkan rahmat dan hidayah-Nya, sehingga penulis dapat menyelesaikan Karya Ilmiah Akhir Ners (KIAN) dengan judul “Asuhan Keperawatan Pada Lansia Dengan Hipertensi Dengan Terapi Pijat Kaki Untuk Menurunkan Tekanan Darah Di Kelurahan Banjerejo” sebagai persyaratan untuk menyelesaikan runtutan pembelajaran pada Program Studi Profesi NERS Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas Muhammadiyah Malang. Bersama dengan ini, perkenankanlah penulis mengucapkan terima kasih yang sebesar-besarnya dengan hati yang tulus kepada:

1. Bapak Prof. Dr. H. Nazaruddin Malik, SE., M.Si. selaku Rektor Universitas Muhammadiyah Malang;
2. Bapak Dr. Yoyok Bakti Prasetyo, M.Kep., Sp.Kom selaku Dekan Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas Muhammadiyah Malang.
3. Bapak Sunardi, S.Kep, Ns., M.Kep., selaku Ketua Program Studi Profesi Ners Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas Muhammadiyah Malang.
4. Bapak Zahid Fikri, S.Kep.,Ns.,M.Kep., selaku pembimbing yang telah meluangkan waktunya untuk membimbing penulisan KIAN ini dengan baik dan sabar dan memberikan motivasi bagi penulis dalam menyelesaikan KIAN.
5. Dosen dan Staf TU Program Studi Profesi Ners Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas Muhammadiyah Malang.
6. Kedua orang tua yang sangat penulis cintai dan sayangi. Terimakasih atas segala dukungan yang tidak ada hentinya memberi doa dan semangat, sehingga KIAN ini dapat diselesaikan dengan baik. Semoga segala kebaikan dan pertolongan semuanya mendapat berkah dari Allah SWT. Akhir kata, penulis mohon maaf apabila masih banyak kekurangan dalam penyusunan KIAN ini.

Malang, 10 Juli 2024

Penulis.

ASUHAN KEPERAWATAN PADA LANSIA DENGAN HIPERTENSI DENGAN TERAPI PIJAT KAKI UNTUK MENURUNKAN TEKANAN DARAH DI KELURAHAN BANJEREJO

Hafidatul Mu'arifah¹, Sunardi,S.Kep.,Ns.,M.Kep² Program Studi Pendidikan Profesi Ners, Fakultas Ilmu Kesehatan, Universitas Muhammadiyah Malang, Jalan Bendungan Sutami 188A Kota Malang, Jawa Timur, Indonesia 65145

Email: hafidatul1106@webmail.umm.ac.id

ABSTRAK

Latar belakang : Hipertensi menjadi salah satu permasalahan kesehatan yang cukup serius dan berbahaya. Sebanyak 188,6 ribu jiwa terdata mengidap hipertensi atau tekanan darah tinggi di Bojonegoro sejak Januari hingga Agustus. Meski tidak menular penyakit tersebut tetap berbahaya dan dapat menyebabkan komplikasi.

Metode penelitian: Pada penelitian ini menggunakan case report yaitu penelitian yang dilakukan terfokus pada suatu kasus tertentu untuk diamati dan dianalisis secara cerat sampai tuntas. Kasus yang dimaksud bisa berupa tunggal atau jamak. Jenis penelitian ini digunakan apabila peneliti ingin memperoleh gambaran suatu kasus yang diteliti secara mendalam.

Hasil: Dengan dilakukannya intervensi terapi pijat kaki yang dimana manfaatnya dapat membuat rileks pada saraf kaki juga dapat menurunkan tekanan darah pada pasien. Intervensi ini dilakukan selama kurang lebih 4 hari dan juga diimbangi edukasi kepada keluarga untuk menjaga pola makan pasien, seperti menganjurkan diet rendah garam dan juga diet rendah gula.

Kesimpulan: pengimplementasian intervensi menggunakan terapi pijat kaki pada Ny. M dengan Hipertensi selama kurang lebih 4 hari di ruang Diponegoro di desa Banjarejo kabupaten Malang dapat diterapkan dalam proses penyembuhan pasien karena terdapat beberapa intervensi yang mampu memberikan dampak perbaikan baik dari segi klinis maupun aspek psikologis sehingga pasien dapat menjaga kesehatannya.

Kata kunci: Pijat kaki, Hipertensi, Lansia

NURSING CARE FOR ELDERLY WITH HYPERTENSION USING FOOT MASSAGE THERAPY TO LOWER BLOOD PRESSURE IN BANJEREJO VILLAGE

Hafidatul Mu'arifah¹, Sunardi,S.Kep.,Ns.,M.Kep² Program Studi Pendidikan Profesi Ners,
Fakultas Ilmu Kesehatan, Universitas Muhammadiyah Malang, Jalan Bendungan Sutami
188A Kota Malang, Jawa Timur, Indonesia 65145

Email: hafidatul1106@webmail.umm.ac.id

ABSTRACT

Background: Hypertension is a health problem that is quite serious and dangerous. As many as 188.6 thousand people were recorded as suffering from hypertension or high blood pressure in Bojonegoro from January to August. Even though the disease is not contagious, it is still dangerous and can cause complications.

Research method: This research use a case report, namely the research carried out focuses on a particular case to be observed and analyzed thoroughly until complete. The case in question can be singular or plural. This type of research is used if the researcher wants to obtain an overview of a case that is studied in depth.

Results: By carrying out foot massage therapy interventions, the benefits of which can relax the nerves in the feet and can also reduce blood pressure in patients. This intervention is carried out for approximately 4 days and is also balanced with education for the family to maintain the patient's diet, such as recommending a low salt diet and also a low sugar diet.

Conclusion: implemented intervention using foot massage therapy on Mrs. M with hypertension for approximately 4 days in the Diponegoro room in Banjarejo village, Malang district, can be applied in the patient's healing process because there are several interventions that can provide an improvement impact both in clinical and psychological aspects so that patients can maintain their health.

Key Word : Hypertantion, Foot Massage, Eldelry

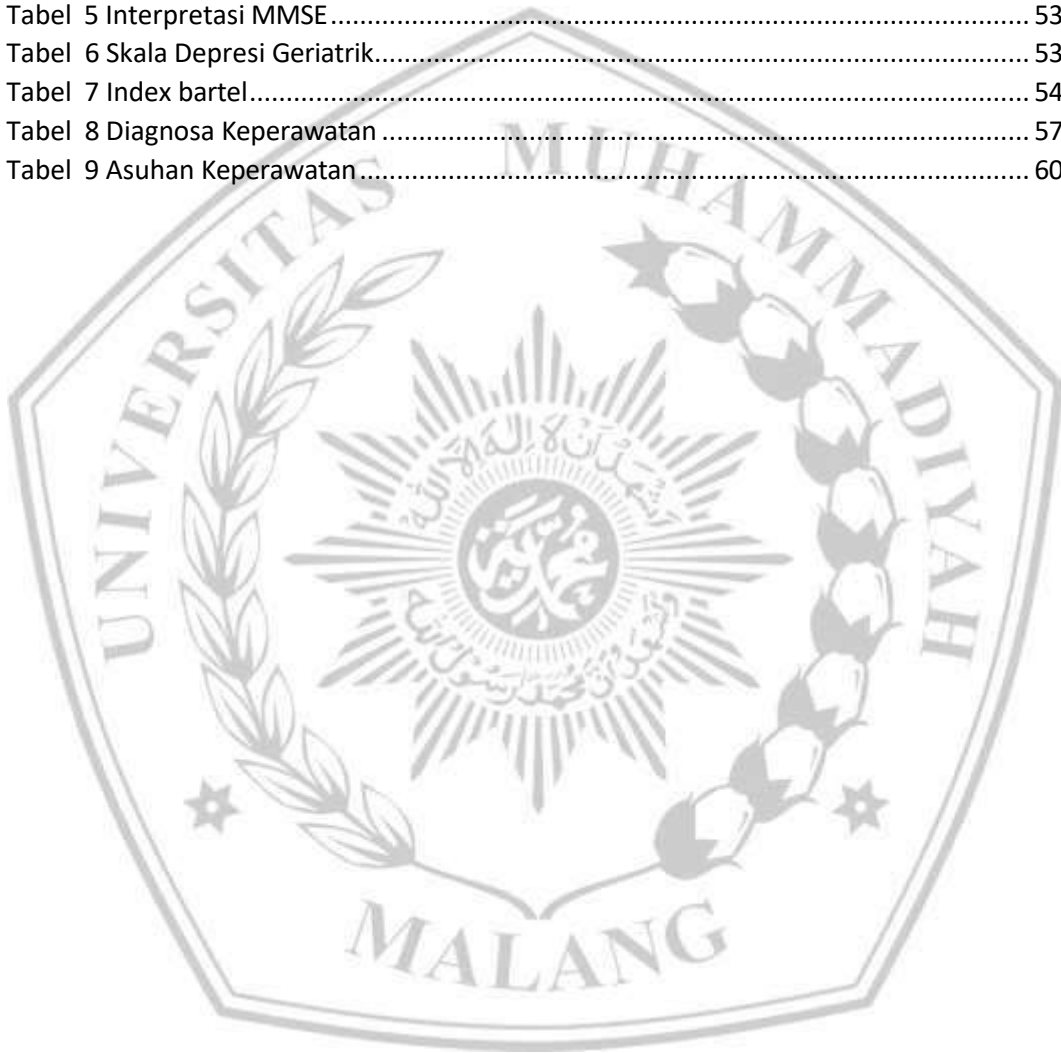
DAFTAR ISI

LEMBAR PERSETUJUAN	i
LEMBAR PENGESAHAN.....	ii
KARYA ILMIAH AKHIR NERS.....	ii
SURAT PERNYATAAN KEASLIAN	iii
KATA PENGANTAR.....	iv
ABSTRAK	vi
ABSTRACT	vii
DAFTAR ISI.....	viii
DAFTAR TABEL.....	x
DAFTAR GAMBAR	xi
BAB I.....	1
PENDAHULUAN.....	1
1.1 Latar belakang.....	1
1.2 Perumusan masalah	3
1.3 Tujuan penulisan.....	3
1.3.1 Tujuan umum	3
1.3.2 Tujuan khusus	3
1.4 Manfaat penelitian	4
BAB II.....	5
TINJUAN PUSTAKA.....	5
2.1. Definisi Lanjut Usia.....	5
2.1 Ciri-ciri Lansia	5
2.2.1 Perubahan Pada Lansia.....	6
2.2.2 Masalah Yang Dialami Lansia	8
2.2 Definisi Hipertensi.....	10
2.1 Tipe hipertensi	11
2.3 Etiologi	11
2.4 Patofisiologi.....	12
2.5 Tanda dan gejala	13
2.6 Komplikasi	13

2.9	Pemeriksaan tekanan darah.....	15
2.10	Pencegahan	15
2.11	Pengobatan.....	16
2.13	Definisi pijat.....	17
2.14	Manfaat pijat kaki.....	18
2.15	Titik refleksi pijat kaki beserta manfaatnya	19
2.16	Tatalaksana pijat kaki	19
2.17	Standar Oprasional Prosedur Pemijatan	20
BAB III.....		26
METODOLOGI PENELITIAN		26
3.1	Tempat dan Waktu Penelitian.....	26
3.2	Seting Penelitian	26
3.3	Subjek Penelitian/Partisipan	26
3.3.1	Teknik Sampling	26
3.3.2	Instrumen Penelitian.....	27
3.3.3	Metode Pengumpulan Data	27
3.3.4	Metode Analisa Data	28
3.3.4	Etika Penelitian	28
BAB IV		29
HASIL DAN PEMBAHASAN		29
4.1	Hasil Penelitian.....	29
4.1.1	Pengkajian.....	29
4.1.2	Diagnosa keperawatan	30
4.1.3	Luaran keperawatan.....	30
4.1.4	Intervensi keperawatan.....	30
4.1.5	Implementasi keperawatan.....	31
4.1.6	Evaluasi keperawatan	32
4.1.1	Pembahasan	32
4.1.2	Hasil.....	36
BAB V.....		37
PENUTUP.....		37
5.1	Kesimpulan	37
5.2	Saran	37

DAFTAR TABEL

Tabel 1 SOP Pemijatan	20
Tabel 2 Reflek.....	47
Tabel 3 SPMSQ.....	48
Tabel 4 MMSE.....	50
Tabel 5 Interpretasi MMSE.....	53
Tabel 6 Skala Depresi Geriatrik.....	53
Tabel 7 Index bartel.....	54
Tabel 8 Diagnosa Keperawatan	57
Tabel 9 Asuhan Keperawatan	60



DAFTAR GAMBAR

Gambar 1.....	21
Gambar 2.....	21
Gambar 3.....	22
Gambar 4.....	22
Gambar 5.....	23
Gambar 6.....	23
Gambar 7.....	24
Gambar 8.....	24



DAFTAR PUSTAKA

- Afriansyah, A., & Santoso, M. B. (2020). Pelayanan Panti Werdha Terhadap Adaptasi Lansia. *Responsive*, 2(3), 139.
<https://doi.org/10.24198/responsive.v2i3.22925>
- Alghivari, H. (2023). *Pengidap Hipertensi di Bojonegoro Tercatat 188,6 Ribu Jiwa*. <https://radarbojonegoro.jawapos.com/kesehatan/713042635/pengidap-hipertensi-di-bojonegoro-tercatat-1886-ribu-jiwa>
- Badarud, R. H. (2022). *Ayo Kendalikan Hipertensi*.
<https://rsud.tabalongkab.go.id/lite/news/post/ayo-kendalikan-hipertensi>
- Ekasari, F., Riasmini, M., & Hartini, T. (2019). MENINGKATKAN KUALITAS HIDUP LANSIA KONSEP DAN BERBAGAI INTERVENSI - Google Books. In *Wineka Media*.
- Feri, S. A. (2024). Pengaruh Pijat Refleksi Terhadap Penurunan Tekanan Darah Pada Penderita Hipertensi. *Jurnal Kesehatan Mercusuar*, 7(1), 122–128.
<https://doi.org/10.36984/jkm.v7i1.461>
- Hamria, Mien, & Saranani, M. (2020). Hubungan Pola Hidup Penderita Hipertensi Dengan Kejadian Hipertensi Di Wilayah Kerja Puskesmas Batalaiworu Kabupaten Muna. *Jurnal Keperawatan*, 4(1), 17–21.
<https://stikesks-kendari.e-journal.id/JK/article/view/239>
- IBAD, m. ROSYIDUL, M.KEP, L. (2023). *BUKU PANDUAN SKILL LABORATORIUM TERAPI MODALITAS*. Program Studi Ilmu Kesehatan, Universitas Muhammadiyah Malang.
- Imanda, M., Darliana, D., & Ahyana. (2021). Kepatuhan Minum Obat Pasien Hipertensi. *Jim*, 5(1), 187–196.
- Iqbal, M. F., & Handayani, S. (2022). Terapi Non Farmakologi pada Hipertensi. *Jurnal Untuk Masyarakat Sehat (JUKMAS)*, 6(1), 41–51.

<https://doi.org/10.52643/jukmas.v6i1.2113>

Kemenkes. (2021). *Mengenal Penyakit Hipertensi*.

<https://upk.kemkes.go.id/new/mengenal-penyakit-hipertensi>

Kementrian Kesehatan. (n.d.). *Kenali Dan Kendalikan Hipertensi, Sebelum Hipertensi Mengendalikan Kita*. 2024. <https://ayosehat.kemkes.go.id/kenali-dan-kendalikan-hipertensi-sebelum-hipertensi-mengendalikan-kita>

Khairally, E. T. (2023). *Pengertian Pijat Tradisional, Manfaat, dan Jenisnya*. Detitbali.

Kotruchin, P., Imoun, S., Thapanawong, M. S. N., Aountraï, P., Maneenuch, M. S. N., Msn, D., & Kario, K. (2021). *The effects of foot reflexology on blood pressure and heart rate : A randomized clinical trial in stage-2 hypertensive patients*. *October 2020*, 680–686. <https://doi.org/10.1111/jch.14103>

LAMDIK. (2023). HIPERTENSI; ARTIKEL REVIEW. *HIPERTENSI; ARTIKEL REVIEW*, 4(1), 88–100.

Muhammad Hasan Husen. (2023). *Pengobatan dan Doa Mustajab* (pp. 2–6). https://www.google.co.id/books/edition/Pengobatan_dan_Doa_Mustajab/ZCDREAAAQBAJ?hl=id&gbpv=0

Narullita, D. (2017). *FAKTOR-FAKTOR YANG MEMPENGARUHI HARGA DIRI*. 2(October), 354–361.

Nisak, R., & Daris, H. (2020). Peran Aktif Keluarga Dalam Mengendalikan Penyakit Hipertensi. *Journal Of Community Health Development*, 1(1), 49–53. <http://jos.unsoed.ac.id/index.php/jchd>

Pratiwi, A. (2020). Pengaruh Slow Deep Breathing Terhadap Tekanan Darah Pada Pasien Hipertensi. *Masker Medika*, 8(2), 263–267. <https://doi.org/10.52523/maskermedika.v8i2.414>

Rita, B. (2021). *BUKU AJAR KEPERAWATAN GERONTIK* (M. Seto (ed.); 1st ed.). CV. Adanu Abimata.

Robby, A., Agustin, T., & Hanifan Azka, H. (2022). Pengaruh Pijat Kaki (Foot

Massage) Terhadap Kualitas Tidur. *Healthcare Nursing Journal*, 4(1), 206–213. <https://doi.org/10.35568/healthcare.v4i1.1845>

Setiyawan, D. (2024). *Mulai Umur Berapa Pengukuran Tensimeter Perlu Dilakukan untuk Mendeteksi Hipertensi?*

<https://radartuban.jawapos.com/kesehatan/864083953/mulai-umur-berapa-pengukuran-tensimeter-perlu-dilakukan-untuk-mendeteksi-hipertensi>

Sihotang, E. (2021). Pengaruh Pijat Refleksi Kaki Terhadap Penurunan Tekanan Darah Pada Penderita Hipertensi Di Kecamatan Medan Tuntungan Tahun 2020. *Jurnal Pandu Husada*, 2(2), 98. <https://doi.org/10.30596/jph.v2i2.6683>

Tasalim, R. (2021). *PENCEGAHAN HIPERTENSI DENGAN MENGGONSUMSI BUAH, SAYUR DAN BAHAN HERBAL*.

https://books.google.co.id/books?id=WbleEAAAQBAJ&pg=PA9&dq=pencegahan+hipertensi&hl=id&newbks=1&newbks_redir=1&sa=X&ved=2ahUK Ewj8rJzyLYCHAxUbT2wGHThQBwIQ6AF6BAgCEAI

Widiyawati, Wiwik; Jerita, D. (2020). *KEPERAWATAN GERONTIK*. Literasi Nusantara.



HASIL DETEKSI PLAGIASI

Berdasarkan hasil tes deteksi plagiasi yang telah dilakukan oleh Biro Karya Ilmiah Akhir Ners (KIAN) Program Studi Profesi Ners Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas Muhammadiyah Malang, yang telah dilaksanakan pada hari dan tanggal Kamis, Tanggal 11 Juli 2024 pada karya tulis ilmiah mahasiswa di bawah ini :

Nama : Hafidatul Mu'arifah
NIM : 202310461011059
Program Studi : Profesi Ners
Judul Naskah : Asuhan Keperawatan Pada Lansia Dengan Hipertensi Dengan Terapi Pijat Kaki Untuk Menurunkan Tekanan Darah Di Kelurahan Banjerejo

Jenis naskah : Karya Ilmiah Akhir Ners (KIAN)
Keperluan : mengikuti ujian seminar hasil KIAN
Hasil dinyatakan : **MEMENUHI / TIDAK MEMENUHI SYARAT*** dengan rincian sebagai berikut

No	Jenis naskah	Maksimum kesamaan	Hasil deteksi
1	Bab 1 (Pendahuluan)	25%	3 %
2	Bab 2 (Tinjauan pustaka)		
3	Bab 3 (Laporan kasus kelolaan utama)		
4	Bab 4 (Analisis situasi)		
5	Bab 5 (Penutup, kesimpulan dan saran)		

Keputusannya : **LOLOS / TIDAK LOLOS** plagiasi

Mengetahui,
Biro KIAN Profesi Ners

Malang, 13 Juli 2024
Petugas pengecek plagiasi