

**PENERAPAN *FOOT THERAPY MASSAGE* PADA LANSIA
DENGAN HIPERTENSI DI BALAI PERLINDUNGAN SOSIAL
TRESNA WERDHA CIPARAY**

KARYA ILMIAH AKHIR NERS

Diajukan untuk memenuhi sebagian syarat memperoleh gelar Ners pada jenjang
Pendidikan Profesi Ners



Disusun Oleh:

Nama : Shafa Salsabila
NIM : 2411392
Program Studi : Profesi Ners

**PROGRAM STUDI PROFESI NERS
UNIVERSITAS PENDIDIKAN INDONESIA
KAMPUS DI SUMEDANG
2025**

**PENERAPAN *FOOT THERAPY MASSAGE* PADA LANSIA
DENGAN HIPERTENSI DI BALAI PERLINDUNGAN SOSIAL
TRESNA WERDHA CIPARAY**

**Oleh:
Shafa Salsabila
2411392**

Karya tulis ilmiah akhir ners dibuat untuk memenuhi sebagian syarat memperoleh gelar Ners pada Program Studi Profesi Ners.

©NERS
UNIVERSITAS PENDIDIKAN INDONESIA
KAMPUS SUMEDANG
JUNI 2025.

Hak cipta dilindungi undang-undang.
Karya tulis ilmiah ini tidak boleh diperbanyak seluruh atau sebagian dengan dicetak ulang, difotokopi atau cara lainnya tanpa ada izin dari peneliti dan Universitas Pendidikan Indonesia.

LEMBAR PENGESAHAN

Karya tulis ilmiah disusun oleh Shafa Salsabila dengan NIM 2411392, dengan judul “PENERAPAN *FOOT THERAPY MASSAGE* PADA LANSIA DENGAN HIPERTENSI DI BALAI PERLINDUNGAN SOSIAL TRESNA WERDHA CIPARAY”, telah dipertahankan di depan dewan penguji Program Profesi Ners Universitas Pendidikan Indonesia Kampus di Sumedang pada tanggal 8 Juni 2025.

Ketua Penguji



Delli Yuliana Rahmat, M. Kep., Ners
NIP. 920200119841507201

Pembimbing



Ns. Dewi Dolifah, M. Kep
NIP. 1975012020000320001

Mengetahui
Kaprodik Profesi Ners,



Reni Nuryani, M.Kep, Ners., Sp.Kep J
NIP. 198012102008012008

PERNYATAAN PERSETUJUAN PUBLIKASI KARYA ILMIAH

Yang bertanda tangan dibawah ini,

Nama : Shafa Salsabila

NIM : 2411392

Program studi : Pendidikan Profesi Ners

Judul KIA : Penerapan Foot Therapy Massage pada Lansia dengan Hipertensi di Balai Perlindungan Sosial Tresna Werdha Ciparay

Demi pengembangan ilmu pengetahuan, menyetujui untuk memberikan kepada Universitas Pendidikan Indonesia Hak Bebas Royalti Non-eksklusif (*Non-exclusive Royalty-Free Right*) atas karya ilmiah saya yang berjudul :

PENERAPAN *FOOT THERAPY MASSAGE* PADA LANSIA DENGAN HIPERTENSI DI BALAI PERLINDUNGAN SOSIAL TRESNA WERDHA CIPARAY

beserta perangkat yang ada (jika diperlukan). Dengan Hak Bebas *Royalti Noneksklusif* ini, Universitas Pendidikan Indonesia berhak menyimpan, mengalih media format-kan, mengelola dalam bentuk pangkalan data (*database*), merawat dan mempublikasikan tugas akhir saya selama tetap mencantumkan nama saya sebagai penulis/pencipta dan sebagai pemilik hak cipta. Demikian pernyataan ini saya buat dengan sebenarnya. Demikian pernyataan ini saya buat dengan sebenarnya.

Sumedang, 14 Juli 2025

Pembimbing Utama,



Ns. Dewi Dolifah, M. Kep
NIP. 1975012020000320001

Mahasiswa,



Shafa Salsabila
NIM. 2411392

LEMBAR PERNYATAAN BEBAS PLAGIASI

Nama : Shafa Salsabila
NIM : 2411392
Program Studi : Pendidikan Profesi Ners

TUGAS AKHIR TERSEBUT DI ATAS TELAH DICEK PLAGIASI OLEH TIM TURNITIN PROGRAM STUDI, DISETUJUI OLEH PEMBIMBING, SERTA DIPERKENANKAN UNTUK DILANJUTKAN PROSES CETAK DAN UNGGAH MANDIRI.

Sumedang, 14 Juli 2025

Mengetahui,
Kaprodik Profesi Ners,

Pembimbing Utama ,



Reni Nuryani, M.Kep, Ners., Sp.Kep J
NIP. 198012102008012008



Ns. Dewi Dolifah, M. Kep
NIP. 1975012020000320001

Mahasiswa,



Shafa Salsabila
NIM. 2411392

PERNYATAAN PERSETUJUAN PUBLIKASI KARYA ILMIAH

Yang bertanda tangan dibawah ini,

Nama : Shafa Salsabila

NIM : 2411392

Program Studi : Pendidikan Profesi Ners

Judul KIA : Penerapan *Foot Therapy Massage* pada Lansia dengan Hipertensi di Balai Perlindungan Sosial Tresna Werdha Ciparay

Demi pengembangan ilmu pengetahuan, menyetujui untuk memberikan kepada Universitas Pendidikan Indonesia Hak Bebas Royalti Non-eksklusif (*Non-exclusive Royalty-Free Right*) atas karya ilmiah saya yang berjudul :

Penerapan *Foot Therapy Massage* pada Lansia dengan Hipertensi di Balai Perlindungan Sosial Tresna Werdha Ciparay

beserta perangkat yang ada (jika diperlukan). Dengan Hak Bebas Royalti Noneksklusif ini, Universitas Pendidikan Indonesia berhak menyimpan, mengalih media format-kan, mengelola dalam bentuk pangkalan data (database), merawat dan mempublikasikan tugas akhir saya selama tetap mencantumkan nama saya sebagai penulis/pencipta dan sebagai pemilik hak cipta. Demikian pernyataan ini saya buat dengan sebenarnya. Demikian pernyataan ini saya buat dengan sebenarnya.

Sumedang, 20 Mei 2025

Pembimbing Utama,



Ns. Dewi Dolifah, M. Kep

NIP. 1975012020000320001

Mahasiswa,



Shafa Salsabila

NIM. 2411392

ABSTRAK

Latar Belakang: Hipertensi merupakan masalah kesehatan global yang signifikan, khususnya pada lansia. Pendekatan nonfarmakologis seperti *foot therapy massage* semakin mendapat perhatian karena keamanannya dan efek relaksasi yang ditimbulkan. Tujuan: Mengetahui pengaruh *foot therapy massage* terhadap penurunan tekanan darah pada lansia penderita hipertensi. Metode: Studi kasus ini menggunakan metode deskriptif terhadap satu responden lansia di Balai Perlindungan Sosial Tresna Werdha Ciparay selama 4 hari berturut-turut. Intervensi dilakukan selama 15 menit per sesi dengan prosedur sesuai standar operasional prosedur. Hasil: Terjadi penurunan tekanan darah signifikan dari 180/100 mmHg menjadi 110/70 mmHg. Klien juga merasakan peningkatan kualitas tidur, berkurangnya sakit kepala dan sakit pada kaki. **Kata Kunci:** Hipertensi, Lansia, Terapi Pijat Kaki, Tekanan Darah,

ABSTRACT

Background: Hypertension is a significant global health problem, especially among the elderly. Non-pharmacological approaches like foot therapy massage are gaining attention due to their safety and relaxation effects. Objective: To determine the effect of foot therapy massage on reducing blood pressure in elderly patients with hypertension. Method: This case study used a descriptive method on an elderly subject at the Tresna Werdha Ciparay Social Protection Center over a 4-day period. The intervention lasted 15 minutes per session and followed standard operating procedures. Result: Blood pressure decreased from 180/100 mmHg to 110/70 mmHg. The patient also reported improved sleep quality, reduced headache and leg pain. Keywords: Hypertension, Elderly, Foot Therapy Massage, Blood Pressure.

DAFTAR ISI

COVER	i
HALAMAN JUDUL	ii
LEMBAR PERSETUJUAN	iii
DAFTAR ISI.....	iv
KATA PENGANTAR.....	v
ABSTRAK	vi
DAFTAR TABEL.....	vii
DAFTAR LAMPIRAN	viii
BAB I PENDAHULUAN	ix
1.1 Latar Belakang	10
1.2 Rumusan Masalah	12
1.3 Tujuan	13
BAB II TINJAUAN LITERATUR.....	13
2.1. Konsep Lansia	13
2.2. Konsep Hipertensi	15
2.3. Konsep EBP <i>Foot Therapy Massage</i>	18
BAB III METODE PENULISAN	22
3.1. Jenis Penulisan	22
3.2. Lokasi Penulisan	22
3.3. Subjek Penulisan	22
3.4. Instrumen Penulisan.....	22
3.5. Pengumpulan Data	23
3.6. Teknik Analisis	23
3.7. Etika Penulisan.....	23
BAB IV HASIL DAN PEMBAHASAN.....	25
4.1. Hasil	25
4.2. Pembahasan.....	29
4.3. Hambatan	31

BAB V KESIMPULAN DAN SARAN	32
5.1. Kesimpulan.....	32
DAFTAR PUSTAKA	33

KATA PENGANTAR

Puji syukur peneliti panjatkan kepada Tuhan Yang Maha Esa, karena atas rahmat-Nya, dapat menyelesaikan Karya Ilmiah Akhir yang berjudul “Penerapan *Foot therapy massage* Pada Lansia dengan Hipertensi di Balai Perlindungan Sosial Tresna Werdha Ciparay”. Karya Ilmiah Akhir ini dilakukan dalam rangka memenuhi salah satu syarat untuk mencapai gelar Ners pada Program Studi Pendidikan Profesi Ners Universitas Pendidikan Indonesia Kampus di Sumedang.

Dalam penyusunan Karya Ilmiah Akhir ini, peneliti mengalami kesulitan namun dapat terwujud atas bimbingan, pengarahan dan bantuan dari berbagai pihak yang tidak bisa disebutkan satu persatu dan pada kesempatan ini peneliti menyampaikan ucapan terima kasih kepada:

1. Reni Nuryani, M. Kep., Ns., Sp. Kep. J. selaku Ketua Program Studi Pendidikan Profesi Ners Universitas Pendidikan Indonesia Kampus di Sumedang
2. Ns. Dewi Dolifah, M. Kep. Selaku dosen pembimbing yang mengarahkan saya dalam penyusunan Karya Ilmiah Akhir ini.
3. Balai Perlindungan Sosial Tresna Werdha Ciparay, CI Klinik, dan responden yang telah bersedia membantu melakukan penerapan intervensi di lokasi tersebut.
4. Orang Tua saya Bapak Cecep Effendi dan Ibu Selfiany serta Kakak-Adik saya Agnes aprilov, Cahaya Adinda dan Rafi Putra Effendi.
5. Suami yang saya cintai dan hormati kepada Rifky Adhyatma Putra.
6. Sahabat seperjuangan saya Novi, Khansa, Nisa, Anisa, Nadia dan Dina.

Peneliti menyadari sepenuhnya di dalam penulisan ini terdapat kekurangan dan jauh dari kata sempurna, Maka dari itu berharap Karya ilmiah Akhir ini dapat dipahami dan juga berguna bagi peneliti sendiri maupun orang lain. Sebelumnya mohon maaf apabila terdapat kesalahan kata-kata yang kurang berkenan dan memohon kritik serta saran yang membangun demi perbaikan di masa depan.

Sumedang, 05 Juli 2025

DAFTAR TABEL

Tabel 2.1 Klasifikasi Hipertensi	16
---	----

DAFTAR LAMPIRAN

Lembar 1. Observasi Tekanan Darah	39
Lembar 2. <i>Informed Consent</i>	39
Lembar 3. SOP <i>Foot Therapy Massage</i>	40
Lembar 4. Dokumentasi.....	41
Lembar 5. Surat Keterangan Uji Etik	42
Lembar 6. Bimbingan	43
Lembar 7. Hasil Uji Turnitin	44
Lembar 8. Dokumentasi Asuhan Keperawatan Kelolaan Kasus Lengkap	45
Lembar 9. Draft Manuscript	62

DAFTAR PUSTAKA

- Adisa, V. (2025). *Hipertensi: Variasi Buah-Buahan, Makanan Alami Dalam Mengatasinya*. Penerbit Andi.
<https://Books.Google.Co.Id/Books?Id=Ir1heqaaqbaj>
- Agustini. (2024). *Buku Ajar Keperawatan Gerontik*. Pt. Sonpedia Publishing Indonesia. <https://Books.Google.Co.Id/Books?Id=Nzaxeqaqbaj>
- Anih, Kurnia. (2021). *Self-Management Hipertensi*. Jakad Media Publishing. <https://Books.Google.Co.Id/Books?Id=A18xeaaqbaj>
- Anisatun, Niswah. (2022). Penurunan Tekanan Darah Pasien Hipertensi Dengan Terapi Foot Massage: Studi Kasus. *Prosiding Seminar Nasional Unimus*, 5.
- Arafah, S., Amir, N., Irwan, M., & Tanawali Takalar, S. (2022). Efektivitas Massase Punggung Dan Massase Kaki Terhadap Penurunan Tekanan Darah Pada Pasien Hipertensi Di Upt Puskesmas Bulukunyi. *Politek Kesehat Makassar*, 13(1), 2087–2122.
- Ashar, Furqan. (2022). *Hipertensi (Tekanan Darah Tinggi) Pada Masyarakat Pesisir Belawan Sicanang*. Merdeka Kreasi Group. <https://Books.Google.Co.Id/Books?Id=Xrn0eaaqbaj>
- Astutik, M. F. (2021). Penurunan Tekanan Darah Pada Lansia Dengan Hipertensi Menggunakan Terapi Rendam Kaki Dengan Air Hangat. *Ners Muda*, 2(1), 54. <https://doi.org/10.26714/Nm.V2i1.7347>
- Astuty, Nikken. (2024). Manajemen Hipertensi Dengan Foot Massage Terhadap Penurunan Tekanan Darah Pada Lansia Penderita Hipertensi. *Ners Muda*, 5(2).
- Dinas Kesehatan Kota Bandung. (2022, June 6). *Cegah Hipertensi Dengan Skrining Kesehatan*. <https://dinkes.bandung.go.id>
- Dita, N. (2023). *Penggunaan Dnh Akupresur Sebagai Alat Terapi Berbasis Arduino Uno Terhadap Tekanan Darah Pada Pasien Hipertensi Grade I*.

- Mega Press Nusantara. <https://books.google.co.id/books?id=Tznheaaaqbaj>
- Dwiyono, Y. (2021). *Perkembangan Peserta Didik*. Deepublish. <https://books.google.co.id/books?id=Oxvseqaaqbaj>
- Emilia, L. T. (2018). *Analisis Praktik Klinik Keperawatan Pada Pasien Post Debridement Dan Selulitis Pedis Dengan Intervensi Inovasi Hand Massage Menggunakan Minyak Essensial Lavender Terhadap Penurunan Intensitas Nyeri Di Ruang Icu Rsud Abdul Wahab Sjahrane Samarinda Tahun 2018 Karya Ilmiah Akhir Ners Diajukan Sebagai Persyaratan Untuk Memperoleh Gelar Ners Keperawatan*. <https://dspace.umkt.ac.id/handle/463.2017/737>
- Fachry, Rumaf. (2023). Pemetaan Penderita Hipertensi Pada Lansia (Studi Pada Wilayah Kerja Puskesmas Sangkub Kabupaten Bolaang Mongondow Utara). *Jurnal Ilmiah Mahasiswa Fakultas Hukum Universitas Malikussaleh*, 6(1).
- Fadilah, P. N., & Astuti, P. (2016). Pengaruh Teknik Relaksasi Hand Massage Terhadap Nyeri Pada Pasien Kanker Payudara Di Yayasan Kanker Indonesia Surabaya. *Journal Of Health Sciences*, 9(2).
- Fatikasari, D., Noorratri, E. D., & Natsir, M. (2024). Penerapan Pijat Refleksi Kaki Terhadap Perubahan Tekanan Darah Pada Lansia Hipertensi Di Kelurahan Joyotakan Surakarta. *Indonesian Journal Of Public Health*, 2(3), 468–480.
- Fithriyyah. (2024). *Dasar Keperawatan*. Pt. Sonpedia Publishing Indonesia. <https://books.google.co.id/books?id=L10qeaaqbaj>
- Haslinah. (2024). *Isu Terkini Epidemiologi*. Rimedia Pustaka Indonesia. <https://books.google.co.id/books?id=Kdypeqaaqbaj>
- Hayu Ulin Nuha, & Tri Susilowati. (2023). Penerapan Foot Massage Terhadap Penurunan Tekanan. *Journal Ilmiah*, 1(3), 187–197.

- Ilham. (2021). *Terapi Spodetrig Masase, Latihan, Dan Hypnotherapy: Panduan Pemulihan Cedera Lutut - Jejak Pustaka*. Jejak Pustaka.
https://books.google.co.id/books?id=_Zxceqaaqbaj
- Indah, P. (2024). *Buku_Ajar_Keperawatan_Gerontik* (Efitra, Ed.). Sonpedia Publishing Indonesia.
- Iswati. (2022). Foot Massage Untuk Mengontrol Tekanan Darah Pada Lansia Dengan Hipertensi. *Adi Husada Nursing Journal*, 8(1), 29.
<https://doi.org/10.37036/Ahnj.V8i1.222>
- Kemenkes. (2019, June 3). *Hasil Riset Kesehatan Data 2018*.
https://kesmas.kemkes.go.id/assets/upload/dir_519d41d8cd98f00/files/hasil-risikesdas-2018_1274.pdf.
- Kementrian Kesehatan. (2023). *Buku Pedoman Hipertensi 2024*.
<https://diskes.badungkab.go.id/storage/disk/File/Buku%20pedoman%20hipertensi%202024.pdf>
- Khotimah. (2021). *Terapi Masase Dan Terapi Nafas Dalam Pada Hipertensi*. Ahlimedia Book. <https://books.google.co.id/books?id=Vjgoeaaaqbaj>
- Lestari, R. F. (2025). *Buku Saku Terapi Foot Massage* (Tim Cakrawala, Ed.). Cakrawala Satria Mandiri.
- Malik. (2022). *Keperawatan Medikal Bedah Ii*. Rizmedia Pustaka Indonesia.
<https://books.google.co.id/books?id=Szegeaaaqbaj>
- Muftadi, M., & Apriyani, L. (2023). Analisis Praktik Keperawatan Berbasis Bukti Pemberian Foot Massage Terhadap Penurunan Tekanan Darah Pada Lansia Dengan Hipertensi. *Mahesa: Malahayati Health Student Journal*, 3(2), 400–407.
- Niswah, A., Armiyati, Y., Samiasih, A., & Chanif, C. (2022). Penurunan Tekanan Darah Pasien Hipertensi Dengan Terapi Foot Massage: Studi Kasus. *Prosiding Seminar Nasional Unimus*, 5.

- Nur, H. A. (2024). Implementasi Foot Massage Untuk Mengontrol Tekanan Darah Pada Lansia Dengan Hipertensi. *Jurnal Ilmu Kedokteran Dan Kesehatan Indonesia*, 4(1), 23–31.
- Pribadi, W. H., & Natalya, W. (2024). Penerapan Terapi Foot Massage Terhadap Penurunan Tekanan Darah Pada Kelompok Hipertensi Di Desa Rengas Kecamatan Kedungwuni Kabupaten Pekalongan. *Jurnal Inovasi Kesehatan Adaptif*, 6(7).
- Primanitha. (2024). *Lansia Cerdas Kelola Obat*. Erye Art. <https://books.google.co.id/books?id=X7k5eqaaqbaj>
- Resmiari, R., Handayani, N. D., Violita, V., & Suciyatiningrum, R. (2021). Application Of Foot Massage Therapy Procedures Using Lavender Essential Oil On Clients With Hypertension In Rt 001 Rw 01 Baru Village, Pasar Rebo District, East Jakarta. *Jurnal Ilmiah Ilmu Keperawatan Indonesia*, 11(03), 159–164.
- Rika. (2024). *Perawatan Diri Penderita Hipertensi Usia Dewasa: Berbasis Teori Dan Riset*. Deepublish. <https://books.google.co.id/books?id=Ahwzeqaaqbaj>
- Sari, R. W. (2022). Pola Konsumsi Makanan Laut Terhadap Timbulnya Kejadian Hipertensi Di Wilayah Pesisir. *Journal Of Social Research*, 1(8), 895–901. <https://doi.org/10.55324/Josr.V1i8.182>
- Savitri. (2021). *Keperawatan Gerontik*. Yayasan Penerbit Muhammad Zaini. <https://books.google.co.id/books?id=Kzjceaaaqbaj>
- Serly, Rahman, Wirdan, & Ardiansyah, Yayan. (2023). Efektivitas Terapi Foot Massage Terhadap Penurunan Tekanan Darah Pada Lansia Dengan Hipertensi Di Puskesmas Bungursari. *Selaparang: Jurnal Pengabdian Masyarakat Berkemajuan*, 7(3), 2149–2154.

- Wahyudin, D. (2021). Penerapan Evidence Based Nursing: Pengaruh Foot Massase Terhadap Penurunan Tekanan Darah Pada Lansia Dengan Hipertensi Di Kota Sukabumi 2021. *Jurnal Health Society*, 10(1).
- Wiwin. (2022). *Dinamika Perkembangan Usia Lanjut: Menjadi Lansia Yang Sehat Dan Bahagia*. Cv. Bintang Semesta Media. <https://Books.Google.Co.Id/Books?Id=Mlateaaaqbaj>
- World Health Organization. (2023, March 16). *Hipertensi*. <https://Www.Who.Int/News-Room/Fact-Sheets/Detail/Hypertension>.
- Wulandari, A. (2024). Hubungan Pengetahuan Dan Gaya Hidup Dengan Kejadian Hipertensi Di Uptd Puskesmas Bahagia Bekasi. *Malahayati Nursing Journal*, 6(2), 494–515. <https://doi.org/10.33024/Mnj.V6i2.10752>
- Yanita, Sari. (2022). *Berdamai Dengan Hipertensi*. Bumi Medika. <https://Books.Google.Co.Id/Books?Id=Yavjeaaaqbaj>
- Yanti, E. (2019). Efektifitas Massase Punggung Dan Kaki Terhadap Tekanan Darah Pada Penderita Hipertensi. *Jurnal Kesehatan Medika Saintika*, 10(1), 18–31.
- Zahra, Evi. (2024). *Hipnogravida Optimalkan Kesehatan Ibu Dan Janin*. Deepublish. <https://Books.Google.Co.Id/Books?Id=Xf8xeqaaqbaj>
- Zaura, T. A. (2023). Efektivitas Terapi Foot Massage Terhadap Penurunan Tekanan Darah Pada Lansia Dengan Hipertensi: Suatu Studi Kasus. *Jurnal Ilmiah Mahasiswa Fakultas Keperawatan*, 7(1).