

KARYA TULIS ILMIAH
PENERAPAN TEKNIK PIJAT KAKI UNTUK MENURUNKAN
TEKANAN DARAH PADA LANSIA DENGAN HIPERTENSI



Iistiana Aisyah

(202202010089)

PROGRAM STUDI DIPLOMA TIGA KEPERAWATAN
FAKULTAS ILMU KESEHATAN
UNIVERSITAS MUHAMMADIYAH PEKAJANGAN
PEKALONGAN
2025

KARYA TULIS ILMIAH
PENERAPAN TEKNIK PIJAT KAKI UNTUK MENURUNKAN
TEKANAN DARAH PADA LANSIA DENGAN HIPERTENSI



Karya Tulis Ilmiah ini disusun sebagai salah satu persyaratan menyelesaikan
Program Studi Diploma Tiga Keperawatan Fakultas Ilmu Kesehatan
Universitas Muhammadiyah Pekajangan Pekalongan

Iistiana Aisyah

(20220210089)

PROGRAM STUDI DIPLOMA TIGA KEPERAWATAN
FAKULTAS ILMU KESEHATAN
UNIVERSITAS MUHAMMADIYAH PEKAJANGAN
PEKALONGAN

2025

LEMBAR PENGESAHAN

Karya tulis ilmiah oleh Iistiana Aisyah NIM 202202010089 judul “Penerapan Teknik Pijat Kaki Untuk Menurunkan Tekanan Darah Pada Lansia Dengan Hipertensi” telah dipertahankan di depan penguji pada tanggal 4 Juni 2025 dan telah dilakukan perbaikan.

Pekalongan, 24 Juni 2025

Dewan Penguji

Penguji I



Herni Rejeki, M.Kep., Ns.Sp.Kep.Kom

NIDN. 0625056803

Penguji II



Dyah Putri Aryati, M.Kep

NIDN. 0626028902

Dekan

Fakultas Ilmu Kesehatan

Universitas Muhammadiyah Pekajangan Pekalongan



Nurul Akufah, S.Kep., Ns., M.Si., Med
NIDN. 0631128003

LEMBAR PERSETUJUAN PENGAMBILAN KASUS

Karya Tulis Ilmiah oleh Iistiana Aisyah NIM 202202010089 dengan judul
"Penerapan Teknik Pijat Kaki Untuk Menurunkan Tekanan Darah Pada Lansia
Dengan Hipertensi" telah diperiksa dan di setujui untuk pengambilah kasus.

Pekalongan, 4 Mei 2025

Penguji I

Penguji II



Herni Rejeki, M.Kep.,Ns.Sp.Kep.Kom



Dyah Putri Aryati, M.Kep

**Program Studi Diploma Tiga Keperawatan
Fakultas Ilmu Kesehatan
Universitas Muhammadiyah Pekajangan Pekalongan**

ABSTRAK

Iistiana Aisyah¹, Dyah Putri Aryati²

Penerapan Teknik Pijat Kaki Untuk Menurunkan Tekanan Darah Pada Lansia Dengan Hipertensi

Hipertensi adalah suatu kondisi dimana tekanan darah sistolik lebih dari 140 mmHg dan tekanan darah diastolik lebih dari 90 mmHg dalam keadaan rileks. Hipertensi atau tekanan darah tinggi bila tidak segera diatasi akan menimbulkan berbagai macam komplikasi seperti stroke, gagal jantung, gagal ginjal, dan sebagainya. Tujuan dilakukannya penerapan karya ilmiah ini adalah untuk mengetahui penurunan tekanan darah tinggi pada lansia setelah dilakukannya terapi pijat kaki. Metode yang digunakan adalah studi kasus pada klien lansia yang mengalami hipertensi. Intervensi yang dilakukan adalah penerapan terapi pijat kaki untuk menurunkan tekanan darah tinggi selama 20 menit. Penerapan ini dilakukan sebanyak 3 kali kunjungan. Hasil yang diperoleh dari studi ini adalah klien pada saat pertama dilakukan pengukuran yaitu 166/88 mmHg menjadi 125/90 mmHg. Simpulan pada studi kasus ini adalah penerapan terapi pijat kaki mampu untuk menurunkan tekanan darah tinggi pada lansia dengan hipertensi. Saran bagi klien diharapkan mampu melakukan pijat kaki secara rutin di rumah.

Kata Kunci: *Terapi pijat kaki, Lansia, Hipertensi*

ABSTRACT

Istiana Aisyah¹, Dyah Putri Aryati²

The Application of Foot Massage Techniques to Lower Blood Pressure in Elderly Individuals with Hypertension

Hypertension is a condition where systolic blood pressure exceeds 140 mmHg and diastolic blood pressure exceeds 90 mmHg in a relaxed state. If left untreated, hypertension or high blood pressure can lead to various complications such as stroke, heart failure, kidney failure, and others.

The objective of this scientific study is to determine the reduction in high blood pressure in the elderly after foot massage therapy. The method used was a case study on elderly clients with hypertension. The intervention was the application of foot massage therapy to lower high blood pressure for 20 minutes. This application was conducted over three visits. The results obtained from this study were that the client's blood pressure at the first measurement was 166/88 mmHg and decreased to 125/90 mmHg. The conclusion of this case study is that foot massage therapy can reduce high blood pressure in elderly people with hypertension. It is recommended that clients perform foot massage regularly at home.

Keywords: *Foot massage therapy, Elderly, Hypertension*

Lembar bimbingan KTI

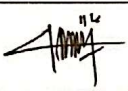
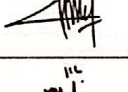
Nama Mahasiswa : listiana Aisyah

NIM : 202202010089

Nama Pembimbing : Dyah Putri Aryati, M. Kep

Judul KTI : Penerapan Terapi Pijat Kaki Untuk Menurunkan Tekanan

Darah Tinggi pada Lansia dengan Hipertensi

No	Tanggal	Saran Pembimbing	Tanda Tangan Mahasiswa	Tanda Tangan Pembimbing
1.	9 Agustus 2024	Pengajuan judul		
2	20 Agustus 2024	Acc judul dan mencari referensi di jurnal/buku, mengenai bab 1		
3.	20 Januari 2025	Acc bab 1, diajarkan cara mengenai BAB 2		
4.	14 Februari 2025	Kontrol BAB 2 + revisi, diajarkan cara mengenai BAB 3, 4, dan 5		
5.	26 Mei 2025	Acc BAB 3, revisi BAB 4 dan 5 + Acc, pengecekan keseluruhan BAB KTI	