

KARYA TULIS ILMIAH
IMPLEMENTASI KEPERAWATAN TERAPI *FOOT MASSAGE*
PADA ANGGOTA KELUARGA YANG MENDERITA
HIPERTENSI DENGAN MASALAH NYERI
DI PUSKESMAS MERDEKA
KOTA PALEMBANG
TAHUN 2026



MARISA NAJLA BERKA

PO.71.20.1.23.148

KEMENTERIAN KESEHATAN REPUBLIK INDONESIA
POLITEKNIK KESEHATAN PALEMBANG
JURUSAN KEPERAWATAN
PROGRAM STUDI KEPERAWATAN PROGRAM DIPLOMA III
TAHUN 2026

KARYA TULIS ILMIAH
IMPLEMENTASI KEPERAWATAN TERAPI *FOOT MASSAGE*
PADA ANGGOTA KELUARGA YANG MENDERITA
HIPERTENSI DENGAN MASALAH NYERI
DI PUSKESMAS MERDEKA
KOTA PALEMBANG
TAHUN 2026

**Diajukan Sebagai Salah Satu Syarat untuk Memperoleh Gelar Ahli Madya
Keperawatan**



MARISA NAJLA BERKA

PO.71.20.1.23.148

KEMENTERIAN KESEHATAN REPUBLIK INDONESIA
POLITEKNIK KESEHATAN PALEMBANG
JURUSAN KEPERAWATAN
PROGRAM STUDI KEPERAWATAN PROGRAM DIPLOMA III
TAHUN 2026

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Keluarga merupakan sekelompok individu yang disatukan oleh ikatan perkawinan, darah maupun yang di adopsi dimana dalam peran sosialnya masing masing sebagai suami dan istri, ibu dan ayah, putra dan putri (Siregar et al., 2020). Ada beberapa penyakit yang sering di jumpai pada keluarga salah satunya yaitu hipertensi. Hipertensi atau tekanan darah tinggi merupakan peningkatan tekanan darah sistolik lebih dari 140 mmHg dan diastolik lebih dari 90 mmHg. Individu dengan riwayat keluarga memiliki hipertensi akan meningkatkan resiko hipertensi pada anggota keluarga yang lain sebesar empat kali lipat (Ayu et al., 2023).

Hipertensi adalah suatu penyakit yang menjadi masalah kesehatan di seluruh dunia. Menurut *WHO* pada tahun 2023 menyebutkan bahwa 1,28 milyar penduduk dunia menderita hipertensi, jumlah itu mengalami kenaikan 150 juta orang dibandingkan tahun 2015 sebesar 1,13 milyar. Di provinsi sumatera selatan menunjukan angka prevalensi hipertensi yang cukup tinggi. diperkirakan pada tahun 2030 akan ada 1,5 milyar orang yang terkena hipertensi, dan diperkirakan setiap tahunnya 9,4 juta orang meninggal akibat hipertensi dan komplikasinya.

Berdasarkan data yang dirilis oleh *World Health Organization* (WHO, 2021), orang dewasa penderita hipertensi semakin meningkat diperkirakan ada 1,28 miliar berusia 30 hingga 79 tahun di seluruh dunia yang mengalami hipertensi. Menurut survei data kesehatan indonesia (SKI) (2023), prevalensi hipertensi di Indonesia pada tahun 2023 di kalangan penduduk berusia 15 tahun ke atas berdasarkan hasil pengukuran mencapai 29,2% .Berdasarkan data dinas kesehatan di provinsi sumatera selatan pada tahun 2022 jumlah penderita hipertensi sebanyak 6.234.389 orang. kota Palembang menyumbang angka tertinggi sebesar 1.323.214 orang

Menurut hasil Dinas Kesehatan Kota Palembang pada tahun 2024, jumlah estimasi penderita hipertensi berusia ≥ 15 tahun di Provinsi Sumatera Selatan sebanyak 1.789.821 orang. Pada tahun 2023, jumlah penderita hipertensi yang mendapatkan pelayanan kesehatan di puskesmas merdeka sebanyak 5515 orang. Hipertensi terjadi ketika tekanan dalam pembuluh darah melebihi 140/90 mmHg (WHO, 2023), dan secara umum ditandai dengan gejala seperti sakit kepala, pusing, lemas, sesak napas, mual, hingga penurunan kesadaran. Prevalensi hipertensi yang didiagnosis oleh tenaga kesehatan melalui wawancara (8,0%). Selain itu, proporsi orang yang mengonsumsi obat anti hipertensi pada tahun 2023 mengalami peningkatan, minum obat secara teratur (46,7%), minum obat secara tidak teratur (36,4%), dibandingkan dengan tahun 2019 (0,7%) dan 2018 (0,4%) (Dinkes, 2023).

Hipertensi sering disebut silent killer – tidak menunjukkan gejala pada banyak orang sampai komplikasi serius terjadi. Namun, jika tekanan darah sangat tinggi bisa menyebabkan beberapa gejala yang muncul seperti Sakit kepala hebat, Pusing/dizziness, Penglihatan kabur atau perubahan penglihatan, Sesak napas, Nyeri di dada, Mual atau muntah, Detak jantung tidak teratur, Kebingungan atau gelisah.

Penatalaksanaan untuk mengontrol tekanan darah tinggi dilakukan dengan dua cara yaitu secara farmakologis dan non farmakologis. Penatalaksanaan hipertensi dilakukan secara farmakologis yaitu dengan obat anti hipertensi yang berisiko menimbulkan efek samping jika tidak dikonsumsi sesuai aturan, dan secara nonfarmakologis melalui terapi komplementer seperti bekam, akupunktur, akupresur, serta foot massage yang aman dan membantu melancarkan sirkulasi darah (Mutawadingah & Kurniawan, 2021).

Foot massage merupakan terapi komplementer yang aman dan mudah diberikan dan mempunyai efek meningkatkan sirkulasi mengurangi, rasa nyeri, relaksasi otot dan memberikan nyaman pasien (Ainun et al., 2021). Perawat dapat memberikan edukasi atau pendidikan pada pasien hipertensi selain itu perawat dapat memberikan tindakan keperawatan non

farmakologi untuk menurunkan nyeri dan menstabilkan tekanan darah yang dialami penderita hipertensi.

Penanganan untuk menurunkan tekanan darah dengan cara pengobatan farmakologis dan non farmakologis. Terapi non farmakologi yang sudah dilakukan di puskesmas untuk menurunkan tekanan darah belum ada, terapi yang diberikan dengan cara farmakologi dengan pemberian obat amlodipin, candesartan, ramipril, simvastatin, captopril dsb. Terapi non farmakologis dilakukan dengan mengurangi asupan garam, diet, olahraga, berhenti merokok dan terapi *Foot Massage*. (Ramadhani et al., n.d.).

Salah satu terapi non farmakologi yang dapat menurunkan nyeri dan menstabilkan tekanan darah pada penderita hipertensi yang mengalami nyeri dibagian kepala dominan sebagai gejala hipertensi derajat 1, akibat vasokonstriksi dan peningkatan resistensi pembuluh darah otak menggunakan terapi foot massage dapat meredakan nyeri. *Foot massage* merupakan manipulasi jaringan lunak pada kaki secara umum dan tidak terpusat pada titik-titik tertentu pada telapak kaki yang berhubungan dengan bagian lain pada tubuh. *Foot massage* bertujuan untuk menurunkan nyeri , mengurangi kegiatan jantung dalam memompa, dan mengurangi mengerutnya dinding-dinding pembuluh nadi halus sehingga tekanan pada dinding-dinding pembuluh darah berkurang dan aliran darah menjadi lancar sehingga tekanan darah akan menurun (Nur et al., 2021)

Hasil penelitian yang dilakukan oleh (Sucianingsih, 2023) tentang penerapan terapi *Foot Massage* terhadap penurunan tekanan darah pada keluarga yang menunjukkan bahwa ada perubahan setelah dilakukan *Foot Massage* selama 15 menit dalam jangka waktu 3 hari menunjukkan tekanan darah pasien menurun.. Penelitian lain yang dilakukan Erwanda (2023) didapatkan hasil perbedaan penurunan tingkat tekanan darah antara sebelum dan sesudah diberikan foot massage pada kedua responden. Responden 1 mengalami penurunan tekanan darah sistole sebesar 40 sedangkan tekanan diastole menurun sebesar 10, Pada responden ke 2 penurunan tekanan darah sistole menurun sebesar 30 dan diastole menurun 20, yang menunjukkan hasil pValue 0.000 untuk tekanan sistolik ($p\text{-Value} < 0.001$) yang artinya

terdapat pengaruh massage kaki terhadap penurunan tekanan darah.

Dari latar belakang, Hipertensi dapat menyebabkan berbagai komplikasi apabila tidak dilakukan tindakan dan pencegahan yang tepat. Peran perawat sangat penting dalam hal ini, memberikan asuhan keperawatan keluarga untuk membantu mengatasi masalah kesehatan keluarga guna mewujudkan keluarga yang sehat. Perawat keluarga memiliki peran strategis dalam memberikan asuhan keperawatan yang holistik dan berkesinambungan kepada klien hipertensi dan keluarganya. Perawat keluarga berperan sebagai pemberi asuhan keperawatan, edukator, konselor, fasilitator, dan evaluator. Dalam menangani nyeri, perawat keluarga bertugas untuk melakukan pengkajian, menetapkan diagnosis keperawatannya, merencanakan dan mengimplementasikan intervensi rehabilitatif, serta mengajarkan keluarga teknik latihan sederhana yang aman dan efektif untuk dilakukan di rumah. Beberapa penelitian, mendapatkan hasil bahwa implementasi terapi *Foot Massage* ini terbukti efisien dalam biaya, waktu dan juga merupakan tindakan yang sederhana. Maka dari itu peneliti tertarik untuk melakukan penelitian tentang “Implementasi keperawatan Terapi *Foot Massage* dalam asuhan keperawatan keluarga pada pasien hipertensi dengan Nyeri ”

B. Rumusan Masalah

Berdasarkan latar belakang diatas, rumusan masalah dalam studi kasus ini adalah” Bagaimanakah pengaruh implementasi menggunakan Terapi *Foot Massage* dalam asuhan keperawatan keluarga pada pasien hipertensi dengan nyeri”?

C. Tujuan Penelitian

1. Tujuan umum

Setelah melakukan studi kasus penulis memperoleh gambaran implementasi menggunakan menggunakan penerapan terapi *Foot Massage* dalam asuhan keperawatan keluarga pada pasien hipertensi dengan nyeri di puskesmas merdeka Kota Palembang

2. Tujuan khusus

- a. Mendeskripsikan Impelementasi Keperawatan Foot Massage Pada Pasien hipertensi Di Puskesmas Merdeka Kota Palembang Tahun 2026
- b. Menganalisis hasil Impelementasi Keperawatan Foot Massage Pada Pasien Hipertensi Di Puskesmas Merdeka Kota Palembang Tahun 2026

D. Manfaat Penelitian

a. Manfaat Teoritis

Secara teoritis, hasil dari studi kasus ini diharapkan menjadi wawasan dan ilmu pengetahuan serta dapat mengembangkan ilmu keperawatan dalam melaksanakan tindakan terapi *foot massage* dalam asuhan keperawatan keluarga pada pasien hipertensi dengan nyeri”

b. Manfaat Praktis

a. Bagi Pasien Dan Keluarga

Menambah pengetahuan dan mengedukasi cara melakukan tindakan terapi *Foot Massage* kepada pasien ataupun anggota keluarga lainnya dan diharapkan pasien dapat melakukan tindakan ini baik secara mandiri maupun dibantu oleh keluarga dirumah untuk memperoleh manfaat dan pengetahuan tentang penanganan pada pasien dengan masalah keperawatan nyeri akibat hipertensi.

b. Bagi Puskemas Merdeka

Sebagai salah satu upaya peningkatan pengembangan lebih lanjut dalam mengaplikasikan pelaksanaan keperawatan pada pasien dengan masalah keperawatan nyeri akibat hipertensi dengan dilakukan pemberian penerapan terapi *Foot Massage*.

c. Bagi Institusi Pendidikan

Sebagai pengembangan dan peningkatan mutu pendidikan di masa yang akan datang serta menjadi sumber ilmu pengetahuan bagi mahasiswa mengenai pelaksanaan intervensi pemberian penerapan terapi pijat ringan pada pasien dengan masalah keperawatan nyeri akibat hipertensi

DAFTAR PUSTAKA

- Assyfa, N., Hoedaya, A. P., & Inriyana, R. (2024). Hubungan Pengetahuan dengan Kepatuhan Pencegahan Komplikasi pada Penderita Hipertensi. *Jurnal Keperawatan Florence Nightingale*, 7(1), 13–21.
<https://doi.org/10.52774/jkfn.v7i1.129>
- Awaliah, M., & Mochartini, T. (2022). Efektivitas Foot Massage dan Tehnik Benson terhadap Penurunan Tekanan Darah pada Penderita Hipertensi di RS Bhayangkara Lemdiklat Polri. *Malahayati Nursing Journal*, 4(10), 2664–2686.
<https://doi.org/10.33024/mnj.v4i10.7071>
- Ayu, S., Paneo, R. S., & Muksin, M. (2023). Penerapan Terapi Foot Massage Terhadap Penurunan Skala Nyeri pada Keluarga Hipertensi *Application of Foot Massage Therapy to Reduce Pain Scale in Hypertension Families*. 2(2), 20–28.
- Dinkes. (2023). *Pemerintah provinsi sumatera selatan*. 47, 8–9.
- Ekaputri, M., & Ramadia, A. (2022). Jurnal Kesehatan Saintika Meditory Jurnal Kesehatan Saintika Meditory. *Jurnal Kesehatan Saintika Meditory*, 4(4657), 78–84.
- Hijriani, A., & Chairani, R. (2023). Effect Of Giving Foot Massage To Lower Blood Pressure In Patients With Hypertension In The Family Context: Case report. *Journal of Health and Cardiovascular Nursing*, 3(2), 101–108. <https://doi.org/10.36082/jhcn.v3i2.1380>
- Hirza Ainin Nur. (2024). Implementasi Foot Massage Untuk Mengontrol Tekanan Darah Pada Lansia Dengan Hipertensi. *Jurnal Ilmu Kedokteran Dan Kesehatan Indonesia*, 4(1), 23–31.
<https://doi.org/10.55606/jikki.v4i1.2910>
- Illahi, R., Kurniawan, Y., Iskandar, S., & Nawawi, Y. (2022). Asuhan Keperawatan Pada Pasien Hipertensi Dengan Pemberian Terapi Pijat Sebagai Manajemen Nyeri Kronis Di Rumah Sakit Bhayangkara Kota Bengkulu Tahun 2022. *Jurnal Ilmu Kesehatan*, 1(2), 26–3

- Mutawadingah, L., & Kurniawan, W. E. (2019). Implementasi Keperawatan Foot Massage Pada Lansia Hipertensi Dengan Masalah Utama Nyeri Akut Universitas Harapan Bangsa , Jawa Tengah , Indonesia. *Jurnal Keperawatan Merdeka (JKM)*, 2, 159–163.
- Muwarni, A., Musdalifah, I. F., & Amry, R. Y. (2025). Penerapan pijat refleksi dalam asuhan keperawatan keluarga lansia dengan masalah keperawatan nyeri akut. *Health Sciences and Pharmacy Journal*, 9(2), 91–98. <https://doi.org/10.32504/hspj.v9i2.1346>
- Nur, D., Purqoti, S., Rusiana, H. P., Oktaviana, E., Prihatin, K., & Rispawati, B. H. (2021). Jurnal Abdimas Kesehatan Perintis Pengenalan Terapi Non Farmakologi Untuk Menurunkan Nyeri Kepala Pada Pasien Hipertensi. *Jurnal Abdimas Kesehatan Perintis*, 2(2), 11–16. <https://www.jurnal.stikesperintis.ac.id/index.php/JAKP/article/view/510>
- Putri Winantuningtyas, Y. W., & Ismoyowati, T. W. (2024). Case Report: Intervensi Foot Massage Untuk Nyeri Akut. *Prosiding Stikes Bethseda Conference*, 3, 1–6.
- Ramadhani, A. B., Kurniawati, R., Keperawatan, A., Temanggung, A., Perfusi, R., Tidak, S., & Ergonomik, S. (n.d.). *Jurnal Ilmiah Keperawatan dan Kesehatan Alkautsar (JIKKA) EFEKTIVITAS SENAM ERGONOMIK UNTUK MENGATASI*. 4.
- Sucianingsih, P. (2023). Jurnal Inovasi Kesehatan Adaptif. *SENTRI: Jurnal Riset Ilmiah*, 5(4), 71–85. <http://dx.doi.org/10.33258/jikm>
- Zakiudin, A. (2023). *Medika+-+Vol.+1,+No.+4+November+2023+hal+69-83*. 1(4).
- Ainun, K., & Leini, S. (2021). Abdimas Galuh Terapi Foot Massage Untuk Menurunkan Dan Menstabilkan Tekanan Darah Pada Penderta Hipertensi Foot Massage Therapy To Reduce And Stabilitate Blood Pressure In Hypertension Patients (Vol. 3, Issue 2).