



UNIVERSITAS MUHAMMADIYAH SURABAYA
FAKULTAS ILMU KESEHATAN

Program Studi : Keperawatan S1 dan D3 - Anals Kesehatan D3 - Kebidanan D3
 Jln. Sutorejo No. 59 Surabaya 60113, Telp. (031) 3811988 - 3890178 Fax. (031) 3811967

Nomor : 269 /II.3.AU/F/FIK/2018
 Lampiran : -
 Perihal : Permohonan ijin Penelitian

Kepada Yth.
 Kepala BAKESBANGPOL LINMAS Kota Surabaya
 Di Tempat

Assalamu'alaikum Wr. Wb.

Dalam rangka menyelesaikan tugas akhir berupa Karya Tulis Ilmiah (KTI), Mahasiswa Program Studi Ners Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas Muhammadiyah Surabaya tahun akademik 2017/2018 :



Nama : Muyassila Sriwijayanti, S.Kep
 NIM : 20174663023
 Judul KTI : Pemberian Pijat Refleksi Kaki Terhadap Perubahan Tekanan Darah Tinggi Pada Lansia Di UPTD Griya Werdha Jambangan Surabaya.

Bermaksud untuk melakukan Penelitian selama 1 Bulan di UPTD Griya Werdha Jambangan Surabaya. Sehubungan dengan hal tersebut kami mohon dengan hormat agar Bapak / Ibu berkenan memberikan ijin penelitian yang dimaksud.

Demikian Permohonan ijin, atas perhatian dan kerjasama yang baik kami sampaikan terima kasih.

Wassalamu'alaikum Wr. Wb.

Surabaya, 13 Agustus 2018



 Dr. Miftakhir, S.Kep.Ns., M.Kep
 7403232005011002



PEMERINTAH KOTA SURABAYA
**BADAN KESATUAN BANGSA, POLITIK
 DAN PERLINDUNGAN MASYARAKAT**

Jalan Jaksa Agung Suprpto Nomor 2 Surabaya 60272
 Telepon (031) 5343000, (031) 5312144 Pesawat 112

Surabaya, 21 Agustus 2018

Nomor : 070/6294/436.8.5/2018
 Lampiran : -
 Hal : Penelitian

Kepada
 Yth. Kepala Dinas Sosial Kota Surabaya

di -
SURABAYA

REKOMENDASI PENELITIAN

Dasar : 1. Peraturan Menteri Dalam Negeri Nomor 64 Tahun 2011 Tentang Pedoman. Penerbitan Rekomendasi Penelitian, Sebagaimana Telah Diubah dengan Peraturan Menteri Dalam Negeri Nomor 7 Tahun 2014 tentang Perubahan Atas Peraturan Menteri Dalam Negeri Nomor 64 Tahun 2011 ;
 2. Peraturan Walikota Surabaya Nomor 37 Tahun 2011 Tentang Rincian Tugas dan Fungsi Lembaga Teknis Daerah Kota Surabaya, Bagian Kedua Badan Kesatuan Bangsa, Politik dan Perlindungan Masyarakat.

Memperhatikan : Surat Dekan Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas Muhammadiyah Surabaya Tanggal 13 Agustus 2018 Nomor : 269/II.3.AU/F/IK/2018 hal : Permohonan Ijin Penelitian

Plt. Kepala Badan Kesatuan Bangsa, Politik Dan Perlindungan Masyarakat Kota Surabaya memberikan rekomendasi kepada :

a. Nama : Muyassila Sri Wijayanti
 b. Alamat : Jl. K. Lemah Duwur, RT 01, RW 06, Bangkalan, Madura
 c. Pekerjaan/Jabatan : Mahasiswa
 d. Instansi/Organisasi : Universitas Muhammadiyah Surabaya
 e. Kewarganegaraan : Indonesia

Untuk melakukan penelitian/survey/kegiatan dengan :

a. Judul / Thema : Studi Kasus Pemberian Pijat Refleksi Kaki Terhadap Perubahan Tekanan Darah Tinggi Pada Lansia Di UPTD Griya Werdha Jambangan Surabaya.
 b. Tujuan : Penelitian
 c. Bidang Penelitian : Kesehatan
 d. Penanggung Jawab : Dede Nasrullah S.Kep. Ns., M.Kep.
 e. Anggota Peserta : -
 f. Waktu : 2 (Dua) Bulan, TMT Surat Dikeluarkan.
 g. Lokasi : Dinas Sosial (UPTD Griya Werdha) Kota Surabaya.

Dengan persyaratan : 1. Penelitian/survey/kegiatan yang dilakukan harus sesuai dengan surat permohonan dan wajib mentaati persyaratan/peraturan yang berlaku di Lokasi/Tempat dilakukan Penelitian/survey/kegiatan;
 2. Saudara yang bersangkutan agar setelah melakukan Penelitian/survey/kegiatan wajib melaporkan pelaksanaan dan hasilnya kepada Kepala Bakesbang, Politik dan Linmas Kota Surabaya;
 3. Penelitian/survey/kegiatan yang dilaksanakan tidak boleh menimbulkan keresahan dimasyarakat, disintegrasi bangsa atau mengganggu keutuhan NKRI.
 4. Rekomendasi ini akan dicabut/tidak berlaku apabila yang bersangkutan tidak memenuhi persyaratan seperti tersebut diatas.

Dengan atas bantuannya disampaikan terima kasih.



Ir. Yusuf Masrudi, M.M.
 Pembina

NIP 19671224 199412 1 001

Tembusan :

Yth. 1. Dekan Fakultas Ilmu Kesehatan
 Universitas Muhammadiyah Surabaya
 2. Saudara yang bersangkutan.



PEMERINTAH KOTA SURABAYA
DINAS SOSIAL
UPTD GRIYA WERDHA

Jalan Jambangan Baru Tol 16 A Jambangan-Surabaya 60232 Telp. (031) 82518122

SURAT KETERANGAN

Nomor : 072/ 423 /436.7.7.1/2018

Yang bertanda tangan di bawah ini :

Nama : Septari Hendartini
NIP : 19860918 198901 2 002
Jabatan : Kepala UPTD Griya Werdha

Menyatakan bahwa,

Nama : Muyassila Sriwijayanti
NIM : 20174863023
Pekerjaan : Mahasiswa Universitas Muhammadiyah Surabaya

Telah nyata melakukan penelitian / survey di UPTD Griya Werdha pada :

Waktu Penelitian : Tanggal 24 - 26 September 2018
Tema Penelitian : Studi Kasus Pemberian Pijat Refleksi Kaki Terhadap Perubahan Tekanan Darah Tinggi pada Lansia DI UPTD Griya Werdha Surabaya.
Tujuan Penelitian : Menyusun Karya Tulis Ilmiah

Demikian surat keterangan ini dibuat untuk dipergunakan sebagaimana mestinya.

Surabaya, 01 November 2018



DINAS SOSIAL

Jl. Arief Rachman Hakim No.131 - 133 Telp.(031)59174416, 59174855 Surabaya,
Email:dinasosialsurabaya@gmail.com

LEMBAR DISPOSISI

Surat Dari : Bakesbangpol & Lhmas	Diterima Tanggal : 27-Agt-18
Tanggal Surat : 21-Agt-18	Nomor Pengendali 070 3018
Nomor Surat : 070/6294/436.8.5/2018	Diteruskan Kpd Kadis
Index : Rekomendasi Penelitian	Diteruskan Kepada Sekretaris
Rekomendasi Penelitian An. Muiyassila Sri Wijayanti Universitas Muhammadiyah Surabaya	<ol style="list-style-type: none"> 1. Sekretaris 2. Kepala Bidang Keagamaan dan Swadaya Sosial 3. Kepala Bidang Rehabilitasi Sosial 4. Kepala Bidang Kesejahteraan Sosial 5. Kepala Bidang Perencanaan, Pendataan, Pengawasan Pengendalian 6. UPTD Ponsos Keputih 7. UPTD Ponsos Kampung Anak Negeri 8. UPTD Griya Werdha Babat Jerawat

Disp. Kadis

Disp Sekretaris Subag U&KP Bantu 28/8/18



See : perawat TL dan Cukupi permintaan mahasiswa
9/9/18

Kode Responden :

Lampiran 1. Lembar *Informed***PERMOHONAN MENJADI RESPONDEN**

Kepada:

Calon responden

Dengan hormat,

yang bertanda tangan di bawah ini:

Nama : Muyassila Sriwijayanti S. Kep

NIM : 20131660062

Pekerjaan : Mahasiswa

Alamat : Jl. Sutorejo, No. 61 Surabaya

Bermaksud akan mengadakan penelitian dengan judul “Studi Kasus Pemberian Pijat Refleksi Kaki Terhadap Perubahan Tekanan Darah Tinggi Pada Lansia Di UPTD Griya Werdha Jambangan Surabaya”. Tujuan penelitian ini untuk mengetahui penerapan pijat releksi kaki terhadap perubahan tekanan darah pada lansia yang mengalami hipertensi tidak akan menimbulkan akibat yang merugikan bagi lansia sebagai responden. Kerahasiaan semua informasi akan dijaga dan dipergunakan untuk kepentingan penelitian. Jika anda tidak bersedia menjadi responden, maka tidak ada ancaman bagi anda maupun keluarga. Jika anda bersedia menjadi responden, maka saya mohon kesediaan untuk menandatangani lembar persetujuan yang saya lampirkan dan menjawab pertanyaan-pertanyaan yang saya sertakan. Atas perhatian dan kesediaannya menjadi responden saya ucapkan terima kasih.

Hormat saya,

Muyassila Sri Wijayanti

NIM. 20174663023

Lampiran 2. Lembar Consent

Kode Responden :

PERSETUJUAN MENJADI RESPONDEN

Saya yang bertanda tangan di bawah ini :

Nama :

Alamat :

menyatakan bersedia menjadi subjek (responden) dalam penelitian dari :

Nama : Muyassila Sriwijayanti S. Kep

NIM : 20174663023

Pekerjaan : Mahasiswa

Alamat : Jl. Sutorejo, No. 61 Surabaya

Progam studi : S1 Keperawatan Universitas Muhammdiyah Surabaya

Judul : Studi Kasus Pemberian Pijat Refleksi Kaki Terhadap Perubahan Tekanan Darah
Tinggi Pada Lansia Di UPTD Griya Werdha Jambangan Surabaya.

Persetujuan ini saya buat dengan sadar dan tanpa paksaan dari siapapun. Demikian pernyataan ini saya buat untuk dipergunakan sebagaimana mestinya

Surabayah, 2018

(.....)

Nama terang dan tanda tangan

Lampiran 3

Lembar observasi penelitian tensi darah sebelum dilakukan tindakan pijat refleksi kaki

Responden 1

Nama : Ny M

Umur : 75 tahun

Jenis Kelamin : Perempuan

Lama Menderita HT : 5 tahun dari tahun 2014

Konsumsi obat : Amlodipine dengan dosis 10 mg

Responden 2

Nama : Tn A

Umur : 75 tahun

Jenis Kelamin : Laki – laki

Lama Menderita HT : 6 tahun dari tahun 2013

Konsumsi obat : Amlodipine dengan dosis 10 mg

Tekanan darah tinggi sebelum dilakukan teknik pijat refleksi kaki di UPTD Griya Werdha Surabaya

NO	Responden	Tekanan Darah	Kategori	Tekanan Darah	Kategori
		Pagi		Sore	
1	Ny. M	150/92	Derajat 1	152/68	Derajat 1
1	Tn. A	152/68	Derajat 1	148/93	Derajat 1

Lampiran 3

Lembar observasi penelitian tensi darah sesudah dilakukan tindakan pijat refleksi kaki

Responden 1

Nama : Ny M

Umur : 75 tahun

Jenis Kelamin : Perempuan

Lama Menderita HT : 5 tahun dari tahun 2014

Konsumsi obat : Amlodipine dengan dosis 10 mg

Responden 2

Nama : Tn A

Umur : 75 tahun

Jenis Kelamin : Laki – laki

Lama Menderita HT : 6 tahun dari tahun 2013

Konsumsi obat : Amlodipine dengan dosis 10 mg

Tekanan darah tinggi sesudah dilakukan teknik pijat refleksi kaki di UPTD Griya Werdha Surabaya

NO	Responden	Tekanan Darah	Kategori	Tekanan Darah	Kategori
		Pagi		Sore	
1	Ny. M	146/73	Derajat 1	139/70	Prahipertensi
1	Tn. A	135/60	Prahipertensi	124/70	Prahipertensi

Lampiran 4.SOP Pijat Refleksi Kaki

STANDART OPERASIONAL PROSEDUR (SOP)

PIJAT REFLEKSI KAKI

WAKTU	PROSEDUR	RESPON KLIEN
10 menit	Fase Orientasi <ol style="list-style-type: none"> a. Persiapan alat <ol style="list-style-type: none"> 1) Surat kesediaan menjadi responden (lembar informed) 2) Menyiapkan reaktaman tensi digital b. Persiapan Pasien <ol style="list-style-type: none"> 1) Sapa dan salam memberi tahu serta menjelaskan tindakan yang akan dilakukan 	<ol style="list-style-type: none"> 1. Pasien menjawab salam 2. Pasien mengetahui tujuan dari terapi 3. Pasien bersedia mengikuti terapi
2 menit	<ol style="list-style-type: none"> a. Mengecek tekanan darah klien 	Pasien dicek tekanan darahnya sebelum diberikan tindakan pijat refleksi kaki dengan menggunakan tensi digital.
30 menit	Fase Kerja <ol style="list-style-type: none"> a. Merendam kaki dengan menggunakan air hangat dicampuri garam b. Berikan posisi yang nyaman pada klien c. Arahkan pasien untuk relaks d. Melakukan pijat refleksi kaki e. Sambil menanyakan respon klien dalam setiap langkah pemijatan 	Pasien mampu kooperatif dalam pelaksanaan pemberian pijat refleksi kaki untuk perubahan tekanan darah
5 menit	<ol style="list-style-type: none"> a. Minta pasien untuk diistirahatkan b. Anjurkan pasien untuk minum air putih 2 – 3 gelas 	Agar klien tetap dalam keadaan tenang dan agar tekanan darah mengalami perubahan.
5 menit	Evaluasi <ol style="list-style-type: none"> a. Menanyakan kepada klien tentang kegiatan yang telah dilakukan b. Cek tekanan darah klien setelah dilakukan pijat refleksi kaki 	Evaluasi klien pengukuran tekanan darah sesudah diberikan pijat releksi kaki terhadap perubahan tekanan darah
3 menit	Terminasi : <ol style="list-style-type: none"> a. Mengucapkan terimakasih sudah bersedia menjadi responden b. Mengucapkan salam penutup 	Evaluasi pasien pengukuran tekanan darah menggunakan tensi digital sesudah diberikan pijat refleksi kaki terhadap perubahan tekanan darah pada lansia

**PERNYATAAN PERSETUJUAN PUBLIKASI
TUGAS AKHIR UNTUK KEPENTINGAN AKADEMIS**

Sebagai civitas akademika universitas muhammadiyah surabaya, saya yang bertanda tangan dibawah ini:

Nama : Muyassila Sriwijayanti S.Kep

NIM : 20174663023

Program Studi : Profesi Ners

Fakultas : Fakultas Ilmu Kesehatan

Demi pengembangan ilmu pengetahuan, menyetujui untuk memberikan kepada Program Studi Profesi Ners Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas Muhammadiyah Surabaya Hak Bebas Royalti Non-Eksklusif (*Non-Exclusive Royalti Free Right*) atas karya ilmiah saya yang berjudul:

Studi Kasus Pemberian Pijat Refleksi Kaki terhadap Perubahan Tekanan Darah Tinggi pada Lansia di UPTD Griya Werdha Jambangan Surabaya

beserta perangkat yang ada (jika diperlukan). Dengan hak bebas royalti non-eksklusif ini, Program Studi Profesi Ners Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas Muhammadiyah Surabaya berhak menyimpan, mengalih media/formatkan, mengolah dalam bentuk pangkalan data (database), merawat dan mempublikasikan tugas akhir saya selama tetap mencantumkan nama saya sebagai penulis dan atau dengan pembimbing saya sebagai pemilik Hak Cipta.

Demikian pernyataan ini saya buat dengan sebenarnya

Dibuat di : Surabaya

Pada Tanggal : Januari 2019

Yang menyatakan,



Muyassila Sriwijayanti, S.Kep

NIM.20174663023

Lampiran 5

**STUDI KASUS PEMBERIAN PIJAT REFLEKSI KAKI TERHADAP
PERUBAHAN TEKANAN DARAH TINGGI PADA LANSIA DI UPTD GRIYA
WERDHA JAMBANGAN SURABAYA**

Muyassila Sriwijayanti S.Kep

Dede Nasrullah,S.Kep.,Ns.,M.Kep

Asri S.Kep.,Ns,MNS

Program Profesi Ners Fakultas Ilmu Kesehatan

Universitas Muhammadiyah Surabaya

E-Mail : Muyassila28@gmail.com

ABSTRACT

Hypertension can attack various groups in society of social levels as high as middle to low class in addition , the increasing age at someone risk to suffer hypertension will be bigger and because of the influence of age of a person to the stress also often happened. In seniors had hypertension usually have elevated stiffness of arterial blood vessels and energy in the body is not smooth.

Research used descriptive observation with the diagnosis medical hypertension. Instrument used is the digital tension and sheets of observation, the massage time done for 30 minutes twice for a day morning and afternoon sessions.

The research results show through massage reflection feet changed in the afternoon get an average tension of 39/70 mmHg in the pre-hypertensive category.

In conclusion , the provision of massage reflection foot can be change blood pressure in patients hypertension.

Giving reflexology can be implemented as a non-pharmacological therapy and must be combined with pharmacological therapy.

Keywords: Giving Foot Reflexology, Changes in Blood Pressure, Hypertension

PENDAHULUAN

Lanjut usia adalah bagian proses tumbuh kembang. Pada lansia mengalami kemunduran fisik, mental dan sosial. Salah satu contoh kemunduran fisik pada lansia adalah rentannya lansia terhadap penyakit, khususnya penyakit degeneratif yaitu hipertensi. Hipertensi dikenal juga dengan sebutan tekanan darah tinggi, hipertensi ini terjadi apabila peningkatan tekanan darah sistol dan diastol secara konsisten di atas 140/90 mmHg (Potter & Perry, 2010). Hipertensi dapat menyerang berbagai kalangan dimasyarakat dari tingkat sosial tinggi hingga menengah kebawah selain itu, meningkatnya usia pada seseorang beresiko untuk menderita hipertensi akan semakin besar dan karena pengaruh usia seseorang terhadap kemunculan stres juga sering terjadi. Pada lansia yang mengalami hipertensi biasanya mengalami peningkatan kekakuan pembuluh darah arteri dan energi di dalam tubuh tidak lancar (Muttaqin, 2014).

Meningkatnya prevalensi kasus hipertensi di beberapa Negara berkembang akibat meningkatnya kemakmuran negara, perubahan gaya hidup terutama kota besar sebagian penelitian epidemiologi menunjukkan adanya kecenderungan peningkatan angka insidensi dan prevalensi hipertensi di berbagai penjuru dunia. Menurut WHO (2011) ada 1 milyar orang di dunia menderita hipertensi dan dua pertiga diantaranya berada di negara berkembang yang berpenghasilan rendah – sedang prevalensi hipertensi diperkirakan akan terus meningkat, dan diprediksi pada tahun 2025 sebanyak 29% orang dewasa di seluruh dunia menderita hipertensi.

Presentase hipertensi di provinsi Jawa Timur (2016) sebesar 13,47% atau sekitar 935.736 penduduk dengan proporsi laki – laki sebesar 13,78% (387,913 penduduk) dan perempuan sebesar 13,25% (547.823 penduduk).

Berdasarkan hasil survey pendahuluan yang dilakukan pada tanggal 04 September 2018 di UPTD Griya Werdha Jambangan Surabaya sebanyak 128 lansia sedangkan yang mengalami tekanan darah tinggi sebanyak 40 lansia.

Pijat refleksi kaki atau sering disebut dengan pijat refleksiologi adalah jenis pengobatan yang mengadopsi kekuatan dan ketahanan tubuh sendiri, dengan cara memberikan sentuhan pijatan pada lokasi dan tempat yang sudah dipetakan sesuai pada zona terapi (Pamungkas, 2010). Menurut peneliti Marisna (2017) dilakukan studi tekanan darah tinggi dapat dikurangi dengan pijat refleksi kaki dimana terapi ini dapat mengalami perubahan tekanan darah tinggi dari penelitian ini dijelaskan bahwa penderita hipertensi setelah diberikan intervensi tekanan darah bisa menurunkan tekanan darah sistole dan diastole, menurunkan kadar hormon stres kortisol membuat rasa rileks pada tubuh sehingga tekanan darah dapat menurun dan memperbaiki fungsi tubuh. Pijat melancarkan peredaran darah, rangsangan yang ditimbulkan terhadap reseptor saraf juga mengakibatkan pembuluh darah melebar secara refleks sehingga melancarkan aliran darah yang sangat berpengaruh bagi kesehatan (Hadibroto, 2006).

Berdasarkan keterangan perawat yang bekerja di UPTD Griya Werdha

Jambangan Surabaya belum ada intervensi teknik pijat refleksi kaki oleh perawat dalam memberikan asuhan keperawatan. Pada lansia yang mengalami hipertensi biasanya mengalami peningkatan kekakuan pembuluh darah arteri dan energi di dalam tubuh tidak lancar, maka dibutuhkan terapi non farmakologis yaitu dengan cara pijat refleksi kaki dimana pijat ini akan dapat memberikan perasaan rileks dan segar. Sebaiknya memilih pengobatan secara herbal atau terapi pijat refleksi kaki agar terhindar dari efek samping obat yang mengandung bahan kimia dan hindari konsumsi garam berlebih, jauhi rokok dan alkohol, olahraga teratur, hindari stress dan mengkonsumsi makanan dengan pola gizi yang seimbang, oleh karena itu peneliti ingin meneliti pemberian pijat refleksi kaki terhadap perubahan tekanan darah tinggi pada lansia di UPTD Griya Werdha Jambangan Surabaya.

ANALISA KASUS

Desain penelitian yang digunakan adalah deskriptif. Desain deskriptif yaitu bagian dari jenis penelitian observasional, yang dilakukan melalui pengamatan (observasi) baik secara langsung ataupun tidak langsung ada perlakuan atau intervensi, jumlah responden yang diteliti di UPTD Panti griya werdha Jambangan Surabaya sebanyak 2 lansia yang usianya sama tetapi jenis kelaminnya berbeda yaitu perempuan dan laki – laki. Dengan tujuan untuk menerangkan atau

menggambarkan masalah kesehatan yang terjadi pada kasus atau fenomena yang terjadi (Hidayat, 2010).

Desain penelitian yang digunakan adalah rancangan studi kasus. Studi kasus merupakan rancangan penelitian yang mencakup pengkajian satu unit penelitian secara intensif pada suatu pemberian pijat refleksi kaki di UPTD Panti Griya Werdha Surabaya. Rancangan ini akan menggambarkan pemberian pijat refleksi kaki terhadap perubahan tekanan darah terhadap lansia pada penderita hipertensi di UPTD Panti Griya Werdha Surabaya.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Berdasarkan hasil penelitian yang dilakukan peneliti pada Ny M dan Tn A didapatkan hasil perubahan tekanan darah pada sore hari dengan kategori prahipertensi hal ini dikarenakan pasien dapat kooperatif dalam pelaksanaan pemberian terapi pijat refleksi. Menurut Hayens (2003), pada waktu tidur malam hari tekanan darah berada dalam kondisi rendah, sebaliknya tekanan darah dipengaruhi oleh kegiatan harian sehingga bila semakin aktif seseorang maka semakin naik tekanan darahnya apalagi pada waktu olahraga berat. Sedangkan menurut Majid (2005) banyak penelitian yang menyatakan bahwa saat tekanan darah mencapai

puncak tertinggi pada pagi hari (mid morning), puncak kedua pada sore hari, menurun pada malam hari diakibatkan oleh penurunan aktivitas pada tubuh, paling rendah pada waktu tidur sampai jam empat pagi kemudian tekanan darah naik perlahan sampai bangun pagi dan sore hari dimana tekanan darah naik secara cepat dikarenakan pola perubahan tekanan darah berkaitan dengan ritme sirkadian sehingga, apabila tubuh beraktivitas dan organ tubuh lebih banyak bekerja akan menyebabkan kenaikan tekanan darah. Pada penelitian Agus Arianto (2018) pemberian terapi pijat refleksi telapak kaki pada lansia yang mengalami hipertensi berpengaruh terhadap perubahan tekanan darah didapatkan perubahan hasil tekanan darah pada sesi sore hari memiliki pengaruh yang tinggi dibandingkan sesi pagi untuk terapi pijat refleksi kaki terhadap perubahan tekanan darah. Salah satu cara terbaik untuk perubahan tekanan darah adalah dengan pemberian pijat refleksi kaki secara teratur bisa mengalami perubahan tekanan darah sistolik dan diastolik, menurunkan kadar hormon stres *cortisol*, menurunkan sumber depresi dan kecemasan sehingga tekanan darah akan terus turun dan fungsi tubuh semakin membaik.

Hipertensi dapat dipengaruhi oleh faktor jenis kelamin yang mana

dikatakan bahwa pada wanita lebih rentan terkena hipertensi dibanding pada laki – laki. Penyakit hipertensi cenderung lebih rendah pada jenis kelamin perempuan dibandingkan laki – laki namun, demikian perempuan yang mengalami masa premenopause cenderung memiliki tekanan darah lebih tinggi daripada laki – laki hal tersebut disebabkan oleh hormon estrogen yang dapat melindungi wanita dari penyakit kardiovaskuler. Hormon estrogen ini kadarnya akan semakin menurun setelah menopause (Armilawati, 2007).

Berdasarkan hasil penelitian di UPTD Griya Werdha Surabaya serta teori yang ada bahwa hipertensi dapat ditangani dengan terapi non farmakologi dalam perubahan tekanan darah tinggi pada lansia yaitu pijat refleksi kaki. Hal tersebut sejalan dengan yang dirasakan oleh Ny M dan Tn A bahwa setelah dilakukan pijat refleksi kaki mengalami perubahan tekanan darah.

KESIMPULAN

1. Sebelum dilakukan penelitian responden di cek tekanan darahnya menggunakan tensi digital, setelah dicek responden akan dilakukan pemijatan refleksi kaki. Responden pertama Ny M pada sesi pagi 150/92 mmHg dengan kategori derajat 1, pada sore hari 152/68 mmHg dengan

kategori derajat 1, sedangkan responden kedua Tn. A pada sesi pagi 152/68 mmHg dengan kategori derajat 1, pada sore hari 148/93 mmHg dengan kategori derajat 1 dan kedua pasien mengeluhkan pusing, kaki terasa kaku.

2. Respon saat pelaksanaan pijat refleksi kaki terhadap perubahan tekanan darah pada Ny M dan Tn A terdapat perubahan tekanan darah dari pagi dan sore secara bertahap dikarenakan pasien saat pemberian pijat refleksi responnya sangat memuaskan dan pasien merasa lebih nyaman.
3. Tekanan darah sesudah dilakukan terapi pijat refleksi kaki responden diistirahatkan 5 menit kemudian di cek kembali tekanan darahnya menggunakan tensi digital pada responden pertama Ny M pada pagi hari 146/73 mmHg dengan kategori derajat 1, pada sore hari 139/70mmHg sedangkan responden kedua Tn A pada pagi hari 135/60 mmHg dengan kategori prahipertensi, pada sore hari 124/70 mmHg dengan kategori prahipertensi maka didapatkan hasil perubahan

tekanan darah pada sore hari kedua responden dengan kategori prahipertensi.

SARAN

1. Bagi Pasien
Bisa digunakan atau diaplikasikan secara mandiri yaitu sebagai terapi tambahan yang bisa digunakan sebagai alternatif dalam perubahan tekanan darah.
2. Bagi Pant
Hasil peneliti ini diharapkan bisa diteliti lebih lanjut sehingga bisa dijadikan sebagai terapi pendamping selain terapi farmakologis.
3. Bagi Peneliti Selanjutnya
Diharapkan peneliti ini bisa dijadikan sebagai dasar maupun sebagai kerangka acuan dalam penelitian selanjutnya terhadap perubahan tekanan darah dengan menggunakan terapi pijat refleksi kaki.

DAFTAR PUSTAKA

Af'idah, Huwaina. (2008). *Efektivitas Senam Aerobik terhadap Penurunan Tekanan Darah pada Penderita Hipertensi di Dusun X Desa Medan Estate Kecamatan Percut Sei Tuan Kabupaten Deli Serdang*. Medan: PSIK FK USU.

Adroque HJ, Madias NE. (2007). *Sodium and Potassium in the Pathogenesis*

- of Hypertension*. New England Journal of Medicine.
- Ambrose JA, Barua RS. (2004). *The pathophysiology of cigarette smoking and cardiovascular disease an update*. Journal of the American College of Cardiology.
- Ariandita, 2015. *Satuan Acara Penyuluhan Pijat Refleksi Kaki Untuk Menurunkan Tekanan Darah Pada Penderita Hipertensi*. Program Studi Keperawatan DIII Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan Harapan Bangsa Purwokerto.
- Arnilawati. 2007, *Hipertensi dan faktor risikonya dalam kajian epidemiologi Makassar: Bagian Epidemiologi FKM UNHAS*
- Amir, M. (2002). *Hidup Bersama Penyakit Hipertensi Asam Urat, Jantung Koroner*. Jakarta : PT Intisari Media Utama.
- Agus Arianto, Swito Prastiwi dkk, 2018. *Pengaruh Terapi Pijat Refleksi Telapak Kaki Terhadap Perubahan Tekanan Darah Pada Penderita Hipertensi*. Studi Ilmu Keperawatan Poltekkes Kemenkes Malang, Volume 3, Nomer 1
- Bowman TS, Gaziano JM, Buring JE, Sesso HD. (2007). *A Prospective Study of Cigarette Smoking and Risk of Incident Hypertension in Women*. Journal of the American College of Cardiology
- Burt VL, Whelton P, Roccella EJ, Brown C dkk. *Prevalence of hypertension in the US adult population. Results from the Third National Health and Nutrition Examination Survey, 1988 – 1991*. Hypertension 1995 Mar; 25 (3): 305 – 313
- British National Formulary (52). London : British Medical Association and Royal Pharmaceutical Society of Great Britain ; 2006.
- Brunner & Suddarth. (2010). *Buku Ajar Keperawatan Medikal Bedah Edisi 8*. Jakarta: EGC.
- Chobanian AV, Bakris GL, Black HR, Cushman WC, Green LA, et al. (2003). *The Seventh Report of the Joint National Committee on Prevention, Detection, Evaluation, and Treatment of High Blood Pressure: the JNC 7 report*. JAMA.
- Dalimartha, S. (2008). *Care yourself. Hipertensi*. Jakarta: Penebar plus
- Marisna Desi, Sukarni dkk, 2017. *Pengaruh Terapi Pijat Refleksi Kaki Terhadap Perubahan Tekanan Darah Pada Penderita Hipertensi Wilayah Kerja Puskesmas Kampung dalam Kecamatan Pontianak Timur*. Program Studi Pendidikan Ners, Fakultas Kedokteran Universitas Tanjungpura Pontianak.
- Guidelines, the 201. *Canadian Hypertension Education Program Recommendations for the Management of Hypertension: Blood Pressure Measurement, Diagnosis, Assessment of Risk and Therapy*. Canadian Journal of Cardiology 28 (2012) 270 – 287
- Halpern A, Mancini M, Magalhaes M dkk, 2010. *Metabolic syndrome,*

- dyslipidemia, hypertension and type 2 diabetes in youth: from diagnosis to treatment.* Diabetology & metabolic Syndrome.
- Hayens. B, dkk, 2003. Buku Pintar Menaklukan Hipertensi. Jakarta : Ladang Pustaka
- Hendro dkk, (2015). *Bahan Ajar Kursus dan Pelatihan Pengobatan Pijat Refleksi Level II.* Pendidikan Masyarakat Kementerian Pendidikan Dan Kebudayaan
- Jaddou HY, Batieha AM, Khader YS, Kanaan AH dkk. (2011). *Hypertension Prevalence, Awareness, Treatment and Control, and Associated Factors: Results from a National Survey, Jordan.* International Journal Hypertension
- Kaplan NM, Victor RG, Flynn JT. (2010). *Primary Hypertension: Pathogenesis.* In: Kaplan NM < Victor RG, Flynn JT, editors. Kaplan's Clinical Hypertension tenth edition ed. Dallas: Lippincott Williams & Wilkins
- Kapojos, S. 2001. *Ilmu Penyakit Dalam Jilid II.* Jakarta : FK UI
- Kotche TA. *Hypertensive Vascular Disease.* In: Kasper DL dkk. *Harrison's Principles of Internal Medicine 17th ed.* New York: McGraw – Hill; 2008: 1549 – 62
- Lloyd – Jones D, Adams R, Carnethon M dkk. (2009). *Heart disease and stroke statistic – 2009 update: a report from the American Heart Association Statistic Committee and Stroke Statistics Subcommittee Circulation.*
- Lungu E, Palamaru I, Rusu L dkk. (2001). *Dyslipidemia in hypertensive patients in a primary care unit catchment area the journal of preventive medicine.*
- Maryam R, Siti, 2008. *Mengenal Usia Lanjut Dan Perawatannya.* Jakarta: Salemba Medika
- Martuti, A. (2009). *Merawat dan Menyembuhkan Hipertensi.* Bantul: Kreasi Wacana.
- Martha, Karnia.(2012). *Panduan Cerdas Mengatasi Hipertensi.* Yogyakarta: Araska.
- Majid. 2005. *Fisiologi Kardiovaskuler.* Edisi 2. Bagian fisiologi Fakultas Kedokteran Universitas Sumatera Utara, Medan
- Muhammadun. 2010. *Hidup Bersama Hipertensi.* Yogyakarta: in – books
- Muttaqin, Arif. 2009. *Buku Ajar Asuhan Keperawatan Klien dengan Gangguan Sistem Kardiovaskuler dan Hematidologi.* Jakarta : Salemba Medika
- Mills, Catherine J. 2012. *A Comparison of Relaxation Techniques on Blood Pressure Reactivity and Recovery Assessing The Moderating Effect of Anger Coping Style.*

LEMBAR KONSULTASI KARYA TULIS ILMIAH

Nama Mahasiswa : Muyassila Sriwijayanti

Judul KTI : Studi kasus pemberian refleksi kaki terhadap perubahan tekanan darah tinggi pada lansia di UPTD griya werdha jambangan surabaya

Nama pembimbing : Dede Nasrullah, S.Kep.,Ns.,M.Kep

No.	Hari, Tanggal	Hasil Konsultasi	Tanda Tangan
1	02 Mei 2018	Acc judul "Studi kasus pemberian refleksi kaki terhadap perubahan tekanan darah tinggi pada lansia di UPTD griya werdha jambangan surabaya"	
2	07 Juni 2018	Konsultasi BAB 1,2	
3	10 Juni 2018	Konsultasi dan revisi BAB 1,2 dan 3	
4	12 Agustus 2018	Konsultasi dan revisi BAB 3 Acc penelitian	
5	08 Oktober 2018	Konsultasi dan revisi BAB 4 dan BAB 5	
6	01 November 2018	Konsultasi BAB 1,2,3,4,5	
7	04 Desember 2018	Konsultasi dan revisi BAB 4,5	
8	02 Desember 2018	Acc Sidang	

LEMBAR KONSULTASI KARYA TULIS ILMIAH

Nama Mahasiswa : Muyassila Sriwijayanti

Judul KTI : Studi kasus pemberian refleksi kaki terhadap perubahan tekanan darah tinggi pada lansia di UPTD griya werdha jambangan surabaya

Nama pembimbing : Asri, S.Kep.,Ns.,MNS

No.	Hari, Tanggal	Hasil Konsultasi	Tanda Tangan
1	22 Mei September 2018	Acc judul "Studi kasus pemberian refleksi kaki terhadap perubahan tekanan darah tinggi pada lansia di UPTD griya werdha jambangan surabaya"	
2	24 Mei 2018	Konsultasi BAB 1, BAB 2	
3	05 September 2018	Konsultasi BAB 1,2,3	
4	8 November 2018	Konsultasi dan revisi BAB 1,2,3 Acc penelitian	
5	31 Oktober 2018	Konsultasi BAB 4,5	
6	29 November 2018	Konsultasi BAB 4,5	
7	02 Desember 2018	Acc Sidang	

Berita Acara Revisi Karya Tulis Ilmiah

Nama Mahasiswa : Muyassila Sriwijayanti

Prodi : Pendidikan Profesi Ners

Nama Pembimbing 1 : Dede Nasrullah,S.Kep.,Ns.,M.Kep

NO	Hari , Tanggal	Yang Direvisi	Hasil Revisi
1.	Selasa 04 - 12 - 2018	<ol style="list-style-type: none">1. Bab 1 : menambahkan penelitian sebelumnya2. Bab 2: meknisme pijat refleksi3. Bab 4: tambahkan terkait karakteristik responden 2, dan menambahkan terkait dengan pemberhentian obat - obatan4. Pembahasan menambahkan perbandingan laki - laki dan perempuan yang mengalami hipertensi	<ol style="list-style-type: none">1. Sudah menambahkan di bab 1 tentang penelitian sebelumnya .2. Sudah menambahkan di bab 2 tentang mekanisme yang detail terkait pijat refleksi kaki3. Sudah menambahkan di responden 2 tentang karakteristik dan tentang obat - obatan.4. Sudah menambahkan terkait perbandingan laki - laki dan perempuan

Surabaya, 22 Januari 2019

Pembimbing 1



Dede Nasrullah,S.Kep.,Ns.,M.Kep

Berita Acara Revisi Karya Tulis Ilmiah

Nama Mahasiswa : Muyassila Sriwijayanti

Prodi : Pendidikan Profesi Ners

Nama Pembimbing 2 : Asri S.Kep.,Ns,MNS

NO	Hari , Tanggal	Yang Direvisi	Hasil Revisi
1.	Selasa 04 – 12 - 2018	1. Abstrak 2. Bab 3 : Keterbatasan Penelitian 3. Daftar Pustaka	1. Sudah menambahkan abstrak 2. Bab 3 : Keterbatasan penelitian sudah ditambahkan 3. Sudah menambahkan literature
2	Selasa 15 – 01 - 2019	1. Bab 3 : Keterbatasan penelitian 2. Daftar pustaka di bab 1 hal : 3 dan bab 4 hal : 70 dan 74	1. Sudah membenarkan susunan kalimat di keterbatasan penelitian 2. Sudah membenarkan penulisan daftar pustaka di bab 1 dan bab 4

Surabaya, 17 Januari 2019

Pembimbing 2



Asri S.Kep.,Ns,MNS

Lampiran 5

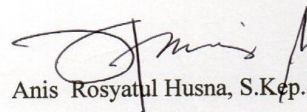
Berita Acara Revisi Karya Tulis Ilmiah

Nama Mahasiswa : Muyassila Sriwijayanti
 Prodi : Pendidikan Profesi Ners
 Nama Penguji : Anis Rosyatul Husna, S.Kep.,Ns.,M.Kes

No	Hari , Tanggal	Yang Direvisi	Hasil Revisi
1.	Selasa 04 – 12 – 2018	1. Bab 1 : teori penelitian sebelumnya 2. Bab 2 : Mekanisme pijat refleksi kaki, penggolongan hipertensi dan tampilkan teori pijat refleksi kaki dapat membahas tekanan darah 3. Bab 3 : Etika penelitian dan keterbatasan penelitian 4. Bab 4 : Hasil penelitian, pembahasan 5. Lampiran 3 : lembar observasi	2. Bab 1 : Sudah menambahkan teori penelitian sebelumnya. 3. Bab 2 : Sudah di benarkan kalimat tentang mekanisme pijat refleksi kaki, sudah menambahkan tentang hipertensi primer dan sekunder dan sudah menjelaskan teori tentang pijat refleksi kaki mengalami perubahan tekanan darah. 4. Bab 3 : Sudah dibenarkan tulisan di etika penelitian dijadikan italic (<i>miring</i>) dan sudah menambahkan di bab 3 keterbatasan penelitian 5. Hasil penelitian sudah digabungkan jadi satu dan pembahasan sudah menambahkan secara teori dan dijelaskan beda hasilnya 6. Lembar observasi sudah ditambahkan form data demografi.
2.	Selasa 08 – 01 – 2019	1. Lembar lampiran SOP dicocokkan dengan SOP di bab 2	1. Lembar lampiran SOP sudah ditambahkan kalimat rendam menggunakan air hangat dicampuri garam

Surabaya, 09 Januari 2019

Penguji


 Anis Rosyatul Husna, S.Kep.,Ns.,M.Kes

DOKUMENTASI

Pemberian pijat refleksi kaki pada pagi hari dengan responden Ny M. Pada tanggal 25 September 2018



Pemberian pijat refleksi kaki pada sore hari dengan responden Ny M. Pada tanggal 25 September 2018



Pemberian pijat refleksi kaki pada pagi hari dengan responden Tn A. Pada tanggal 26 September 2018





Pemberian pijat refleksi kaki pada sore hari dengan responden Tn A . Pada tanggal 26 September 2018

