

**PENGARUH *FOOT MASSAGE* TERHADAP  
PENURUNAN TEKANAN DARAH  
PADA PASIEN HIPERTENSI :  
*LITERATURE REVIEW***

**KARYA ILMIAH AKHIR NERS**



**DISUSUN OLEH :**

**KHAIRUL ANWAR.,S.Kep  
1911102412046**

**PROGRAM STUDI PROFESI NERS  
FAKULTAS ILMU KESEHATAN DAN FARMASI  
UNIVERSITAS MUHAMMADIYAH KALIMANTAN TIMUR  
TAHUN 2020**

**Pengaruh *Foot Massage* terhadap  
Penurunan Tekanan Darah  
pada Pasien Hipertensi :  
*Literature Review***

**Karya Ilmiah Akhir Ners**

Diajukan Sebagai Salah Satu Syarat Memperoleh Gelar Ners Keperawatan



**Disusun Oleh :**

**Khairul Anwar.,S.Kep  
1911102412046**

**Program Studi Profesi Ners  
Fakultas Ilmu Kesehatan dan Farmasi  
Universitas Muhammadiyah Kalimantan Timur  
Tahun 2020**

## SURAT PERNYATAAN KEASLIAN PENELITIAN

Kami yang bertanda tangan di bawah ini :

Nama : Khairul Anwar.,S.Kep

NIM : 1911102412046

Program Studi : Profesi Ners

Judul KIAN : “Pengaruh *Foot Massage* terhadap Penurunan Tekanan Darah pada Pasien Hipertensi : *Literature Review*”.

Menyatakan bahwa Karya Ilmiah Akhir Ners (KIAN) yang saya tulis ini benar-benar hasil karya saya sendiri, bukan merupakan pengambil alihan tulisan atau pikiran orang lain yang saya akui sebagai tulisan atau pikiran saya sendiri. Semua sumber baik yang dikutip maupun dirujuk telah saya nyatakan dengan benar.

Samarinda, 30 Juli 2020.



Khairul Anwar.,S.Kep.  
1911102412046

**LEMBAR PERSETUJUAN**

**PENGARUH *FOOT MASSAGE* TERHADAP  
PENURUNAN TEKANAN DARAH  
PADA PASIEN HIPERTENSI :  
*LITERATURE REVIEW***

**KARYA ILMIAH AKHIR NERS**

**DISUSUN OLEH :**

**Khairul Anwar.,S.Kep**

**1911102412046**

**Disetujui untuk diujikan  
Pada tanggal, 30 Juli 2020**

**Pembimbing,**



**Ns. Thomas Ari Wibowo.,M.Kep**  
**NIDN: 1104098701**

**Mengetahui,**

**Koordinator Mata Kuliah Elektif**



**Ns. Siti Khoiroh Muflihatin.,M.Kep**  
**NIDN: 1115017703**

**LEMBAR PENGESAHAN**

**PENGARUH *FOOT MASSAGE* TERHADAP  
PENURUNAN TEKANAN DARAH  
PADA PASIEN HIPERTENSI :  
*LITERATURE REVIEW***

**KARYA ILMIAH AKHIR NERS**

**DISUSUN OLEH :**

**Khairul Anwar.,S.Kep**

**1911102412046**

**Diseminarkan dan Diujikan**

**Pada tanggal, 05 Agustus 2020**

**Penguji 1**

**Ns. Refliani A.,S.Kep**

**NIP : 198604222010012013**

**Penguji 2**

**Dr. Hj. Nunung Herlina.,S.Kp.,M.Pd**

**NIDN : 8830940017**

**Penguji 3**

**Ns. Thomas Ari W.,M.Kep**

**NIDN : 1104098701**

**Mengetahui,  
Ketua Program Studi Profesi Ners**



**Ns. Dwi Ramman Fitriani, M.Kep**  
**NIDN. 1119097601**

## KATA PENGANTAR



*Assalamu'alaikum warahmatullahi wabarakatuh.*

Alhamdulillah, Puji Syukur penulis panjatkan atas ke hadirat *Allah Subhanahu Wa Ta'ala* yang telah memberikan kesehatan, kekuatan kepada penulis dan atas berkat rahmat, karunia serta ridho-Nyalah penulis dapat menyelesaikan Karya Ilmiah Akhir Ners ini. Sholawat serta salam tak lupa penulis curahkan kepada junjungan kita Nabi Besar *Muhammad Shallallahu 'Alaihi Wasallam* beserta keluarga, sahabat, dan pengikutnya sampai akhir zaman.

Karya Ilmiah Akhir Ners ini berjudul “Pengaruh *Foot Massage* terhadap Penurunan Tekanan Darah pada Pasien Hipertensi : *Literature Review*” disusun dalam rangka memenuhi salah satu persyaratan dalam menyelesaikan pendidikan Profesi Ners Keperawatan di Universitas Muhammadiyah Kalimantan Timur tahun 2020.

Penulis menyadari bahwa dalam penulisan Karya Ilmiah Akhir Ners ini tidak terlepas dari bimbingan, arahan, dukungan, bantuan serta motivasi dari berbagai pihak. Oleh karena itu, penulis dalam kesempatan ini ingin menyampaikan ucapan terima kasih yang tulus dan ikhlas serta yang sebesar-besarnya kepada semua pihak yang telah membantu penulis sehingga penulis mampu menyelesaikan Karya Ilmiah Akhir Ners ini. Ucapan terima kasih penulis sampaikan kepada:

1. Bapak Prof. Dr. Bambang Setiaji selaku Rektor Universitas Muhammadiyah Kalimantan Timur.
2. Bapak Ghozali MH.,M.Kes.,Ph.D selaku Dekan Fakultas Ilmu Kesehatan dan Farmasi Universitas Muhammadiyah Kalimantan Timur.

3. Ibu Ns. Dwi Rahmah Fitriani.,M.Kep selaku Ketua Program Studi Profesi Ners Keperawatan Universitas Muhammadiyah Kalimantan Timur.
4. Ibu Ns. Siti Khoiroh Muflihatin.,M.Kep selaku Koordinator Mata Kuliah Elektif yang telah banyak membantu dalam proses pembuatan Karya Ilmiah Akhir Ners ini.
5. Bapak Ns. Thomas Ari Wibowo.,M.Kep selaku Dosen Pembimbing sekaligus menjadi Penguji III yang telah banyak memberikan bimbingan, saran, masukan dan motivasi kepada penulis hingga Karya Ilmiah Akhir Ners ini dapat selesai.
6. Ibu Ns. Refliani A.,S.Kep selaku Penguji I yang telah bersedia meluangkan waktunya untuk menguji dan memberikan arahan serta saran dalam proses perbaikan Karya Ilmiah Akhir Ners ini.
7. Ibu Dr. Hj. Nunung Herlina.,S.Kp.,M.Pd selaku Penguji II yang telah bersedia meluangkan waktunya untuk menguji dan memberikan arahan serta saran dalam proses perbaikan Karya Ilmiah Akhir Ners ini.
8. Bapak dan Ibu Dosen dan seluruh Staf Universitas Muhammadiyah Kalimantan Timur.
9. Kedua orang tua, kakak - kakak, adik - adik, dan seluruh keluarga saya yang terkasih yang selalu memberikan semangat, motivasi, dukungan serta do'a kepada saya dalam penulisan Karya Ilmiah Akhir Ners ini.
10. Teman-teman Program Studi Profesi Ners Keperawatan Universitas Muhammadiyah Kalimantan Timur Angkatan 2020, anda semua adalah teman terhebat dan luar biasa yang pernah saya kenal.

Semoga segala kebaikan yang telah diberikan mendapatkan balasan pahala dari *Allah Subhanahu Wa Ta'ala, Aamiin.*

Penulis menyadari bahwa Karya Ilmiah Akhir Ners ini masih terdapat kekurangan dan masih jauh dari kesempurnaan. Oleh sebab itu kritik dan saran yang membangun sangat penulis harapkan sehingga Karya Ilmiah Akhir Ners ini dapat bermanfaat untuk semua pihak dan dapat digunakan sebagaimana mestinya.

Akhirnya, penulis berharap semoga Karya Ilmiah Akhir Ners ini dapat memberikan manfaat bagi penulis dan juga bagi kita semua. *Aamiin ya rabbal' alamin. Wassalamu'alaikum warahmatullahi wabarakatuh.*

Samarinda, 30 Juli 2020.

Penulis,



**Pengaruh *Foot Massage* terhadap Penurunan Tekanan Darah  
pada Pasien Hipertensi : *Literature Review***

**Khairul Anwar<sup>1</sup>, Thomas Ari Wibowo<sup>2</sup>**

Fakultas Ilmu Kesehatan dan Farmasi, Universitas Muhammadiyah Kalimantan Timur

E-mail : [Khairulanwarlibra11@gmail.com](mailto:Khairulanwarlibra11@gmail.com)

**INTISARI**

**Latar Belakang :** Hipertensi secara umum adalah kondisi medis terjadinya peningkatan tekanan darah di mana tekanan sistolik di atas 140 mmHg dan tekanan diastolik di atas 90 mmHg. Hipertensi merupakan salah satu penyebab utama kematian dini di seluruh dunia, penyakit mematikan ini sering sekali tidak menunjukkan gejala atau tersembunyi oleh karenanya hipertensi sering disebut sebagai *the silent killer*.

**Tujuan :** Karya Ilmiah Akhir Ners (KIAN) ini bertujuan untuk mengetahui pengaruh *foot massage* terhadap penurunan tekanan darah pada pasien hipertensi.

**Metode :** Penelitian ini menggunakan metode studi literatur review dengan databased melalui *google scholar*, *research gate* dan *science direct* dengan intervensi yang digunakan adalah *foot massage* terhadap penurunan tekanan darah pasien hipertensi. **Hasil dan Kesimpulan :** Berdasarkan hasil analisis *literature review* terhadap 10 jurnal terkait didapatkan hasil penelitian bahwa *foot massage* terbukti sangat efektif dan berpengaruh dalam menurunkan tekanan darah baik tekanan darah sistolik maupun tekanan darah diastolik pada pasien dengan hipertensi.

**Kata Kunci :** *Foot massage*, Tekanan Darah, Hipertensi.

---

<sup>1</sup> Mahasiswa Profesi Ners Keperawatan Universitas Muhammadiyah Kalimantan Timur.

<sup>2</sup> Dosen Profesi Ners Keperawatan Universitas Muhammadiyah Kalimantan Timur.

***The Effect of Foot Massage on Reducing Blood Pressure  
in Hypertensive Patients : Literature Review***

**Khairul Anwar<sup>3</sup>, Thomas Ari Wibowo<sup>4</sup>**

*Faculty of Health Sciences and Pharmacy, Muhammadiyah University of East Borneo*

E-mail : [Khairulanwarlibra11@gmail.com](mailto:Khairulanwarlibra11@gmail.com)

**ABSTRACT**

**Background :** Hypertension in general is a medical condition in which the blood pressure increases with systolic blood pressure above 140 mmHg and diastolic blood pressure above 90 mmHg. Hypertension is one of the main causes of premature death throughout the world, this deadly disease often shows no symptoms or is hidden, therefore hypertension is often referred to as the silent killer.

**Objective :** The Final Scientific Work of Nurse (KIAN) aims to determine the effect of foot massage on reducing blood pressure in hypertensive patients.

**Methods :** This research used literature review study method with databased through google scholar, research gate and science direct with the intervention used is foot massage to reduce blood pressure in hypertensive patients.

**Result and Conclusions :** Based on the results of a literature review analysis of 10 related journals, it was found that the foot massage proved to be very effective and had an effect on reducing blood pressure both systolic blood pressure and diastolic blood pressure in patients with hypertension.

**Keywords :** Foot Massage, Blood Pressure, Hypertension.

---

<sup>3</sup> Student of Nurse Profession at Muhammadiyah University of East Borneo.

<sup>4</sup> Lecture of Nurse Profession at Muhammadiyah University of East Borneo.

## DAFTAR ISI

Halaman Judul.....	i
Halaman Pernyataan Keaslian Penelitian.....	ii
Halaman Persetujuan.....	iii
Halaman Pengesahan.....	iv
Kata Pengantar.....	v
Intisari.....	viii
<i>Abstract</i> .....	ix
Daftar Isi.....	x
Daftar Tabel.....	xii
Daftar Gambar.....	xiii
Daftar Bagan.....	xiv
Daftar Lampiran.....	xv

### **BAB I PENDAHULUAN**

A. Latar Belakang.....	1
B. Perumusan Masalah.....	4
C. Tujuan Penelitian.....	5
D. Manfaat Penelitian.....	5

### **BAB II TINJAUAN PUSTAKA**

A. Konsep Tekanan Darah.....	7
1. Pengertian tekanan darah.....	7
2. Pengukuran tekanan darah.....	8
3. Klasifikasi nilai normal tekanan darah berdasarkan usia.....	11
B. Konsep Hipertensi.....	11
1. Pengertian hipertensi.....	11
2. Klasifikasi hipertensi.....	12
3. Etiologi hipertensi.....	13
4. Faktor risiko hipertensi.....	14
5. Manifestasi klinis.....	16
6. Komplikasi hipertensi.....	17
7. Patofisiologi.....	19

8. Penatalaksanaan hipertensi.....	21
C. Konsep <i>Foot Massage</i> .....	25
1. Pengertian.....	25
2. Manfaat.....	25
3. Indikasi & kontraindikasi.....	26
4. Cara dan syarat <i>massage</i> .....	27
5. Prosedur pelaksanaan.....	28

### **BAB III METODE**

A. Desain Penelitian.....	30
B. Pencarian Literatur.....	30
C. Kriteria Inklusi dan Eksklusi.....	31
D. Seleksi Studi dan Penilaian Kualitas.....	32

### **BAB IV HASIL DAN PEMBAHASAN**

A. Hasil dan Analisis.....	33
B. Pembahasan.....	45

### **BAB V PENUTUP**

A. Kesimpulan.....	57
B. Saran.....	57

### **DAFTAR PUSTAKA**

### **LAMPIRAN**

## DAFTAR TABEL

Tabel 2.1 Klasifikasi Nilai Normal Tekanan Darah Berdasarkan Usia.....	11
Tabel 2.2 Klasifikasi Hipertensi ASH-ISH.....	12
Tabel 2.3 Klasifikasi Hipertensi Kementerian Kesehatan RI.....	13
Tabel 3.1 Kriteria Inklusi dan Eksklusi.....	31
Tabel 4.1 Hasil dan Analisis.....	34

## DAFTAR GAMBAR

Gambar 2.1 Teknik Pemijatan Kaki 2.....	29
Gambar 2.2 Teknik Pemijatan Kaki 4.....	29
Gambar 2.3 Teknik Pemijatan Kaki 5.....	29

## DAFTAR BAGAN

Bagan 3.1 Flow Gram.....	32
--------------------------	----

## DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran 1 Biodata Peneliti

Lampiran 2 SOP *Foot Massage*

Lampiran 3 SOP Pengukuran Tekanan Darah

Lampiran 4 Surat Pernyataan *Literature Review*

Lampiran 5 Lembar Konsultasi