

LAPORAN TUGAS AKHIR KARYA KINERJA RPL
INTERVENSI PEMBERIAN TERAPI PIJAT REFLEKSI KAKI DAN
AROMATERAPI LEMON DALAM MENURUNKAN TEKANAN
DARAH PADA PASIEN TERDIAGNOSIS PENYAKIT HIPERTENSI
DI RUANG DAHLIA B RSUD dr. H. JUSUF SK TARAKAN



TUGAS AKHIR KARYA KINERJA

Nama : Muhammad Shabir
NIM : 017232035
Dosen Pembimbing : Ns. Sukarno, S.Kep., M.Kes

PROGRAM STUDI SARJANA KEPERAWATAN
FAKULTAS KESEHATAN
UNIVERSITAS NGUDI WALUYO
2025

ABSTRAK

Judul: Intervensi Terapi Pijat Refleksi Kaki dan Aromaterapi Lemon dalam Menurunkan Tekanan Darah pada Pasien Hipertensi di Ruang Dahlia B RSUD dr. H. Jusuf SK Tarakan

Latar Belakang: Hipertensi merupakan masalah kesehatan global dengan prevalensi yang terus meningkat, termasuk di Indonesia. Terapi non-farmakologis, seperti pijat refleksi kaki dan aromaterapi, menjadi alternatif yang menarik untuk mengelola hipertensi tanpa efek samping obat. **Tujuan:** mengevaluasi efektivitas kombinasi terapi pijat refleksi kaki dan aromaterapi lemon dalam menurunkan tekanan darah pada pasien hipertensi.

Metode penelitian: menggunakan desain eksperimen dengan lima pasien hipertensi sebagai subjek penelitian. Mereka menjalani terapi pijat refleksi kaki dan aromaterapi lemon selama 45 menit setiap hari selama satu minggu. Pengukuran tekanan darah dilakukan sebelum dan setelah intervensi. **Hasil penelitian:** menunjukkan penurunan signifikan pada tekanan darah sistolik (rata-rata turun 9,4 mmHg) dan diastolik (rata-rata turun 5,7 mmHg) dengan nilai $p < 0,05$. Selain itu, terdapat korelasi negatif antara penurunan tekanan darah dan kecemasan pasien ($r = -0,45$, $p < 0,05$), menunjukkan bahwa terapi ini juga berkontribusi terhadap penurunan kecemasan.

Kesimpulan: kombinasi terapi pijat refleksi kaki dan aromaterapi lemon efektif dalam menurunkan tekanan darah serta memberikan efek relaksasi yang bermanfaat bagi pasien hipertensi. Temuan ini diharapkan dapat menjadi dasar pengembangan terapi komplementer dalam pengelolaan hipertensi di fasilitas kesehatan.

Kata Kunci: Hipertensi, pijat refleksi kaki, aromaterapi lemon, tekanan darah, terapi non-farmakologis, relaksasi.

ABSTRACT

Title: Intervention of Foot Reflexology Massage and Lemon Aromatherapy in Lowering Blood Pressure in Hypertensive Patients at Dahlia B Ward of RSUD dr. H. Jusuf SK Tarakan

Background: Hypertension is a global health problem with increasing prevalence, including in Indonesia. Non-pharmacological therapies, such as foot reflexology massage and aromatherapy, have emerged as promising alternatives for managing hypertension without the side effects of medication. **Objective:** to evaluate the effectiveness of a combined intervention of foot reflexology massage and lemon aromatherapy in reducing blood pressure in hypertensive patients.

Research Method: This experimental study involved five hypertensive patients who received daily 45-minute sessions of foot reflexology massage and lemon aromatherapy for one week. Blood pressure measurements were taken before and after the intervention.

Results: showed a significant reduction in systolic blood pressure (average decrease of 9.4 mmHg) and diastolic blood pressure (average decrease of 5.7 mmHg), with a p-value < 0.05 . Additionally, a negative correlation was found between reduced anxiety levels and decreased blood pressure ($r = -0.45$, $p < 0.05$), indicating that this therapy also contributes to anxiety reduction.

Conclusion: combination of foot reflexology massage and lemon aromatherapy is effective in lowering blood pressure and providing beneficial relaxation effects for hypertensive patients. These results highlight the potential of complementary therapies in hypertension management within healthcare settings.

Keywords: Hypertension, foot reflexology, lemon aromatherapy, blood pressure, non-pharmacological therapy, relaxation.

HALAMAN PERSETUJUAN

1. Judul : Intervensi Pemberian Terapi Pijat Refleksi Kaki dan Aromaterapi Lemon dalam menurunkan tekanan darah pada pasien terdiagnosis hipertensi di RSUD dr. H. Jusuf SK Tarakan.
2. Mahasiswa Pelaksana :
Nama : Muhammad Shabir
NIM : 017232035
Program Studi: S1 Keperawatan Program RPL
Fakultas : Kesehatan
No. HP : 081351986544
Email : pangeranhati690@gmail.com
3. Instansi Bekerja : RSUD dr. H. Jusuf SK Tarakan, Kalimantan Utara
4. Lama Bekerja : 6 Tahun

Ungaran, 03 Maret 2025

Mengetahui,

Dosen Pembimbing



Ns. Sukarno, S. Kep., M. Kep.

NIDN. 0606088806

HALAMAN PENGESAHAN

1. Judul : Intervensi Pemberian Terapi Pijat Refleksi Kaki dan Aromaterapi Lemon dalam menurunkan tekanan darah pada pasien terdiagnosis hipertensi di RSUD dr. H. Jusuf SK Tarakan.
2. Mahasiswa Pelaksana :
Nama : Muhammad Shabir
NIM : 017232035
Program Studi: S1 Keperawatan Program RPL
Fakultas : Kesehatan
No. HP : 081351986544
Email : pangeranhati690@gmail.com
3. Instansi Bekerja : RSUD dr. H. Jusuf SK Tarakan, Kalimantan Utara
4. Lama Bekerja : 6 Tahun

Ungaran, 11 Maret 2025

Mengetahui,

Anggota/Penguji I



Ns. Yunita Galih Yudanari, S.Kep., M.Kep.
NIDN. 0612067804

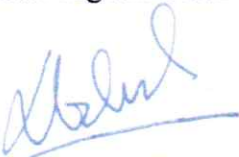
Anggota/Penguji II



Ns. Puji Lestari, S. Kep., M.Kes. (Epid)
NIDN. 0022038101

Menyetujui,

Ketua Program Studi



Dr. Ns. Abdul Wakhid, M. Kep., Sp. Kep. J
NIDN. 0602027901

Mengesahkan

Dekan



Eko Susilo, S.Kep., Ns., M.Kep.
NIDN. 0627097501



PERNYATAAN ORSINILITAS

Yang bertanda tangan dibawah ini saya,

Nama : Muhammad Shabir

NIM : 017232035

Program Studi/ Fakultas: S1 Keperawatan/ Fakultas Kesehatan

Dengan ini menyatakan bahwa:

1. Karya Kinerja berjudul **"INTERVENSI PEMBERIAN TERAPI PIJAT REFLEKSI KAKI DAN AROMATERAPI LEMON DALAM MENURUNKAN TEKANAN DARAH PADA PASIEN TERDIAGNOSIS HIPERTENSI DI RUANG DAHLIA B RSUD dr. H.JUSUF SK"** adalah karya ilmiah asli dan belum pernah diajukan untuk mendapatkan gelar akademik apapun di Perguruan Tinggi manapun.
2. Karya Kinerja ini merupakan ide dan hasil karya murni saya yang dibimbing dan dibantu oleh tim pembimbing dan narasumber
3. Karya Kinerja ini tidak memuat karya atau pendapat orang lain yang telah dipublikasikan kecuali secara tertulis dicantumkan dalam naskah sebagai acuan dengan menyebut nama pengarang dan judul aslinya serta dicantumkan dalam daftar pustaka
4. Pernyataan ini saya buat dengan sesungguhnya dan apabila di kemudian hari terdapat penyimpangan dan ketidak benaran di dalam pernyataan ini, saya bersedia menerima sanksi akademik berupa pencabutan gelar yang telah saya peroleh dan sanksi lain sesuai dengan norma yang berlaku di Universitas Ngudi Waluyo.

Semarang, 11 Maret 2025

Pembimbing

Yang membuat pernyataan,



Ns. Sukarno , S.Kep., M.Kep
NIDN. 0606088806



Muhammad Shabir
NIM. 017232035

HALAMAN KESEDIAAN PUBLIKASI

Saya yang bertanda tangan dibawah ini:

Nama : Muhammad Shabir

NIM : 017232035

Program Studi/ Fakultas : Sarjana Keperawatan

Menyatakan memberikan kewenangan kepada kampus Universitas Ngudi Waluyo untuk menyimpan, mengalih media atau formatkan, merawat dan mempublikasikan karya kinerja saya dengan judul **“INTERVENSI PEMBERIAN TERAPI PIJAT REFLEKSI KAKI DAN AROMATERAPI LEMON DALMA MENURUNKAN TEKANAN DARAH PADA PASIEN TERDIAGNOSIS HIPERTENSI DI RUANG DAHLIA B RSUD DR.h.JUSUF SK TARAKAN** “untuk kepentingan akademik.

Ungaran, 11 Maret 2025

Yang Membuat Pernyataan



Muhammad Shabir

DAFTAR RIWAYAT HIDUP



A. Identitas Diri :

Nama : Muhammad Shabir
Tempat/Tanggal Lahir : Tarakan/28 Mei 1992
Agama : Islam
Alamat : Jl. Pulau Bunyu RT/RW 05/01. Kel. Kampung Satu Skip
Kec. Tarakan Tengah. Kalimantan Utara
Email : pangeranhati690@gmail.com
No. HP : 081351986544

B. Riwayat Pendidikan

1. SDN 021 Tahun 1999 – 2004
2. SMP Muhammadiyah 2 Tarakan 2005 – 2007
3. SMK Negeri 2 Tarakan Sampai 2007 - 2010
4. Universitas Borneo Tarakan Tahun 2010 – 2013
5. Universitas Ngudi Waluyo Semarang Tahun 2004 – Saat Ini

C. Data Orang Tua :

Nama Ayah : M. Syahid
Nama Ibu : Rosdiana
Pekerjaan orang tua
a. Ayah : Pensiunan Guru
b. Ibu : ibu rumah tangga

Alamat: Jl. Pulau Bunyu RT 05 RW 01 Kelurahan Kampung Satu Skip Kecamatan Tarakan Tengah Kota Tarakan Provinsi Kalimantan Utara

KATA PENGANTAR

Alhamdulillah, puji syukur kehadiran Allah SWT yang telah melimpahkan Rahmat dan Hidayah-Nya sehingga penulis dengan segala kekurangan dapat menyelesaikan laporan tugas akhir program RPL ini tepat pada waktunya, dengan judul “Intervensi Pemberian Terapi Pijat Refleksi Kaki dan Aromaterapi Lemon Untuk Menurunkan Tekanan Darah Terhadap Pasien Terdiagnosis Hipertensi di Ruang Dahlia B RSUD DR. H. Jusuf SK Tarakan”

Penulis sangat menyadari bahwa Skripsi ini masih jauh dari kesempurnaan. Olehnya itu, dengan segala kerendahan hati penulis meminta kepada para pembaca agar senantiasa dapat memberikan kritik dan saran yang sifatnya membangun demi penyempurnaan laporan tugas akhir program RPL ini

Pada kesempatan ini, penulis mengucapkan terima kasih dan penghargaan yang setinggi-tingginya kepada:

1. Bapak Prof. Dr. Subyantoro, M.Hum. selaku Rektor Universitas Ngudi Waluyo
2. Bapak Ns. Eko Susilo, S.Kep., M.Kep. Dekan Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas Ngudi Waluyo
3. Bapak Dr. Abdul Wakhid, S.Kep., Ns., M.Kep., Sp. selaku ketua Prodi S1 Keperawatan Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas Ngudi Waluyo
4. Bapak Ns. Sukarno, S.Kep., M.Kep. selaku pembimbing Utama yang telah banyak membantu, membimbing dan meluangkan waktunya dalam penyusunan laporan tugas akhir program RPL ini
5. Ibu Ns. Yunita Galih Yudanari, S. Kep., M.Kes. selaku Penguji I yang telah meluangkan waktunya untuk menguji.
6. Ibu Ns. Puji Lestari, S.Kep., M. Kes. (Epid), selaku Penguji II yang telah meluangkan waktunya untuk menguji.
7. Bapak dr. Budy Azis.B.Sp.PK. Selaku Kepala RSUD DR.H. Jusuf SK Tarakan yang telah memberikan izin untuk meneliti
8. Kedua orang tua dan keluarga saya yang telah memberikan dukungan dalam penyusunan laporan tugas akhir program RPL ini.

10. Teman-teman S1 keperawatan Universitas Ngudi Waluyo yang telah memberikan semangat kepada penulis.

Semoga segala kebaikan dan bantuannya yang telah diberikan kepada penulis mendapat balasan yang setimpal dari Allah SWT. Akhirnya penulis mengharapkan Skripsi ini bermanfaat bagi pembacanya.

Wassalamu Alaikum Warahmatullahi Wabarakatuh.

Tarakan, 03 Maret 2025

Muhammad Shabir

DAFTAR ISI

HALAMAN PERSETUJUAN.....	ii
HALAMAN PENGESAHAN	iii
PERNYATAAN ORISINAL	iv
KETERSEDIAN PUBLIKASI	v
BIODATA PENELITIAN	vi
KATA PENGANTAR	vii
DAFTAR ISI.....	ix
DAFTAR GAMBAR	xi
DAFTAR LAMPIRAN	xiii
ABSTRAK.....	xiv
BAB 1 PENDAHULUAN.....	1
A. Latar Belakang	1
B. Lingkup Pengabdian dan Pengembangan	1
C. Tujuan Tugas Akhir Program RPL	3
D. Manfaat Tugas Akhir Program RPL	4
BAB II TINJAUAN TEORI	5
A. Profil Tempat Kerja.....	5
B. Struktur Organisasi Tempat Bekerja.....	8
C. Deskripsi Pekerjaan Mahasiswa di lokasi	9
D. Teori-Teori Yang Berkaitan Dengan Tema Yang Dipilih	9
BAB III KINERJA PENGABDIAN DAN PENGEMBANGAN.....	21
A. Kinerja Pengabdian	21
B. Kinerja Pengembangan	23
BAB IV PEMBAHASAN.....	25
A. Pelaksanaan Kegiatan.....	25

B.	Langkah – langkah kegiatan.....	26
C.	Jumlah Pasien Yang Diberikan Rehabilitas Terapi Pijat Refleksi Kaki dan Aromaterapi Lemon Yaitu Ada 5 Pasien,	26
D.	Hasil Kegiatan.....	28
E.	Pembahasan	28
F.	Hambatan.....	33
G.	Rencana Tindak Lanjut	33
BAB V PENUTUP		34
A.	Kesimpulan	34
B.	Saran.....	35
DAFTAR PUSTAKA		36