

LAPORAN PENELITIAN
PENGARUH TERAPI *FOOT MASSAGE* TERHADAP TEKANAN DARAH
PADA PENDERITA HIPERTENSI DI DUSUN TAMANAN KALASAN
SLEMAN



NASA ABEL CHRISTINA MURTI
NPM 202223036

PROGRAM STUDI KEPERAWATAN PROGRAM SARJANA
SEKOLAH TINGGI ILMU KESEHATAN PANTI RAPIH YOGYAKARTA
2026

LAPORAN PENELITIAN

PENGARUH TERAPI *FOOT MASSAGE* TERHADAP TEKANAN DARAH

PADA PENDERITA HIPERTENSI DI DUSUN TAMANAN KALASAN

SLEMAN



NASA ABEL CHRISTINA MURTI

NPM 202223036

PROGRAM STUDI KEPERAWATAN PROGRAM SARJANA

SEKOLAH TINGGI ILMU KESEHATAN PANTI RAPIH YOGYAKARTA

2026

LAPORAN PENELITIAN

**PENGARUH TERAPI *FOOT MASSAGE* TERHADAP TEKANAN
DARAH PADA PENDERITA HIPERTENSI DI DUSUN TAMANAN
KALASAN SLEMAN**

Disusun Oleh :

Nasa Abel Christina Murti

NPM 202223036

Laporan Penelitian ini Telah Diperiksa, Disetujui dan Dipertahankan dihadapan
Tim Penguji Tugas Akhir Mahasiswa STIKes Panti Rapih Yogyakarta
Yogyakarta, 16 Februari 2026

Pembimbing I,



Dr. Chatarina Setya Widyastuti, M.Kep., Ns.Sp.Kep.M.B

NIK 199850005

Pembimbing II,



Suparmi, M.Kep., Sp.KMB

NIK 201550005

PENELITIAN

NPM : 202223036

“Pengaruh Terapi *Foot Massage* Terhadap Tekanan Darah Pada Penderita Hipertensi Di Dusun Tamanan Kalasan Sleman”

PT. KARYA BANGSA INDONESIA
KARTU KELOMPOK
BEANX282431209

iv

SKRIPSI
PENGARUH TERAPI *FOOT MASSAGE* TERHADAP TEKanan DARAH
PADA PENDERITA HIPERTENSI DI DUSUN TAMANAN KALASAN
SLEMAN

Disusun oleh:
Nasa Abel Christina Murti
NPM 202223036

Telah dipertahankan dan diuji didepan dewan penguji Skripsi STIKes Panti Rapih
Untuk memenuhi Tugas Akhir Mahasiswa Prodi Sarjana Keperawatan
Pada tanggal, 10 Februari 2026

Mengesahkan,
Ketua Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan Panti Rapih Yogyakarta



Yulia Wardani, MAN
NIK 201450001

Penguji :

Ketua : MI. Ekatrina Wijayanti, Ns., MSN

Anggota : 1. Dr. Chatarina Setya Widyastuti, M.Kep., Ns. Sp.Kep.M.B

2. Suparmi, M.Kep., Sp.KMB

This block contains three handwritten signatures in blue ink, each followed by a dotted line. The first signature is at the top, the second is in the middle, and the third is at the bottom.

MOTTO

In The Name Of Jesus Christ

“Direndahkan di mata manusia, ditinggikan di mata Tuhan”

*“Aku memulai dengan Nama Tuhan Yesus dan dengan penuh Keyakinan mengakhiri
dengan kata Amin”*

“Jangan Takut, Percaya Saja”

(Markus 5:36)

“Aku ditolak dengan hebat sampai jatuh, tetapi Tuhan Menolong aku”

(Mazmur 118:13)

“Diberkatilah orang yang mengandalkan Tuhan, yang menaruh harapannya pada Tuhan”

(Yeremia 17:7)

“Karena masa depan sungguh ada, dan harapanmu tidak akan hilang”

(Amsal 23:18)

“Aku tahu, bahwa Engkau sanggup melakukan segala sesuatu dan tidak ada rencana-Mu
yang gagal”

(Ayub 42:2)

“Hendaklah kamu berakar dalam Dia dan dibangun di atas Dia, hendaklah kamu
bertambah teguh dalam iman yang telah diakarkan kepadamu, dan hendaklah hatimu
melimpah dengan syukur”

(Kolose 2:7)

PERSEMBAHAN

Skripsi ini penulis persembahkan dengan penuh rasa bangga dan cinta yang tulus kepada orang-orang terkasih yang telah mendukung penulis dengan caranya masing-masing:

1. Kepada Sang Juru Selamat Tuhan Yesus Kristus yang selalu senantiasa menyertai langkah penulis, yang selalu menguatkan di saat lelah, menenangkan di saat ragu, serta memberikan pengharapan baru di setiap proses yang penulis jalani, sehingga skripsi ini dapat diselesaikan dengan baik.
2. Kepada kedua orang tuaku Papaku tercinta Felix Lasa Janadi dan Mamaku tersayang Winarnik, Terima kasih atas doa yang tidak pernah putus, dukungan yang selalu menguatkan, cinta yang tulus, serta pengorbanan yang tak ternilai. Semua yang penulis capai ini tidak lepas dari peran, kesabaran, dan kasih mama papa terhadap penulis.
3. Kepada masku tercinta Rm. Ignasius Wahyudi Paweling, Pr. Terima kasih atas doa, nasihat, keteladanan hidup, serta dukungan moril yang selalu menguatkan penulis untuk tetap berjalan di jalur yang benar dan tidak menyerah dalam setiap proses.
4. Kepada adikku tersayang Sandhy Yudho Piweling, Terima kasih telah menjadi penyemangat dengan caramu sendiri, menemani penulis di saat lelah, dan menjadi alasan penulis untuk terus berjuang dan memberi yang terbaik.
5. Kepada keluarga besarku yang tercinta budhe Andriani, pakpuh Katiman, budhe Elysabet Winarsih, pakpuh Andreas, budhe Winarti, pakpuh Medi, tante Devi Tisniasih, dan om Sumari, Terima kasih atas doa, perhatian, serta dukungan yang diberikan kepada penulis selama proses penyusunan skripsi ini.
6. Kepada saudara sepupuku tersayang mas Daniel, mas Rafelito, mbak Nava, mas Kevin, mas Jovan, adik Debri, adik Viga, Terima kasih atas kebersamaan, canda, tawa, dan semangat yang selalu menghibur serta menguatkan penulis dalam menyelesaikan skripsi ini.
7. Kepada sahabat terbaikku sekaligus saudara yang penulis temukan sejak masa SMP, Chalista Shani Evangelina, Terima kasih telah tumbuh bersama penulis, mendengarkan keluh kesah, menemani proses jatuh bangun penulis, dan tetap bertahan disisi penulis hingga sejauh ini.

8. Kepada teman-teman seperjuanganku Aurelia Aninda, Maria Goretti Tira, Mariya Astuti Suheni, dan Lucia Dini Purwaningsih. Terima kasih atas kebersamaan selama masa perkuliahan yang penuh cerita. Terima kasih telah berjuang bersama dalam lelahnya tugas, panjangnya proses penelitian, dan rumitnya perjalanan akademik. Terima kasih atas dukungan, canda, tawa, saling menguatkan, serta kebersamaan kita menjadi bagian penting yang membuat penulis mampu bertahan dan menyelesaikan skripsi ini.
9. Terakhir tidak lupa, kepada diri saya sendiri. Terima kasih “Abel” karena telah memilih untuk tetap berdiri meskipun sering merasa lelah dan hampir menyerah. Terima kasih karena tetap berusaha, belajar menerima semua proses, dan tidak berhenti percaya pada kemampuan diri sendiri. Terima kasih kamu sudah tumbuh menjadi perempuan yang kuat, sabar, dan perlahan belajar ikhlas dalam menjalani perjalanan hidup yang tidak selalu sesuai harapan. Skripsi ini adalah bukti bahwa setiap tangis, doa, dan perjuangan yang telah dilalui tidak pernah sia-sia, serta mampu menyandang gelar S.Kep tepat waktu sebagai pijakan untuk terus melangkah menuju hal-hal yang lebih baik. Apapun jalan hidup yang akan kamu jalani ke depan, hargailah dirimu, rayakan setiap proses, dan berbahagialah atas semua langkah yang telah berhasil kamu lewati demi masa depan yang lebih baik dan cerah.

INTISARI

Nama : Nasa Abel Christina Murti
NPM : 202223036
Judul : Pengaruh Terapi *Foot Massage* Terhadap Tekanan Darah Pada Penderita Hipertensi Di Dusun Tamanan Kalasan Sleman.
Tanggal Ujian : 10 Februari 2026
Pembimbing : 1. Dr. Chatarina Setya Widyastuti, M.Kep., Ns. Sp.Kep.M.B
2. Suparmi, M.Kep., Sp.KMB
Jumlah Pustaka : 38 pustaka (tahun 2016 – 2025)
Jumlah Halaman : xv, 54 halaman, tabel, lampiran

Hipertensi merupakan masalah kesehatan kronis yang memerlukan penatalaksanaan berkelanjutan, termasuk terapi nonfarmakologis seperti *foot massage*. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui pengaruh terapi *foot massage* terhadap tekanan darah pada penderita hipertensi di Dusun Tamanan, Kalasan, Sleman. Penelitian menggunakan desain *Randomized Controlled Trial* (RCT) dengan rancangan *pretest-posttest* dan kelompok kontrol terhadap 37 responden yang dibagi secara acak menjadi kelompok intervensi ($n=19$) dan kelompok kontrol ($n=18$). Kelompok intervensi diberikan terapi *foot massage* selama 20 menit pada kedua kaki selama tiga hari berturut-turut, sedangkan kelompok kontrol hanya diberikan istirahat selama 20 menit. Tekanan darah sistolik dan diastolik diukur sebelum dan sesudah perlakuan, kemudian dianalisis menggunakan uji Friedman, Repeated Measures ANOVA, dan Mann-Whitney. Hasil penelitian menunjukkan terdapat penurunan tekanan darah sistolik dan diastolik yang bermakna secara statistik pada kelompok intervensi setelah pemberian terapi *foot massage* ($p\text{-value}$ tekanan darah sistolik = 0,000; $p\text{-value}$ tekanan darah diastolik = 0,000), sedangkan pada kelompok kontrol hanya ditemukan penurunan bermakna pada tekanan darah sistolik ($p\text{-value}$ = 0,000) dan tidak bermakna pada tekanan darah diastolik ($p\text{-value}$ = 0,592). Uji perbandingan antar kelompok menunjukkan tidak terdapat perbedaan tekanan darah sistolik dan diastolik yang signifikan ($p\text{-value}$ > 0,05), namun secara deskriptif kelompok intervensi menunjukkan penurunan tekanan darah yang lebih stabil. Simpulan penelitian ini menunjukkan bahwa terapi *foot massage* berpengaruh dalam menurunkan tekanan darah sistolik dan diastolik pada penderita hipertensi secara intra-kelompok, sehingga dapat dipertimbangkan sebagai terapi nonfarmakologis pendukung dalam pengelolaan hipertensi. Terapi *foot massage* dapat direkomendasikan sebagai terapi komplementer dalam praktik keperawatan komunitas, serta diperlukan penelitian lanjutan dengan durasi intervensi yang lebih panjang dan jumlah sampel yang lebih besar.

Kata Kunci : *Hipertensi, Foot Massage, Tekanan Darah*

KATA PENGANTAR

Puji dan syukur kehadiran Tuhan Yang Maha Esa, karena atas rahmat dan karunia-Nya penulis dapat menyelesaikan laporan penelitian dengan judul “Pengaruh Terapi *Foot Massage* terhadap Tekanan Darah pada Penderita Hipertensi di Dusun Tamanan Kalasan Sleman”. Laporan ini disusun sebagai salah satu bentuk rencana penelitian yang diharapkan dapat memberikan kontribusi dalam bidang keperawatan, khususnya terkait terapi non-farmakologis pada penderita hipertensi.

Dalam penyusunan laporan ini, penulis mendapatkan dukungan, bimbingan, serta bantuan dari berbagai pihak. Oleh karena itu pada kesempatan ini penulis menyampaikan ucapan terima kasih yang tulus kepada :

1. Ibu Yulia Wardani, MAN selaku Ketua Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan Panti Rapih Yogyakarta.
2. Ibu Dr. Theresia Titin Marlina, Ns., M.Kep selaku Ketua Program Studi Sarjana Keperawatan Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan Panti Rapih Yogyakarta.
3. Ibu Fransisca Anjarina, M.Kep.,Ns, Sp.Kep.MB selaku dosen koordinator Mata Kuliah Skripsi yang selalu sabar untuk mengarahkan kami dalam proses pembelajaran.
4. Ibu Dr. Chatarina Setya Widyastuti, M.Kep.,Ns.Sp.Kep.M.B. selaku dosen pembimbing 1 yang telah memberikan arahan, saran, serta motivasi dalam proses penyusunan laporan penelitian ini.
5. Suparmi, M.Kep., Sp.KMB. selaku dosen pembimbing 2 yang telah memberikan arahan, saran, serta motivasi dalam proses penyusunan laporan penelitian ini.
6. Kepada Kepala Dusun, Kader Kesehatan, serta masyarakat Dusun Tamanan Kalasan Sleman yang telah menerima peneliti untuk melakukan penelitian dan telah membantu dalam tahap studi pendahuluan.
7. Keluarga, teman-teman, dan semua pihak yang tidak dapat penulis sebutkan satu persatu, atas segala doa, dukungan, serta semangat yang diberikan.

Penulis menyadari bahwa laporan penelitian ini masih jauh dari kata sempurna. Oleh karena itu, kritik dan saran yang membangun sangat penulis harapkan demi penyempurnaan laporan ini. Akhir kata, semoga laporan ini dapat bermanfaat bagi pembaca serta menjadi referensi dalam upaya peningkatan pelaksanaan hipertensi melalui terapi non-farmakologis.

Yogyakarta, 29 September 2025

Penulis