

LAPORAN PENELITIAN

PENGARUH TERAPI *FOOT MASSAGE* TERHADAP TEKANAN DARAH

PADA PENDERITA HIPERTENSI DI PADUKUHAN AMBARUKMO

WILAYAH PUSKESMAS DEPOK 3



OLIVIA MARTHA NAULI TAMPUBOLON

NPM 202223090

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 PADUKUHAN AMBARUKMO

WILAYAH PUSKESMAS DEPOK 3



OLIVIA MARTHA NAULI TAMPUBOLON

NPM 202223090

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 PADUKUHAN AMBARUKMO
WILAYAH PUSKESMAS DEPOK 3

Disusun Oleh :
Olivia Martha Nauli Tampubolon
NPM 202223090

Laporan Penelitian ini Telah Diperiksa, Disetujui dan Dipertahankan dihadapan
Tim Penguji Tugas Akhir Mahasiswa STIKes Panti Rapih Yogyakarta
Yogyakarta, 14 Februari 2026

Pembimbing I,



Dr. Chatarina Setya Widyastuti, M.Kep. Ns.Sp.Kep.M.B
NIK 199850005

Pembimbing II,



Suparni, M. Kep., Sp.KMB
NIK 201550005

PERNYATAAN KEASLIAN PENELITIAN

Yang bertanda tangan dibawah ini :

Nama : Olivia Martha Nauli Tampubolon

NPM : 202223090

Dengan ini menyatakan dengan sesungguhnya bahwa studi kasus dengan judul :

"Pengaruh Terapi *Foot Massage* Terhadap Tekanan Darah Pada Penderita Hipertensi Di Padukuhan Ambarukmo Wilayah Puskesmas Depok 3"

Yang telah saya laksanakan selama empat bulan dari bulan September 2025 sampai dengan bulan Januari 2026, seluruhnya merupakan hasil karya sendiri. Adapun terhadap bagian-bagian tertentu dalam penulisan hasil penelitian yang saya kutip secara langsung maupun tidak langsung dari hasil karya orang atau pihak lain telah saya tuliskan sumbernya secara jelas sesuai dengan norma, kaidah dan etika penulisan karya ilmiah.

Apabila dikemudian hari ternyata ditemukan seluruh atau sebagian penulisan hasil penelitian ini terbukti bukan karya sendiri atau terdapat indikasi adanya plagiat, maka saya bersedia menerima sanksi moral, sanksi administratif serta dituntut ganti rugi dan atau pidana sesuai dengan ketentuan perundangan-undangan yang berlaku. Pernyataan keaslian penelitian ini saya buat dengan sebenarnya, tanpa tekanan dari siapapun dan atau dari pihak manapun.

Yogyakarta, 25 Januari 2026

Yang membuat pernyataan,


Olivia Martha Nauli Tampubolon

SKRIPSI

PENGARUH TERAPI *FOOT MASSAGE* TERHADAP TEKANAN DARAH
PADA PENDERITA HIPERTENSI DI PADUKUHAN AMBARUKMO
WILAYAH PUSKESMAS DEPOK 3

Disusun Oleh
Olivia Martha Nauli Tampubolon
NPM 202223090

Telah dipertahankan dan diuji didepan dewan penguji Skripsi STIKes Panti Rapih
Untuk memenuhi Tugas Akhir Mahasiswa Prodi Keperawatan Program Sarjana
Pada Tanggal 6 Februari 2026.

Mengesahkan,
Ketua Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan Panti Rapih Yogyakarta



Ayulia Wardani, MAN
NIK 201450001

Penguji :

Ketua : Ml. Ekatrina Wijayanti, Ns., MSN

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

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



HALAMAN MOTTO

*In The Name Of The Father and The Son and The Holy Spirit
Amen*

*たどり着くまであきらめないから。
(Until I get there I won't give up)*

*“Karena Pahlawan Himmel Pasti Akan Melakukan Yang Sama”
(Sousou no Frieren)*

*“See? you can do it if you try”
(Mikado-Cosmic Princess Kaguya)*

“Skripsi ini diselesaikan melalui perjuangan, air mata, dan data yang tidak berdistribusi normal, hingga akhirnya $p\text{-value} < 0,05$ memberi jawaban”

HALAMAN PERSEMBAHAN

Puji dan syukur saya panjatkan kepada Tuhan Yang Maha Esa, skripsi saya yang berjudul “Pengaruh Terapi *Foot Massage* Terhadap Tekanan Darah Pada Penderita Hipertensi Di Padukuhan Ambarukmo Wilayah Puskesmas Depok 3” dapat terselesaikan dengan baik. Peneliti mengucapkan banyak terimakasih kepada semua pihak yang telah mendukung, peneliti mengucapkan terima kasih kepada:

1. Tuhan Yesus Kristus dan Bunda Maria yang senantiasa menyertai, menguatkan, dan memberikan harapan di setiap prosesnya.
2. Keluarga tercinta, mama, papa dan abang, yang selalu memberikan doa, membiayai, mendukung selama prosesnya.
3. Diri sendiri yang telah berjuang, bertahan, meskipun banyak berkeluh kesah namun akhirnya tetap bertahan sampai akhir dalam menyelesaikan laporan skripsi ini.
4. Ibu Dr. Chatarina Setya Widyastuti, M.Kep., Ns.Sp.Kep.M.B dan Sr. Lucilla Suparmi, M.Kep., Sp. KMB yang selalu sabar dalam membimbing dan memberi arahan dari awal hingga akhir.
5. Masyarakat Ambarukmo dan para kader yang telah menjadi responden dan membantu peneliti selama mengambil data.
6. Semua pihak yang telah membantu, mendukung, dan mendoakan yang tidak dapat disebutkan satu persatu. Semoga selalu diberikan kesehatan.

INTISARI

Nama : Olivia Martha Nauli Tampubolon
NPM : 202223090
Judul : Pengaruh Terapi *Foot Massage* Terhadap Tekanan Darah
Pada Penderita Hipertensi Di Padukuhan Ambarukmo
Wilayah Puskesmas Depok 3
Tanggal Ujian : 6 Februari 2026
Pembimbing : 1. Dr. Chatarina Setya Widyastuti, M.Kep., Ns.Sp.Kep.M.B
2. Suparmi, M. Kep., Sp.KMB
Jumlah Pustaka : 57 pustaka
Jumlah halaman : XLII, 42 halaman, 32 lampiran

Hipertensi merupakan penyebab utama kematian dini di seluruh dunia. Hipertensi sering ditemukan ketika sudah terjadi komplikasi akibat tekanan darah yang tinggi terus menerus. Penatalaksanaan hipertensi meliputi tindakan farmakologis dan non farmakologis. Salah satu tindakan non farmakologis yang terbukti efektif adalah terapi *foot massage*. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui pengaruh dari pemberian terapi *foot massage* terhadap tekanan darah penderita hipertensi di Padukuhan Ambarukmo Wilayah Puskesmas Depok 3. Penelitian ini menggunakan desain *Pretest-Posttest Randomized Control Group Design*. Terdapat 38 responden yang terbagi kedalam kelompok kontrol dan kelompok intervensi. Responden rata-rata berusia 64 tahun pada kelompok intervensi dan 62 tahun pada kelompok kontrol, sebagian besar berjenis kelamin perempuan dan bekerja sebagai ibu rumah tangga. Melalui uji *Wilcoxon* dan *paired t-test*, didapatkan *p-value* sebesar 0.000 dan 0.001 ($p < 0,05$), yang membuktikan adanya pengaruh yang signifikan terhadap penurunan tekanan darah sistolik dan diastolik pada kelompok intervensi. Hasil uji *Mann-Whitney* didapatkan nilai *p-value* $0.000 < 0,05$ tekanan darah sistolik dan $0.004 < 0,05$ untuk tekanan darah diastolik, dengan *effect size* sebesar 0,56 pada tekanan darah sistolik dan 0,46 pada tekanan darah diastolik. Sehingga dapat ditarik kesimpulan, terapi *foot massage* berpengaruh terhadap penurunan tekanan darah penderita hipertensi. *Foot massage* direkomendasikan sebagai terapi pendamping untuk membantu mengontrol tekanan darah pada penderita hipertensi.

Kata kunci: ***foot, massage, hipertensi, komplementer***

KATA PENGANTAR

Puji dan syukur penulis panjatkan kepada Tuhan Yang Maha Esa atas berkat dan rahmat serta penyertaan-Nya kepada penulis sehingga penulis dapat menyelesaikan laporan penelitian yang berjudul “Pengaruh Terapi *Foot Massage* Terhadap Tekanan Darah Pada Penderita Hipertensi Di Padukuhan Ambarukmo Wilayah Puskesmas Depok 3” dengan baik. Penulis mengucapkan banyak terimakasih kepada semua pihak yang telah terlibat dalam penyusunan laporan penelitian ini khususnya 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 Dr. Chatarina Setya Widyastuti, M.Kep., Ns.Sp.Kep.M.B selaku pembimbing 1 dan Sr. Lucilla Suparmi, M.Kep., Sp. KMB selaku pembimbing 2 yang senantiasa membimbing dan memberikan masukan untuk memperbaiki laporan penelitian ini.
4. Keluarga, sahabat serta teman-teman tercinta yang selalu memberikan doa, semangat, dukungan.
5. Kepada Pihak Puskesmas Depok 3 dan seluruh responden masyarakat Padukuhan Ambarukmo.

Peneliti menyadari bahwa laporan penelitian ini masih jauh dari sempurna. Oleh karena itu, peneliti mengharapkan kritik dan saran yang membangun dari pembaca untuk perbaikan di masa mendatang.

Yogyakarta, 27 September 2025

Penulis