

**PENGARUH TERAPI MASSAGE EKSTRIMITAS
TERHADAP TEKANAN DARAH PADA LANSIA
DENGAN HIPERTENSI PRIMER DI
POLIKLINIK PENYAKIT DALAM
RS X DENPASAR**



SKRIPSI

GUSTI AYU DWI KRISMAYUNI

**PROGRAM STUDI S1 KEPERAWATAN
SEKOLAH TINGGI ILMU KESEHATAN
BINA USADA BALI
2022**

**PENGARUH TERAPI MASSAGE EKSTRIMITAS
TERHADAP TEKANAN DARAH PADA LANSIA
DENGAN HIPERTENSI PRIMER DI
POLIKLINIK PENYAKIT DALAM
RS X DENPASAR**

Skripsi

Diajukan Oleh :

**GUSTI AYU DWI KRISMAYUNI
NIM. C2120043**

**PROGRAM STUDI S1 KEPERAWATAN
SEKOLAH TINGGI ILMU KESEHATAN
BINA USADA BALI
2022**

SURAT PERNYATAAN KEASLIAN PENELITIAN

Saya yang bertanda tangan di bawah ini :

Nama : Gusti Ayu Dwi Krismayuni

NIM : C2120043

Jurusan : Keperawatan

Judul Skripsi : Pengaruh Terapi Massage Ekstrimitas terhadap Tekanan Darah pada Lansia dengan Hipertensi Primer di Poliklinik Penyakit Dalam RS X Denpasar

Menyatakan dengan sebenarnya bahwa tugas akhir yang saya tulis benar hasil karya saya sendiri, bukan merupakan pengambilalihan tulisan atau pikiran orang lain yang saya akui sebagai tulisan atau pikiran saya sendiri. Apabila di kemudian hari dapat dibuktikan bahwa tugas akhir ini adalah hasil jiplakan, maka saya bersedia menerima sanksi atas perbuatan tersebut.

Denpasar, 2 Februari 2022



Gusti Ayu Dwi Krismayuni

HALAMAN PERSETUJUAN

PENGARUH TERAPI MASSAGE EKSTRIMITAS TERHADAP TEKANAN DARAH PADA LANSIA DENGAN HIPERTENSI PRIMER DI POLIKLINIK PENYAKIT DALAM RS X DENPASAR

Diajukan Oleh :

GUSTI AYU DWI KRISMAYUNI
NIM. C2120043

Denpasar, 14 Desember 2021

Telah Disetujui oleh Dosen Pembimbing

Pembimbing I

Ns. Ni Komang Matilia Gandari, S.Kep., MH
NIDN: 0813098803

Pembimbing II

Ns. Desak Pulu Risna Dewi, S.Kep., M.Kes
NIDN: 0814098901

Mengetahui

Program Studi SI Keperawatan

Ketua



Ns. I Putu Aytha Wilaya, S.Kep., M.Kep
NIDN : 0821058603

HALAMAN PENGESAHAN

SKRIPSI INI TELAH DIPERTAHANKAN DAN DISAHKAN DI DEPAN
DEWAN PENGUJI PROGRAM STUDI S1 KEPERAWATAN SEKOLAH
TINGGI ILMU KESEHATAN BINA USADA BALI

Tanggal : 2 Februari 2022

Yang terdiri dari

Ketua Penguji



Ni Made Risna Sumawati, S.SiT., M.Kes
NIDN: 0809018701

Sekretaris Penguji



Ns. Ni Komang Matal Gandari, S.Kep., MH
NIDN: 0813098803

Anggota Penguji



Ns. Desak Putu Risna Dewi, S.Kep., M.Kes
NIDN: 0814098901

Mengetahui
Program Studi S1 Keperawatan
Ketua



Ns. I Putu Artha Wijaya, S.Kep., M.Kep
NIDN : 0821058603

SEKOLAH TINGGI ILMU KESEHATAN
BINA USADA BALI PROGRAM STUDI SARJANA KEPERAWATAN

Skripsi, Januari 2022

Gusti Ayu Dwi Krismayuni

Pengaruh Terapi Massage Ekstrimitas terhadap Tekanan Darah pada Lansia dengan Hipertensi Primer di Poliklinik Penyakit Dalam RS X Denpasar

xv + 61 + 8 tabel + 3 gambar + 14 lampiran

ABSTRAK

Lansia merupakan usia yang rentan terhadap hipertensi. Hipertensi adalah peningkatan tekanan darah sistolik >140 mmHg dan diastolik >90 mmHg. Manajemen penderita hipertensi di masyarakat masih mengutamakan pengobatan tanpa diimbangi oleh modifikasi gaya hidup. Banyak hal yang dapat dilakukan untuk mengatasi hal tersebut salah satunya penatalaksanaan terapi nonfarmakologi *massage ekstrimitas*. Tujuan dari penelitian ini adalah untuk mengetahui pengaruh terapi *massage ekstrimitas* terhadap tekanan darah pada lansia dengan hipertensi primer.

Responden dalam penelitian ini lansia yang berada di Poliklinik Penyakit Dalam RS X Denpasar. Penelitian ini menggunakan metode *pra experiment* dengan *one-group pre-posttest design*. Teknik sampling menggunakan *non-probability sampling* yaitu *purposive sampling*. Sampel dalam penelitian berjumlah 58 responden. Analisis yang digunakan adalah *paired sample t-test*.

Hasil menunjukkan rata-rata perbedaan tekanan darah *pre-posttest* pada sistolik adalah 15,75mmHg dan diastolik adalah 5,11mmHg. Berdasarkan hasil analisis uji dengan *paired t-test* pada tekanan darah sistolik didapatkan $p=0.001 < \alpha$ ($\alpha=0.05$) dan pada tekanan darah diastolik didapatkan $p=0.001 < \alpha$ ($\alpha=0.05$), maka dapat disimpulkan bahwa terdapat pengaruh terapi *massage ekstrimitas* terhadap tekanan darah pada lansia dengan hipertensi primer.

Kata kunci : *massage ekstrimitas*, tekanan darah, lansia

Daftar pustaka: 32 (2011-2021)

HEALTH INSTITUTION
BINA USADA BALI BACHELOR DEGREE OF NURSING PROGRAM

Undergraduate thesis, Januari 2022

Gusti Ayu Dwi Krismayuni

The Effect of Extremity Massage Therapy on Blood Pressure in Elderly with Primary Hypertension at Internal Medicine Polyclinic RS X Denpasar

xv + 61 + 8 tables + 3 pictures + 14 attachments

ABSTRACT

Elderly is an age that is susceptible to hypertension. Hypertension is an increase in systolic blood pressure > 140 mmHg and diastolic > 90 mmHg. Management of people with hypertension in the community still prioritizes treatment without being balanced by lifestyle modification. Many things can be done to cope this, one of which is the management of non-pharmacological therapy of extremity massage. This study aimed at determine the effect of extremity massage therapy on blood pressure in the elderly with primary hypertension.

The respondents in this study were elderly who were in the Internal Medicine Polyclinic RS X Denpasar. This study used a pre-experimental method with a one-group pre-posttest design. The sampling technique used non-probability sampling, was purposive sampling. The sample in the study numbered 58 respondents. The analysis used was paired sample t-test.

The results showed that the average difference in pre-posttest blood pressure on systolic was 15,75mmHg and diastolic was 5,11mmHg. Based on the results of test analysis with paired t-test on systolic blood pressure, $p = 0.001 < \alpha$ ($\alpha = 0.05$) and on diastolic blood pressure, $p = 0.001 < \alpha$ ($\alpha = 0.05$), it could be concluded that there was an effect of extremity massage therapy on blood pressure in the elderly with primary hypertension.

Keywords: extremity massage, blood pressure, elderly

Bibliography: 32 (2011-2021)

KATA PENGANTAR

Puji syukur peneliti ucapkan ke hadirat Tuhan Yang Maha Esa, Karena berkat rahmat dan karuniaNya peneliti dapat menyelesaikan skripsi yang berjudul “Pengaruh Terapi Massage Ekstremitas terhadap Tekanan Darah pada Lansia dengan Hipertensi Primer di Poliklinik Penyakit Dalam RS X Denpasar” tepat pada waktunya.

Skripsi ini disusun dalam rangka memenuhi sebagian persyaratan untuk memperoleh gelar Sarjana Keperawatan pada Program Studi S1 Keperawatan, Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan Bina Usada Bali.

Dalam penyusunan skripsi ini, peneliti banyak mendapatkan bantuan sejak awal sampai terselesainya proposal penelitian ini, untuk itu dengan segala hormat dan kerendahan hati, peneliti menyampaikan penghargaan dan terima kasih yang sebesar-besarnya kepada:

1. Dr. Ir. I Putu Santika, SE, MM., selaku ketua STIKES Bina Usada Bali yang telah memberikan kesempatan mengikuti pendidikan program S1 keperawatan.
2. Ns. I Putu Artha Wijaya, S.Kep, M.Kep., selaku ketua program studi ilmu keperawatan STIKES Bina Usada Bali yang telah memberikan kesempatan mengikuti skripsi dalam rangka memenuhi sebagian persyaratan untuk memperoleh gelar sarjana keperawatan pada Program Studi Keperawatan serta telah memberikan bimbingan dalam penyelesaian skripsi ini.
3. Ns. Ni Komang Matalia Gandari, S.Kep., MH., selaku pembimbing I yang telah memberikan bimbingan dalam penyelesaian skripsi ini.

4. Ns. Desak Putu Risna Dewi, S.Kep., M.Kes., selaku pembimbing II yang telah memberikan bimbingan dalam penyelesaian skripsi ini
5. dr. I Made Yudi Artawan, MM., selaku direktur RS X yang telah mengizinkan untuk melakukan penelitian.
6. Keluarga tercinta atas doa, dukungan mental, maupun material dalam menyelesaikan skripsi ini.
7. Teman-teman mahasiswa di STIKes Bina Usada Bali dan semua pihak yang penulis tidak dapat sebutkan satu per satu yang telah membantu dalam menyelesaikan skripsi ini.

Peneliti menyadari bahwa skripsi ini masih kurang sempurna. Oleh sebab itu, peneliti sangat mengharapkan segala kritik dan saran yang sifatnya membangun dalam rangka memperbaiki dan menyempurnakan skripsi ini. Semoga skripsi ini dapat bermanfaat bagi semua pihak, akhir kata peneliti mengucapkan terima kasih.

Denpasar, Januari 2022

Peneliti

Gusti Ayu Dwi Krismayuni

DAFTAR ISI

HALAMAN JUDUL	i
SURAT PERNYATAAN KEASLIAN PENELITIAN	ii
HALAMAN PERSETUJUAN	iii
HALAMAN PENGESAHAN	iv
ABSTRAK	v
ABSTRACT	vi
KATA PENGANTAR	vii
DAFTAR ISI	ix
DAFTAR TABEL	x
DAFTAR GAMBAR	xi
DAFTAR LAMPIRAN	xii
BAB I PENDAHULUAN	1
A. Latar Belakang	1
B. Rumusan Masalah	4
C. Tujuan Penelitian	4
1. Tujuan Umum	4
2. Tujuan Khusus	4
D. Manfaat Penelitian	5
1. Pelayanan Keperawatan	5
2. Masyarakat	5
3. Institusi Pendidikan	5
4. Pengembangan Ilmu Keperawatan	5

E. Keaslian Penelitian	6
BAB II TINJAUAN PUSTAKA	9
A. Konsep Hipertensi	9
1. Definisi Hipertensi	9
2. Klasifikasi hipertensi	9
3. Etiologi Hipertensi	10
4. Faktor Risiko Hipertensi	11
5. Penatalaksanaan Tekanan Darah pada Hipertensi Primer	13
B. Konsep <i>Massage Ekstrimitas</i>	15
1. Definisi <i>Massage Ekstrimitas</i>	15
2. Manfaat <i>Massage</i>	15
3. Gerakan <i>Massage</i>	16
4. Gerak (<i>movement</i>) dan Irama (<i>rythme</i>)	17
5. Hal Yang Perlu Diperhatikan Pada Saat Melakukan <i>Massage</i> ...	18
6. Tahapan <i>Massage Ekstrimitas</i>	18
C. Konsep Lansia	21
1. Definisi Lansia	21
2. Klasifikasi Lansia	21
3. Proses Menua	22
D. Konsep Tekanan Darah Pada Lansia	23
1. Definisi Tekanan Darah	23
2. Tekanan Darah pada Lansia Dengan Hipertensi	23
3. Pengukuran Tekanan Darah	24

E. Pengaruh Massage Ekstrimitas Terhadap Tekanan Darah Pada Lansia Dengan Hipertensi Primer	26
F. Kerangka Teori	28
BAB III KERANGKA KONSEP PENELITIAN	29
A. Kerangka Konsep	29
B. Hipotesis	30
C. Variabel dan Definisi Operasional	30
BAB IV METODE PENELITIAN	32
A. Rancangan Penelitian	32
B. Populasi dan Sampel	32
1. Populasi	32
2. Sampel	33
3. Cara Pemilihan Sampel	34
C. Tempat Penelitian	36
D. Waktu Penelitian	36
E. Etika Penelitian	36
F. Alat Pengumpulan Data	36
G. Prosedur Pengumpulan Data	37
H. Pengolahan Data	39
I. Analisis Data	40
BAB V HASIL PENELITIAN	41
A. Gambaran Lokasi Penelitian	41

B. Karakteristik Responden	42
1. Karakteristik Responden Berdasarkan Jenis Kelamin	42
2. Karakteristik Responden Berdasarkan Kelompok Umur	43
C. Analisis Univariat	43
1. Tekanan Darah (<i>pre-test</i>)	43
2. Tekanan Darah (<i>post-test</i>)	44
D. Analisis Bivariat	44
BAB VI PEMBAHASAN	46
A. Intepretasi Penelitian	46
1. Tekanan Darah Sebelum <i>Massage Ekstrimitas</i>	46
2. Tekanan Darah Sesudah <i>Massage Ekstrimitas</i>	48
3. Pengaruh <i>Massage Ekstrimitas</i> Terhadap Tekanan Darah pada Lansia dengan Hipertensi Primer	51
B. Keterbatasan Penelitian	55
C. Implikasi Terhadap Pelayanan, Pendidikan dan Penelitian	56
BAB VII SIMPULAN DAN SARAN	57
A. Simpulan	57
B. Saran	57
DAFTAR PUSTAKA	59
LAMPIRAN	

DAFTAR TABEL

Tabel 2.1	Klasifikasi Tekanan Darah berdasarkan Sistolik dan Diastolik .	9
Tabel 2.2	Klasifikasi Hipertensi Lansia	10
Tabel 3.1	Definisi Oprasional Variabel	31
Tabel 5.1	Karakteristik Responden Berdasarkan Jenis Kelamin	43
Tabel 5.2	Karakteristik Responden Berdasarkan Kelompok Umur	43
Tabel 5.3	Tekanan Darah (<i>pre-test</i>)	44
Tabel 5.4	Tekanan Darah (<i>post-test</i>)	44
Tabel 5.5	Tekanan Darah (<i>pre-posttest</i>)	45

DAFTAR GAMBAR

Gambar 2.1	Kerangka Berfikir	28
Gambar 3.1	Krangka Konsep	29
Gambar 4.1	Model Rancangan Penelitian	32

DAFTAR LAMPIRAN

- Lampiran 1 : Surat Permohonan Studi Pendahuluan
- Lampiran 2 : Surat Balasan Studi Pendahuluan
- Lampiran 3 : Surat Permohonan Ijin Penelitian
- Lampiran 4 : Surat Balasan Ijin Penelitian
- Lampiran 5 : Surat Pernyataan Peneliti
- Lampiran 6 : Lembar Permohonan Menjadi Responden
- Lampiran 7 : Lembar Persetujuan Menjadi Responden
- Lampiran 8 : Lembar Kuisisioner Data Demografi Responden
- Lampiran 9 : Prosedur Massage Ekstremitas
- Lampiran 10 : Prosedur Pengukuran Tekanan Darah
- Lampiran 11 : Master Tabel
- Lampiran 12 : Hasil Analisis Statistik
- Lampiran 13 : Jadwal Penelitian
- Lampiran 14 : Lembar Bimbingan

DAFTAR PUSTAKA

- Ardhianti, D. P. (2021). *Pengaruh Senam Lansia Terhadap Tekanan Darah pada Lansia dengan Hipertensi Primer di Puskesmas I Denpasar Selatan*. STIKES Bina Usada Bali.
- Black, J & Hawks, J. (2014). *Keperawatan Medikal Bedah: Manajemen Klinis untuk Hasil yang Diharapkan*. Jakarta: Salemba Emban Partia.
- Dinas Kesehatan Provinsi Bali. (2021). *Profil Kesehatan Provinsi Bali*. Denpasar. Diambil dari <https://www.diskes.baliprov.go.id/profil-kesehatan-provinsi-bali>
- Hawari. (2013). *Stress, Cemas dan Depresi*. Jakarta: FKUI.
- Hussain, H. (2016). Frequency of Hypertensives Isolated Systolic Hypertension in Elderly, *10*.
- Jurch, S. . (2014). *Clinical Massage Therapy: Assessment and Therapy of Orthopedic Condition*. New York: McGraw-Hill.
- Kemendes RI. (2017). Analisis Lansia di Indonesia. *Pusat data dan informasi Kementerian Kesehatan RI*, 1–2. Diambil dari [www.depkes.go.id/download.php?file=download/.../infodatin lansia 2016.pdf%0A](http://www.depkes.go.id/download.php?file=download/.../infodatin_lansia_2016.pdf%0A)
- Kemendes RI. (2020). *Infodatin Situasi Lanjut Usia (Lansia) di Indonesia*. Jakarta. Diambil dari <https://pusdatin.kemendes.go.id>
- Knight. (2016). *Jantung Kuat Bernafas Lega*. Bandung: Indonesia Publising House.
- Koizer. (2010). *Buku Ajar Fundamental Keperawatan Konsep, Proses & Paraktik* (7 ed.). Jakarta: EGC.
- Kurniawan, R. A. (2015). Pengaruh Massase Ekstrimitas dan Music Klasik (Rindik) Terhadap Tekanan Darah Pada Penderita Hipertensi Primer. *Journal STIKes Wika*, 4 (1).
- Kusumoningtyas, D. N. (2018). Efektifitas Terapi Slow Stroke Back Massage Terhadap Tekanan Darah Pada Lansia di RW 001 Kelurahan Jombang Kecamatan Ciputat Kota Tangerang Selatan. *JIKO (Jurnal Ilmiah Keperawatan Orthopedi)*, 2 (2)(2655–6669), 39–57. Diambil dari <https://ejournal.akperfatmawati.ac.id>
- Kuswardhani, R. T. (2016). The Management of Hypertention in Elderly. *J Peny Dalam*, 7.
- Lumbantobing. (2013). *Tekanan Darah Tinggi*. Jakarta: EGC.
- Massie, R. G. A. (2019). Akses Pelayanan Kesehatan yang Tersedia pada Penduduk Lanjut Usia Wilayah Perkotaan di Indonesia. *Jurnal Pengembangan dan*

Pelayanan Kesehatan, 3 (1), 46–56. Diambil dari <https://ejournal2.litbang.kemendes.go.id>

- Ningharmanto. (2015). Hipertensi. Diambil dari www.ningharmanto.net/penyakit-darah-tinggi-tekanan-darah-tinggihipertensi-darah-tinggi-herbal-untuk-darah-tinggi-herbal-hipertensi
- Nursalam. (2020). *Metodologi Penelitian Ilmu Keperawatan: Pendekatan Praktis*. Jakarta: Salemba Medika.
- Padila. (2013). *Asuhan Keperawatan Penyakit Dalam*. Yogyakarta: Nuha Medika.
- Patria, A. (2019). Pengaruh Masase Kaki terhadap Penurunan Tekanan Darah pada Kelompok Dewasa yang Mengalami Hipertensi. *Jurnal Kesehatan Panca Bhakti Lampung*, 9 (1)(2615–8604), 48–56.
- Potter & Perry. (2017). *Buku Ajar Fundamental Keperawatan (7 ed.)*. Jakarta: EGC.
- Riskesdas. (2018). Laporan Hasil Riset Kesehatan Dasar (Riskesdas) Indonesia tahun 2018. *Riset Kesehatan Dasar 2018*.
- Rosdahl, C. B & Kowalski, M. T. (2017). *Buku Ajar Keperawatan Dasar-Ed 10*. Jakarta: EGC.
- Sheps, S. G. (2015). *Mayo Clinic Hipertensi; Mengatasi Tekanan Darah Tinggi*. Jakarta: Intisari Mediatama.
- Sinurat, L. R. (2020). Pengaruh Swedish Massage Terhadap Perubahan Tekanan Darah, Heart Rate Dan Tingkat Stres Di Puskesmas Helvetia Medan. *JURKESSUTRA*, 4 (1), 71–87.
- Smeltzer & Bare. (2013). *Keperawatan Medikal Bedah Brunner & Suddarth (8 ed.)*. Jakarta: EGC.
- Snyder, M. (2017). *Complementary Alternative Therapies in Nursing*. New York: Springer Publishing Company Inc.
- Sudoyo. (2014). *Buku Ajar Ilmu Penyakit Dalam (V)*. Jakarta: Internal Publisng.
- Sugiono. (2017). *Metode Penelitian Kuantitatif, Kualitatif dan R&D*. (Alfabeta CV, Ed.). Bandung.
- Sunaryanti, S. S. (2011). *14 Penyakit Yang Paling Sering Menyerang dan Sangat Mematikan*. (N. Lubis, Ed.). Jogjakartan: FlashBook.
- Udani, G. (2016). Pengaruh Massase Pada Penderita Hipertensi di UPTD Panti Tresna Werdha Lampung Selatan. *Jurnal Kesehatan*, 7 (3), 503–507.
- Yanti, E. (2019). Efektifitas Massase Punggung dan Kaki Terhadap Tekanan Darah pada Penderita Hipertensi. *Jurnal Kesehatan Medika Sainatika*, 10 (1)(2540–961), 18–31.

Yoon, S. S. S., Carroll, M. D., & Fryar, C. D. (2015). Hypertension Prevalence and Control Among Adults: United States, 2011-2014. *NCHS data brief*.