

KARYA ILMIAH AKHIR

**PENERAPAN PIJAT REFLEKSI KAKI PADA PASIEN HIPERTENSI
DENGAN MASALAH KEPERAWATAN NYERI AKUT**

(di Ruang Rawat Inap Puskesmas Parang Magetan)



**PRODI PROFESI NERS FAKULTAS ILMU KESEHATAN
UNIVERSITAS MUHAMMADIYAH PONOROGO
2026**

**PENERAPAN PIJAT REFLEKSI KAKI PADA PASIEN HIPERTENSI
DENGAN MASALAH KEPERAWATAN NYERI AKUT**

(di Ruang Rawat Inap Puskesmas Parang Magetan)

KARYA ILMIAH AKHIR

Diajukan kepada Program Studi Profesi Ners Fakultas Ilmu Kesehatan
Universitas Muhammadiyah Ponorogo Untuk Memenuhi Syarat
Penyusunan Karya Ilmiah Akhir



Oleh:

**YULIANI
NIM 25650703**

**PRODI PROFESI NERS FAKULTAS ILMU KESEHATAN
UNIVERSITAS MUHAMMADIYAH PONOROGO
2026**

HALAMAN PERSETUJUAN PEMBIMBING

Karya Tulis oleh : YULIANI

Judul : PENERAPAN PIJAT REFLEKSI KAKI PADA
PASIEN HIPERTENSI DENGAN MASALAH
KEPERAWATAN NYERI AKUT (di Ruang Rawat
Inap Puskesmas Parang Magetan)

Telah disetujui untuk diujikan di hadapan Dewan Penguji Karya Ilmiah Akhir
pada 10 Juli 2026.

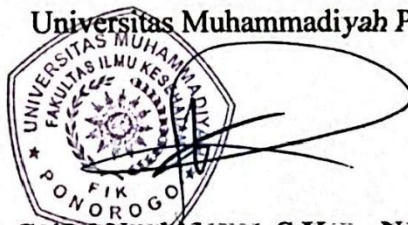
Oleh:
Pembimbing



Siti Munawaroh, S.Kep., Ns., M.Kep

NIDN. 0717107001

Mengetahui,
Dekan Fakultas Ilmu Kesehatan
Universitas Muhammadiyah Ponorogo



Saiful Nurhidayat, S.Kep., Ns., M.Kep

NIDN. 0714127901

HALAMAN PENGESAHAN DEWAN PENGUJI

Karya Tulis oleh : YULIANI
Judul : PENERAPAN PIJAT REFLEKSI KAKI PADA
PASIEEN HIPERTENSI DENGAN MASALAH
KEPERAWATAN NYERI AKUT (di Ruang Rawat
Inap Puskesmas Parang Mageetan)

Telah diuji dan disetujui oleh Tim Penguji pada Ujian Karya Ilmiah Akhir di
Program Studi Profesi Ners Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas Muhammadiyah
Ponorogo, Tanggal: 10 Juli 2026.

Tim Penguji:

Ketua : Filia Icha Sukanto, S.Kep., Ns., M.Kep.

Anggota : Siti Munawaroh, S.Kep., Ns., M.Kep

Tanda Tangan

()

()

Mengetahui,
Dekan Fakultas Ilmu Kesehatan
Universitas Muhammadiyah Ponorogo



Saiful Nurhidayat, S.Kep., Ns., M.Kep

NIDN. 0714127901

PERNYATAAN KEASLIAN TULISAN

Yang bertanda tangan di bawah ini:

Nama : YULIANI

NIM : 25650703

Institusi : Program Studi Profesi Ners Fakultas Ilmu Kesehatan
Universitas Muhammadiyah Ponorogo

Menyatakan bahwa Karya Ilmiah Akhir (KIA) yang berjudul: **“Penerapan Pijat Refleksi Kaki Pada Pasien Hipertensi Dengan Masalah Keperawatan Nyeri Akut di Ruang Rawat Inap Puskesmas Parang Magetan”** adalah bukan bahan Karya Ilmiah Akhir orang lain, baik sebagian maupun keseluruhan, kecuali dalam bentuk kutipan yang telah disebutkan sumbernya.

Demikian surat pernyataan ini kami buat dengan sebesar-besarnya dan apabila pernyataan ini tidak benar, kami bersedia mendapatkan sanksi.

Ponorogo, 09 Juli 2026

Yang Menyatakan,



YULIANI

KATA PENGANTAR

Alhamdulillah, segala puji dan syukur saya panjatkan kehadiran Allah SWT, berkat rahmat dan hidayah-Nya saya dapat menyelesaikan Karya Ilmiah Akhir (KIA) dengan judul “Penerapan Pijat Refleksi Kaki Pada Pasien Hipertensi Dengan Masalah Keperawatan Nyeri Akut di Ruang Rawat Inap Puskesmas Parang Magetan”. Karya ilmiah akhir ini merupakan salah satu syarat untuk memperoleh gelar Profesi Ners (Ners) pada Program Studi Profesi Ners Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas Muhammadiyah Ponorogo.

Bersamaan ini perkenankanlah saya mengucapkan terima kasih yang sebesar-besarnya dengan hati yang tulus kepada:

1. Dr. Rido Kurnianto, M.Ag, selaku Rektor Universitas Muhammadiyah Ponorogo yang telah memberikan kesempatan dan fasilitas untuk mengikuti dan menyelesaikan pendidikan di Program Studi Profesi Ners.
2. Saiful Nurhidayat, S.Kep., Ns., M.Kep, selaku Dekan Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas Muhammadiyah Ponorogo yang telah memberikan kesempatan kepada kami untuk menyelesaikan pendidikan di Universitas Muhammadiyah Ponorogo.
3. Sri Andayani, S.Kep. Ns., M.Kep, selaku Ketua Program Studi Profesi Ners yang telah meluangkan waktu, memberikan masukan yang bermanfaat hingga memberikan perhatian dalam penyusunan KIA dari awal hingga selesai.
4. Kepala UPTD Puskesmas Parang yang telah memberikan ijin dalam penyusunan KIA.

5. Siti Munawaroh, S.Kep., Ns., M.Kep, selaku Pembimbing yang dengan tulus ikhlas berkenan meluangkan waktu, memberikan perhatian, membimbing, mengarahkan, serta memberikan masukan yang bermanfaat dalam penyusunan KIA dari awal hingga selesai.
6. Filia Icha Sukamto, S.Kep., Ns., M.Kep, selaku Penguji Ketua, yang telah meluangkan waktu, membimbing, mengarahkan, serta memberikan bantuan hingga sempurnanya dalam penyusunan KIA.
7. Bapak dan Ibu Dosen pengajar, yang telah memberikan ilmu bagi penulis melalui materi-materi kuliah yang penuh nilai dan makna dalam penyempurnaan dalam penyusunan KIA, serta kepada seluruh tenaga administrasi yang tulus ikhlas melayani keperluan penulis selama menjalani studi dan penulisannya.
8. Untuk orangtua dan keluarga yang senantiasa memberikan do'a dan dukungan secara maksimal.
9. Rekan-rekan seperjuangan dalam naungan Universitas Muhammadiyah Ponorogo yang telah tulus ikhlas memberikan perhatian, dorongan semangat, serta bantuan sehingga KIA ini dapat terselesaikan dengan baik.
10. Semua pihak yang tidak dapat penulis sebutkan satu per satu, terima kasih atas bantuannya. Penulis hanya bisa berdoa semoga Allah SWT membalas amal baik semua pihak yang telah membantu dalam proses penyelesaian KIA.

Selanjutnya, penulis menyadari bahwa karya tulis ilmiah ini masih banyak kekurangan dan masih jauh dari kesempurnaan. Maka dari itu saran dan kritik yang konstruktif senantiasa penulis harapkan. Penulis berharap, semoga karya

tulis ilmiah ini dapat memberikan manfaat bagi semua orang yang membaca terutama bagi Civitas Universitas Muhammadiyah Ponorogo.

Ponorogo, 09 Juli 2026

Yang Menyatakan,



YULIANI



ABSTRAK

PENERAPAN PIJAT REFLEKSI KAKI PADA PASIEN HIPERTENSI DENGAN MASALAH KEPERAWATAN NYERI AKUT

Studi Kasus di Ruang Rawat Inap Puskesmas Parang Magetan

Oleh: Yuliani

Hipertensi merupakan penyakit tidak menular yang sering disertai keluhan nyeri akut, terutama nyeri kepala akibat peningkatan tekanan darah yang tidak terkontrol. Kondisi ini dapat mengganggu kenyamanan, aktivitas, pola tidur, serta menurunkan kualitas hidup pasien. Salah satu intervensi nonfarmakologis yang dapat digunakan untuk membantu menurunkan nyeri pada pasien hipertensi adalah pijat refleksi kaki. Studi kasus ini bertujuan untuk menggambarkan penerapan pijat refleksi kaki pada pasien hipertensi dengan masalah keperawatan nyeri akut di Ruang Rawat Inap Puskesmas Parang Magetan.

Metode yang digunakan adalah studi kasus pada satu pasien hipertensi dengan keluhan utama nyeri kepala bagian belakang disertai tegang pada leher dan tekanan darah tinggi. Pengkajian dilakukan menggunakan pendekatan PQRST serta pemantauan tanda-tanda vital secara berkala. Intervensi utama berupa pijat refleksi kaki dilakukan selama $\pm 10-15$ menit setiap hari selama lima hari, disertai intervensi pendukung seperti relaksasi napas dalam, pemberian posisi nyaman, edukasi kesehatan, monitoring tekanan darah, serta kolaborasi terapi farmakologis.

Hasil studi kasus pada Tn. S pada tanggal 17-21 Februari 2026 di Ruang Rawat Inap Puskesmas Parang Magetan, menunjukkan adanya penurunan intensitas nyeri secara bertahap dari skala NRS 5 pada hari pertama menjadi NRS 0 pada hari kelima. Selain itu, terjadi perbaikan kondisi umum pasien berupa penurunan tekanan darah, berkurangnya ketegangan otot leher, peningkatan kualitas tidur, serta pasien tampak lebih rileks dan nyaman. Pijat refleksi kaki bekerja melalui stimulasi titik refleksi pada kaki yang dapat meningkatkan sirkulasi darah, merangsang pelepasan endorfin, serta memberikan efek relaksasi sehingga membantu menurunkan persepsi nyeri.

Kesimpulan dari studi kasus ini menunjukkan bahwa pijat refleksi kaki merupakan intervensi nonfarmakologis yang aman, mudah diterapkan, dan efektif dalam menurunkan nyeri akut pada pasien hipertensi serta dapat digunakan sebagai bagian dari manajemen nyeri berbasis *evidence based nursing* (EBN).

Kata Kunci: Hipertensi, Nyeri Akut, Pijat Refleksi Kaki

ABSTRACT

APPLICATION OF FOOT REFLEXOLOGY IN HYPERTENSIVE PATIENTS WITH ACUTE PAIN NURSING PROBLEMS

A Case Study in the Inpatient Ward of Parang Public Health Center, Magetan

By: Yuliani

Hypertension was a non-communicable disease that was often accompanied by acute pain complaints, especially headaches caused by uncontrolled blood pressure elevation. This condition could disturb comfort, daily activities, sleep patterns, and decrease the patient's quality of life. One of the non-pharmacological interventions that could be used to help reduce pain in hypertensive patients was foot reflexology. This case study aimed to describe the application of foot reflexology in hypertensive patients with acute pain nursing problems in the inpatient ward of Parang Public Health Center, Magetan.

The method used in this study was a case study on one hypertensive patient with the main complaint of occipital headache accompanied by neck stiffness and high blood pressure. The assessment was carried out using the PQRST approach and periodic monitoring of vital signs. The main intervention in the form of foot reflexology was performed for approximately 10–15 minutes every day for five days, accompanied by supporting interventions such as deep breathing relaxation techniques, positioning for comfort, health education, blood pressure monitoring, and collaboration in pharmacological therapy.

The results of the case study on Mr. S on February 17-21, 2026 in the Inpatient Room of the Parang Magetan Community Health Center, showed a gradual decrease in pain intensity from an NRS scale of 5 on the first day to an NRS scale of 0 on the fifth day. In addition, there was an improvement in the patient's general condition, including decreased blood pressure, reduced neck muscle tension, improved sleep quality, and the patient appeared more relaxed and comfortable. Foot reflexology worked through stimulation of reflex points on the feet, which could improve blood circulation, stimulate endorphin release, and provide relaxation effects, thereby helping to reduce pain perception.

The conclusion of this case study showed that foot reflexology was a safe, easy-to-apply, and effective non-pharmacological intervention in reducing acute pain in hypertensive patients and could be used as part of pain management based on evidence based nursing (EBN).

Keywords: Hypertension, Acute Pain, Foot Reflexology

DAFTAR ISI

HALAMAN SAMPUL	i
HALAMAN PERSETUJUAN PEMBIMBING	ii
HALAMAN PENGESAHAN DEWAN PENGUJI.....	iii
HALAMAN PERNYATAAN KEASLIAN TULISAN	iv
KATA PENGANTAR	v
ABSTRAK	vi
<i>ABSTRACT</i>	ix
DAFTAR ISI	x
DAFTAR TABEL	xiv
DAFTAR GAMBAR.....	xv
DAFTAR LAMPIRAN.....	xvi
DAFTAR SINGKATAN.....	xvii
BAB 1 PENDAHULUAN	
1.1 Latar Belakang	1
1.2 Rumusan Masalah.....	5
1.3 Tujuan Penelitian	6
1.3.1 Tujuan Umum	6
1.3.2 Tujuan Khusus	6
1.4 Manfaat Penelitian	7
1.4.1 Manfaat Teoretis	7
1.4.2 Manfaat Praktis	7

BAB 2 TINJAUAN LITERATUR

2.1 Konsep Hipertensi.....	9
2.1.1 Pengertian.....	9
2.1.2 Etiologi.....	9
2.1.3 Patofisiologi	11
2.1.4 Anatomi dan Fisiologi.....	12
2.1.5 Klasifikasi	13
2.1.6 Manifestasi Klinis	14
2.1.7 Komplikasi.....	15
2.1.8 Penatalaksanaan	16
2.1.9 Pemeriksaan Penunjang	18
2.1.10 <i>Pathways</i>	19
2.2 Konsep Nyeri Akut	20
2.2.1 Pengertian.....	20
2.2.2 Etiologi.....	20
2.2.3 Manifestasi Klinis	20
2.2.4 Kondisi Klinis Terkait.....	21
2.2.5 Fisiologi Nyeri	22
2.2.6 Skala Nyeri.....	24
2.3 Konsep Pijat Refleksi Kaki.....	26
2.3.1 Pengertian.....	26
2.3.2 Tujuan	27
2.3.3 Manfaat	28
2.3.4 Efektivitas Pijat Refleksi Kaki.....	29

2.3.5 Standar Operasional Prosedur	30
2.4 Konsep Asuhan Keperawatan	32
2.4.1 Pengkajian Keperawatan.....	32
2.4.2 Diagnosis Keperawatan.....	41
2.4.3 Intervensi Keperawatan.....	44
2.4.4 Implementasi Keperawatan.....	48
2.4.5 Evaluasi Keperawatan.....	50
2.4.6 Analisis <i>Evidence Based Nursing</i> (EBN).....	52
BAB 3 METODE LAPORAN KASUS	
3.1 Metode	62
3.2 Teknik Penulisan.....	62
3.3 Waktu dan Tempat.....	64
3.4 Pengumpulan Data	65
3.5 Alur Kerja	67
3.6 Etika	68
BAB 4 LAPORAN KASUS	
4.1 Pengkajian Keperawatan	71
4.2 Analisis Data	82
4.3 Daftar Masalah.....	83
4.4 Rencana Asuhan Keperawatan.....	84
4.5 Catatan Tindakan Keperawatan	89
4.6 Evaluasi Keperawatan.....	93
BAB 5 PEMBAHASAN	
5.1 Analisis Pengkajian Keperawatan	96

5.2 Analisis Diagnosis Keperawatan	100
5.3 Analisis Intervensi Keperawatan	104
5.4 Analisis Implementasi Keperawatan.....	109
5.5 Analisis Evaluasi Keperawatan.....	113

BAB 6 PENUTUP

6.1 Kesimpulan	117
6.2 Saran.....	119

DAFTAR PUSTAKA

LAMPIRAN - LAMPIRAN



DAFTAR TABEL

Tabel 2.1	Intervensi Keperawatan Pada Pasien Hipertensi Dengan Masalah Keperawatan Nyeri Akut45
-----------	--



DAFTAR GAMBAR

Gambar 2.1	<i>Pathways</i> Hipertensi.....	19
Gambar 3.1	Alur Kerja Penerapan Pijat Refleksi Kaki Pada Pasien Hipertensi Dengan Masalah Keperawatan Nyeri Akut di Ruang Rawat Inap Puskesmas Parang Magetan.....	67



DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran 1	Lembar Penjelasan Sebelum Penelitian (PSP)	125
Lampiran 2	Lembar <i>Informed Consent</i>	133
Lampiran 3	SOP Pijat Refleksi Kaki	134
Lampiran 4	Surat Keterangan Layak Etik Penelitian.....	138
Lampiran 5	Hasil Pemeriksaan Penunjang (Laboratorium).....	139
Lampiran 6	Form Pendampingan Pengambilan Kasus	140
Lampiran 7	Dokumentasi Pelaksanaan Penelitian	141
Lampiran 8	Surat Keterangan Hasil <i>Similarity Check</i> Karya Ilmiah.....	142



DAFTAR SINGKATAN



ACC/AHA	: <i>American College of Cardiology/American Heart Association</i>
AHA	: <i>American Heart Association</i>
AVPU	: <i>Alert, Voice, Pain, Unresponsive</i>
BAB	: Buang Air Besar
BAK	: Buang Air Kecil
BB	: Berat Badan
CT Scan	: <i>Computed Tomography Scan</i>
EBN	: <i>Evidence Based Nursing</i>
ECG	: <i>Electrocardiography</i>
EKG	: Elektrokardiografi
eNOS	: <i>Endothelial Nitric Oxide Synthase</i>
ESC/ESH	: <i>European Society of Cardiology/Hypertension</i>
fL	: Femtoliter
g/dL	: Gram per Desiliter
GCS	: <i>Glasgow Coma Scale</i>
gr	: Gram
GRA	: <i>Granulocyte</i>
H.R.	: Hadits Riwayat
HbsAg	: <i>Hepatitis B Surface Antigen</i>
HDL	: <i>High Density Lipoprotein</i>
IASP	: <i>International Association for the Study of Pain</i>
IV	: Intravena

KEPK	: Komisi Etik Penelitian Kesehatan
KIAN	: Karya Ilmiah Akhir Ners
LYM	: <i>Lymphocyte</i>
MCH	: <i>Mean Corpuscular Hemoglobin</i>
MCHC	: <i>Mean Corpuscular Hemoglobin Concentration</i>
MCV	: <i>Mean Corpuscular Volume</i>
mg	: Miligram
mg/dL	: Miligram per Desiliter
mL	: Mililiter
mmHg	: Milimeter Merkuri (<i>Millimeters of Mercury</i>)
MON	: <i>Monocyte</i>
MPV	: <i>Mean Platelet Volume</i>
MRS	: Masuk Rumah Sakit
N.	: Nervus (Saraf)
NADPH	: <i>Nicotinamide Adenine Dinucleotide Phosphate Hydrogen</i>
NO	: <i>Nitric Oxide</i>
NRS	: <i>Numeric Rating Scale</i>
NSAID	: <i>Non-Steroidal Anti-Inflammatory Drugs</i>
O × 3	: Orientasi terhadap Waktu, Tempat, dan Orang
PPNI	: Persatuan Perawat Nasional Indonesia
PQRST	: <i>Provocation, Quality, Region/Radiation, Severity, Time</i>
QS.	: <i>Qur'an Surah</i>
RL	: <i>Ringer Lactate</i>
RR	: <i>Respiratory Rate</i>

RAAS	: <i>Renin-Angiotensin-Aldosterone System</i>
S3	: Bunyi Jantung Ketiga (<i>Third Heart Sound</i>)
S4	: Bunyi Jantung Keempat (<i>Fourth Heart Sound</i>)
SAW	: Shallallahu ‘Alaihi Wasallam
SD	: Sekolah Dasar
SDKI	: Standar Diagnosis Keperawatan Indonesia
SIKI	: Standar Intervensi Keperawatan Indonesia
SLKI	: Standar Luaran Keperawatan Indonesia
SOP	: <i>Standard Operating Procedure</i>
TCM	: <i>Traditional Chinese Medicine</i>
TD	: Tekanan Darah
TENS	: <i>Transcutaneous Electrical Nerve Stimulation</i>
Tpm	: Tetes Per Menit
TPR	: <i>Total Peripheral Resistance</i>
TTV	: Tanda-Tanda Vital
UGD	: Unit Gawat Darurat
uL	: Mikroliter
VDS	: <i>Verbal Descriptor Scale</i>
WHO	: <i>World Health Organization</i>