

**PELAKSANAAN TERAPI PIJAT AKUPRESUR PADA LANSIA
PENDERITA HIPERTENSI DI UPT-PELAYANAN SOSIAL
TRESNA WERDHA BLITAR (STUDI KASUS)**

Karya Tulis Ilmiah ini disusun sebagai salah satu persyaratan menyelesaikan pendidikan Ahli Madya di Program Studi D-3 Keperawatan Blitar Jurusan Keperawatan Politeknik Kesehatan Kemenkes Malang

AULIA DEAS SOFANY
NIM. P17230233046



**KEMENTERIAN KESEHATAN RI POLITEKNIK
KESEHATAN KEMENKES MALANG
JURUSAN KEPERAWATAN
PROGRAM STUDI DIPLOMA III KEPERAWATAN BLITAR
2026**

HALAMAN PERSETUJUAN PEMBIMBING

Karya Tulis Ilmiah
“PELAKSANAAN TERAPI PIJAT AKUPRESUR PADA LANSIA
PENDERITA HIPERTENSI DI UPT-PELAYANAN SOSIAL
TRESNA WERDHA BLITAR (STUDI KASUS)”

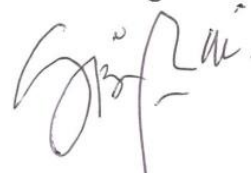
Disusun Oleh:
AULIA DEAS SOFANY
P17230233046

Mengetahui,
Ketua Program Studi D-III Keperawatan
Blitar



Ns. Tri Cahyo Sepdianto, M.Kep.Sp.KMB.
NIP. 197609282001121002

Blitar, 28 Juli 2026
Pembimbing



Dr. Sri Mugianti, S.Kep., Ns, M.Kep
NIP. 19660903198803200

HALAMAN PENGESAHAN
KARYA TULIS ILMIAH

“PELAKSANAAN TERAPI PIJAT AKUPRESUR PADA LANSIA
PENDERITA HIPERTENSI DI UPT-PELAYANAN SOSIAL
TRESNA WERDHA BLITAR (STUDI KASUS)”

Disusun Oleh:
AULIA DEAS SOFANY
NIM. P17230233046

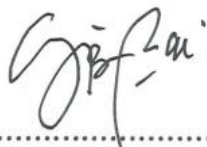
Telah dipertahankan dalam seminar Proposal di depan
Dewan Penguji pada Tanggal:
13 Agustus 2026

SUSUNAN DEWAN PENGUJI

Ketua,
Imam Subekti, S.Kp., M.Kep., Sp.Kom
NIP. 19651205 198912 1 001


(.....)

Anggota,
Dr. Sri Mugianti, S.Kep., Ns, M.Kep.
NIP. 19660903 198803 2 002


(.....)

Malang, 13 Agustus 2026
Ketua Jurusan Keperawatan
Poiteknik Kesehatan Kemenkes Malang


Arief Bachtiar, S.Kep., Ns., M.Kep., PhD.NS.
NIP. 19740728 199803 1 002

HALAMAN PERNYATAAN ORISINALITAS

Karya Tulis Ilmiah Adalah hasil karya saya sendiri, dan semua sumber baik yang dikutip maupun dirujuk telah saya nyatakan dengan benar.

Nama : AULIA DEAS SOFANY

Nim : P17230233046

Tanda Tangan :

Tanggal : 28 Juli 2026

HALAMAN MOTTO DAN PERSEMBAHAN

MOTTO

“Kesuksesan bukan diukur dari apa yang telah kita capai, melainkan dari usaha kita untuk mencapainya”

(B.J Habibie)

PERSEMBAHAN

Dengan penuh rasa syukur ke hadirat Allah SWT, karya tulis ilmiah ini saya persembahkan kepada:

Allah SWT, atas segala rahmat, nikmat, kemudahan, kekuatan, serta pertolongan-Nya sehingga saya dapat menyelesaikan Karya Tulis Ilmiah ini dengan baik. Tiada daya dan upaya tanpa izin dan kehendak-Nya.”

“Kedua orang tua tercinta, Bapak Agus Siswanto dan Ibu Sri Utami, yang senantiasa memberikan kasih sayang, doa, dukungan, pengorbanan, serta semangat yang tiada henti dalam setiap langkah perjalanan saya. Terima kasih atas setiap doa yang selalu dipanjatkan, setiap motivasi yang diberikan, dan setiap pengorbanan yang telah dilakukan demi keberhasilan saya. Gelar ini saya persembahkan sebagai bentuk rasa hormat, cinta, dan terima kasih yang tulus kepada Mama dan Papa.

Semoga Allah SWT senantiasa memberikan kesehatan, kebahagiaan, serta keberkahan kepada Mama dan Papa.”

PELAKSANAAN TERAPI PIJAT AKUPRESURE PADA LANSIA PENDERITA
HIPERTENSI DI UPT-PELAYANAN SOSIAL TRESNA WERDHA
BLITAR (STUDI KASUS)

Aulia Deas Sofany

Program Studi Diploma 3 Keperawatan Blitar, Jurusan Keperawatan
Politeknik Kesehatan Kemenkes Malang

Email: sofanny04@gmail.com

ABSTRAK

Hipertensi merupakan salah satu penyakit degeneratif yang banyak dialami oleh lansia dan menjadi faktor risiko terjadinya berbagai komplikasi kardiovaskular sehingga memerlukan penatalaksanaan yang tepat. Selain terapi farmakologis, terapi komplementer berupa pijat akupresur dapat digunakan sebagai upaya pendamping untuk membantu mengendalikan tekanan darah. Penelitian ini bertujuan mendeskripsikan pelaksanaan terapi pijat akupresur pada lansia penderita hipertensi di UPT Pelayanan Sosial Tresna Werdha Blitar. Penelitian menggunakan desain studi kasus dengan pendekatan deskriptif kualitatif yang melibatkan dua orang partisipan yang dipilih menggunakan teknik purposive sampling. Pengumpulan data dilakukan melalui wawancara mendalam, observasi, dokumentasi, dan pengukuran tekanan darah menggunakan *sphygmomanometer* manual serta tensimeter digital. Terapi pijat akupresur dilaksanakan sebanyak empat kali selama dua minggu sesuai Standar Operasional Prosedur (SOP), kemudian data dianalisis secara deskriptif melalui reduksi data, penyajian data, dan penarikan kesimpulan. Hasil penelitian menunjukkan bahwa pelaksanaan terapi pijat akupresur dapat dilakukan dengan baik sesuai SOP dan seluruh partisipan mengikuti seluruh rangkaian terapi secara kooperatif. Setelah empat kali intervensi, terjadi penurunan tekanan darah secara bertahap pada kedua partisipan berdasarkan hasil pengukuran menggunakan alat manual maupun digital, disertai penurunan keluhan berupa nyeri tengkuk, pusing, sakit kepala, kaku pada leher, dan telinga berdenging. Partisipan juga menyatakan merasa lebih nyaman, rileks, serta mengharapkan terapi pijat akupresur dapat diberikan secara rutin sebagai terapi pendamping. Temuan penelitian menunjukkan bahwa terapi pijat akupresur berpotensi menjadi terapi komplementer yang mendukung pengendalian tekanan darah dan mengurangi keluhan pada lansia penderita hipertensi, namun penggunaannya tetap perlu dikombinasikan dengan terapi farmakologis dan pemantauan kesehatan secara berkala.

Kata kunci: Hipertensi, Lansia, Terapi Pijat Akupresur.

**IMPLEMENTATION OF ACUPRESSURE MASSAGE THERAPY IN ELDERLY PATIENTS
WITH HYPERTENSION AT UPT PELAYANAN SOSIAL TRESNA WERDHA BLITAR
(A CASE STUDY)**

Aulia Deas Sofany

Diploma III Nursing Study Program, Department of Nursing
Health Polytechnic of the Ministry of Health Malang
Email: sofanny04@gmail.com

ABSTRACT

Hypertension is one of the most common degenerative diseases among older adults and is a major risk factor for various cardiovascular complications, requiring appropriate management. In addition to pharmacological treatment, complementary therapy in the form of acupressure massage can be used as an adjunctive intervention to help control blood pressure. This study aimed to describe the implementation of acupressure massage therapy in elderly patients with hypertension at UPT Pelayanan Sosial Tresna Werdha Blitar. This study employed a qualitative descriptive case study design involving two participants selected through purposive sampling. Data were collected through in-depth interviews, observations, documentation, and blood pressure measurements using a manual sphygmomanometer and a digital blood pressure monitor. Acupressure massage therapy was administered four times over a two-week period according to the Standard Operating Procedure (SOP). The data were analyzed descriptively through data reduction, data presentation, and conclusion drawing. The findings showed that the implementation of acupressure massage therapy was carried out properly in accordance with the SOP, and all participants cooperatively completed the entire therapy program. Following four intervention sessions, both participants demonstrated a gradual reduction in blood pressure based on measurements obtained using both manual and digital devices. This improvement was accompanied by a reduction in symptoms, including neck pain, dizziness, headache, neck stiffness, and tinnitus. Participants also reported feeling more comfortable and relaxed and expressed their expectation that acupressure massage therapy could be provided routinely as a complementary treatment. The findings suggest that acupressure massage therapy has the potential to serve as a complementary intervention to support blood pressure control and reduce symptoms among older adults with hypertension. However, its implementation should remain combined with pharmacological therapy and regular health monitoring.

Keywords: Hypertension, Older Adults, Acupressure Massage Therapy.

KATA PENGANTAR

Puji syukur saya panjatkan kepada Tuhan Yang Maha Esa, karena atas berkat dan rahmat-Nya, saya dapat menyelesaikan Proposal Karya Tulis Ilmiah ini. Penulisan Proposal Karya Tulis Ilmiah/Laporan Tugas Akhir ini dilakukan dalam rangka memenuhi salah satu syarat untuk mencapai gelar Ahli Madya (A.Md.) Keperawatan pada Program Studi D-3 Keperawatan Blitar Jurusan Keperawatan Poltekkes Malang. Proposal Karya Tulis Ilmiah ini terwujud atas bimbingan, pengarahan dan bantuan dari berbagai pihak yang tidak bisa penulis sebutkan satu persatu dan pada kesempatan ini penulis menyampaikan ucapan terima kasih kepada :

1. Ibu Dr. Siti Nur Kholifah, SKM., M.Kep., Sp.Kom. selaku Plt. Direktur Politeknik Kesehatan Kementrian Kesehatan Malang.
2. Bapak Arief Bachtiar, S.Kep., Ns., M.Kep., PhD.NS. selaku Ketua Jurusan Keperawatan Politeknik Kesehatan Kemenkes Malang yang telah memberikan dukungan serta arahan dalam proses pendidikan dan penyusunan ini.
3. Bapak Ns. Tri Cahyo Sepdianto, M.Kep.Sp.KMB. selaku Ketua Program Studi Diploma III Keperawatan Blitar Politeknik Kesehatan Kementerian Kesehatan Malang dan selaku Dosen Penguji Karya Tulis Ilmiah.
4. Ibu Dr. Sri Mugiarti, S.Kep., Ns, M.Kep. selaku Dosen Pembimbing Utama yang telah memberikan bimbingan dan pengarahan dalam penyusunan Karya Tulis Ilmiah.
5. Bapak Imam Subekti, S.Kp., M.Kep., Sp.Kom selaku dosen penguji yang telah memberikan kritik, saran, serta arahan yang membangun dalam penyempurnaan Karya Tulis Ilmiah.
6. Kepada orang tua dan keluarga yang selalu memberikan doa, semangat, dukungan dalam bentuk apapun kepada penulis dalam penyusunan Proposal Karya Tulis Ilmiah ini.
7. Kepada diri saya sendiri, yang telah mampu bertahan dan berjuang dalam menyelesaikan tugas akhir Karya Tulis Ilmiah ini.
8. Teman-Teman seperjuangan Jurusan Keperawatan Poltekkes Kemenkes Malang Program Studi D-III Keperawatan Blitar yang telah sama-sama berjuang untuk menyelesaikan Proposal Karya Tulis Ilmiah ini.
9. Semua Pihak yang tidak dapat disebutkan satu persatu oleh penulis, yang telah banyak membantu memberikan pemikiran demi kelancaran dan keberhasilan penyusunan Proposal Karya Tulis Ilmiah ini.

Akhir kata, saya berharap semoga Tuhan Yang Maha Esa membalas segala kebaikan semua pihak yang telah membantu. Semoga Tugas Akhir ini membawa manfaat bagi pengembangan ilmu.

Blitar, 27 Juli 2026

Aulia Deas Sofany
P17230233046

DAFTAR ISI

HALAMAN COVER.....	ii
HALAMAN PERSETUJUAN PEMBIMBING.....	iii
HALAMAN PENGESAHAN.....	iv
HALAMAN PERNYATAAN ORISINALITAS	v
HALAMAN MOTTO DAN PERSEMBAHAN.....	vi
ABSTRAK	vii
ABSTRACT	viii
KATA PENGANTAR.....	ix
DAFTAR ISI.....	x
DAFTAR GAMBAR	xiii
DAFTAR TABEL	xiv
DAFTAR LAMPIRAN	xv
BAB I PENDAHULUAN.....	16
A. Latar Belakang.....	1
B. Rumusan Masalah	5
C. Tujuan Penelitian	5
1. Tujuan Umum	5
2. Tujuan Khusus	6
D. Manfaat Penelitian.....	6
1. Manfaat Teoritis	6
2. Manfaat Praktisi.....	6
BAB II TINJAUAN PUSTAKA.....	8
A. Konsep Lansia	8
1. Pengertian Lansia	8
2. Klasifikasi Lansia	9
3. Proses Aging.....	9
4. Faktor-faktor yang mempengaruhi lansia	11
B. Konsep Terapi Pijat Akupresure	13
1. Pengertian Terapi Pijat Akupresure	13
2. Tujuan dan Manfaat Pijat Akupresure	14
3. Indikasi dan Kontra Indikasi	14
4. Persiapan Terapi Akupresure	15
5. Hubungan atau pengaruh Terapi pijat akupresure terhadap penurunan tekanan darah.....	15
C. Konsep Penyakit Hipertensi	16
1. Pengertian Hipertensi	16
2. Etiologi	16
3. Tanda dan Gejala	17

4.	Klasifikasi.....	17
5.	Komplikasi	20
6.	Pelaksanaan	20
D.	Konsep Pelayanan Lansia.....	21
1.	Jenis Pelayanan Lansia	21
2.	Pendekatan Pelayanan Lansia.....	22
E.	Panti Sosial Tresna Werdha	22
BAB III METODOLOGI PENELITIAN.....		24
A.	Jenis Penelitian	24
B.	Subjek Penelitian	24
C.	Fokus Penelitian	25
D.	Definisi Oprasional.....	25
E.	Waktu dan Lokasi Penelitian	26
F.	Pengumpulan data	26
1.	Metode.....	26
2.	Instrumen Pengumpulan Data	28
G.	Prosedur pengumpulan data.....	29
1.	Tahap persiapan	29
2.	Tahap pelaksanaan	30
H.	Analisa data	31
I.	Keabsahan data.....	33
J.	Etika Penelitian.....	35
BAB IV HASIL DAN PEMBAHASAN		38
A.	Hasil Penelitian.....	38
B.	Karakteristik Partisipan	40
C.	Implementasi Pelaksanaan Terapi Pijat Akupresur.....	41
1.	Persiapan	41
2.	Pelaksanaan terapi pijat akupresur pada lansia penderita hipertensi	43
D.	Perbandingan pengukuran tekanan darah menggunakan <i>sphygmomanometer</i> manual dan digital pada lansia penderita hipertensi di UPT-Pelayanan Sosial Tresna Werdha Blitar	51
E.	Deskripsi Temuan Penelitian	54
1.	Pelaksanaan terapi pijat akupresur	54
2.	Pengalaman menjalani terapi.....	56
3.	Perubahan kondisi setelah terapi	57
F.	Pembahasan	59
1.	Pelaksanaan Terapi Pijat Akupresur.....	59
2.	Pengalaman Lansia Selama Menjalani Terapi.....	66
3.	Perubahan Kondisi Setelah Terapi	71
G.	Keterbatasan Penelitian.....	80
BAB V KESIMPULAN DAN SARAN		82
A.	Kesimpulan.....	82

1.	Pelaksanaan terapi pijat akupresur	82
2.	Pengalaman lansia selama menjalani terapi pijat akupresur.....	82
3.	Perubahan kondisi setelah pelaksanaan terapi pijat akupresur	82
B.	Saran.....	83
1.	Bagi Institusi Pendidikan Keperawatan.....	83
2.	Bagi UPT Pelayanan Sosial Tresna Werdha Blitar	83
3.	Bagi Lansia.....	84
4.	Bagi Peneliti Selanjutnya	84
DAFTAR PUSTAKA		85
LAMPIRAN		90
BIODATA.....		109

DAFTAR GAMBAR

Gambar 4. 1 Perbandingan Tekanan Darah Sistolik Hasil Pengukuran Menggunakan Sphygmomanometer Manual dan Tensimeter Digital pada Partisipan 1 (P1) Lansia Penderita Hipertensi di UPT Pelayanan Sosial Tresna Werdha Blitar Tahun 2026	52
Gambar 4. 2 Perbandingan Tekanan Darah Diastolik Hasil Pengukuran Menggunakan Sphygmomanometer Manual dan Tensimeter Digital pada Partisipan 1 (P1) Lansia Penderita Hipertensi di UPT Pelayanan Sosial Tresna Werdha Blitar Tahun 2026	52
Gambar 4. 3 Perbandingan Tekanan Darah Sistolik Hasil Pengukuran Menggunakan Sphygmomanometer Manual dan Tensimeter Digital pada Partisipan 2 (P2) Lansia Penderita Hipertensi di UPT Pelayanan Sosial Tresna Werdha Blitar Tahun 2026	53
Gambar 4. 4 Perbandingan Tekanan Darah Diastolik Hasil Pengukuran Menggunakan Sphygmomanometer Manual dan Tensimeter Digital pada Partisipan 2 (P2) Lansia Penderita Hipertensi di UPT Pelayanan Sosial Tresna Werdha Blitar Tahun 2026	53

DAFTAR TABEL

Tabel 2. 1 Klasifikasi Hipertensi	17
Tabel 3. 1 Definisi oprasional.....	25
Tabel 4. 1 Distribusi Karakteristik Partisipan Lansia dengan Hipertensi	40
Tabel 4. 2 Hasil Pengkajian Awal Sebelum Pemberian Terapi Pijat Akupresur pada Lansia Penderita Hipertensi di UPT Pelayanan Sosial Tresna Werdha Blitar Tahun 2026	44
Tabel 4. 3 Hasil Pengkajian Sesudah Pemberian Terapi Pijat Akupresur pada Lansia Penderita Hipertensi di UPT Pelayanan Sosial Tresna Werdha Blitar Tahun 2026	45
Tabel 4. 4 Hasil Pengkajian Sebelum Pemberian Terapi Pijat Akupresur pada Lansia Penderita Hipertensi di UPT Pelayanan Sosial Tresna Werdha Blitar Tahun 2026	46
Tabel 4. 5 Hasil Pengkajian Sesudah Pemberian Terapi Pijat Akupresur pada Lansia Penderita Hipertensi di UPT Pelayanan Sosial Tresna Werdha Blitar Tahun 2026	46
Tabel 4. 6 Hasil Pengkajian Sebelum Pemberian Terapi Pijat Akupresur pada Lansia Penderita Hipertensi di UPT Pelayanan Sosial Tresna Werdha Blitar Tahun 2026	47
Tabel 4. 7 Hasil Pengkajian Sesudah Pemberian Terapi Pijat Akupresur pada Lansia Penderita Hipertensi di UPT Pelayanan Sosial Tresna Werdha Blitar Tahun 2026	48
Tabel 4. 8 Hasil Pengkajian Sebelum Pemberian Terapi Pijat Akupresur pada Lansia Penderita Hipertensi di UPT Pelayanan Sosial Tresna Werdha Blitar Tahun 2026	49
Tabel 4. 9 Hasil Pengkajian Sesudah Pemberian Terapi Pijat Akupresur pada Lansia Penderita Hipertensi di UPT Pelayanan Sosial Tresna Werdha Blitar Tahun 2026	50

DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran 1 Lembar Informed Consent	90
Lampiran 2 SOP PELAKSANAAN TERAPI PIJAT AKUPRESUR.....	91
Lampiran 3 Lembar Observasi	93
Lampiran 4 Pedoman Wawancara.....	94
Lampiran 5 Analisis Data	95
Lampiran 6 Lembar Transkrip Wawancara	97
Lampiran 7 Lembar Dokumentasi.....	101
Lampiran 8 Surat Izin Penelitian.....	102
Lampiran 9 Jawaban surat izin penelitian	104
Lampiran 10 Surat keterangan selesai penelitian	105
Lampiran 11 Lembar Konsultasi	106