

**PENGARUH MASASE (*EFFLURAGE*) KAKI DAN TANGAN DENGAN
MINYAK ESENSIAL LAVENDER TERHADAP PENURUNAN TEKANAN
DARAH PADA LANSIA DI UPT PELAYANAN LANJUT USIA
BONDOWOSO**

SKRIPSI

Untuk Memenuhi Persyaratan
Memperoleh Gelar Sarjana Keperawatan

Oleh :

Pratiwi Ina Istiqomah
157.01.10.016



**PROGRAM STUDI ILMU KEPERAWATAN
SEKOLAH TINGGI ILMU KESEHATAN NURUL JADID
PROBOLINGGO**

2014



**PENGARUH MASASE (*EFFLURAGE*) KAKI DAN TANGAN DENGAN
MINYAK ESENSIAL LAVENDER TERHADAP PENURUNAN TEKANAN
DARAH PADA LANSIA DI UPT PELAYANAN LANJUT USIA
BONDOWOSO**

SKRIPSI

Untuk Memenuhi Persyaratan
Memperoleh Gelar Sarjana Keperawatan

Oleh :

Pratiwi Ina Istigomah
157.01.10.016



**PROGRAM STUDI ILMU KEPERAWATAN
SEKOLAH TINGGI ILMU KESEHATAN NURUL JADID
PROBOLINGGO**

2014

LEMBAR PERSETUJUAN

**PENGARUH MASASE (*EFFLURAGE*) KAKI DAN TANGAN DENGAN MINYAK
ESENSIAL LAVENDER TERHADAP PENURUNAN TEKANAN DARAH PADA
LANSIA DI UPT PELAYANAN SOSIAL LANJUT USIA BONDOWOSO**

PROPOSAL

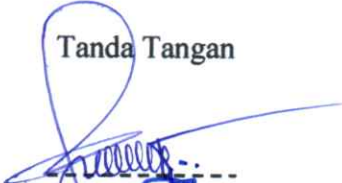

Oleh :

Pratiwi Ina Istiqomah

NIM : 157.01.10.016

Telah disetujui oleh tim pembimbing untuk dipertahankan

di depan tim penguji Skripsi

Jabatan	Nama	Tanda Tangan	Tanggal
Pembimbing I	<u>Sri Astutik Andayani, S.Kep</u> NIK. 200900		<u>19-Mei-2014</u>
pembimbing II	<u>Zainal Munir, S.kep, Ns.</u> NIK. 2013033		<u>19-Mei-2014</u>

Mengetahui,

Ketua Program Studi S1 Keperawatan



Baitus Sholehah, S.Kep, Ns
NIK. 2013032

THE UNIVERSITY OF CHICAGO

PH.D. THESIS

1960

1960

1960

1960

1960

1960

1960

1960

1960

1960

1960

1960

1960

1960

1960

LEMBAR PENGESAHAN

**PENGARUH MASASE (*EFFLURAGE*) KAKI DAN TANGAN DENGAN MINYAK
ESENSIAL LAVENDER TERHADAPPENURUNAN TEKANAN DARAH PADA
LANSIA DI UPT PELAYANAN LANJUT USIA BONDOWOSO**

SKIPSI

Oleh :




Pratiwi Ina Istiqomah

NIM.157.01.10.016

Telah disetujui dan disahkan oleh tim penguji skripsi

Pada tanggal : *21 - Agustus - 2014*

Dewan penguji

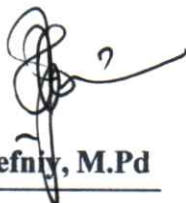
Jabatan	Nama	Tanda,tangan
Ketua penguji	<u>Agus Fery Gunawan, S.Kep, Ns. M.Kes</u>	
Dewan penguji I	<u>Sri Astutik Andayani, S.Kep</u> NIK. 200900	
Dewan penguji II	<u>Zainal Munir, S.Kep, Ns.</u> NIK. 2013033	

Probolinggo,

Mengetahui,

Ketua

STIKes Nurul Jadid



H.Hefniy, M.Pd

NIK. 2009001

Ketua Program Studi

S1 Keperawatan



Baitus Sholehah, S.Kep, Ns

NIK. 2013032

THE UNIVERSITY OF CHICAGO

PHILOSOPHY DEPARTMENT
1100 SOUTH EAST ASIAN AVENUE
CHICAGO, ILLINOIS 60607-7080
TEL: 773-936-3333 FAX: 773-936-3334

MEMORANDUM

TO :

FROM :

SUBJECT :

DATE :

RE :

1. On [Date], [Name] [Title]

2. [Name] [Title]

3. [Name] [Title]

4. [Name] [Title]

5. [Name] [Title]

6. [Name] [Title]

7. [Name] [Title]

8.

9.

SURAT PERNYATAAN

Yang bertanda tangan di bawah ini:

Nama : Pratiwi Ina Istiqomah

NIM : 157.01.10.016

Menyatakan dengan sesungguhnya bahwa skripsi yang berjudul **''pengaruh masase (*efflurage*) kaki dan tangan dengan minyak esensial lavender terhadap penurunan tekanan darah pada lansia di *Dinas Sosial UPT Pelayanan Sosial Lanjut Usia Bondowoso*''** adalah benar-benar karya peneliti. Hal-hal yang bukan karya peneliti sendiri di dalam karya tulis ilmiah ini telah diberi citasi dan dirujuk dalam daftar pustaka. Apabila di kemudian hari terbukti pernyataan saya tidak benar, maka saya bersedia menerima sanksi akademik berupa pencabutan karya tulis ilmiah dan gelar yang saya peroleh dari karya tulis ilmiah tersebut.

Paiton, 26 Februari 2014

Yang membuat pernyataan,

Pratiwi Ina Istiqomah



MOTTO..

✚ Sehat adalah aset terbesar dalam hidup, sehat merupakan pelayan hidup paling istimewa, sehat itu mahal yang tidak bisa digantikan dengan apapun namun untuk memulai hidup sehat
TIDAK harus MAHAL..

Masase (*Efflurage*) jalan mudah BAHAGIA dengan hipertensi...!!





PERSEMBAHAN

"Dan seandainya pohon-pohon di bumidari laut menjadi tinta. Ditambahkan kepadanya injuk laut lagi sesudah keringnya, niscaya tidak akan habis-habisnya (dituliskan) kalimat Allah maha perkasa lagi maha penyayang"

Ya Allah....

Terimakasih atas nikmat dan rahmat-MU yang agung ini, hari ini hamba bahagia sebuah perjalanan panjang dan gelap, telah kau berikan secercah cahaya terang

Meskipun hari esok masih penuh teka-teki yang aku sendiri belum tau pasti jawabannya Di tengah kegelapan malam aku bersujud, kupinta kepadaMU, disaat aku kehilangan arah kuminta petunjukMU

Sering ku tersandung, terjatuh, terluka dan terkadang harus kutelan antara keringat dan air mata

Namun aku tak pernah takut, aku takkan menyerah, aku kan selalu melangkah berusaha dan ber Do'a tanpa mengenal putus asa

Syukur Alhamdulillah.....

Kini aku tersenyum dalam IradatMU

Terimakasih....

Kini kumengerti arti kesabaran dalam penantian

Sungguh tak ku sangka ya... Allah Kau menyimpan sejuta makna dan rahasia, sungguh berarti hikmah yang Kau beri

Ibu_ku...

Kau kirim aku kekuatan lewat untaian Do'a tak ada keluh kesah diwajahmu dalam mengantar anakmu ke gerbang masa depan yang cerah

Tuk raih segenggam harapan dan impian menjadi kenyataan

Dan membesarkan aku dengan cinta yang menghiasi jiwa, restumu temani kehidupanku

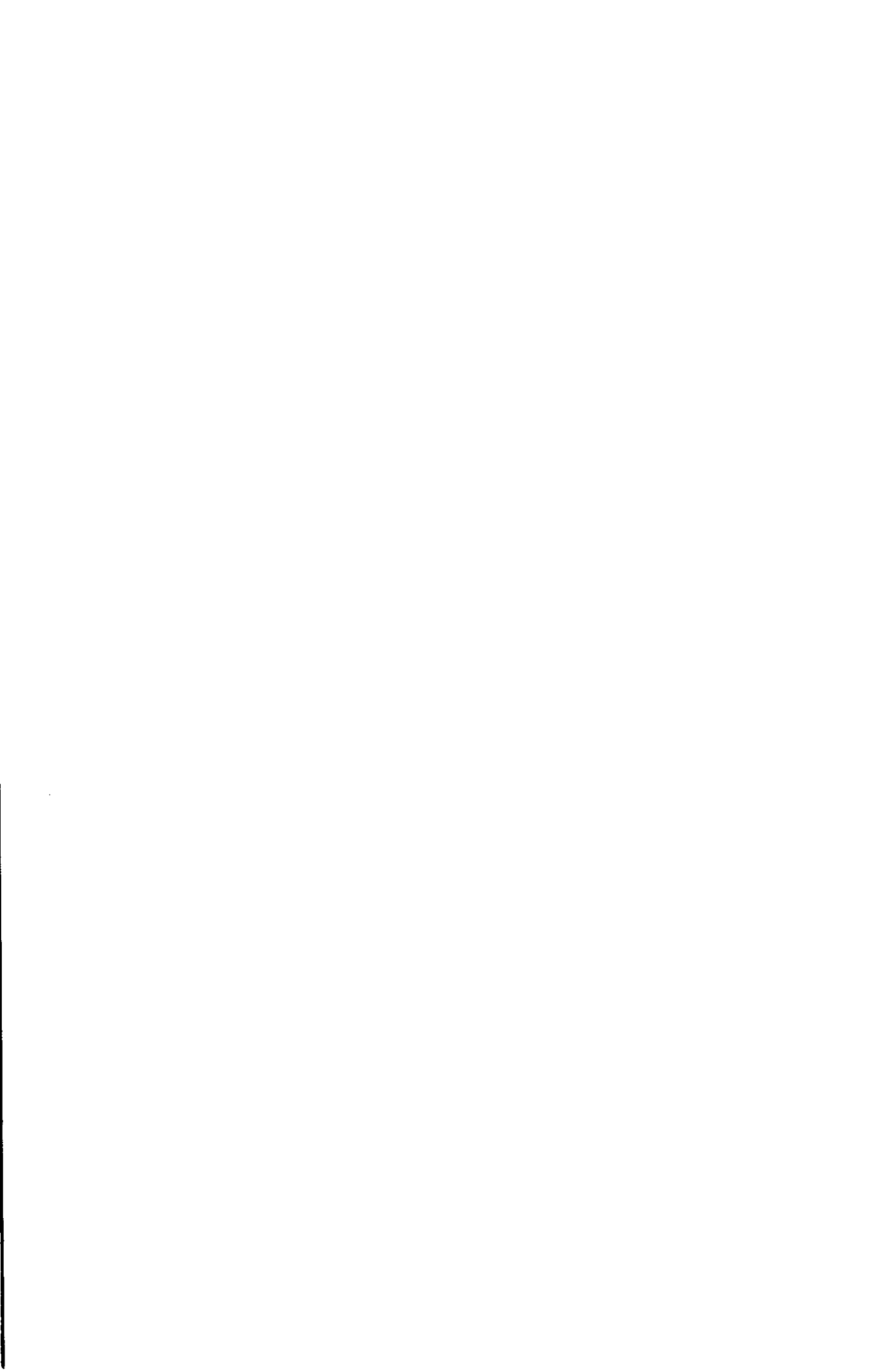
Bapak_ku...

Kau begitu kuat dan tegar dalam hadapi hidup ini

Kau jadikan setiap tetes keringatmu sebagai semangat meraih cita-cita

Hari-harimu penuh tantangan dan pengorbanan

Takkau hiraukan terik mentari membakar tubuhmu



Tak kau pedulikan hujan deras mengguyur tubuhmu

Kau adalah SUPER HERO dalam hidupku

Buat ibu dan bapak_ku

Inilah kata-kata yang mewakili seluruh rasa, sungguh sungguh aku tak mampu menggantikan kasihmu dengan sesuatu apapun tiada yang dapat kuberikan agar setara dengan pengorbananmu padaku.

Kepadamu aku persembahkan salam sejahtera para penghuni syurga, terimakasih kupersembahkan

Kini sambutlah aku anakmu didepan pintutempat dimana anakmu dulu mencium tanganmu terimalah keberhasilan berwujud gelar yang kupersembahkan sebagai bukti cinta dan tanda baktiku Dengan ridho Allah SWT, semoga kebaikanmu dicatat disisinya.. amin

Terima kasih ku ucapkan, pada bapak dan ibu dosen Keperawatan

serta teknisi atas segala bantuannya.

Untuk kedua pembimbing saya ibu Sri Astutik Andayani, S.Kep yang mungkin hampir habis

Kesabarannya menghadapi saya selama konsul, dan Bpk Ns.Zainal Munir,S.kep yang

Selalu sabar membimbing saya.

Kemudian saya juga ucapkan terimakasih kepada kepala UPT Pelayanan Lanjut Usia Bondowoso yang telah memberi ijin untuk melakukan penelitian.

Untuk tulusnya persahabatan yang telah terjalin, spesial buat sahabatku (miz Biggy, malika, Indah, O.ong) suka duka, cakak tawa, semua telah kita lewati bersama.

Untuk semua penghuni D8 terimakasih kebersamaannya, gak ada kalian gak RAME ☺. Terima kasih untuk sobat sekelas dan seperjuangan dengan ku (Rofi, Yuyun, Diana, Puput, topek, irphan, yasin, dika,) makasii kalian dah bersedia menemaniku selama kurang lebih 4 tahun dan selalu mensupport aku untuk jadi lebih baik. Thank's Friend's

Kemudian untuk (mb. Hasan M.Hom) terimakasih atas sumbangsiah brilliant idea yang telah diberikan dalam penulisan skripsi ini "U always indeed in my heart" <3

Dan semua yang tak bisa ku sebut satu per satu, yang pernah ada atau pun hanya singgah dalam hidup ku, yang pasti kalian bermakna dalam hidupku...

KATA PENGANTAR

Puji syukur kehadirat Allah SWT atas rahmat dan karunia yang telah diberikan-Nya, sehingga peneliti dapat menyelesaikan tugas akhir yang berjudul *“Pengaruh Masase (Efflurage) Kaki dan Tangan dengan Minyak Esensial Lavender Terhadap Penurunan Tekanan Darah pada Lansia di UPT Pelayanan Sosial Lanjut Usia Bondowoso”*.

Penyusunan skripsi ini dibuat untuk memenuhi tugas sekaligus mendapat gelar sarjana keperawatan di Program Studi Ilmu Keperawatan Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan Nurul Jadi di Probolinggo.

Banyak pihak yang telah membantu dan mendukung peneliti dalam tugas akhir ini, untuk itu saya mengucapkan terimakasih kepada :

1. KH. Zuhri Zaini selaku pengasuh Pondok Pesantren Nurul Jadid yang telah memberikan saya kesempatan menuntut ilmu di Pondok Pesantren Nurul Jadid.
2. H. HefniyM. Pd selaku Ketua Stikes Nurul Jadid yang telah memberikan saya kesempatan menuntut ilmu di StikesNurul Jadid.
3. Kholisotin, S.Kep., Ns. Sebagai ketua Prodi S1 keperawatan Stikes Nurul Jadid.
4. Sri Astutik A, S.Kep. Sebagai pembimbing Pertama yang telah memberikan bantuan-bantuan, yang dengan sabar membimbing untuk bisa menyusun karya tulis ilmiah dengan baik, dan senantiasa memberi semangat sehingga saya dapat menyelesaikan Tugas Akhir ini.



5. Zainal Munir, S.kep, Ns. Sebagai pembimbing kedua yang dengan sabar telah membimbing penulisan dan analisis data, dan senantiasa memberi semangat sehingga saya dapat menyelesaikan Tugas Akhir ini.
6. Kepala Panti werdha Budi Luhur Bondowoso yang telah memberikan ijin Study pendahuluan untuk pengambilan data pasien *tekanan darah tinggi (hipertensi)*.
7. Kepada kedua orang tua yang selalu memberi inspirasi dan doa.

Penulis menyadari bahwa penulisan ini masih jauh dari sempurna, oleh karena itu penulis membuka diri untuk segala saran dan kritik yang membangun.

Akhirnya peneliti berharap semoga Tugas Akhir ini dapat bermanfaat khususnya bagi peneliti dalam melakukan penelitian, dan para pembaca pada umumnya sebagai bahan pertimbangan penelitian skripsi pada penelitian-penelitian selanjutnya.

Paiton, 05 Maret 2014

Penulis



ABSTRAK

Kata kunci: tekanan darah, lansia, masase (*efflurage*), kaki dan tangan, esensial lavender

Pratiwi Ina Istiqomah, 2014 *Pengaruh Masase (Efflurage) Kaki dan Tangan dengan Minyak Esensial Lavender terhadap Penurunan Tekanan Darah pada Lansia Di UPT Pelayanan Lanjut Usia Bondowoso* Tugas akhir, STIKes Nurul Jadid Pembimbing (1) Ns. Sri Astutik A, S.Kep, Pembimbing (2) Ns. Zainal Munir, S.Kep

Tekanan darah tinggi atau hipertensi merupakan penyakit degeneratif yang harus mendapat perhatian lebih dari masyarakat mengingat dampak yang akan ditimbulkannya baik dalam jangka pendek atau jangka panjang. Hipertensi juga erat hubungannya dengan resiko terjadinya penyakit mematikan lainnya seperti kardiovaskuler, gagal ginjal, strok dan serangan jantung. Masase dengan minyak esensial (aromaterapi) merupakan terapi non farmakologis untuk menurunkan dan menjaga tekanan darah tinggi dalam rentan normal. Penelitian ini bertujuan untuk menganalisa pengaruh masase (*efflurage*) kaki dan tangan dengan minyak esensial lavender terhadap penurunan tekanan darah pada lansia di UPT Pelayanan Lanjut Usia Bondowoso.

Desain penelitian yang digunakan dalam penelitian ini adalah eksperimen semu (*quasy experiment design*), dengan rancangan *pretest-posttest with control group*. Responden berjumlah 30 orang yang dipilih dengan teknik *purposive sampling*. Masase (*efflurage*) kaki dan tangan dengan minyak esensial lavender dilakukan selama 15 menit setiap 2 hari sekali selama 15 hari, bagitu juga pada kelompok kontrol.

Berdasarkan hasil analisa data dengan uji *paried t-test* dan $\alpha=0.05$ diketahui terdapat perbedaan tekanan darah yang signifikan antara sebelum dan sesudah masase (*efflurage*) kaki dan tangan dengan minyakesensial lavender (sistolik: $t= -7.257$ $p=0.000$; diastolik: $t= -10.854$ $p=0.000$). Hasil dari penelitian ini menunjukkan bahwa masase (*efflurage*) kaki dan tangan dengan minyak esensial lavender berpengaruh terhadap penurunan tekanan darah dan diharapkan dapat memberikan manfaat bagi masyarakat dan merupakan salah satu solusi yang tepat sebagai cara alternatif untuk menurunkan tekanan darah pada penderita hipertensi.



ABSTRACT

Keywords: blood pressure, the elderly, massage (*efflurage*), feet and hands, lavender essential

Pratiwi Ina Istiqomah, 2014 Effect of Massage (*Efflurage*) Feet and Hand with Lavender Essential Oil to Decrease Blood Pressure in the Elderly In Elderly Care Unit Bondowoso Final Task, STIKES Nurul Jadid Supervisor (1) Ns. Sri Astutik A, S.Kep, Supervisor (2) Ns. Zainal Munir, S.Kep

High blood pressure or hypertension is a degenerative disease that should receive more attention from the society since it will make a good impact in the short term or long term. Hypertension is also closely related to the risk of deadly diseases such as cardiovascular, kidney failure, stroke and heart attack. Massage with essential oils (aromatherapy) is a non-pharmacological therapy for lowering high blood pressure and maintain the normal susceptible. This study aims to analyze the effect of massage (*efflurage*) feet and hands with lavender essential oil to a decrease in blood pressure in elderly Elderly Care Unit Bondowoso.

This research designed quasi-experiment (quasy experiment design), with a pretest-posttest design with control group. Responden were 30 elderly selected by purposive sampling technique. Massage (*efflurage*) feet and hands with lavender essential oil performed for 15 minutes every 2 days for 15 days, it's same as control group.

Based on the analysis of data to test paried t-test and $\alpha = 0.05$ level of blood pressure is known there is a significant difference between before and after the massage (*efflurage*) feet and hands with lavender essential oil (systolic: $t = -7,257$ $p = 0.000$; diastolic: $t = -10,854$ $p = 0.000$) the results of this study expressed that massage (*efflurage*) feet and hands with lavender essential oil affect the blood lower pressure and expected to optained beneficial effect to the community society and is one of the exact solution as an alternative way to lower blood pressure in patients hypertension.



DAFTAR ISI

Halaman Sampul	
Judul	i
Halaman Persetujuan	ii
Surat Pernyataan.....	iii
Motto	iv
Persembahan	v
Kata Pengantar	vii
Abstrak	ix
Abstract	x
Daftar Isi.....	xi
Daftar Tabel	xv
Daftar gambar.....	xvii

BAB I PENDAHULUAN

A. Latar Belakang	1
B. Rumusan Masalah	6
C. Tujuan Penelitian	6
D. Manfaat Penelitian	7

BAB II TINJAUAN PUSTAKA

A. Konsep Hipertensi.....	8
1. Pengertian.....	8
2. Kriteria	8
3. Etiologi.....	11
4. Patofisiologi	14
5. Gejala Klinis.....	18

6. Komplikasi Penyakit Hipertensi	19
7. Terapi	20
a. Penatalaksanaan Farmakologi.....	20
b. Penatalaksanaan Non Farmakologi.....	23
B. Lansia	26
1. Teori Proses Menua.....	28
2. Tugas Perkembangan Pada Lanjut Usia.....	28
3. Perubahan Akibat Proses Menua	28
a. Perubahan Fisik Dan Fungsi	28
b. Perubahan Mental.....	29
c. Perubahan Psikososial.....	31
d. Perubahan Spiritual	32
C. Hipertensi Pada Lansia.....	32
D. Masase.....	38
1. Pengertian Masase.....	38
2. Manfaat Masase	39
3. Faktor-faktor Pertimbangan dalam Masase	41
4. Kontraindikasi Masase Terhadap Hipertensi	42
5. Masase Pada Kaki	44
6. Masase Pada Tangan	44
7. Masase (<i>Efflurage</i>).....	45
a. Teknik Masase Pada Kaki Bagian Belakang.....	46
b. Masase Pada Kaki Bagian Depan.....	49
c. Masase Pada Telapak Kaki.....	51
d. Masase Pada Tangan	54

E. Minyak Esensial	56
1. Sifat Terapiotik Minyak Esensial.....	57
2. Cara penggunaan Minyak Esensial	60
3. Minyak Esensial Lavender	62
4. Hubungan Masase Dengan Minyak Esensial.....	63
5. Teori Meridian	65
F. Kerangka akonseptual	67
G. Hipotesis.....	68

BAB III METODE PENELITIAN

A. Desain Penelitian.....	69
B. Identifikasi Variabel.....	70
C. Definisi Operasional.....	71
D. Waktu dan Tempat Penelitian	72
E. Sampling Desain	73
1. Populasi Penelitian	73
2. Sampel Penelitian.....	73
3. Sampling	74
F. Pengumpulan.....	75
1. Instrumen	75
2. Penetapan Sampel	75
3. Alat.....	75
4. Teknik Pengumpulan Data.....	76
5. Kelompok Intervensi	76
G. Analisa Data	76
H. Etika Penelitian	78

BAB IV HASIL DAN PEMBAHASAN PENELITIAN

A. Hasil Penelitian.....	77
1. Data Umum	77
2. Data Khusus	79
B. Pembahasan	85
1. Analisis Perbedaan Tekanan Darah Sistolik dan Diastolik Kelompok Kontrol antara <i>Pre</i> dan <i>Post</i> Tindakan	85
2. Analisis Perbedaan Tekanan Darah Sistolik dan Diastolik Kelompok Eksperimen <i>Pre</i> dan <i>Post</i> tindakan	86
3. Analisis Perbedaan Tekanan Darah Sistolik dan Diastolik Kelompok Perlakuan dan Kelompok Kontrol.....	88
4. Keterbatasan Penelitian.....	90

DAFTAR TABEL

Tabel 2.1 Klasifikasi Hipertensi Menurut National Institute Of Health	9
Tabel 2.2 Klasifikasi hipertensi Menurut Guyton And Hall.....	9
Tabel 3.1 Desain Penelitian.....	69
Tabel 3.2 Definisi Operasional	71
Tabel 3.3 Proses Analisa Data Paried T-Test.....	76
Tabel 3.4 Proses Analisa Data T-Test Independent	77
Tabel 4.1 Karakteristik Responden Berdasarkan Usia.....	78
Tabel 4.2 Karakteristik Responden Berdasarkan Janis Kelamin	79
Tabel 4.3 Distribusi Data Tekanan Darah Sebelum Dilakukan Perlakuan Pada Kelompok Eksperimen dan Kontrol.....	79
Tabel 4.4 Distribusi Data Tekanan Darah Setelah Dilakukan Perlakuan Pada Kelompok Eksperimen dan Kontrol.....	80
Tabel 4.5 Karakteristik penurunan tekanan darah kelompok eksperimen <i>Pre</i> perlakuan dan setelah perlakuan (<i>posttest</i>) yang dibatasi oleh hari	80
Tabel 4.6 Karakteristik penurunan tekanan darah kelompok kontrol <i>pretest</i> dan <i>posttest</i> yang dibatasi oleh hari	81
Tabel 4.5 Perbandingan Rata-Rata Tekanan Darah Sistolik Sebelum dan Sesudah Diberi perlakuan	82
Tabel 4.6 Perbandingan Rata-Rata Tekanan Darah Diastolik Sebelum dan Sesudah Diberi perlakuan	82
Tabel 4.7 Perbandingan Rata-Rata Tekanan Darah Sistolik Pada Kelompok Kontrol	83
Tabel 4.8 Perbandingan Rata-Rata Tekanan Darah Diastolik Pada Kelompok Kontrol	84
Tabel 4.9 Perbandingan Rata-Rata Tekanan Darah Sistolik pada Kelompok Perlakuan dan Kontrol.....	84
Tabel 4.10 Perbandingan Rata-Rata Tekanan Darah Diastolik pada Kelompok	

Perlakuan dan Kontrol.....85



DAFTAR GAMBAR

Gambar 2.1 Masase (<i>Efflurage</i>) Pada Paha.....	47
Gambar 2.2 Masase (<i>Efflurage</i>) Pada Bagian Betis.....	47
Gambar 2.3 Masase (<i>Efflurage</i>) Pada Paha Dan Betis.....	48
Gambar 2.4 Masase (<i>Efflurage</i>) Pada Betis Dan Bagian lutut belakang.....	48
Gambar 2.5 Pengakhiran masase (<i>Efflurage</i>) Pada Kaki Belakang	50
Gambar 2.6 Masase (<i>Efflurage</i>) kaki bagian depan	50
Gambar 2.7 Masase Pada Lutut Bagian depan	51
Gambar 2.8 Pengakhiran Masase (<i>Efflurage</i>) kaki Bagian Depan.....	52
Gambar 2.9 Masase (<i>Efflurage</i>) Pada Telapak kaki.....	52
Gambar 2.10 Memutar Pergelangan kaki	53
Gambar 2.11 Meremas Dan Memijat Sela-Sela Jari Kaki	54
Gambar 2.12 Menarik Jari-Jari Kaki	54
Gambar 2.13 Mengakhiri Masase (<i>Efflurage</i>) Pada Telapak kaki	55
Gambar 2.14 Masase (<i>Efflurage</i>) Pada seluruh Bagian Lengan	56
Gambar 2.15 Menjalin Jari-Jari Tangan Pemijat Dan Yang Dipijat	68

