

SKRIPSI
PENGARUH PEMBERIAN *FOOT MASSAGE* (PIJAT KAKI) MENGGUNAKAN
MINYAK ESENSIAL LAVENDER TERHADAP PENURUNAN TEKANAN
DARAH PADA PASIEN HIPERTENSI



OLEH

SHERLI MARISTI TAOSU

PO5303209211504

KEMENTERIAN KESEHATAN REPUBLIK INDONESIA
POLITEKNIK KESEHATAN KEMENTERIAN KESEHATAN KUPANG
JURUSAN KEPERAWATAN
SARJANA TERAPAN KEPERAWATAN
TAHUN 2025

**SKRIPSI PENGARUH PEMBERIAN *FOOT MASSAGE* (PIJAT KAKI)
MENGUNAKAN MINYAK ESENSIAL LAVENDER TERHADAP
PENURUNAN TEKANAN DARAH PADA PASIEN HIPERTENSI**

Skripsi ini disusun salah satu persyaratan untuk memperoleh gelar Sarjana Terapan
Keperawatan (S.Tr.Kep) pada Program Studi Sarjana Terapan Keperawatan

Jurusan Keperawatan Poltekkes Kemenkes Kupang



OLEH

SHERLI MARISTI TAOSU

PO5303209211504

KEMENTERIAN KESEHATAN REPUBLIK INDONESIA

POLITEKNIK KESEHATAN KEMENTERIAN KESEHATAN KUPANG

JURUSAN KEPERAWATAN

SARJANA TERAPAN KEPERAWATAN

TAHUN 2025

PERNYATAAN KEASLIAN TULISAN

Saya yang bertanda tangan dibawah ini :

Nama : Sherli Maristi Taosu

NIM : PO5303209211504

Prodi : Sarjana Terapan Keperawatan Tahap Akademik

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

Kupang, 25 Juli 2025

Pembuat Pernyataan

Sherli Maristi Taosu

LEMBAR PERSETUJUAN

Skripsi oleh:
Sherli Maristi Taosu
NIM. PO5303209211504

Dengan judul “Pengaruh Pemberian *Foot Massage* (Pijat Kaki) Menggunakan Minyak Esensial Lavender Terhadap Penurunan Tekanan Darah Pada Pasien Hipertensi”, telah di setujui untuk diajukan pada:

Kupang, 25 Juli 2025

Menyetujui

Pembimbing Utama



Agustina Rifa, S.Kep.,Ns.,M.Kep.,Sp.Kep.Onk
NIP. 197908202002122008

Pembimbing Pendamping



Dr. Aemilianus Mau, S.Kep.,Ns.,M.,Kep
NIP. 197205271998031001

Mengetahui,
Ketua Program Studi
Sarjana Terapan Keperawatan



Yoani M.V. B Aty., S.Kep.,Ns.,M.Kep.
NIP. 197908052001122001

Mengesahkan,
Ketua Jurusan Keperawatan Kupang



Dr. Florentianus Iat, SKp.,M.Kes
NIP.196911281993031005

LEMBAR PENGESAHAN
PENGARUH PEMBERIAN *FOOT MASSAGE* (PIJAT KAKI)
MENGGUNAKAN MINYAK ESENSIAL LAVENDER TERHADAP
PENURUNAN TEKANAN DARAH PADA PASIEN HIPERTENSI

Disusun Oleh

SHERLI MARISTI TAOSU

NIM.PO5303209211504

Telah di Pertahankan dalam seminar di depan

Tanggal: 25 Juli 2025

Mengesahkan,

Penguji

Simon Sani Kleden, S.Kep.,Ns.,M.Kep
NIP. 197409061997031000

(.....)

Pembimbing Utama

Agustina Rifa., S.Kep.,Ns.,M.Kep.,Sp. Kep.Onk
NIP. 197908202002122008

(.....)

Pembimbing Pendamping

Dr. Aemilianus Mau., S.Kep.,Ns.,M.Kep
NIP. 197205271998031001

(.....)

Mengesahkan

Ketua Jurusan Keperawatan Kupang

Dr. Florentianus Tat, SKp.,M.Kes
NIP. 196911281993031005

Mengetahui

Ketua Prodi Sarjana Terapan Keperawatan

Ns. Yoany M.V.B.Aty, S.Kep.,M.Kep
NIP. 197908052001122001

DAFTAR RIWAYAT HIDUP

I. Data Pribadi

Nama : Sherli Maristi Taosu
Tempat Tanggal Lahir : Lasiana, 09 Juli 2003
Jenis Kelamin : Perempuan
Agama : Kristen Protestan
Alamat : Jalan Sumba Tuak Sabu, RT/RW 009/003, Kelurahan Lasiana, Kecamatan Kelapa Lima Kota Kupang.

II. Riwayat Pendidikan

Paud Genesaret Danau Ina : Lulus Tahun 2009
SD Inpres Oesapa : Lulus Tahun 2015
SMP Negeri 10 Kupang : Lulus Tahun 2018
SMKS Kencana Sakti Kupang : Lulus Tahun 2021
Poltekkes Kemenkes Kupang : Sejak Tahun 2021 berkuliah di Prgram Studi Sarjana Terapan Keperawatan Politeknik Kesehatan Kemenkes Kupang

MOTTO

“Janganlah hendaknya kamu kuatir tentang apapun juga, tetapi nyatakanlah dalam segala hal keinginanmu kepada Allah dalam doa dan permohonan dengan ucapan syukur”

KATA PENGANTAR

Puji dan syukur penulis panjatkan kepada Tuhan Yang Maha Esa atas berkat dan penyertaan-Nya penulis dapat menyelesaikan skripsi ini sesuai harapan, dengan judul “ Pengaruh Pemberian *Foot Massage* (Pijat Kaki) Menggunakan Minyak Esensial Lavender Terhadap Penurunan Tekanan Darah Pada Pasien Hipertensi”.

Penulis menyadari bahwa banyak sekali bantuan yang diterima dari berbagai pihak dalam proses pembuatan skripsi ini. Oleh sebab itu, penulis ingin menggunakan kesempatan ini untuk menyampaikan rasa terima kasih kepada Ibu Agustina Rifa, S.Kep.,Ns.,M.Kep.,SP.Kep.Onk yang merupakan pembimbing utama, dan kepada Bapak Dr. Aemilianus Mau, S.Kep.,Ns., M. Kep sebagai pembimbing pendamping yang telah menyediakan waktu dan dengan sabar memberikan arahan serta semangat kepada penulis selama pembuatan skripsi ini. Penulis juga mengucapkan terima kasih kepada Bapak Simon Sani Kleden, S.Kep., Ns.,M.Kep sebagai penguji yang telah meluangkan waktu untuk menguji demi kesempurnaan skripsi ini. Penulis juga menyampaikan terima kasih kepada:

1. Bapak Irfan, SKM,M.Kes selaku Direktur Politeknik Kesehatan Kementerian Kesehatan Kupang yang telah mengizinkan penulis menempuh pendidikan di Politeknik Kesehatan Kementerian Kesehatan Kupang Program Studi Sarjana Terapan Keperawatan Kupang.
2. Bapak Dr. Florentianus Tat, S.Kp,M.Kes, selaku Ketua Jurusan Keperawatan Kupang yang telah memberikan kesempatan kepada penulis untuk mengikuti perkuliahan di Program Studi Sarjana Terapan Keperawatan Kupang.
3. Ibu Ns. Yoany M.V.B.Aty, S.Kep, M.Kep selaku Ketua Program Studi Sarjana Terapan Keperawatan Kupang yang telah memberikan kesempatan kepada penulis untuk mengikuti perkuliahan.
4. Bapak Dr.Aemilianus Mau.,S.Kep.,Ns.,M.Kep selaku dosen pembimbing akademik yang telah memberikan dukungan dan motivasi kepada penulis

5. Dr. Ovlian Afri Manafe, sebagai Kepala Puskesmas Oesapa Kota Kupang yang telah memberikan izin kepada penulis untuk melakukan penelitian.
6. Bapak dan ibu dosen yang telah membekali penulis dengan pengetahuan selama di bangku perkuliahan.
7. Kepada kedua orang tua yang sangat penulis sayangi dan cintai yang telah mendukung, memotivasi, memberikan doa, dan telah membiayai dalam proses perkuliahan
8. Terima kasih yang tulus kepada diri saya sendiri. Terima kasih telah bertahan sejauh ini, terus berjuang meskipun tidak selalu mudah. Terima kasih sudah tetap berusaha saat merasa lelah, tetap bangkit saat merasa gagal, dan terus percaya bahwa semua proses ini akan membuahkan hasil. Terima kasih karena tidak menyerah, meskipun terkadang hanya diri sendirilah yang bisa diandalkan.
9. Teman-teman gorengan (Siti, Nenik, Farida, Ina, Indi, Ayu, Sindy, Iren) dan sahabat saya yang telah mendukung dan mensupport penulis dalam penyusunan skripsi dan rekan-rekan mahasiswa/I angkatan 06 PPN kelas B atas bantuan dan kerjasamanya.
10. Semua yang tidak bisa penulis sebutkan satu per-satu. Pasti-nya tak henti-henti penulis sampaikan semoga semua pihak mendapatkan balasan yang berlipat ganda dari sang pencipta yang pengasih dan penyanyang.

Kupang, Juli 2025

Penulis

**ABSTRAK PENGARUH PEMBERIAN *FOOT MASSAGE* (PIJAT KAKI)
MENGUNAKAN MINYAK ESENSIAL LAVENDER TERHADAP
PENURUNAN TEKANAN DARAH PADA PASIEN HIPERTENSI Sherli
Taosu¹ Agustina Rifa², Aemilianus Mau³, Simon Sani Kleden⁴**

¹Mahasiswa Prodi Sarjana Terapan Keperawatan Jurusan Keperawatan Poltekkes
Kemenkes Kupang

²³⁴Dosen Jurusan Keperawatan Poltekkes Kemenkes Kupang e-

mail: sherlitaosu964@gmail.com

ABSTRAK

Latar Belakang: Hipertensi merupakan salah satu penyebab utama kematian dini di dunia dan sering disebut sebagai "*silent killer*" karena gejalanya yang tidak tampak. Penanganan hipertensi dapat dilakukan secara farmakologis maupun non-farmakologis. Salah satu terapi non-farmakologis yang potensial adalah *foot massage* menggunakan minyak esensial lavender, yang dipercaya mampu menurunkan tekanan darah melalui efek relaksasi. **Tujuan:** Mengetahui pengaruh pemberian *foot massage* menggunakan minyak esensial lavender terhadap penurunan tekanan darah pada pasien hipertensi di Puskesmas Oesapa Kota Kupang. **Metode:** Penelitian ini menggunakan desain kuasi eksperimen dengan pendekatan *pretest-posttest control group*. Sampel berjumlah 36 responden, dibagi menjadi 18 orang pada kelompok intervensi dan 18 orang pada kelompok kontrol, dipilih secara purposive sampling. Intervensi berupa *foot massage* menggunakan minyak esensial lavender dilakukan sebanyak tiga kali dalam satu minggu. Data dianalisis menggunakan uji Wilcoxon dan Mann-Whitney. **Hasil:** Hasil uji statistik menunjukkan adanya penurunan signifikan tekanan darah sistolik dan diastolik pada kelompok intervensi setelah diberikan *foot massage* dengan minyak esensial lavender ($p < 0,05$). Sementara itu, kelompok kontrol tidak menunjukkan perubahan signifikan. **Kesimpulan:** Pemberian *foot massage* menggunakan minyak esensial lavender terbukti efektif menurunkan tekanan darah pada pasien hipertensi. Terapi ini dapat dijadikan sebagai intervensi keperawatan komplementer yang aman dan mudah diaplikasikan dalam praktik pelayanan kesehatan, khususnya untuk penanganan hipertensi.

Kata kunci: Hipertensi, *Foot massage*, Minyak esensial lavender, Tekanan darah, Terapi komplementer

**ABSTRACT THE EFFECT OF FOOT MASSAGE USING LAVENDER
ESSENTIAL OIL ON BLOOD PRESSURE REDUCTION IN
HYPERTENSIVE PATIENTS**

Sherli Taosu¹,

Agustina Rifa², Aemilianus Mau³, Simon Sani Kleden⁴

¹Student of Applied Nursing Bachelor Program, Department of Nursing, Poltekkes
Kemenkes Kupang

²³⁴Lecturers of the Department of Nursing, Poltekkes Kemenkes Kupang *Email:*
sherlitaosu964@gmail.com

ABSTRACT

Background: Hypertension is one of the leading causes of premature death worldwide and is often referred to as a "*silent killer*" due to its asymptomatic nature. Management of hypertension can be both pharmacological and non-pharmacological. One promising non-pharmacological therapy is foot massage using lavender essential oil, which is believed to reduce blood pressure through its relaxation effects. **Objective:** To determine the effect of foot massage using lavender essential oil on blood pressure reduction in hypertensive patients at Oesapa Health Center, Kupang City. **Method:** This study employed a quasi-experimental design with a pretest-posttest control group approach. A total of 36 respondents were selected through purposive sampling, consisting of 18 individuals in the intervention group and 18 in the control group. The intervention involved foot massage with lavender essential oil administered three times over one week. Data were analyzed using the Wilcoxon and Mann-Whitney tests. **Results:** The statistical analysis showed a significant reduction in both systolic and diastolic blood pressure in the intervention group after receiving the foot massage with lavender essential oil ($p < 0.05$). The control group showed no significant changes. **Conclusion:** Foot massage using lavender essential oil is proven to be effective in lowering blood pressure among hypertensive patients. This therapy can serve as a safe and practical complementary nursing intervention in hypertension management.

Keywords: Hypertension, Foot massage, Lavender essential oil, Blood pressure, Complementary therapy

