

**KONTROL HIPERTENSI DI RUMAH DENGAN *TOUCH THERAPI* KAKI DAN AKUPRESURE
DI MASA PANDEMI COVID-19**

**PROPOSAL
HIBAH RISET INSTITUSI**



DISUSUN OLEH :

Ketua Tim : Yuli Widyastuti, S.Kep.,Ns., M.Kep (ITS PKU Muh Surakarta)

Anggota : Nurul Istiqomah S.Kep., Ns.,M.Kep (ITS PKU Muh Surakarta)

**PRODI S.1 KEPERAWATAN & PROFESI NERS
FAKULTAS ILMU KESEHATAN
INSTITUT TEKNOLOGI SAIN DAN KESEHATAN PKU MUHAMMADIYAH SURAKARTA**

2021

HALAMAN PENGESAHAN HIBAH RISET COVID – 19

Judul Penelitian : Kontrol hipertensi dirumah dengan *Touch therapy* kaki dan Akupresure di masa Pandemi Covid -19

Ketua Peneliti

- a. Nama Lengkap : Yuli Widyastuti, S.Kep., Ns., M.Kep
- b. NIDN : 0610078604
- c. Jabatan Fungsional : AA
- d. Program Studi : S1 Keperawatan
- e. Nomor HP : 085728979008
- f. Alamat email : yuliwidyastuti@itspku.ac.id

Anggota Peneliti

- a. Nama Lengkap : Nurul Istiqomah, S.Kep., Ns., M.Kep
- b. NIDN : 0618108203
- c. Perguruan Tinggi : ITS PKU Muhammadiyah Surakarta

Surakarta, 10 Desember 2020

Mengetahui

Dekan / Ketua



Cemy Nur Fitria, S.Kep., Ns., M.Kep

NIK. 12002030044

Ketua Peneliti



Yuli Widyastuti, S.Kep.,Ns.,M.Kep

NIK. 12010040078

Menyetujui

Ketua LPPM



Ida Untari, SKM., M.Kes

NIK. 11999090034

DAFTAR ISI

BAB I.....	5
PENDAHULUAN	5
A. Latar Belakang Masalah	5
B. Rumusan Masalah.....	7
C. Tujuan Penelitian	7
D. Kontribusi Penelitian	8
E. Jalanya Penelitian	8
BAB II	9
TINJAUAN PUSTAKA	9
A. Tinjauan Pustaka.....	9
1. Hipertensi.....	9
2. Touch Therapi kaki.....	11
3. Akupresure.....	11
BAB III	13
METODE PENELITIAN	13
A. Desain penelitian.....	13
B. Populasi Dan Sampel	13
C. Tempat Penelitian	14
D. Instrumen Penelitian	14
E. Langkah-langkah penelitian.....	14
F. Analisa Data.....	15
BAB IV	16
BIAYA DAN JADWAL PENELITIAN	16
A. Anggaran Biaya	16
B. Jadwal Penelitian	18
Daftar Pustaka.....	19

RINGKASAN

Pasien Covid-19 di Indonesia menunjukkan, pasien meninggal banyak yang memiliki hipertensi dengan penyakit penyerta lain seperti penyakit jantung, ginjal, diabetes hingga stroke, berdasarkan laporan-laporan yang ada, sekitar 35 persen pasien Covid-19 merupakan pengidap hipertensi, diabetes, maupun penyakit kardiovaskular lainnya (tiksnadi, 2020). Penderita hipertensi diharapkan untuk melakukan pengecekan rutin dan menjaga kesehatannya dirumah selama pandemi Covid -19 ini. Mayoritas penderita hipertensi yang ada di Posbindu binaan Puskesmas Gambirsari yaitu posbindu Lansia Amarta dan Sari Waluyo adalah usia antara 40 -75 tahun. Jumlah penderita hipertensi di Posbindu Amarta dan Sari Waluyo adalah 60 penderita. Angka yang cukup besar dengan prosentase 60 % dari jumlah lansia yang terdata di posbindu tersebut. Peran keluarga sangat penting untuk merawat anggota keluarga yang sakit untuk melakukan management hipertensi yang bisa dilakukan dirumah. Management hipertensi non farmakologi yang bisa dilakukan dirumah yaitu Touche terapi kaki, Pijat Akupresure. Beberapa penelitian telah membuktikan bahwa *Touch* atau masase pada kaki dan pijat akupresur pada titik tertentu dapat menurunkan tekanan darah pada penderita hipertensi (Dalimartha, 2008; Sutanto, 2010). Tujuan penelitian ini adalah untuk mengetahui keefektifan touche therapy kaki dan terapi akupresure dalam menurunkan dan mengontrol tekanan darah pada penderita hipertensi dirumah selama Pandemi Covid -19.

Metode penelitian ini adalah Quasi eksperimen dengan pre test post test with control group, sampel diambil *Purposive sampling* dengan ada beberapa kriteria yang harus dipenuhi. Penelitian ini dilakukan dengan cara, sebelum diberikan pendidikan dan Pelatihan tentang touch/masase kakinya, Pijat Akupresur, akan diukur tingkat pengetahuan dan Tekanan darah responden, kemudian dilakukan pendidikan dan pelatihan lewat on line, dan diberikan video untuk mempermudah dalam mempraktekkan dirumah, pada kelompok 1 dengan touch therapy kaki, dan pada kelompok 2 dengan Terapi Akupresur. Setelah dilakukan selama 7 hari (intervensi dilakukan sehari 2 kali setiap pagi dan malam sebelum tidur) akan dilakukan post test pengukuran tentang pengetahuan dan tekanan darah baik pada kedua kelompok.

Setelah selesai penelitian akan dilakukan analisis hasil penelitian dengan menggunakan program SPSS untuk menjawab hipotesis. Uji yang digunakan dengan *uji independent T-Test*. Hasil penelitian ini akan di publikasikan pada jurnal PROFESI volume 18 No. 2 tahun 2021, pengayaan bahan ajar dalam keperawatan medical bedah dalam penerapan terapi komplementer pada penderita hipertensi dan Buku Saku untuk penderita Hipertensi.

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang Masalah

Pandemi COVID -19 yang terjadi saat ini membuat dari semua sector terkena dampaknya, yang paling berdampak adalah sektor kesehatan masyarakat khususnya. Pasien Covid-19 dengan penyakit penyerta seperti hipertensi, jantung, dan diabetes berisiko tinggi meninggal dunia. *American Heart Association (AHA)* mencatat, orang yang memiliki hipertensi atau tekanan darah tinggi berpeluang mengalami komplikasi lebih parah, jika mereka terinfeksi virus corona SARS-CoV-2, penyebab Covid-19. Data temuan terhadap pasien Covid-19 di Indonesia menunjukkan, pasien meninggal banyak yang memiliki hipertensi dengan penyakit penyerta lain seperti penyakit jantung, ginjal, diabetes hingga stroke (Tiksnadi, 2020).

Berdasarkan Riskesdas 2018 prevalensi hipertensi berdasarkan hasil pengukuran pada penduduk usia 18 tahun sebesar 34,1%, tertinggi di Kalimantan Selatan (44.1%), sedangkan terendah di Papua sebesar (22,2%). Hipertensi terjadi pada kelompok umur 31-44 tahun (31,6%), umur 45-54 tahun (45,3%), umur 55-64 tahun (55,2%).

Jawa Tengah masuk ke dalam propinsi dengan angka terjadinya penyakit hipertensi tertinggi di Indonesia. Prevalensi penyakit hipertensi di Surakarta Januari sampai November 2018 sebesar 664 populasi yang terdiri dari usia (50-60 tahun), usia (61-70 tahun), dan usia (>70 tahun). Angka ini tergolong tinggi dibandingkan di Kabupaten lain. Data dari puskesmas Gambir sari Surakarta, kadipiro merupakan daerah yang masyarakatnya mempunyai penyakit hipertensi yang tinggi, salah satunya adalah posbindu lansia sari waluya dan Amarta. Dari data dari posyandu lansia (2019) Sebagian penduduk di sekitar posyandu lansia sari waloyo golongan menengah kebawah dengan jumlah lansia 100 lansia dan 60 diantaranya menderita hipertensi.

Situasi Pandemi Covid- 19 saat sudah hampir 5 bulan posbindu lansia tidak berjalan (ditiadakan) karena harus social distance tidak boleh

berkerumun banyak orang. Akibatnya mayoritas lansia tidak melakukan pengecekan kesehatan di posbindu, penderita hipertensi yang seharusnya melakukan pengecekan kesehatan minimal adalah pengecekan Tekanan darah. Lansia merupakan usia rentang terjadi penularan covid- 19 sehingga status kesehatannya harus betul-betul diperhatikan.

Penatalaksanaan yang tepat saat ini adalah perlu dukungan dan bantuan dari anggota keluarga untuk menjaga kesehatan penderita hipertensi dirumah secara mandiri. Peran tenaga kesehatan sangatlah penting dalam upaya promotive dan preventif bahkan sampai ke kuratif (non farmakologi). Salah satu caranya adalah dengan menerapkan manajemen non farmakologi meliputi touche therapi, pijat akupresur , dan penerapan Germas CERDIK. Beberapa penelitian telah membuktikan bahwa masase dapat menurunkan tekanan darah pada penderita hipertensi ringan dan sedang (Dalimartha,2008; Sutanto, 2010). Vasokonstriksi pada pembuluh darah perifer dapat menghambat sirkulasi darah dan meningkatkan tahanan vaskuler sehingga menyebabkan hipertensi. Salah satu gerakan dalam pemijatan, yaitu effleurage yang dilakukan pada daerah kaki dapat menyebabkan vasodilatasi pembuluh darah perifer, dan efeknya memperlancar aliran darah balik dari daerah ekstremitas bawah menuju ke jantung (Turner, 2005).

Hasil penelitian Herliawati (2012) bahwa masase kaki dengan oil lavender efektif dalam menurunkan tekanan darah pasien hipertensi usia 45-59 tahun di kelurahan timbangan, Palembang.

Hasil Penelitian Hasna (2016) bahwa akupresur dengan pemijatan ditiitk tertentu pada kaki padat menurunnya nyeri dan tekanan darah pada penderita hipertensi. Dari latar belakang tersebut peneliti ingin mengetahui lebih efektif yang mana anatar touch therapi pada kaki dengan pijat akupresur kaki dalam menurunkan tekanan darah penderita hipertensi.

B. Rumusan Masalah

Kondisi pandemi Covid-19 yang terjadi sekarang ini berdampak pada kegiatan pelayanan kesehatan pada masyarakat yaitu salah satunya pelayanan Posbindu lansia yang sejak bulan Maret 2020 posbindu lansia tidak dilaksanakan. Berkaitan dengan kebijakan Walikota Surakarta tentang KLB covid-19 untuk men non aktikan sementara kegiatan posbindu, sehingga para lansia tidak ada kegiatan control rutin setiap bulanya. Penderita hipertensi harus cek rutin terutama tekanan darah, sehingga perlu adanya penatalaksanaan yang bisa dilakukan dirumah secara mandiri atau bantuan dari keluarga. Beberapa metode non farmakologi yang dapat dilakukan dirumah untuk membantu menurunkan tekanan darah yaitu dengan touch/ masase therapi kaki, pijat akupresur pada titik – titik tertentu.

Pemijatan pada daerah kaki dapat menyebabkan vasodilatasi pembuluh darah perifer, dan efeknya memperlancar aliran darah balik dari daerah ekstremitas bawah menuju ke jantung (Turner, 2005). Hasil penelitian hertias (2012) masase dengan oil lavender efektif dalam menurunkan tekanan darah pasien hipertensi usia 45-59 tahun di kelurahan timbangan, Palembang. Akupresur dapat menstimulasi syaraf sensorik disekitar titik akupresur akan diteruskan ke medulla spinalis, ke hipotalamus sehingga merangsang dikeluarkan endorphin yang dapat memberikan rasa tenang nyaman, dan akupresur menstimulasi pelepasan histamin yang berpengaruh pada vasodilatasi pembuluh darah sehingga tekanan darah menurun.

Dari latar belakang tersebut peneliti ingin mengetahui keefektifan dari *touch therapi* kaki dan Akupresur dalam menurunkan tekanan darah pada penderita hipertensi selama pandemi Covid -19.

C. Tujuan Penelitian

1. Tujuan umum

Mengetahui keefektifan dari *touch therapy* dengan akupresur kaki terhadap penurunan tekanan darah.

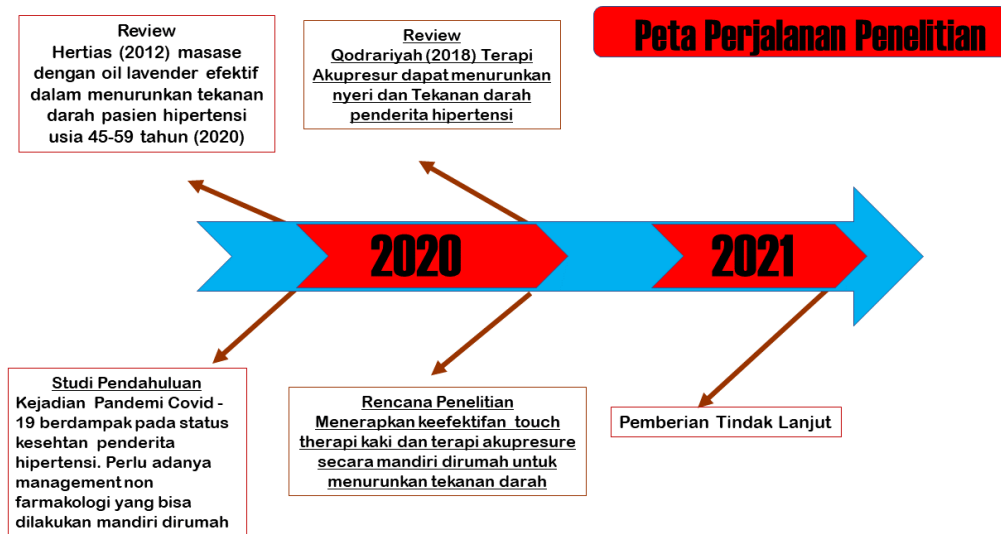
2. Tujuan Khusus :

- a. Diketuainya Tekanan Darah responden sebelum dilakukan intervensi pada kelompok touche terapi dan akupresur
- b. Diketuainya Tekanan darah responden setelah dilakukan intervensi pada kelompok Touch terapi kaki dan akupresur
- c. Diketuainya efektifan anantara touch terapi kaki dengan terapi Akupresur dalam menurunkan tekanan darah.

D. Kontribusi Penelitian

- 1. Hasil penelitian ini akan di terbitkan di Jurnal PROFESI ITS PKU Muhammadiyah Surakarta Volume 18 No. 2 tahun 2021.
- 2. Pengayaan bahan Ajar/ pembelajaran (*complementary therapi*) tentang *nursing action* dalam mengontrol tekanan darah pada pasien hipertensi.
- 3. Vidio *Touch Therapi* dan Vidio Akupresur.
- 4. Penerbitan HAKI Sederhana

E. Jalanya Penelitian



BAB II

TINJAUAN PUSTAKA

A. Tinjauan Pustaka

1. Hipertensi

1.1 Pengertian

Hipertensi atau tekanan darah tinggi adalah keadaan kronis yang ditandai dengan meningkatnya tekanan darah pada dinding pembuluh darah arteri. Keadaan tersebut mengakibatkan jantung bekerja lebih keras untuk mengedarkan darah ke seluruh tubuh melalui pembuluh darah (Sari, 2017). Hipertensi adalah peningkatan tekanan darah arteri sistemik yang menetap dimana tekanan darah sistoliknya ≥ 140 mmHg dan tekanan darah diastoliknya ≥ 90 (AHA, 2017). Hipertensi dikategorikan sebagai *the silent diastase* karena penderita belum mengetahui dirinya mengidap hipertensi sebelum memeriksa tekanan darah. Apabila terjadi hipertensi terus menerus bisa memicu stroke, serangan jantung dan gagal jantung (Rudianto, 2013).

1.2 Etiologi

Penyebab hipertensi menurut Triyanto (2014) hipertensi esensial belum dapat diketahui. Hipertensi esensial biasanya terjadi pada usia 30-50 tahun. Hipertensi primer merupakan suatu kondisi hipertensi dimana penyebab sekunder dari hipertensi tidak ditemukan. Genetic dan ras merupakan bagian yang menjadi penyebab timbulnya hipertensi primer, termasuk faktor lain seperti faktor stress, intake alcohol, merokok, lingkungan, demografi dan gaya hidup.

1.3 Tanda dan gejala

Pemeriksaan fisik tidak dijumpai kelainan apapun selain tekanan darah yang tinggi tetapi dapat pula ditemukan perubahan pada retina seperti perdarahan, eksudat (kumpulan cairan), penyempitan pembuluh darah dan edema pupil (Majdid, 2018).

Gejala klinis yang dialami oleh para penderita hipertensi biasanya berupa : pusing, mudah marah, telinga berdengung, sukar tidur, sesak nafas, rasa berat ditengkuk, mudah lelah, mata berkunang-kunang. Individu yang menderita hipertensi kadang tidak menampakkan gejala sampai bertahun-tahun. Gejala klinis timbul setelah mengalami hipertensi bertahun-tahun seperti nyeri kepala, kadang-kadang disertai mual dan muntah akibat peningkatan tekanan darah intracranial (Triyanto, 2014).

1.4 Klasifikasi Hipertensi

Klasifikasi hipertensi berdasarkan level tekanan darah

Klasifikasi hipertensi pada orang dewasa

Tabel 2.1 Klasifikasi Hipertensi

Klasifikasi tekanan darah	Tekanan darah sistolik (mmHg)	Tekanan darah diastolic (mmHg)
Normal	≤ 120 mmHg	≤ 80 mmHg
Prehipertensi	120-139 mmHg	80-89 mmHg
Stadium 1 (Hipertensi Ringan)	140-159 mmHg	90-99 mmHg
Stadium 2 (Hipertensi Sedang)		
Stadium 3 (Hipertensi Berat)	≥ 160 mmHg	≥ 100 mmHg
	≥ 180 mmHg	≥ 110 mmHg

Sumber : (AHA, 2017)

1.5 Penatalaksanaan Hipertensi

a. Terapi non farmakologi

Semua pasien hipertensi selain melakukan terapi obat dapat juga melakukan terapi non farmakologi dengan tidak menggunakan obat-obatan. Berikut beberapa hal yang dapat dilakukan :

1. Rutin olahraga
2. Hindari minuman beralkohol dan kafein
3. Pola makan atau diet
4. Istirahat yang cukup
5. Kelola stress
6. Touch therapy kaki / masase kaki
7. Akupresur kaki

b. Terapi farmakologi

2. Touch Therapi kaki

Touch terapi ini dilakukan di bagian kaki dengan tehnik masase tertentu dengan selama kurang lebih 30 menit.

Tehnik pemijatan pada kaki dengan cara :

- a) Megoleskan minyak atau hand body lotion yang biasanya digunakan ke bagian kaki sampai telapak kaki
- b) Mengoleskan minyak atau hanbbody Lotion yang biasanya digunakan ke bagian kaki sampai telapak kaki
- c) Pemijatan dimulai dari bagian betis dengan gerakan dari atas ke bawah dilakukan 10 Kali
- d) Pemijatan pada lutut, tekanan yang kuat dan tetap dengan menggunakan jari - jari pijat dengan seluruh permukaan tangan pada area lutut denagn Gerakan memutar I sekitar lutut. Gerakan ini dilakukan 10 kali, Gerakan ini akan menghilangkan ketegangan di daerah itu dan membantu darah yang ada diurut vena kembali ke jantung.
- e) Pemijatan telapak kaki,
 1. Punggung kaki, pijat punggung kaki dengan ibu jari dengan arah Gerakan *efflured* dari arah atas kebawah lakukan sebanyak 10x
 2. Telapak kaki, pijat dengan ibu jari dari arah tumit kearah jari-jari kaki lakukan sebanyak 10x
- f) Gerakan Jari- jari kaki, menekuk jari kaki kearah bawah dan atas dan menarik masing - masing jari masing masing dilakukan 10x
- g) Gerakkan memutar pergelangan kaki 10x putaran.
- h) Lakukan semua gerakan tersebut dapa kaki yang lain.

3. Akupresure

Berikut ini merupakan titik-titik akupresu khususnya untuk penderita hipertensi masing masing tempat dilaukan 30 kali tekan antara lain yaitu :

- a. PC 6 Neiguan



Gambar 2. Titik PC 6 Neiguan

Titik PC 6 berlokasi pada aspek palmar lengan bawah, 2 cun diatas lipatan melintang pergelangan tangan.

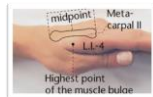
b. LI 11 Quichi



Gambar 3. Titik LI 11 Quichi

Siku fleksi, pada lekuk di ujung radial lipat melintang kulit siku.

c. Li 4 Hegu



Gambar 4. Titik Li 4 Hegu

Terletak pada pertengahan sisi radial os metacarpal II pada dorsum manus.

d. Gb 20 Fengchi



Gambar 5. Titik Gb 20 Fengchi

Terletak 1 Cun dari batas rambut belakang pada sebuah lekukan. Titik GB 20 (Fengchi atau Kolam Angin) merupakan poin penting untuk mengatasi pola wind-cold atau wind-heat, berlokasi pada tengkuk, di bawah oksiput.

BAB III

METODE PENELITIAN

A. Desain Penelitian

yang digunakan dalam penelitian ini adalah *eksperiment* dengan rancangan *pretest – posttest with controle design* (Alimul, 2006).

Model rancangan rancangan penelitian

O1	Tx1	O2
O3	Tx2	O4

Keterangan :

Tx1 = Perlakuan dalam hal ini adalah touch therapy

Tx2 = Perlakuan pada kelompok Akupresur

O1 = Tekanan darah sebelum touch therapy

O2 = Tekanan darah setelah touch therapy

O3 = Tekanan darah sebelum Akupresur kaki

O4 = Tekanan darah setelah akupresure kaki

B. Populasi Dan Sampel

1. Populasi

Populasi dalam penelitian ini berjumlah 60 responden, yang di ambil adalah yang sesuai dengan kriteria inklusi dan eksklusi.

2. Sampel

Tehnik pengambilan sampel pada penelitian ini adalah dengan menggunakan *Purposive sampling*. Sampling purposive adalah teknik penentuan sampel dengan pertimbangan tertentu.

Kriteria Inklusi :

- 1). Responden dengan usia (50-75) tahun
- 2). Responden yang kakinya tidak terdapat luka bakar dan luka Diabetes milletus
- 3). Responden bersedia menjadi responden

Kriteria Eksklusi : Responden yang tidak bersia menjadi responden

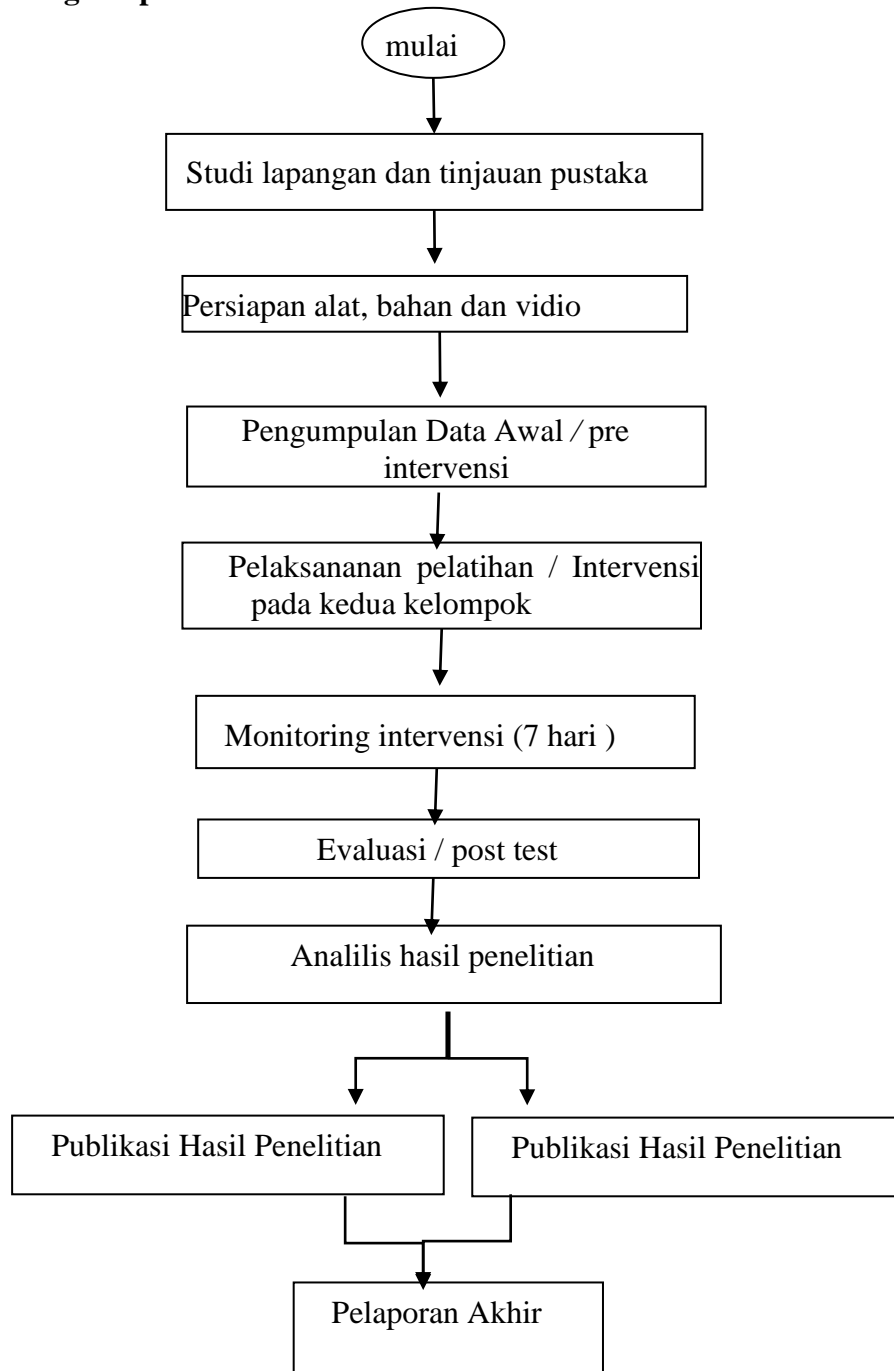
C. Tempat Penelitian

Tempat penelitian ini berada di Posbindu Lansia Sari Waluyo, RT I/ RW XXXII Kadipiro, Surakarta dan Posbindu Lansia Amarta, Bayan Kadipiro Surakarta.

D. Instrumen Penelitian

1. Alat ukur Tekanan darah elektrik digital
2. SOP Touch therapi
3. SOP Akupresure

E. Langkah-langkah penelitian



F. Analisa Data

Analisa data yang digunakan untuk menguji hipotesis yaitu menggunakan Statistik menggunakan uji beda tidak perpasangan karena terbagi menjadi dua kelompok yaitu kelompok eksperimen dan kelompok control, sehingga analisis menggunakan Program SPSS 22, uji yang digunakan adalah dengan *Independent T-Test*.

BAB IV

BIAYA DAN JADWAL PENELITIAN

A. Anggaran Biaya

Rekapitulasi Penggunaan Dana Penelitian

Judul	: Atasi Hipertensi dengan Touch Therapi kaki dan terapi Akupresure dimasa Pandemi Covid-19
Skema Hibah	: Skema Khusus Covid-19
Nama Ketua	: Yuli widyastuti, S.Kep., Ns., M.Kep
Perguruan Tinggi	: ITS PKU Muhammadiyah Surakarta
NIDN	: 0610078604
Nama Anggota (1)	: Nurul Istiqomah, S.Kep., Ns., M.Kep

Rincian Penggunaan

1. HONOR OUT PUT KEGIATAN

Item Honor	Volume	Satuan	Honor / Jam	Total
1. Honor Ketua	20	Jam	Rp. 60.000	Rp. 1.200.000
2. Honor Anggota	20	Jam	Rp. 40.000	Rp. 800.000
		Sub Total		Rp. 2.000.000

2. BELANJA BAHAN

Item Honor	Volume	Satuan	Harga/satuan	Total
1) Kertas A4	2	RIM	Rp. 45.000	Rp. 90.000
2) CD Blak	5	Buah	Rp. 7.000	Rp. 35.000
3) Toner	1	Tabung	Rp. 50.000	Rp. 50.000
2. Cotocopy	200	Lembar	Rp. 500	Rp. 150.000
3. Minyak gosok / hand body	30	Botol	Rp. 20.000	Rp. 600.000
4. Tissue	30	Gulung	Rp. 5.000	Rp. 135.000
5. Handscoon	2	Box	Rp. 100.000	Rp. 200.000
B. Masker	2	Box	Rp. 120.000	Rp. 240.000

C. Tensi Elektrik Digital	6	Buah	Rp. 300.000	Rp.1.800.000
D. Kuota Internet	50	Paket	Rp. 30.000	Rp. 1.500.000
E. Pembuatan Vidio	2	Buah	Rp. 300.000	Rp. 600.000
F. Buku saku	60	Buah	Rp. 10.000	Rp. 600.000
G. Publikasi	1	Artikel	Rp. 500.000	Rp. 500.000
H. Pengajuan HAKI	2	Buah	Rp. 400.000	Rp. 800.000
Sub Total				Rp. 7.300.000

3. BELANJA BAHAN NON OPERASIONAL LAINYA

Item Honor	Volume	Satuan	Harga /satuan	Total
1. Penginapan	2	Hari	Rp. 350.000	Rp. 700.000
Sub Total				Rp. 700.000

Total Pengeluaran Dalam satu Periode

Rp. 10.000.000

Surakarta, 10 Januari 2020

Mengetahui

Ketua

Lembaga Peneliti

(Yuli Widyastuti, S.Kep., Ns., M.Kep)
NIK.12010040078

(Ida Untari, SKM., M.Kes)
NIK.11999090034

B. Jadwal Penelitian

No	Jenis kegiatan	Bulan I				Bulan II				Bulan III				Bulan IV				Bulan V				Bulan VI				Bulan VII				Bulan VIII			
		1	2	3	4	1	2	3	4	1	2	3	4	1	2	3	4	1	2	3	4	1	2	3	4	1	2	3	4	1	2	3	4
1	Persiapan alat dan media	■																															
2	Perijinan					■																											
	Pengambilan sampel									■																							
3	Pelaksanaan penelitian													■																			
4	Analisis hasil penelitian																	■															
5	Penyusunan laporan hasil analisis																					■											
6	Seminar hasil penelitian																									■							

Daftar Pustaka

- Alimul, A., Musrikhatul, A. (2005). *Kebutuhan Dasar Manusia*. EGC. Jakarta
- American Heart Association (AHA). 2017. *Hypertension Clinical Practice Guidelines*. <https://whitecoathunter.com/pedoman-hipertensi-aha-2017/>. Diakses pada tanggal 5 November 2017.
- Hasna, Nur. (2016). *Pengaruh Akupresure pada pasien hipertensi di balai kesehatan Tradisional masyarakat Makasar*. *Journal Islamic Of Nursing* diakses pada tanggal 2 Juli 2020
- Herliawati, R. (2012). *Efektifitas masase kaki dengan minyak essential oil lavender dalam menurunkan tekanan darah pada penderita hipertensi primer usia 45-59 Tahun dikalurahan timbangan kecamatan indralaya kabupaten ogan ilir*. Palembang : Unsri, Diakses dari pada tanggal 2 Desember 2013
- Kementrian Kesehatan Indonesia. 2018. *Riset Kesehatan Dasar*. Tersedia di <http://www.depkes.go.id/article/view/19051700002/hipertensi-penyakit-paling-banyak-diidap-masyarakat.html>. Diakses tanggal 17 mei 2019
- Majdid, A. 2018. *Asuhan Keperawatan Pada Pasien Dengan Gangguan Sistem Kardiovaskular*. Yogyakarta :Pustaka Baru Press.
- Rudianto, B. F. 2013. *Hipertensi dan Diabetes*.Cetakan I. Yogyakarta : Sakhasukma
- Sari, Y. N. I. 2017. *Berdamai Dengan Hipertensi*. Cetakan I. Jakarta :SinarGrafika Offset
- Tiksnadi. 2020. *Data pasien Hipertensi yang terkena COVID -19*. Media Kompas Juni 2020.
- Triyanto, E. 2014. *Pelayanan Keperawatan Bagi Penderita Hipertensi Secara Terpadu*. Cetakan I. Yogyakarta :Graha Ilmu

CURRICULUM VITAE

IDENTITAS DIRI

Nama : Yuli Widyastuti, S.Kep., Ns., M.Kep
Nomer Peserta : 110486131171254
NIP/NIK : 12010040078
Tempat/Tgl Lahir : Karangnayar/ 10 Juli 1986
Jenis Kelamin : Perempuan
Status Perkawinan : Kawin
Agama : Islam
Golongan / Pangkat : III B
Jabatan Akademik : AA (Asisten Ahli)
Perguruan Tinggi : ITS PKU Muhammadiyah Surakarta
Alamat Rumah : Blembem RT 02/ RW 01 Plesunagn,
Gondangrejo Karanagnyar
Telp/ Faks : 085728979008
Alamat e – Mail : yuliwidyastuti@itspku.ac.id
A. Riwayat pendidikan

Tahun Lulus	Program Pendidikan	Perguruan Tinggi	Jurusan
2008	S-1	Universitas Muhammadiyah Surakarta	Keperawatan
2010	Profesi Ners	Universitas Muhammadiyah Surakarta	Profesi Keperawatan
2013	S-2	Universitas Muhammadiyah Yogyakarta	Magister keperawatan

B. PELATIHAN PROFESIONAL

Tahun	Jenis Pelatihan (Dalam/ Luar negeri)	Penyelenggara	Jangka Waktu
2018	Pelatihan Service Excellent bagi Tenaga Pendidik	ITS PKU Muh Surakarta	5 tahun

2015	Pelatihan Metoda Evaluasi OSCE	STIKES PKU muh Surakarta	10 tahun
2015	Pelatihan "Infant and Yaung Child Feeding In Emergency Counselling Courrse Strngthening Capacity Of NGOS Humanitarian Actor"	MDMC	5 tahun
2016	Clinical Instructure Di RS. PKU Muhammadiyah Surakarta	RS. PKU Muh Surakarta	10 tahun

C. PENGAMALAN MENGAJAR

Mata Kuliah	Program Pendidikan	Jurusan	Tahun Akademik
Kebutuhan Dasar manusia	DIII	Keperawatan	2011/2012 s.d 2015/2016
Keperawatan Medika Bedah 1	DIII	Keperawatan	2012/2013 s.d Sekarang
Keperawatan Medikal Bedah III	DIII	Keperawatan	2013/2014 s.d Sekarang
Komunikasi Keperawan	DIII	Keperawatan	2015/2016 s.d Sekarang
Keperawatan Dasar	DIII	Keperawatan	2017/2018 s.d Sekarang
Komunikasi Keperawatan	S1	Keperawatan	2019/2020 s.d Sekarang
Keperawatan dasar	S1	Keperawatan	2019/2020 s.d Sekarang

D. PRODUK BAHAN AJAR

Mata Kuliah	Program Pendidikan	Jenis bahan ajar (cetak dan non cetak)	Sem/ tahun akademik
Skill's Lab I	DIII	Buku panduan skill's Laboraturium I	2014/2015

E. PENGALAMAN PENELITIAN

Tahun	Judul Penelitian	Ketua / anggota TIM	Sumber Dana
2014	Touch Therapy Pada Kaki dengan Essensial Oil Lavender dalam Menurunkan Tekanan Darah Penderita Hipertensi pada Usia 50 – 75 Tahun	Ketua	Hibah PDP DIKTI
2015	Foot Touch Therapy	Ketua	Mandiri
2016	Hubungan Antara Index Masa Tubuh (Imt) Dan Kadar Hemoglobin Dengan Proses Penyembuhan Luka Post Operasi Laparatomi.	Ketua	Mandiri
2017	Pengaruh Madu Terhadap Proses Penyembuhan Luka Gangren Pada Pasien Diabetes Mellitus	Anggota	Hibah PDP DIKTI
2019	Manfaat Massage Tengkok Dengan Minyak Zaitun untuk Mengurangi Nyeri Kepala Pasien Hipertensi	Anggota	Mandiri

F. KONFERENSI / SEMINAR/LOKAKARYA/SIMPOSIUM

Tahun	Judul Kegiatan	Penyelenggaraan	Panitia/peserta/pembicara
2017	Workshop “Penguatan Tata Kelola Pendidikan Keperawatan Muhammadiyah ‘Aisyiyah Menuju Kesetaraan Kualitas Institusi”	AIPNEMA	Peserta
2017	Seminar Nasional Keperawatan AIPNEMA & Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas Muhammadiyah Kalimantan Timur	AIPNEMA	Peserta

	“Peran Strategis Pendidikan Tinggi dan Organisasi Profesi dalam Pengembangan Keperawatan di Indonesia”		
2019	Seminar Keperawatan “Membangun Program Studi Unggul Melalui Akreditasi”	Kopertis VI	Peserta
2019	Seminar Kesehatan “Optimasi Germas dalam Pencegahan Stunting dan Kupas Tuntas Kontroversi Bayi Tabung dari Segi Agama Islam”	ITS PKU Muh Surakarta	Panitia
2019	Seminar Keperawatan “Membangun Budaya Unggul Institusi Pendidikan Keperawatan”	Kopertis VI	Peserta
2019	Musyawarah Nasional AIPNEMA ke-4 “Membangun Program Studi Unggul melalui Akreditasi”	AIPNEMA	Peserta
2019	Workshop Standard Setting Soal Uji kompetensi	AIPVIKI	Peserta

G. KEGIATAN PROFESIONAL / PENGABDIAN MASYARAKAT

Tahun	Jenis /Nama Kegiatan	Tempat
2011	Pemeriksaan kesehatan pada anak Usia dini di	PAUD Sekar Mekar kadapiro surakarta
2012	Penyuluhan kesehatan tentang Hipertensi pada penderita hipertensi	di desa Kadiloyo, Gondangrejo Karanganyar
2013	Pendidikan kesehatan tentang tehnik cuci tangan dan gosok gigi pada anak usia 3-5 tahun	SD Muhammadiyah 5 pesertanya dari se solo utara.
2014	Pelatihan Clinical Instruktur di	RSUD Karanganyar
2015	Pemberdayaan Kader posyandu lansia dalam penerapan touch therapi kaki dengan oil lavender pada penderita hipertensi	Posyandu Amarta dan Ngudi Waluyo, Bayan , Kadapiro Surakarta

2016	Pemeriksaan Kesehatan lansia di Posyandi Lansia Sari waluyo	JL. Tulang bawang selatan RW XXII
2017	Penyuluhan kesehatan tentang Hipertensi	Posyandu lansia Amarta
2018	Penyuluhan Kesehatan tentang Asam urat	Keperawatan Keluarga Kalijambe Sragen
2019	Pemeriksaan Kesehatan	Diposyandu Lansia NGUDI WARAS, semanggi
2020	Webinar Perkembangan Psikologis Remaja	ITS PKU Muh Surakarta

H. JABATAN DALAM PENGELOLAAN INSTITUSI

Peran/jabatan	Institusi	Jangka Waktu
Ka. Unit P2M	STIKES PKU Muh Ska	1 tahun
Sekretaris Prodi DIII Keperawatan	STIKES PKU Muh Ska	2 tahun
Ka. Prodi DIII Keperawatan	STIKES PKU Muh Ska	2 Tahun
Ka. Prodi S.1 Keperawatan	ITS PKU Muh Surakarta	2019 sampai sekarang

I. PENGHARGAAN / PIAGAM

Tahun	Bentuk Penghargaan	Pemberi
2018	Dosen Berkinerja Terbaik	STIKES PKU Muhammadiyah Surakarta

J. ORGANISASI PROFESI ILMIAH

Tahun	Jenis / nama Organisasi	Jabatan / jenjang Keanggotaan
2017 -2021	PPNI	Bidang Diklat
2019 - 2023	AIPNI	Koordinator Seminat KMB
2020 - 2024	AINEMA	Bidang Kurikulum

Saya Menyatakan bahwa semua keterangan dalam Curriculum Vitae ini adalah benar dan apabila terdapat kesalahan, saya bersedia mempertanggungjawabkannya.

Surakarta, 18 Juli 2020

Mengetahui

Dekan Fakultas Ilmu kesehatan

Yang Menyatakan

(Cemy Nur F,S.Kep.Ns.M.Kep)

(Yuli Widyastuti, S.Kep.Ns.M.Kep)

Curriculum Vitae

Identitas Diri

Nama : Nurul Istiqomah, S.Kep., Ns., M.Kep
Nomor Peserta :
NIP/NIK : 32019040149
Tmpt/ Tgl Lahir : Cilacap, 18 Oktober 1992
Jenis Kelamin : Perempuan
Status Perkawinan : Menikah
Agama : Islam
Golongan/ Pangkat : -
Jabatan Akademik : Pengajar
Perguruan Tinggi : ITS PKU Muhammadiyah Surakarta
Alamat Rumah : Jetis, RT 3 RW 10, Makamhaji, Kartasura, Surakarta
Telp./Faks : 08995351518
Alamat email : nurulistiqaomah207@gmail.com

RIWAYAT PENDIDIKAN PERGURUAN TINGGI

Tahun Lulus	Program Pendidikan	Perguruan Tinggi	Jurusan
2014	Sarjana	Universitas Muhammadiyah Surakarta	Ilmu Keperawatan
2015	Profesi	Universitas Muhammadiyah Surakarta	Profesi Ners
2019	Magister	Universitas Gadjah Mada	Magister Ilmu Keperawatan

PELATIHAN PROFESIONAL

Tahun	Jenis Pelatihan	Penyelenggara	Jangka Waktu
2014	Pelatihan dasar orthopedic	Rumah Sakit Ortopedi Prof. Dr. Soeharso Surakarta	3 Bulan
2016	Pelatihan analisis data statistik	Program Studi Statistika Departemen Matematika, Fakultas Matematika & Ilmu Pengetahuan Alam UGM	3 Hari
2020	Pelatihan item development dan review serta item bank administrator	AIPVIKI	3 Hari

PENGALAMAN MENGAJAR

Mata Kuliah	Program Pendidikan	Jurusan/Program Studi	Tahun Akademik
Keperawatan Dasar 1	Sarjana	S1 Keperawatan	2019/2020
Keperawatan Dasar 2	Sarjana	S1 Keperawatan	2019-2020
Etika Keperawatan	Diploma	DIII Keperawatan	2019-2020
Dokumentasi Keperawatan	Diploma	DIII Keperawatan	2019-2020
Keperawatan Anak	Diploma	DIII Keperawatab	2019-2020
Keperawatan Anak dalam Konteks	Diploma	DIII Keperawatan	2019-2020

PRODUK BAHAN AJAR

Mata Kuliah	Program Pendidikan	Jenis Bahan Ajar (cetak/non cetak)	Sem/Tahun Akademik
Keperawatan Dasar	Sarjana	Modul Praktikum	2/ 2019-2020

PENGALAMAN PENELITIAN

Tahun	Judul Penelitian	Ketua/Anggota Tim	Sumber Dana
2014	Profil Pasien Kanker Serviks di RSUD Dr Moewardi Surakarta	Ketua	Pribadi
2019	Hubungan Pola Asuh Ibu dengan Perilaku Pada Anak Usia Sekolah	Ketua	Pribadi

KARYA ILMIAH

A. Buku/Bab/Jurnal

Tahun	Judul	Penerbit/Jurnal
2020	Hubungan Pola Asuh Ibu dengan Perilaku Pada Anak Usia Sekolah	Sari Pediatri

KONFERENSI/SEMINAR/LOKAKARYA/SIMPOSIUM

Tahun	Judul Kegiatan	Penyelenggara	Panitia/Peserta/Pembicara
2015	Student Exchange in	UMS-Khon Kaen Univ	Peserta

Khon Kaen University			
2016	International Nursing Conference “ Bringing Nanda NIC and NOC to Nursing Practice and Academic, diselenggarakan oleh UGM tahun 2016	UGM	Peserta
2016	Seminar Kesehatan Terampil dan Cekatan dalam Menangani Kegawatdaruratan pada Anak Update Management ABCD dan Aplikasinya, diselenggarakan oleh Java Medical Event		Peserta
2016	Workshop Kesehatan Terampil dan Cekatan dalam Menangani Kegawatdaruratan pada Anak Update Management ABCD dan Aplikasinya, diselenggarakan oleh Java Medical Event		Peserta
2017	2017 International Course for Health Science Summer Educational Program / Student Exchange Program (Japan)	UGM-Japan	Peserta
2019	Sewindu Merapi 2010 Geohazard Seminar		
2020	Seminar Keperawatan Be Smart Nurse in Millenial Era	ITS PKU Muhammadiyah	Peserta
2020	Optimasi Germas dalam Pencegahan Stunting dan Kupas Kontroversi Bayi Tabung dari Segi Agama Islam	ITS PKU Muhammadiyah	Peserta
2020	Panitia BTCLS ITS PKU Muhammadiyah Surakarta	ITS PKU Muhammadiyah	Panitia
2020	International Seminar Health and Technology in 4.0 Era	ITS PKU Muhammadiyah	Peserta
2020	International Workshop	ITS PKU	Peserta

	Research Methodology Quantitative	Muhammadiyah	
2020	Webinar Pendidikan dan Pembelajaran Selama dan Pasca Pandemi Covid-19: Best Practice dan Sharing antara PTMA dan Universitas di Filipina	DITILITBANG PP Muhammadiyah	Pembicara

KEGIATAN PROFESIONAL/PENGABDIAN KEPADA MASYARAKAT

Tahun	Jenis>Nama Kegiatan	Tempat
2020	Pengabdian Kesehatan Lansia	Posyandu Lansia Ngudi Waras, Surakarta
2020	Pengabdian Kesehatan Masyarakat Desa Sambi	Desa Sambi, Boyolali

JABATAN DALAM PENGELOLAAN INSTITUSI

Peran/Jabatan	Institusi	Jangka waktu
Dosen	S1 Keperawatan	2019-sekarang

PENGHARGAAN/PIAGAM

Tahun	Bentuk Penghargaan	Pemberi
2010	Mahasiswa Berprestasi	FIK UMS

ORGANISASI PROFESI/ILMIAH

Tahun	Jenis/ Nama Organisasi	Jabatan/Jenjang Keanggotaan
2020	Ikatan Perawat Anak Indonesia (IPANI) Surakarta	Sekretaris 2


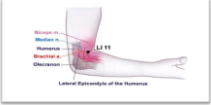


Lampiran SOP

Standar Operasional Prosedur
Touch Therapi Kaki Pada pasien Hipertensi

Fase	No	Unsur Yang Dinilai	Bobot	Ya	tdk
Kerja	1	Menjaga privacy dan mencuci tangan	4		
	2	Mengatur posisi pasien	4		
	3	Megoleskan minyak atau hand body lotion yang biasanya digunakan ke bagian kaki sampai telapak kaki	10		
	4	Mengoleskan minyak atau hanbbody Lotion yang biasanya digunakan ke bagian kaki sampai telapak kaki	10		
	5	Pemijatan dimulai dari bagian betis dengan gerakan dari atas ke bawah dilakukan 10 Kali	10		
	6	Pemijatan pada lutut, tekanan yang kuat dan tetap dengan menggunakan jari - jari pijat dengan seluruh permukaan tangan pada area lutut denagn Gerakan memutar I sekitar lutut. Gerakan ini dilakukan 10 kali, Gerakan ini akan menghilangkan ketegangan di daerah itu dan membantu darah yang ada diurut vena kembali ke jantung.	10		
	7	Pemijatan telapak kaki,			
		Punggung kaki, pijat punggung kaki dengan ibu jari dengan arah Gerakan efflured dari arah atas kebawah lakukan sebanyak 10x	10		
		Telapak kaki, pijat dengan ibu jari dari arah tumit kearah jari-jari kaki lakukan sebanyak 10x	10		
	8	Gerakan Jari- jari kaki, menekuk jari kaki kearah bawah dan atas dan menarik masing - masing jari masing masing dilakukan 10x	10		
	8	Gerakkan memutar pergelangan kaki 10x putaran.	10		
10	Lakukan semua gerakan tersebut dapa kaki yang lain.	10			
11	Cuti tangan	2			
		sub total	100		
		Total Nilai			

STANDAR OPERASIONAL PROSEDUR

AKUPRESUR PASIEN HIPERTENSI

No	Prosedur	Bobot	Ya	Tdk
1	Cuci Tangan	5		
2	PC 6 Neiguan  <p>Pemijatan Titik PC 6 berlokasi pada aspek palmar lengan bawah, 2 cun diatas lipatan melintang pergelangan tangan sebanyak 30 Kali</p>	20		
3	LI 11 Quichi  <p>Pemijatan Siku fleksi, pada lekuk di ujung radial lipat melintang kulit siku Sebanyak 30 X</p>	20		
4	Li 4 Hegu  <p>Pemijatan Terletak pada pertengahan sisi radial os metacarpal II pada dorsum manus, Sebanyak 30 Kali</p>	20		
5	Gb 20 Fengchi  <p>Terletak 1 Cun dari batas rambut belakang pada sebuah lekukan. Titik GB 20 (Fengchi atau Kolam Angin) merupakan poin penting untuk mengatasi pola wind-cold atau wind-heat, berlokasi pada tengkuk, di bawah oksiput. Dilakukan 30 kali</p>	20		
6	Cuci Tangan	5		
	Sub Total	100		
	Nilai			