SKRIPSI

PENGARUH TERAPI KOMBINASI *FOOT REFLEXOLOGY* DAN *BUERGER ALLEN EXERCISE* TERHADAP TEKANAN DARAH PADA PASIEN HIPERTENSI DI WILAYAH KERJA PUSKESMAS TELAGA DEWA KOTA BENGKULU TAHUN 2025

Disusun oleh:

RAHMA PUSPITA
NIM : P05120321083

KEMENTERIAN KESEHATAN REPUBLIK INDONESIA
POLITEKNIK KESEHATAN BENGKULU
JURUSAN KEPERAWATAN
TAHUN AJARAN 2025

SKRIPSI

PENGARUH TERAPI KOMBINASI *FOOT REFLEXOLOGY* DAN *BUERGER ALLEN EXERCISE* TERHADAP TEKANAN DARAH PADA PASIEN HIPERTENSI DI WILAYAH KERJA PUSKESMAS TELAGA DEWA KOTA BENGKULU TAHUN 2025

Skripsi ini diajukan sebagai salah satu syarat

untuk memperoleh gelar Sarjana Terapan Keperawatan (S. Tr.Kep)

DISUSUN OLEH:

RAHMA PUSPITA
P05120321083

KEMENTERIAN KESEHATAN REPUBLIK INDONESIA
POLITEKNIK KESEHATAN BENGKULU
JURUSAN KEPERAWATAN
TAHUN AJARAN 2025

HALAMAN PERSETUJUAN SKRIPSI

PENGARUH TERAPI KOMBINASI *FOOT REFLEXOLOGY* DAN *BUERGER ALLEN EXERCISE* TERHADAP TEKANAN DARAH PADA PASIEN HIPERTENSI DI WILAYAH KERJA PUSKESMAS TELAGA DEWA KOTA BENGKULU TAHUN 2025

Dipersiapkan dan dipresentasikan oleh:

RAHMA PUSPITA
NIM : P05120321083

Program Studi Sarjana Terapan Jurusan Keperawatan
Poltekkes Kemenkes Bengkulu
Laporan Skripsi Ini Disetujui Oleh Dosen Pembimbing
Pada Tanggal: 05 Juni 2025

Dosen Pembimbing Skripsi

Pembimbing I	Pembimbing II
Ns. Husni,S.Kep, M.Pd NIP. 197412061997032001	**Ns. Erni Buston,SST.,M.Kes NIP. 198707072010212001**

HALAMAN PENGESAHAN SKRIPSI

PENGARUH TERAPI KOMBINASI *FOOT REFLEXOLOGY* DAN *BUERGER ALLEN EXERCISE* TERHADAP TEKANAN DARAH PADA PASIEN HIPERTENSI DI WILAYAH KERJA PUSKESMAS TELAGA DEWA KOTA BENGKULU TAHUN 2025

Disusun oleh:

RAHMA PUSPITA
NIM : P05120321083

Telah Diujikan Didepan Penguji Skripsi
Program Studi Sarjana Terapan Keperawatan
Jurusan Keperawatan Politeknik Kesehatan Bengkulu

Pada tanggal 25 Juni 2025, dan dinyatakan

LULUS

Ketua Dewan Penguji	**Penguji I**
Dr. Nur Elly, S.Kep.M.Kes	**Ns.Sahran,S.Kep.,M.,Kep**
NIP.196311281986032001	**NIP.197709132002121002**
Penguji II	**Penguji III**
Ns. Husni,S.Kep, M.Pd	**Ns. Erni Buston,SST.,M.Kes**
NIP. 197412061997032001	**NIP. 198707072010212001**

Skripsi ini telah memenuhi salah satu persyaratan
Untuk mencapai derajat Sarjana Terapan Keperawatan

Mengetahui :
Ketua Program Studi Sarjana Terapan Keperawatan
Politeknik Kesehatan Bengkulu

Ns. Hendri Heriyanto, S.Kep.,M.Kep
NIP. 198205152002121004

HALAMAN PERNYATAAN ORISINALITAS

Yang bertanda tangan di bawah ini :

Nama	:	Rahma Puspita
NIM	:	P05120321083
Judul Skripsi	:	Pengaruh Kombinasi Terapi *Foot Reflexology* dan *Buerger Allen Exercise* terhadap Tekanan Darah pada Pasien Hipertensi di Wilayah Kerja Puskesmas Telaga Dewa Kota Bengkulu Tahun 2025

Menyatakan bahwa skripsi ini merupakan karya saya sendiri (ASLI), dan isi dalam skripsi ini tidak terdapat karya yang pernah diajukan oleh orang lain untuk memperoleh gelar akademis di suatu Institusi Pendidikan, dan sepanjang pengetahuan saya juga tidak terdapat karya atau pendapat yang pernah ditulis dan/atau diterbitkan oleh orang lain, kecuali yang secara tertulis diacu dalam naskah ini dan disebutkan dalam daftar pustaka.

Demikian pernyataan ini dan apabila nanti dikemudian hari terbukti dalam skripsi ada unsur penjiplakan, maka saya bersedia mempertanggung jawabkan sesuai dengan ketentuan yang berlaku.

Bengkulu, 4 Juni 2025

Yang menyatakan,

Rahma Puspita

NIM : P05120321083

Kemenkes Poltekkes Bengkulu

BIODATA PENULIS



Nama	:Rahma Puspita
Tempat, Tanggal Lahir	:Karang Caya, 27 Februari 2003
Agama	:Islam
Jenis Kelamin	:Perempuan
Anak Ke	:2 (Dua)
Riwayat Pendidikan	:1. SDN 04 Suka Merindu 2. SMPN 01 Suka Merindu 3. SMAN 01 Pagar Alam
Alamat	:Desa Karang Caya, Kec. Suka Merindu, Kab. Lahat, Prov. Sumatera Selatan
Email	:puspitarahma2702@gmail.com
Jumlah Saudara	:1(Satu)
Nama Saudara	:Alfika Nur Azibah
Nama Orang Tua	:Ayah :- Ibu : -

Kemenkes
Poltekkes Bengkulu

MOTTO DAN PERSEMBAHAN

MOTTO

"Sebaik-baiknya kalian adalah yang paling baik kepada keluarganya, dan aku adalah yang terbaik kepada keluargaku"

*(*HR. Tirmidzi*)*

PERSEMBAHAN

Skripsi ini aku persembahkan kepada :

1. Allah SWT, yang selalu memberikan kekuatan, pertolongan, rizki dan rahmatnya dalam proses panjangku untuk melewati dan menjalani kehidupan.
2. Nabi Muhammad SAW, karena berkat rahmat dan karunianya kami semua dapat terbebas dari kegelapan ke zaman terang benderang dan bisa menikmati bangku pendidikan seperti saat ini.
3. Kepada seseorang yang menjadi panutan sepanjang hidup (mom), terima kasih atas semua cinta dan kasih sayangmu. Berkat didikanmu yang lemah lembut dan bijaksana, mampu menjadikan penulis menjadi anak yang paling beruntung di dunia. Sikapmu mencerminkan semua kebaikan di alam semesta, pola pikirmu tidak pernah membuat anakmu menyerah dan merasa kalah di atas semua kegagalan dan persaingan yang dilewati. Rasanya harus berulang kali diucapkan terima kasih atas semua hal terbaik yang diberikan. Tidak ada yang lebih luar biasa dari Ibu yang mampu mengasuh anaknya tanpa sedikitpun kekurangan kasih sayang meskipun jarang bertemu karena terpisah oleh jarak. Kerja kerasmu akan digantikan dengan masa depan anakmu yang lebih baik sesuai harapan dan doamu. Karya ini ku persembahkan sebagai bukti bahwa setiap perjuanganmu tidak sia-sia dan karya ini menunjukan bahwa ibu berhasil mendidik anaknya walaupun bukan dari ibu yang bergelar sarjana.
4. Kepada seorang laki-laki yang paling dicintai oleh anak perempuanya (bapak), terima kasih atas kesabaranmu menemani peroses anakmu walaupun dari jarak kejauhan. Terima kasih telah menjadi seorang bapak

Kemenkes Poltekkes Bengkulu

yang tidak pernah berhenti mencintai anaknya, dan terima kasih telah mengusahakan semua harapan dan keinginan anak dan keluarga. Tidak ada yang lebih hebat dari kesabaranmu yang menerima semua keinginan anakmu yang kadang tidak masuk logika. Engkau sosok ayah yang rela melakukan pekerjaan apapun demi semua keinginan dan kesuksesan anaknya. Tanpa sosok ayah, apalah arti keberanian dan pengetahuan anak perempuannya terhadap kerasnya dunia dan kecaman orang-orang yang ada di sekitar. Dari bapak penulis bisa belajar banyak mengenai bagaimana pertahanan diri yang positif dan tidak pernah dipatahkan orang lain.

5. Kepada sauadara perempuanku satu-satunya Alfika Nur Azibah,S.Pd, terima kasih telah menjadi seseorang kakak yang selalu siap dan siaga disaat adikmu membutuhkan pertolongan. Sosok kakak perempuan yang tidak banyak bicara, tapi mempunyai banyak cinta dan kasih sayang kepada adiknya. Terima kasih telah menjadi sosok yang selalu menyadarkan bahwa adikmu bisa berdiri di kaki sendiri dan melangkah maju menuju kesuksesan walaupun harus melewati banyak kesulitan. *Mindset* mu selalu menyadarkan bahwa paham dan bisa tidak selalu menghasilkan angka ataupun juara. Namun, tetap percaya bahwa ilmu pengetahuan hasilnya tidak bisa bohong dan akan selalu menjanjikanmu di masa yang akan datang.
6. Kepada seseorang yang bukan bagian dari keluarga namun menjadi garda terdepan saat menyelesaikan Skripsi (Ledyah Citrah, S.Tr.Kep). Ribuan terima kasih kuucapkan untukmu yang telah membantu peroses skripsi ini dari awal hingga selesai. Sosok teman seperjuangan yang bersembunyi di belakang layar karena sifat yang introvert, namun sangat berperan dan memahami bagaimana bertukar pikiran terhadap sebuah penyelesaian. Banyak yang tidak bisa dirangkai dengan ungkapan kata, namun logika dan hatimu yang berjalan setara membuat semua permasalahan berlarut menjadi semua kedamaian. Seorang penasihat sekaligus pendengar terbaik, sehingga bukan sekedar memberikan support, namun juga

Kemenkes Poltekkes Bengkulu

mendukung menjadi seseorang yang lebih tenang, berani dan kritis terhadap apapun yang terjadi dan yang akan terjadi.

7. Kepada sosok teman yang berperan penting seperti kakak (Zefni Nur Khummairoh,A.Md.Keb), terima kasih telah menjadi seseorang yang membimbing dijalan yang sulit menjadi lebih mudah. Berkat banyak nasehat dan cerita pengalamanmu, membuatku banyak mengerti banyak hal. Banyak pelajaran berharga yang bisa dipetik, karena perjalanan dan kisah kita yang sama. Darimu aku bisa bangkit dan percaya bahwa masa depan itu bisa digapai walaupun perjalanannya tidaklah mudah. *Support* darimu sangat menginspirasiku, sehingga aku berani mencoba dan menghadapi semua hal baru termasuk menjalani program *Internship* ini. Terima kasih telah menjadi bagian dari perjalanan hidup selama 8 tahun ini, tetap lanjutkan sampai *part* kita sukses di masa tua nanti.
8. Kepada para sahabat terbaik semasa kuliah (SUBEDU), terima kasih banyak kepada 8 orang baik atas semua cerita, pengalaman, kebahagiaan, kesedihan, kekacauan, dan semua hal yang telah terjadi. Tanpa kalian, tidak akan ada part cerita paling Bahagia, paling lucu, bahkan paling pilu. Banyak bagian kisah baru yang membuatku benar-benar merasakan seberapa bahagianya mempunyai sahabat yang satu frekuensi, di masa kuliah yang sangat membingunkan ini. Tetaplah menjadi bagian kisah hidupku, setelah menjalani peroses perkuliahan di kampus tercinta ini.
9. Kepada HJM, Terima kasih telah mensupport dalam pembuatan skripsi ini, di masa kritis dalam berpikir kalian menjadi sumber tawa yang masih berperan penting menyeimbangkan riuhnya berpikir. Terima kasih telah menjadi rekan bergadang yang baik dalam menyelesaikan skripsi ini. Siang malam dengan tugas masing-masing, namun masih bisa saling mensupport sampai karya ini selesai.
10. Kepada diriku sendiri (Rahma Puspita), Terima kasih.

Kemenkes Poltekkes Bengkulu

KATA PENGANTAR

Puji syukur kehadirat Tuhan Yang Maha Esa yang telah memberikan rahmat serta karunia-Nya, sehingga peneliti dapat menyelesaikan skripsi yang berjudul "Pengaruh Terapi Kombinasi *Foot Reflexology* dan *Buerger Allen Exercise* Terhadap Tekanan Darah Pada Pasien Hipertensi di Wilayah Kerja Puskesmas Telaga Dewa Kota Bengkulu Tahun 2025".

Dalam menyelesaikan skripsi ini, peneliti mengucapkan terimakasih kepada:

1. Ibu Linda, S.ST., M.Kes,, selaku Direktur Politeknik Kesehatan Kemenkes Bengkulu.
2. Ibu Ns. Erni Buston,SST, M.Kes, selaku Ketua Jurusan Keperawatan Politeknik Kesehatan Kemenkes Bengkulu serta pembimbing kedua yang telah meluangkan waktu, tenaga, dan pikiran untuk memberikan bimbingan serta pengarahan dengan penuh kesabaran kepada penulis dalam menyusun skripsi ini.
3. Bapak Ns. Hendri Heriyanto,S.Kep.,M.Kep, selaku Ketua Prodi Sarjana Terapan Keperawatan Politeknik Kesehatan Kemenkes Bengkulu.
4. Ibu Ns. Husni, S.Kep, M.Pd selaku Pembimbing Utama yang telah meluangkan waktu, tenaga, dan pikiran untuk memberikan bimbingan serta pengarahan dengan penuh kesabaran kepada penulis dalam menyusun skripsi ini.
5. Seluruh tenaga pendidik dan kependidikan Jurusan Keperawatan Poltekkes Kemenkes Bengkulu

Penulis menyadari ketidaksempurnaan dalam penulisan skripsi ini oleh karena itu penulis mengharapkan kritik dan saran dari berbagai pihak. Penulis berharap semoga skripsi ini dapat bermanfaat bagi semua pihak terutama bagi penulis sendiri dan mahasiswa jurusan keperawatan lainnya.

Bengkulu, Juni 2025

Yang menyatakan,

Rahma Puspita

Kemenkes Poltekkes Bengkulu

PENGARUH TERAPI KOMBINASI *FOOT REFLEXOLOGY* DAN *BUERGER ALLEN EXERCISE* TERHADAP TEKANAN DARAH PADA PASIEN HIPERTENSI DI WILAYAH KERJA PUSKESMAS TELAGA DEWA KOTA BENGKULU TAHUN 2025

Rahma Puspita[1], Husni[2], Erni Buston[3]
[1]Mahasiswa, Sarjana Terapan Keperawatan Poltekkes Kemenkes Bengkulu. Bengkulu Indonesia
[2]Departement keperawatan, Jurusan Keperawatan Poltekkes Kemenkes Bengkulu, Bengkulu Indonesia
Email: puspitarahma2702@gmail.com

ABSTRAK

Hipertensi merupakan masalah kesehatan global dengan prevalensi yang terus meningkat, menjadi faktor risiko utama penyakit kardiovaskular. Penatalaksanaan hipertensi tidak hanya berfokus pada farmakologi tetapi juga pada terapi non-farmakologi untuk mengoptimalkan kontrol tekanan darah. Penelitian ini bertujuan untuk menganalisis pengaruh terapi kombinasi *Foot Reflexology* dan *Buerger Allen Exercise* terhadap tekanan darah pada pasien hipertensi di Wilayah Kerja Puskesmas Telaga Dewa Kota Bengkulu. Penelitian ini menggunakan desain *quasi-experimental* dengan pendekatan *pre-test and post-test with control group*. Sampel penelitian terdiri dari 36 pasien yang memenuhi kriteria inklus Hasil analisis uji statistic T Test Dependen menunjukkan terdapat pengaruh terapi *Foot Reflexology* dan *Buerger Allen Exercise* terhadap tekanan darah setelah diberikan perlakuan. Hasil penelitian ini menunjukkan adanya pengaruh signifikan setelah diberikan perlakuan dengan nilai *p-value*=(0,001). Sehingga Terapi *Foot Reflexology* dan *Buerger Allen Exercise* terbukti efektif dalam menurunkan tekanan darah terhadap pasien hipertensi seiring waktu pelaksanaan intervensi. Terapi *Foot Reflexology* dan *Buerger Allen Exercise* dapat menjadi pilihan terapi non-farmakologis yang aman dan praktis untuk menurunkan tekanan darah terhadap pasien hipertensi.

Kata Kunci: *Buerger Allen Exercise, Foot Reflexology,* Hipertensi, Tekanan Darah.

THE INFLUENCE OF THE COMBINATION OF THE THERAPY OF FOOT REFLEXOLOGY AND BUERGER ALLEN EXERCISE ON BLOOD PRESSURE IN HYPERTENSIVE PATIENTS IN THE REGION TELAGA DEWA CITY HEALTH CENTER BENGKULU IN 2025

Rahma Puspita[1], Husni[2], Erni Buston[3]
[1] *Bachelor of Applied Nursing Program, Health Polytechnic of the Ministry of Health Bengkulu*
[2] *Department of Nursing, Health Polytechnic of the Ministry of Health Bengkulu*
Email: Puspitarahma2702@Gmail.Com

ABSTRACT

Hypertension is a global health issue with a steadily increasing prevalence, making it a major risk factor for cardiovascular disease. The management of hypertension focuses not only on pharmacology but also on non-pharmacological therapies to optimize blood pressure control. This study aims to analyze the effect of combined Foot Reflexology and Buerger Allen Exercise therapy on blood pressure in hypertensive patients at the Telaga Dewa Public Health Center in Bengkulu City. The study employs a quasi-experimental design with a pre-test and post-test approach and a control group. The study sample consisted of 36 patients who met the inclusion criteria. The results of the dependent T-test statistical analysis showed that there was an effect of Foot Reflexology and Buerger Allen Exercise therapy on blood pressure after treatment. The results of this study indicate a significant effect after treatment with a p-value of 0.001. Thus, Foot Reflexology and Buerger Allen Exercise therapy have been proven effective in lowering blood pressure in hypertensive patients over the course of the intervention. Foot Reflexology and Buerger Allen Exercise therapy can serve as a safe and practical non-pharmacological treatment option for lowering blood pressure in hypertensive patients.

Keywords: Blood Pressure, Buerger Allen Exercise, Foot Reflexology, Hypertension

Kemenkes Poltekkes Bengkulu

DAFTAR ISI

SKRIPSI ..... **i**

HALAMAN PERSETUJUAN SKRIPSI ..... **iii**

HALAMAN PENGESAHAN SKRIPSI ..... **iv**

HALAMAN PERNYATAAN ORISINALITAS ..... **v**

BIODATA PENULIS ..... **vi**

MOTTO DAN PERSEMBAHAN ..... **vii**

KATA PENGANTAR ..... **ix**

ABSTRAK ..... **x**

DAFTAR ISI ..... **xii**

DAFTAR TABEL ..... **xiv**

DAFTAR GAMBAR ..... **xv**

DAFTAR BAGAN ..... **xvi**

DAFTAR LAMPIRAN ..... **xvii**

BAB I PENDAHULUAN **1**

A. Latar Belakang 1

B. Rumusan Masalah 8

C. Tujuan Penelitian 8

D. Manfaat Penelitian 9

BAB II TINJAUAN TEORI **10**

A. Konsep Dasar Penyakit Hipertensi 10

B. Konsep Dasar Tekanan Darah 15

C. Konsep Dasar Terapi *Foot Reflexology* 17

D. Konsep Dasar Buerger Allen Exercise 21

E. Konsep Dasar Terapi Rendam Kaki Air Hangat (Hidroterapi) 24

F. Pengaruh Terapi *Foot Reflexology* dan *Buerger Allen Exercise* Terhadap Tekanan Darah 25

G. Kerangka Teori 27

BAB III KERANGKA KONSEP, HIPOTESIS, DAN DEFINISI OPERASIONAL **28**

A. Kerangka Konsep 28

Kemenkes Poltekkes Bengkulu

B. Hipotesis 29
C. Definisi Operasional 29
BAB IV METODE PENELITIAN 31
A. Jenis Penelitian dan Desain Penelitian 31
B. Variabel Penelitian 31
C. Lokasi dan Waktu Penelitian 32
D. Populasi dan Sampel Penelitian 32
E. Pengumpulan Data 34
F. Instrumen Data 35
G. Pengolahan Data 36
H. Analisis Data 36
I. Alur Penelitian 38
J. Etika Penelitian 39
BAB V HASIL PENELITIAN 41
A. Jalan Penelitian 41
B. Hasil Penelitian 45
BAB VI PEMBAHASAN 47
A. Gambaran Karakteristik Responden di Puskesmas Telaga Dewa Kota Bengkulu 47
B. Gambaran Rata-Rata Tekanan Darah Sistolik dan Diastolik Sebelum dan Sesudah Diberikan Intervensi pada Kelompok Intervensi dan Kelompok Kontrol 53
C. Perbedaan tekanan darah sistolik dan diastolik sebelum dan sesudah diberikan intervensi pada kelompok intervensi pan kelompok kontrol 54
D. Pengaruh Terapi *Foot Reflexology* dan *Buerger Allen Exercise* Terhadap Tekanan Darah Pasien Hipertensi 56
BAB VII PENUTUP 60
A. Kesimpulan 60
B. Saran 60
DAFTAR PUSTAKA 62
LAMPIRAN 68

Kemenkes Poltekkes Bengkulu

DAFTAR TABEL

Tabel 2. 1 Klasifikasi Tekanan Darah Menurut WHO 12
Tabel 3. 1 Definisi Operasional 29
Tabel 5. 1 Karakteristik Responden 43
Tabel 5. 2 Rata-Rata Tekanan Darah Sebelum dan Sesudah di Lakukan Perlakuan Pada Kelompok Intervansi 44
Tabel 5. 3 Distribusi Responden Berdasarkan Rata-Rata Tekanan Darah Sebelum Dan Sesudah di Lakukan Perlakuan Pada Kelompok Kontrol..... 45
Tabel 5. 4 Perbedaan Tekanan Darah Responden Sebelum dan Sesudah Diberikan Perlakuan..... 45
Tabel 5. 5 Pengaruh terapi *foot Reflexology* dan *Buerger Allen Exercise* Terhadap Tekanan Darah pada Pasien Hipertensi..... 46

Kemenkes
Poltekkes Bengkulu

DAFTAR GAMBAR

Gambar 2. 1 Titik Akupresur *Taichong* 16
Gambar 2.2 Posisi Supinasi 21
Gambar 2.3 Elevasi kaki 45 derajat 21
Gambar 2.4 Kaki Diturunkan 21
Gambar 2.5 Posisi kaki horizontal 22

Kemenkes
Poltekkes Bengkulu

DAFTAR BAGAN

Bagan 2.1 Kerangka Teori 27
Bagan 3.1 Kerangka Konsep..... 28
Bagan 4.1 Rancangan Penelitian..... 31
Bagan 4.2 Rancangan Penelitian..... 38

Kemenkes
Poltekkes Bengkulu

DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran 1 : *Informed Consent*
Lampiran 2 : Surat Permohonan Responden
Lampiran 3 : Surat Persetujuan Responden
Lampiran 4 : Formulir Pengumpulan Data
Lampiran 5 : SOP Terapi *Foot Reflexology* Dan *Buerger Allen Exercise*
Lampiran 6 : SOP Tekanan Darah
Lampiran 7 : SOP Rendam Kaki Air Hangat
Lampiran 8 : Lembar Observasi
Lampiran 9 : Surat Pra Penelitian
Lampiran 10 : Surat Pengantar Etik
Lampiran 11 : Keterangan Layak Etik
Lampiran 12 : Surat Izinpenelitian
Lampiran 13 : Dokumentasi Penelitian

Kemenkes
Poltekkes Bengkulu