DAFTAR PUSTAKA

Adila, A., & Mustika, S. E. (2023). Hubungan Usia Dan Jenis Kelamin Terhadap Kejadian Kanker Kolorektal. *Jurnal Kedokteran STM (Sains Dan Teknologi Medik)*, *6*(1), 53–59.

Adji Prayitno Setiadi, S. V. H. (2018). *Penyakit kardiovaskular* (cetakan ke).

Airin C Poulose, I., & Pradeep V. S. (2023). *Buerger ' s Exercise : A Lifeline for Peripheral Artery The Role of Buerger ' s Exercise*. 298–302.

Akmal, D., Rahmawati, Setianto, R., Dewi, B. A., & Anri. (2023). Hubungan Riwayat Keluarga dan Merokok Dengan Kejadian Hipertensi. *Journal of Nursing and Public Health*, *11*(2), 636–641.

Almaidah, F., & Ambarwati, D. (2022). Jurnal Kesehatan Jurnal Kesehatan. *Jurnal Kesehatan*, *VII*(Ii), 20–27.

Andi Eka Pranata, E. P. (2017). *Keperawatan medikal bedah* (cetakan ke).

Anies. (2018). *Penyakit degeneratif* (N. Hidayah (ed.); Cetakan ke).

Aseem, B., & S, P. P. V. (2023). *International Journal of Research Publication and Reviews Effect of Foot Reflexology among Hypertensive Patients* . *4*(4), 1703–1704.

Astuti, Y., Fandizal, M., Astuti, Y., & Sani, D. N. (2020). Implementasi Pijat Refleksi Kaki Terhadap Penurunan Tekanan Darah Pda Klien Dengan Hipertensi Tidak Terkontrol. *Jurnal Ilmiah Pamenang*, *2*(1), 17–21.

Calisanie, N. P., Preannisa, & Sabrina, N. (2022). The Influence of Foot Massage on Blood Pressure and Anxiety in Hypertensive Patients. *KnE Life Sciences*, *2022*, 394–403. https://doi.org/10.18502/kls.v7i2.10333

Dewi, U., Rahmawati, Ayu, S., & Putri. (2019). Penerapan Terapi Rendam Kaki Menggunakan Air Hangat Volume. 3 Nomor. 2 Periode: Juli-Desember. *Jurnal Ilmiah Keperawatan Orthopedi*, *3*(2), 74. https://ejournal.akperfatmawati.ac.id

Dinita, F. A., & Maliya, A. (2024). Edukasi terhadap Sikap Upaya Pencegahan Komplikasi pada Penderita Hipertensi. *Journal of Telenursing (JOTING)*, *6*(1), 192–199. https://doi.org/10.31539/joting.v6i1.8435

Dinkes Kota Bengkulu. (2023). *Data hipertensi wilayah kota Bengkulu*.

Ekawati, R. sundari. (2016). *mengatasi hipertensi* (I. Kurniawan (ed.); cetakan ke).

Erdania, Faizal, K. M., & Anggraini, R. B. (2022). *Faktor – faktor yang berhubungan dengan kejadian penyakit jantung koroner (pjk) di rsud dr. (h.c.) ir. soekarno provinsi bangka belitung*. *33125*.

Kemenkes Poltekkes Bengkulu

Erman, I., Damanik, H. D., & Sya'diyah, S. (2021). Hubungan Merokok dengan Kejadian Hipertensi di Puskesmas Kampus Palembang. *JKM : Jurnal Keperawatan Merdeka*, *1*(1), 54–61. https://doi.org/10.36086/jkm.v1i1.983

Fandizal, M., Astuti, Y., & Sani, D. N. (2020). *Implementation of Foot Reflexology Massage to Decrease Blood Pressure in Clients*. *2*, 17–21. https://jurnal.stikespamenang.ac.id/index.php/jip/article/view/64

Faradhila, R., Armiyati, Y., & Mustofa, A. (2022). Penurunan Tekanan Darah pada Lansia Hipertensi Menggunakan Terapi Pijat Refleksi. *Ners Muda*, *3*(3). https://doi.org/10.26714/nm.v3i3.8220

Febriana, T. A., Ahmil, & Viere. (2023). Pengaruh Latihan Buerger Allen Exercise Terhadap Penurunan Tekanan Darah Pada Lansia Yang Mengalami Hipertensi di Wilayah Kerja Puskesmas Managaisaki Kota Toli-Toli. *Jurnal Review Pendidikan Dan Pengajaran*, *6*(3), 332–339.

Fildayanti, Dharmawati, T., & Putri, L. A. R. (2020). Pengaruh Pemberian Rendam Kaki Dengan Air Hangat Campuran Garam Terhadap Penurunan Tekanan Darah Pada Penderita Hipertensi. *Jurnal Ilmiah Karya Kesehatan*, *1*(1), 70–75.

Hasdianah, S. imam supraptop. (2014). *Patologi & patofisiologi penyakit* (cetakan ke).

Hidayati, R. (2024). *Hipertensi*. *03*(03), 1215–1224.

Ilmiah Keperawatan Orthopedi, J., Utami Dewi, S., Ayu Rahmawati, P., & Keperawatan Fatmawati, A. (2019). Penerapan Terapi Rendam Kaki Menggunakan Air Hangat Volume. 3 Nomor. 2 Periode: Juli-Desember. *Jurnal Ilmiah Keperawatan Orthopedi*, *3*(2), 74.

Jing, Y., Liu, S., Pan, C., Jian, Y., Wang, M., & Ni, B. (2022a). The Effects of Foot Reflexology on Vital Signs: A Meta-Analysis of Randomized Controlled Trials. *Evidence-Based Complementary and Alternative Medicine*, *2022*, 3496. https://doi.org/10.1155/2022/4182420

Jing, Y., Liu, S., Pan, C., Jian, Y., Wang, M., & Ni, B. (2022b). The Effects of Foot Reflexology on Vital Signs: A Meta-Analysis of Randomized Controlled Trials. *Evidence-Based Complementary and Alternative Medicine*, *2022*. https://doi.org/10.1155/2022/4182420

Kemenkes. (2023). Survei Kesehatan Indonesia 2023 (SKI). *Kemenkes*, 235.

Kotruchin, P., Imoun, S., Mitsungnern, T., Aountrai, P., Domthaisong, M., & Kario, K. (2021). The effects of foot reflexology on blood pressure and heart rate: A randomized clinical trial in stage-2 hypertensive patients. *Journal of Clinical Hypertension*, *23*(3), 680–686. https://doi.org/10.1111/jch.14103

Kusuma, N. D., Ariwibowo, D. D., & Tarumanagara, U. (2025). *Gambaran Komplikasi Hipertensi di RSUD Cengkareng Tahun 2021-2022 Coresponden*

Kemenkes Poltekkes Bengkulu

Author : Najwa Destiara Kusuma Pendahuluan hipertensi di RSUD Cengkareng pada tahun 2021-2022 . Secara khusus , penelitian ini komplikasi hipertensi berdasarkan data pasien RSUD. *7*(1), 370–381.

Kusumo, K. A., & Maryoto, M. (2023). Pemberian Refleksi Pijat Kaki Pada Penderita Hipertensi Di Desa Dawuhan Purbalingga. *Coping: Community of Publishing in Nursing*, *11*(3), 209. https://doi.org/10.24843/coping.2023.v11.i03.p11

Lakshmanan, P., & Vishnu, P. U. . (2019). Assess the Effectiveness of Buerger Allen Exercise to Reduce Pedal Edema Among The Adults with Varicose Veins at Saveetha Medical College and Hospital. *Journal of Pharmaceutical Sciences and Research*, *11*(5), 2023.

Lestari, L., Pahrul, D., Fatriansari, A., & Desvitasari, H. (2023). Pengaruh Terapi Rendam Kaki Air Hangat Terhadap Perubahan Tekanan Darah Pada Penderita Hipertensi The Effect Of Warm Water Foot Sound Therapy On Blood Pressure Changes In Hypertension Patients. *Jurnal Riset Media Keperawatan*, *6*(1), 15–22.

Marcolin, M. L., Tarot, A., Lombardo, V., Pereira, B., Lander, A. Van, & Guastella, V. (2023). The effects of foot reflexology on symptoms of discomfort in palliative care : a feasibility study. *BMC Complementary Medicine and Therapies*, *5*, 1–8. https://doi.org/10.1186/s12906-023-03873-5

Maulidina, F. (2019). Faktor-Faktor yang Berhubungan dengan Kejadian Hipertensi di Wilayah Kerja Puskesmas Jati Luhur Bekasi Tahun 2018. *ARKESMAS (Arsip Kesehatan Masyarakat)*, *4*(1), 149–155. https://doi.org/10.22236/arkesmas.v4i1.3141

Mufidah, Handoko, G., & Hartono, D. (2023). Pengaruh Buerger Allen Exercise Terhadap Perubahan. *Jurnal Ilmu Kesehatan Mandira Cendikia*, *2*(9), 59–68.

Muhamad Refangga, Dwi Diana Putri, & Yenny Makahghi. (2024). Pengaruh Terapi Pijat Kaki Terhadap Hasil Mean Arterial Pressure (MAP) Penderita Hipertensi Pada Lansia di Wilayah Kerja Puskesmas Kalijati. *Jurnal Ventilator*, *2*(3), 203–211. https://doi.org/10.59680/ventilator.v2i3.1327

Muhammad Yunus. (2021). Hubungan Usia Dan Jenis Kelamin Dengan Kejadian Hipertensi Di Puskesmas Haji Pemanggilan Kecamatan Anak Tuha Kab. Lampung Tengah. *Hipertensi*, *35*(3), 229–239.

Najafiana, Z., & Najafian, M. (2022). Effect of Foot Reflexology on Vital Parameters and Anxiety of Hypertensive Patients: A Clinical Trial Study. *International Journal of Medical Research & Health Sciences*, *12*(1), 17–29. www.ijmrhs.com

Nazaruddin, Yati, Pratiwi, M., & Sari, D. (2021). Pengaruh Terapi Rendam Kaki Dengan Air Hangat Terhadap Penurunan Tekanan Darah Penderita Hipertensi Di Wilayah Kerja Puskesmas Poasia Kota Kendari. *Jurnal Ilmiah*

Kemenkes Poltekkes Bengkulu

Kesehatan Diagnosis, *16*, 2302–2531. file:///C:/Users/Asus/Downloads/472-Article Text-1931-1-10-20210610 (3).pdf

Ni'mah, F. (2019). Hubungan Perokok Aktif dan Pasif dengan Hipertensi pada Kuli Bangunan dan Keluarga (Studi Di Desa Tambar Kecamatan Jogoroto Kabupaten Jombang). *Hipertensi*.

Ni Kadek Yuni Lestari, Y., Ni Luh Putu Thrisna Dewi, & Ni Made Era Mahayani. (2023). The Effect of Feet Reflection Massage on Blood Pressure in Hypertension Patients at Community Health Centers II Petang. *Nursing and Health Sciences Journal (NHSJ)*, *3*(1), 56–60. https://doi.org/10.53713/nhs.v3i1.151

Nurhikmawati, Afiifah, I., Feby Irsandy SYahruddin, Ali Aspar, & Indah Lestari Daeng Kanang. (2024). Karakteristik Pasien Hipertensi dengan Gangguan Kardiovaskular. *Fakumi Medical Journal: Jurnal Mahasiswa Kedokteran*, *4*(7), 513–520. https://doi.org/10.33096/fmj.v4i7.479

Nurrahmani, H. K. & U. (2021). *STOP! Gejala penyakit jantung koroner, Koplesterol tinggi, Diabetes Melitus, hipertensi* (Qoni (ed.); Cetakan ke).

Paridah, P. (2021). Efektivitas Frekuensi Latihan Buerger'S Allen Terhadap Ankle Brachial Index Pasien Diabetes Melitus Tipe 2. *Journal of Borneo Holistic Health*, *4*(1). https://doi.org/10.35334/borticalth.v4i1.1678

Pebrisiana, P., Tambunan, L. N., & Baringbing, E. P. (2022). Hubungan Karakteristik dengan Kejadian Hipertensi pada Pasien Rawat Jalan di RSUD Dr. Doris Sylvanus Provinsi Kalimantan Tengah. *Jurnal Surya Medika*, *8*(3), 176–186. https://doi.org/10.33084/jsm.v8i3.4511

Perhi. (2019). Konsensus Penatalaksanaan Hipertensi 2019. *Indonesian Society Hipertensi Indonesia*, 1–90.

Pramiyanti, N. P. O., Putra, P. W. K., & Wulandari, N. P. D. (2024). Pengaruh Akupresur terhadap Nyeri Kepala dan Tekanan Darah pada Penderita Hipertensi di Rumah Sakit Ari Canti Gianyar. *Bali Health Published Journal*, *6*(1), 53–71. https://doi.org/10.47859/bhpj.v6i1.480

Prasantha L Vemu, Eugene Yang, Joseph Ebinger. (2024). 2023 ESH Hypertension Guideline Update: Bringing Us Closer Together Across the Pond. *2023 ESH Hypertension Guideline Update: Bringing Us Closer Together Across the Pond*. https://www.acc.org/latest-in-cardiology/articles/2024/02/05/11/43/2023-esh-hypertension-guideline-update

Pratiwi, I. N., Dewi, L. C., & Widyawati, I. Y. (2020). Buerger exercise dan edukasi perawatan kaki pada penderita diabetes dan hipertensi dalam upaya menurunkan resiko gangguan vaskular. *Transformasi: Jurnal Pengabdian Masyarakat*, *16*(2), 121–132. https://doi.org/10.20414/transformasi.v16i2.2679

Kemenkes Poltekkes Bengkulu

Putri, M., Ludiana, & Ayubbana, S. (2022). Penerapan Pemberian Relaksasi Otot Progresif Terhadap Tekanan Darah Pada Pasien Hipertensi Di Wilayah Kerja Puskesmas Yosomulyo Kota Metro Tahun 2021. *Jurnal Cendikia Muda*, *2*(2), 246–254.

Rahayu, C. E., & Hanifah, F. (2023). Pengaruh Terapi Pijat Refleksi Kaki Terhadap Penurunan Tekanan Darah Pada Pasien Hipertensi. *Nursing Update*, *14*(1), 212–221.

Rumagit, J. M., Alfiani, L., Rahmawati, M. C., Yunita, E., Masnina, R., Faculty, S. N., Muhammadiyah, U., & Timur, K. (2023). *Effect of Buerger Allen Exercise on Ankle Brachial Index (ABI) Values in Type 2 Diabetes Mellitus Patients : Literature Review*. *1*(3), 84–93.

SACI, M. A. A. (2025). Faktor-Faktor Yang Berhubungan Dengan Kejadian Hipertensi Di Puskesmas Basuki Rahmat. *Jurnal Kepetawatan*, *4*(1), 123–128.

Salam, A. Y., & Laili, N. (2020). Efek Buerger Allen Exercise terhadap Perubahan Nilai ABI (Ankle Brachial Index) Pasien Diabetes Tipe II. *JI-KES (Jurnal Ilmu Kesehatan)*, *3*(2), 64–70. https://doi.org/10.33006/ji-kes.v3i2.149

Saputra, A., Pebriani, S. H., Tafdhila, T., & Syafe'i, A. (2023). Pengaruh Terapi Akupresur terhadap Tekanan Darah pada Penderita Hipertensi. *Malahayati Nursing Journal*, *5*(1), 80–87. https://doi.org/10.33024/mnj.v5i1.7665

Sari, S. M., & Aisah, S. (2022). Terapi Rendam Kaki Air Hangat Pada Penderita Hipertensi. *Ners Muda*, *3*(2). https://doi.org/10.26714/nm.v3i2.8262

Sawong, K. S. A., Andrias, D. R., Muniroh, L., Reddy, C., Purnawita, W., Rahayu, W. P., Nurjanah, S., & RI, K. (2021). . *Hipertensi*, *53*(9), 167–169.

Setiani, R., & Wulandari, S. A. (2023). Hubungan Faktor Genetik dengan Kejadian Hipertensi: Scoping Review. *Jurnal Integrasi Kesehatan & Sains*, *5*(1), 60–66. https://doi.org/10.29313/jiks.v5i1.11126

Sirait, D. M., Saragih, M. U. M., & Sitohang, N. A. (2024). *Al-Asalmiya Nursing Jurnal Ilmu Keperawatan (Journal of Nursing Sciences)*. *13*, 93–106.

Sun, R., Li, Y., & Wang, Y. (2024). Meta-Analysis on the Effect of Buerger Exercise on Lower Extremity Perfusion in Diabetic Patients. *ARC Journal of Nursing and Healthcare*, *10*(1), 14–21. https://doi.org/10.20431/2455-4324.1001002

Suryaningsih, S., Tasalim, R., & Rahman, S. (2022). Effect of Foot Reflection Massage on Blood Pressure Reduction in Hypertension Patients. *Journal of Advances in Medicine and Pharmaceutical Sciences (JAMAPS)*, *1*(2), 44–51. https://doi.org/10.36079/lamintang.jamaps-0102.442

Triyanto, E. (2014). *Pelayanan keperawatan bagi penderita hipertensi secara*

Kemenkes Poltekkes Bengkulu

terpadu (Cetakan ke).

WHO. (2023). Hipertensi. *Hypertension*. https://www.who.int/news-room/fact-sheets/detail/hypertension

Widyaningrum, H. (2017). *Pijat refleksi dan 6 terapi alternatif lainnya* (Cetakan ke).

Wijayanti, D. R., & Warsono, W. (2022). Penerapan buerger allen exercise meningkatkan perfusi perifer pada penderita diabetes melitus tipe II. *Ners Muda*, *3*(2). https://doi.org/10.26714/nm.v3i2.8266

Yammar, Y., Wardanengsih, E., Utami, D. F., & ... (2024). Pengaruh Terapi Buerger Allen Exercises Terhadap Perbaikan Sirkulasi Darah Perifer Pada Pasien Diabetes Mellitus Tipe 2. *Jurnal Penelitian Kesehatan Suara Forikes*, *15*(3), 15–20. http://forikes-ejournal.com/index.php/SF/article/view/4617

Yankes. (2023). *Kenali Berbagai Manfaat Asam Linoleat*. https://yankes.kemkes.go.id/view_artikel/3845/kenali-berbagai-manfaat-asam-linoleat

Kemenkes
Poltekkes Bengkulu

Lampiran 1

INFORMED CONSENT DAN PENJELASAN PENELITIAN

Kepada Yth.
Calon Responden

Dengan hormat,
Saya yang bertanda tangan di bawah ini :

Nama	**: Rahma Puspita**
Prodi	**: STr. Keperawatan dan Profesi Ners**
NIM	**: P05120321083**
No. HP	**: 085266036742**

Adalah Mahasiswa Poltekkes Kemenkes Bengkulu yang sedang melaksanakan penelitian dengan judul : Pengaruh Kombinasi Terapi *Foot Reflexology* Dan *Buerger Allen Exercise* terhadap Tekanan Darah pada Pasien Hipertensi di Wilayah Kerja Puskesmas Kota Bengkulu Tahun 2025**.** Tujuan penelitian ini adalah menambah pengetahuan dalam penanganan tekanan darah pada pasien hipertensi di Wilayah Kerja Puskesmas Kota Bengkulu.

Pada penelitian ini responden akan diberikan kuesioner untuk menilai pengetahuan mengenai tekanan darah pasien hipertensi. Penelitian ini tidak menimbulkan kerugian, bahaya, dan efek apapun bagi responden. Jika anda telah menjadi responden dan terjadi hal-hal yang memberatkan, maka diperbolehkan untuk melaporkan pada peneliti atau dapat langsung mengundurkan diri dari penelitian ini dengan menghubungi peneliti pada nomor telepon yang tercantum diatas. Responden akan mendapatkan kompensasi untuk penggantian waktu untuk pengisian kuesioner ini yang ditentukan peneliti besarannya.

Kerahasiaan semua informasi yang diberikan akan dijaga dan hanya digunakan untuk keperluan penelitian. Semua hasil catatan atau data responden akan disimpan di Poltekkes Kemenkes Bengkulu. Apabila anda menyetujui maka saya mohon kesediannya untuk menandatangani lembar persetujuan sebagai responden penelitian. Atas perhatian, kerjasama dan kesediannya menjadi responden saya ucapkan terima kasih.

Bengkulu, 2025

(……)

Lampiran 2

SURAT PERMOHONAN
RESPONDEN

Dengan Hormat,

Saya yang bertandatangan dibawah ini adalah mahasiswi Program Studi Sarjana Terapan Keperawatan Poltekkes Kemenkes Bengkulu:

Nama : Rahma Puspita

Nim : P05120321083

Saya akan melakukan penelitian yang berjudul "Pengaruh Kombinasi Terapi *Foot Reflexology* dan *Buerger Allen Exercise* terhadap Tekanan Darah pada Pasien Hipertensi di Wilayah Kerja Puskesmas Kota Bengkulu Tahun 2025".

Sehubungan dengan maksud tersebut, maka dengan kerendahan hati saya mohon partisipasi Saudari/Ibu untuk menjadi responden penelitian ini. Data yang diperoleh dari penelitian ini dapat bermanfaat bagi masyarakat, tenaga kesehatan, dan institusi pendidikan. Informasi tentang data yang diperoleh akan dijamin kerahasiaanya dan hanya digunakan untuk data penelitian. Demikian permohonan ini, atas perhatian dan partisipasinya saya ucapkan terima kasih.

Hormat Saya,

RAHMA PUSPITA

Lampiran 3

SURAT PERSETUJUAN
RESPONDEN

Saya yang bertanda tangan di bawah ini :

Nama :

Umur :

Jenis Kelamin :

Alamat :

Dengan ini saya bersedia berpartisipasi sebagai responden dalam penelitian yang dilakukan oleh Saudari Rahma Puspita Mahasiswi Sarjana Terapan Keperawatan Politeknik Kesehatan Kementrian Kesehatan Bengkulu dengan judul "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".

Penelitian ini tidak akan merugikan saya ataupun berakibat buruk bagi saya dan keluarga saya, maka saya bersedia menjadi responden. Demikian surat persetujuan ini saya buat untuk dipergunakan sebagaimana mestinya.

Bengkulu, 2025

(…….)

Lampiran 4

FORMULIR PENGUMPULAN DATA DEMOGRAFIS RESPONDEN

Nomor responden:

A. Karakteristik Responden

1. Nama :
2. Usia :
3. Jenis Kelamin :
   ( ) Laki-laki
   ( ) Perempuan
4. Agama :
   ( ) Islam
   ( ) Kristen
   ( ) Hindu
   ( ) Budha
5. Pekerjaan :
6. Pendidikan :
   ( ) SD
   ( ) SMP
   ( ) SMA/SMK
   ( ) Perguruan tinggi
7. Riwayat hipertensi :
   ( ) Ada
   ( ) Tidak
8. Riwayat hipertensi dalam keluarga
   ( ) Ada
   ( ) Tidak
9. Riwayat Merokok
   ( ) Ya
   ( ) Tidak

Keterangan :**Diconteng ( ) jika sesuai*

Lampiran 5

STANDAR PROSEDUR OPERASIONAL
TERAPI *FOOT REFLEXOLOGY* DAN *BUERGER ALLEN EXERCISE* UNTUK MENURUNKAN TEKANAN DARAH PADA PASIEN HIPERTENSI

Pengertian

Terapi *Foot Reflexology* dan *Buerger Allen Exercise merupakan kombinasi t*erapi yang dapat memberikan relaksasi serta penyembuhan secara sistematis dan memberikan tekanan ke titik refleks tertentu dan serangkaian Latihan pergerakan yang membantu peredaran darah

Tujuan

1. Pengurangan tekanan darah
2. Meningkatkan relaksasi
3. Meningkatkan kualitas hidup
4. Meningkatkan sirkulasi darah

Indikasi

1. Pasien tekanan darah tinggi (hipertensi)
2. Pasien dengan masalah gangguan sirkulasi
3. Pasien dengan gangguan kecemasan dan stress
4. Pasien dengan penyakit pembuluh darah perifer
5. Diabetes mellitus dengan risiko gangguan sirkulasi

Kontraindikasi

1. Kondisi kardiovaskular berat: seperti serangan jantung atau penyakit jantung koroner.
2. Diabetes dengan komplikasi: termasuk neuropati.
3. Penyakit kulit infeksius, luka terbuka atau ulkus pada kaki.
4. Penggumpalan darah: seperti deep vein thrombosis (dvt).
5. Kondisi yang memerlukan penghindaran aktivitas fisik, seperti emboli atau trombosis
6. Gangguan neurologis yang serius yang mempengaruhi keseimbangan

Persiapan Klien

1. Berikan salam, perkenalkan diri, identifikasi klien dan periksa identitas klien.
2. Jelaskan tentang prosedur tindakan yang akan dilakukan
3. Atur ventilasi dan sirkulasi udara yang baik
4. Atur posisi klien dengan aman dan nyaman
5. Jaga privasi klien

Persiapan Alat

1. Tisu
2. Sebuah bantal/guling
3. Selimut
4. Perlak
5. Alas atau matras
6. Jam

Prosedur

1. Beritahu klien bahwa tindakan akan segera dimulai
2. Perawat mencuci tangan dan memakai handscoon
3. Perawat mendekatkan alat
4. Perawat memasang perlak
5. Posisikan klien senyaman mungkin
6. Lakukan pemeriksaan tekanan darah sebelum Tindakan
7. Posisikan klien berbaring atau terlentang 3 menit



8. Elevasi: Kaki diangkat hingga sudut 45 derajat selama dua menit

yang disangga oleh bantal.



9. *Dependency*: Kaki diturunkan di bawah tingkat tubuh,



10. Horizontal: Kaki diletakkan datar di permukaan selama 5 menit.



11. Lanjutkan dengan pijat refleksologi
12. Lakukan teknik pijatan dengan menekan menggunakan jari telunjuk.
13. Tekanannya diaplikasikan dengan menggunakan ruas jari telunjuk kanan (punggung bagian sendi interphalangeal proksimal dalam posisi fleksi) tegak lurus dan ditahan selama 15 detik kemudian dilepaskan selama 5 detik.



14. Lakukan Teknik tahan-lepas lima kali selama total kursus dari 2 menit
15. Lakukan penekanan pada titik refleksi selama 20 menit.
16. Beritahukan kepada klien bahwa tindakan telah selesai.
17. Rapikan dan bersihkan kaki klien
18. Bereskan peralatan
19. Cuci tangan

Evaluasi

1. Pengukuran ulang tekanan darah
2. Kontrak pertemuan selanjutnya
3. Mengakhiri pertemuan

Dokumentasi

1. Tanggal, jam dilakukan Tindakan
2. Respon klien selama tindakan
3. Catat hasil tekanan darah
4. Nama dan paraf perawat

Sumber (Faradhila dkk., 2022) (Lakshmanan dan Vishnu, 2019) (Sun dkk., 2024)

Lampiran 6

STANDAR PROSEDUR OPERASIONAL
PEMERIKSAAN TEKANAN DARAH (Tensimeter Digital)

PROSEDURE

Pengertian

Pemeriksaan yang dilakukan untuk menilai seberapa kuat jantung memompa darah ke seluruh tubuh, atau suatu pengukuran untuk mengetahui tingkat tekanan darah seseorang.

Tujuan

Mengetahui hasil sistolik dan diastolik

Mengetahui tekanan darah normal dan tidak normal

Persiapan Alat

1. *Spignanometer* (tensimeter) digital
2. Lembar observasi pengukuran tekanan darah

Pelaksanaan prosedur tindakan

A. FASE PRA INTERAKSI

1. Menyiapkan tempat yang nyaman, bersih dan cukup pencahayaan

B. FASE ORIENTASI

1. Mengucapkan salam
2. Perkenalkan diri
3. Kontrak waktu dan tempat dengan pasien
4. Menjelaskan pada pasien dan keluarga tentang prosedure dan tujuan tindakan yang akan dilaksanakan
5. Perawat mencuci tangan

C. **FASE KERJA**

1. Atur posisi pasien dengan posisi duduk dan nyaman
2. Letakkan lengan yang akan diukur dengan posisi tangan terlentang
3. Buka lengan baju pasien
4. Posisikan manset dan lengan sejajar dengan jantung
5. Letakkan posisi kaki dilantai dengan rileks. Karena saat kaki terangkat akan menurunkan Tingkat keakuratan hasil pemeriksaan.
6. Posisikan manset dan lengan sejajar dengan jantung
7. Tekan tombol start, dan tunggu hasil pengukuran
8. Catat hasil pengukuran yang tertera pada layer tensimeter digital
9. Mencuci tangan

D. FASE TERMINASI

1. Rapikan peralatan
2. Perawat mencuci tangan
3. Evaluasi Tindakan

Sumber

(Mufidah dkk., 2023)

Lampiran 7

STANDAR PROSEDUR OPERASIONAL
RENDAM KAKI AIR HANGAT

PROSEDURE

Pengertian
Terapi relaksasi dengan merendam kaki menggunakan air hangat untuk membuat relaksasi pada area kaki.

Tujuan
Bertujuan untuk melancarkan sirkulasi darah, dan menurunkan tekanan darah

Persiapan Alat
1. Lembar *Informed Consent*
2. Lembar observasi tekanan darah
3. Air hangat 5 liter dengan suhu 39

Pelaksanaan prosedur tindakan

1. **FASE ORIENTASI**
   1. Mengucapkan salam
   2. Perkenalkan diri
   3. Kontrak waktu dan tempat dengan pasien
   4. Menjelaskan pada pasien dan keluarga tentang prosedure dan tujuan tindakan yang akan dilaksanakan
   5. Perawat mencuci tangan
2. **FASE KERJA**
   1. Siapkan tensi, handuk dan ember/baskom
   2. Kemudian anjurkan responden duduk di kursi dengan rileks dan
   3. Bersandar dan lakukan tensi pada klien
   4. Kemudian tuangkan air hangat ke dalam ember/baskom
   5. Setelah itu rendam kaki ke dalam ember/baskom tersebut sampai pergelangan kaki selama 15 menit.
   6. Setelah itu angkat kedua kaki, bilas dengan air dingin dan keringkan dengan handuk kemudian tensi ulang responden.
   7. Lakukan 1 kali selama 3 hari
3. **FASE TERMINASI**
   1. Mengobservasi tekanan darah responden setelah dilakukan perendaman kaki
   2. Rapikan alat
   3. Evaluasi tindakan

Sumber
(Ilmiah Keperawatan Orthopedi dkk, 2019)

Lampiran 8

MASTER DATA

No	Nama	Data Karakteristik						Data Kontrol dan Intervensi					
		Usia	Jenis Kelamin	Pekerjaan	Riwayat Hipertensi	Riwayat Hipertensi keluarga	Riwayat Merokok	TDS PRE	TDS POST	TDD PRE	TDD POST	Selisih TDS	Selisih TDD
1													
2													
3													
4													
5													
6													
7													
8													
9													
10													
11													
12													
13													
14													
15													
16													

17												
18												
19												
20												
21												
22												
23												
24												
25												
26												
27												
28												
29												
30												
31												
32												
33												
34												
35												
36												

Lampiran 8

SURAT PRA PENELITIAN



Kementerian Kesehatan
Poltekkes Bengkulu
Jalan Indragiri No.3 Padang Harapan Bengkulu 38225
(0736) 341212
https://poltekkesbengkulu.ac.id

18 November 2024

Nomor : : PP.06.03/FXXXI.1/2030 /2024
Perihal : **Izin Pra Penelitian**

Yth.
Kepala Dinas Kesehatan Kota Bengkulu
di
Tempat

Sehubungan penyusunan tugas akhir dalam bentuk Skripsi Mahasiswa Progam Studi Keperawatan Program Sarjana Terapan Jurusan Keperawatan Politeknik Kesehatan Kemenkes Bengkulu Tahun Akademik 2024/2025, dengan ini mohon Bapak/Ibu dapat memberikan izin pengambilan data, Pra Penelitian pada mahasiswa dibawah ini :

nama mahasiswa	: RAHMA PUSPITA
nim	: P05120321083
tempat	: Wilayah Kerja Puskesmas Kota Bengkulu
judul	: Pengaruh Kombinasi Terapi Foot Reflexology Dan Buerger Allen Exercise Terhadap Tekanan Darah Pada Pasien Hipertensi
no handphone	: 085266036742

Demikianlah, atas perhatian dan kerjasamanya kami mengucapkan terimakasih.

a.n. Wakil Direktur I Bidang Akademik

Ns.Agung Riyadi, S.Kep.,M.Kes

Lampiran 9

SURAT PENGANTAR ETIK

Kemenkes
Poltekkes Bengkulu

Kementerian Kesehatan
Direktorat Jenderal
Sumber Daya Manusia Kesehatan
Politeknik Kesehatan Bengkulu
Jalan Indragiri No. 3 Padang Harapan
Bengkulu 38225
(0736) 341212
https://www.poltekkesbengkulu.ac.id

NOTA DINAS

NOMOR : STR.01/052/STR.Kep/III/2025

Yth. : Ketua Komisi Etik Poltekkes Kemenkes Bengkulu
Dari : Ka. Prodi Sarjana Terapan Keperawatan
Hal : Permohonan Uji Etik Mahasiswa Program Studi Keperawatan Program Sarjana Terapan Tahun 2025
Tanggal : 01 Maret 2025

Sehubungan dengan akan dilaksanakan penelitian bagi mahasiswa Program Studi Keperawatan Program Sarjana Terapan Jurusan Keperawatan Poltekkes Kemenkes Bengkulu, maka bersama ini kami mengajukan permohonan etik bagi mahasiswa :

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.

Demikian atas perhatian dan perkenaan Bapak/Ibu, diucapkan terima kasih

Ns. Hermansyah, M.Kep.

BLU

Dipindai dengan CamScanner

Lampiran 7

KETERANGAN LAYAK ETIK

Kementerian Kesehatan
Poltekkes Bengkulu
Jalan Indragiri No. 3 Padang Harapan Bengkulu 38225
(0736) 341212
https://poltekkesbengkulu.ac.id

KETERANGAN LAYAK ETIK
DESCRIPTION OF ETHICAL EXEMPTION
"ETHICAL EXEMPTION"

No.KEPK.BKL/231/04/2025

Protokol penelitian versi 1 yang diusulkan oleh :
The research protocol proposed by

Peneliti utama : Rahma Puspita
Principal In Investigator

Nama Institusi : Poltekkes Kemenkes Bengkulu
Name of the Institution

Dengan judul:
Title

"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"

"The Effect of Combination of Foot Reflexology Therapy and Buerger Allen Exercise on Blood Pressure in Hypertension Patients in the Work Area of ??Telaga Dewa Health Center, Bengkulu City in 2025"

Dinyatakan layak etik sesuai 7 (tujuh) Standar WHO 2011, yaitu 1) Nilai Sosial, 2) Nilai Ilmiah, 3) Pemerataan Beban dan Manfaat, 4) Risiko, 5) Bujukan/Eksploitasi, 6) Kerahasiaan dan Privacy, dan 7) Persetujuan Setelah Penjelasan, yang merujuk pada Pedoman CIOMS 2016. Hal ini seperti yang ditunjukkan oleh terpenuhinya indikator setiap standar.

Declared to be ethically appropriate in accordance to 7 (seven) WHO 2011 Standards, 1) Social Values, 2) Scientific Values, 3) Equitable Assessment and Benefits, 4) Risks, 5) Persuasion/Exploitation, 6) Confidentiality and Privacy, and 7) Informed Concent, referring to the 2016 CIOMS Guidelines. This is as indicated by the fulfillment of the indicators of each standard.

Pernyataan Laik Etik ini berlaku selama kurun waktu tanggal 11 April 2025 sampai dengan tanggal 11 April 2026.

This declaration of ethics applies during the period April 11, 2025 until April 11, 2026.

April 11, 2025
Chairperson,

apt. Zamharira Muslim, M.Farm

Lampiran 8

SURAT IZIN PENELITIAN



Kementerian Kesehatan
Direktorat Jenderal
Sumber Daya Manusia Kesehatan
Politeknik Kesehatan Bengkulu
Jalan Indragiri No.3 Padang Harapan
Bengkulu 38225
(0736) 341212
https://www.poltekkesbengkulu.ac.id

18 Maret 2025

Nomor : : PP. 01.01/F.XXIII.1/306/2025
Perihal : **Izin Penelitian**

Yth,
Kepala Badan Kesbangpol Kota Bengkulu
di
Tempat

Sehubungan penyusunan tugas akhir mahasiswa dalam bentuk kripsi Progam Studi Keperawatan Program Sarjana Terapan Jurusan Keperawatan Politeknik Kesehatan Kemenkes Bengkulu Tahun Akademik 2024/2025 , dengan ini kami mohon Bapak/Ibu dapat memberikan izin pengambilan data untuk penelitian kepada:

Nama	: RAHMA PUSPITA
NIM	: P05120321083
Tempat Penelitian	: Wilayah Kerja Puskesmas Telaga Dewa Kota Bengkulu
Waktu Penelitian	: 20 Maret - 31 mei 2025
Judul	: 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
No Handphone	: 085266036742

Demikianlah, atas perhatian dan kesediaan Bapak/Ibu diucapkan terimakasih.

a.n. Direktur Poltekkes Kemenkes Bengkulu
Wakil Direktur Bidang Akademik

Agung Riyadi, S.Kep.Ns.M.Kes

Lampiran 9

DOKUMENTASI PENELITIAN

