

SKRIPSI

PENGARUH PIJAT REFLEKSI KAKI TERHADAP TEKANAN DARAH PADA PENDERITA HIPERTENSI PRIMER DI WILAYAH KERJA UPT KESMAS GIANYAR I TAHUN 2018



Oleh :
MADE WAHYU RIAINTINI
P07120214024

KEMENTERIAN KESEHATAN REPUBLIK INDONESIA
POLTEKKES KEMENKES DENPASAR
JURUSAN KEPERAWATAN
PRODI DIV REGULER
DENPASAR
2018

SKRIPSI

PENGARUH PIJAT REFLEKSI KAKI TERHADAP TEKANAN DARAH PADA PENDERITA HIPERTENSI PRIMER DI WILAYAH KERJA UPT KESMAS GIANYAR I TAHUN 2018

Diajukan Untuk Memenuhi Salah Satu Syarat
Menyelesaikan Pendidikan Diploma IV Keperawatan
Jurusan Keperawatan

Oleh :

MADE WAHYU RIAINTINI
NIM. P07120214024

KEMENTERIAN KESEHATAN REPUBLIK INDONESIA
POLTEKKES KEMENKES DENPASAR
JURUSAN KEPERAWATAN
PRODI DIV REGULER
DENPASAR
2018

LEMBAR PERSETUJUAN

SKRIPSI

PENGARUH PIJAT REFLEKSI KAKI TERHADAP TEKANAN DARAH PADA PENDERITA HIPERTENSI PRIMER DI WILAYAH KERJA UPT KESMAS GIANYAR I TAHUN 2018

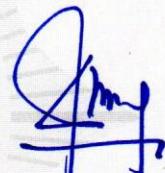
TELAH MENDAPATKAN PERSETUJUAN

Pembimbing Utama :



Ns. Drs. I Made Widastra, S.Kep., M.Pd
NIP. 195412311975091002

Pembimbing Pendamping :



I Made Mertha, SKp., M.Kep
NIP. 196910151993031015

Mengetahui

Ketua Jurusan Keperawatan

Poltekkes Kemenkes Denpasar



V.M. Endang S.P. Rahayu, SKp., M.Pd.
NIP. 195812191985032005

SKRIPSI DENGAN JUDUL :

**PENGARUH PIJAT REFLEKSI KAKI TERHADAP TEKANAN
DARAH PADA PENDERITA HIPERTENSI PRIMER DI
WILAYAH KERJA UPT KESMAS GIANYAR I
TAHUN 2018**

**TELAH DIUJI DI HADAPAN TIM PENGUJI
PADA HARI : SENIN
TANGGAL : 04 JUNI 2018**

TIM PENGUJI :

1. Ners. I Made Sukarja, S.Kep., M.Kep
NIP. 196812311992031020
2. Ns. I.G.A Ari Rasdini, S.Kep., M.Pd
NIP. 195910151986032001
3. Ns. Drs. I Made Widastra, S.Kep., M.Pd
NIP. 195412311975091002

(Ketua)

(Anggota)

(Anggota)

Mengetahui

Ketua Jurusan Keperawatan
Poltekkes Kemenkes Denpasar



V.M. Endang S.P. Rahayu, SKp., M.Pd.
NIP. 195812191985032005

SURAT PERNYATAAN BEBAS PLAGIAT

Saya yang bertanda tangan dibawah ini :

Nama : Made Wahyu Riantini
NIM : P07120214024
Program Studi : Diploma IV
Jurusan : Keperawatan
Tahun Akademik : 2018
Alamat : Jln. Perum Nangka Permai II Gg : Dewi Sri No. 7

Dengan ini menyatakan bahwa :

1. Skripsi dengan judul Pengaruh Pijat Refleksi Kaki terhadap Tekanan Darah pada Penderita Hipertensi Primer di Wilayah Kerja UPT Kesmas Gianyar I Tahun 2018 adalah benar **karya sendiri atau bukan plagiat hasil karya orang lain.**
2. Apabila dikemudian hari terbukti Skripsi ini **bukan** karya saya sendiri atau plagiat hasil karya orang lain, maka saya bersedia menerima sanksi sesuai Peraturan Mendiknas RI No 17 Tahun 2010 dan ketentuan perundangan yang berlaku.

Demikian surat pernyataan ini saya buat untuk dipergunakan sebagaimana mestinya.

Denpasar, 01 Juni 2018



Made Wahyu Riantini
NIM. P07120214024

**THE EFFECTS OF FOOT REFLEXOLOGY MASSAGE ON
BLOOD PRESSURE OF PRIMARY HYPERTENSION
PATIENTS IN WORK AREA UPT KESMAS
GIANYAR I IN 2018**

Made Wahyu Riantini

ABSTRACT

Hypertension is one of the non-communicable diseases that has recently become a major health problem in general. Hypertension affects one billion people in the world with 90-95% of cases unknown cause and is estimated to increase by 1.15 billion cases in 2025. One effort to lower blood pressure is by performing foot reflexology which is a method of relaxation that can make blood circulation in the body smoothly due to the occurrence of blood vessel dilation. The purpose of this research is to know the effect of foot reflexology massage on blood pressure of primary hypertension patients in work area UPT Kesmas Gianyar I in 2018. The research design used is pre experimental with one group pretest-posttest design and using purposive sampling method with number of patient as many as 20 respondents. The mean blood pressure of systole and diastole before treatment was 159,10 / 98,40 mmHg and after treatment was 145,10 / 89,80 mmHg. Hypothesis test is done by using paired t-test and obtained p-value 0.000 (p-value = <0,05), it can be concluded that there is influence of foot reflexology massage on blood pressure of primary hypertension patients. Based on this, it is expected foot reflexology can be applied to patients with primary hypertension as one of the non-pharmacological treatment to lower blood pressure

Keywords: *foot reflection massage; blood pressure; hypertension; primary hypertension*

**PENGARUH PIJAT REFLEKSI KAKI TERHADAP TEKANAN
DARAH PADA PENDERITA HIPERTENSI PRIMER DI
WILAYAH KERJA UPT KESMAS GIANYAR I
TAHUN 2018**

Made Wahyu Riantini

ABSTRAK

Hipertensi merupakan salah satu penyakit tidak menular yang belakangan ini menjadi masalah utama kesehatan secara umum. Hipertensi diderita oleh satu miliar orang di dunia dengan 90-95% kasus tidak diketahui penyebabnya dan diperkirakan meningkat sebanyak 1,15 miliar kasus di tahun 2025. Salah satu upaya untuk menurunkan tekanan darah adalah dengan melakukan pijat refleksi kaki yang merupakan metode relaksasi yang dapat membuat sirkulasi darah di dalam tubuh lancar karena terjadinya pelebaran pembuluh darah. Tujuan penelitian ini adalah untuk mengetahui pengaruh pijat refleksi kaki terhadap tekanan darah pada penderita hipertensi primer di wilayah kerja UPT Kesmas Gianyar I tahun 2018. Desain penelitian yang digunakan adalah *pre experimental* dengan rancangan *one group pretest-posttest design* dan menggunakan metode *purposive sampling* dengan jumlah pasien sebanyak 20 responden. Rata-rata tekanan darah sistole dan diastole sebelum perlakuan sebesar 159,10/98,40 mmHg dan setelah perlakuan sebesar 145,10/89,80 mmHg. Uji Hipotesis dilakukan dengan menggunakan uji statistik *paired t-test* dan diperoleh hasil *p-value* 0,000 (*p-value*= <0,05), maka dapat disimpulkan ada pengaruh pijat refleksi kaki terhadap tekanan darah pada penderita hipertensi primer. Berdasarkan hal tersebut, diharapkan pijat refleksi kaki dapat diterapkan kepada penderita hipertensi primer sebagai salah satu pengobatan non farmakologi untuk menurunkan tekanan darah.

Kata kunci: pijat refleksi kaki; tekanan darah; hipertensi; hipertensi primer

RINGKASAN PENELITIAN

PENGARUH PIJAT REFLEKSI KAKI TERHADAP TEKANAN DARAH PADA PENDERITA HIPERTENSI PRIMER DI WILAYAH KERJA UPT KESMAS GIANYAR I TAHUN 2018

Oleh : Made Wahyu Riantini

Hipertensi merupakan salah satu penyakit tidak menular yang belakangan ini masih menjadi masalah utama kesehatan secara umum. Hipertensi dianggap sebagai pembunuh manusia secara diam-diam atau dikenal dengan istilah "*silent killer*". Hipertensi diderita oleh satu miliar orang di dunia dengan 90-95% kasus tidak diketahui penyebabnya dengan prevalensi hipertensi diperkirakan akan terus meningkat tajam sebanyak 29% orang dewasa di seluruh dunia diprediksi terkena hipertensi pada tahun 2025 (Kemenkes, 2014; 2017). Sekitar 80% kenaikan kasus hipertensi terutama terjadi di negara berkembang dan diperkirakan mengalami peningkatan dari jumlah 639 juta kasus di tahun 2000 menjadi 1,15 miliar kasus di tahun 2025 (Ardiansyah, 2012). Menurut *American Heart Association* (AHA) penduduk Amerika yang berusia diatas 20 tahun penderita hipertensi telah mencapai hingga 74,5 juta jiwa namun hampir 90-95% kasus tidak diketahui penyebabnya (Kementerian Kesehatan Republik Indonesia, 2014).

Prevalensi hipertensi di Indonesia yang didapat melalui pengambilan data pada tahun 2013 oleh Badan Penelitian dan Pengembangan Kesehatan (2013) pada 11.986 blok sensus (BS) dari 12.000 target yang dilakukan dengan metode pengukuran pada umur ≥ 18 tahun menunjukkan bahwa Provinsi Bali menempati urutan ke-32 dari 33 Provinsi yang ada di Indonesia dengan presentase sebanyak 19,9% orang menderita hipertensi. (Pranata dkk., 2013). Dari delapan kabupaten dan satu kota yang ada di Provinsi Bali, jumlah presentase penderita hipertensi terendah berada di Kabupaten Gianyar (13,3%). Data yang diperoleh dari Dinas Kesehatan Kabupaten Gianyar pada tahun 2017 menunjukkan bahwa sebanyak 19.043 orang menderita hipertensi. Jumlah penderita hipertensi terbanyak berada

pada wilayah kerja UPT Kesmas Gianyar I dengan 5.963 orang dari total 13 UPT Kesmas se-Kabupaten Gianyar (Dinas Kesehatan Kabupaten Gianyar, 2018).

Hipertensi dapat mengakibatkan beberapa komplikasi apabila tidak segera ditangani dengan penatalaksanaan yang tepat seperti stroke, infark miokard, gagal ginjal dan ensefalopati (Kowalak *et al.*, 2011). Salah satu terapi non farmakologis yang dapat diberikan untuk penderita hipertensi primer adalah pijat refleksi kaki yang merupakan metode relaksasi langsung ke tubuh melalui titik-titik refleksi yang akan memberikan efek relaksasi terhadap tubuh dan menjadikan pembuluh darah melebar yang awalnya mengalami penyempitan sehingga akan menyebabkan tekanan darah menurun. Hasil studi pendahuluan yang dilakukan terhadap sepuluh pasien hipertensi primer yang sedang memeriksakan dirinya di UPT Kesmas Gianyar I mengatakan bahwa pasien sudah menderita hipertensi selama satu sampai lima tahun. Sepuluh pasien mengatakan bahwa stres merupakan penyebab tekanan darahnya tinggi, enam diantaranya memang mempunyai keturunan hipertensi dari orang tuanya. Upaya yang dilakukan oleh pasien untuk mengurangi tekanan darahnya adalah dengan rutin memeriksakan dirinya ke puskesmas atau pelayanan kesehatan terdekat dan mengonsumsi makanan rendah garam. Dari sepuluh pasien, tiga diantaranya pernah melakukan refleksi kaki dan tujuh diantaranya belum pernah.

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui pengaruh pijat refleksi kaki terhadap tekanan darah pada penderita hipertensi primer di wilayah kerja UPT Kesmas Gianyar I. Variabel penelitian ini adalah pijat refleksi kaki dan tekanan darah pada penderita hipertensi primer. Hipotesis penelitian ini adalah ada pengaruh pijat refleksi kaki terhadap tekanan darah pada penderita hipertensi primer. Penelitian ini merupakan penelitian kuantitatif dengan jenis penelitian *pre-eksperimental*. Desain yang digunakan adalah *one group pretest-posttest design* dengan intervensi berupa pijat refleksi kaki yang dilakukan oleh peneliti kepada responden setiap tiga hari sekali dengan minimal pertemuan lima sampai delapan kali yang diberikan selama 30 menit dalam 28 hari. Populasi dalam penelitian ini adalah penderita hipertensi primer di wilayah kerja UPT Kesmas Gianyar I dengan jumlah sampel sebanyak 20 orang dalam rentang umur ≥ 18

sampai 60 tahun yang dipilih dengan teknik *non probability sampling* jenis *purposive sampling*. Waktu penelitian berlangsung mulai dari tanggal 16 April sampai tanggal 12 Mei 2018.

Hasil penelitian diperoleh bahwa karakteristik responden berdasarkan usia menunjukkan rentang usia terbanyak yang menderita hipertensi primer masuk ke dalam kategori lansia akhir (56-65 tahun) dengan jumlah tujuh responden. Karakteristik responden jenis kelamin menunjukkan bahwa perempuan lebih banyak menderita hipertensi primer dengan jumlah 11 responden. Pekerjaan yang paling banyak menyebabkan terjadinya hipertensi primer berdasarkan penelitian ini adalah wanita yang berprofesi sebagai Ibu Rumah Tangga dengan jumlah delapan responden. Rata-rata tekanan darah sistole sebelum diberikan perlakuan sebesar 159,10 mmHg dan rata-rata tekanan darah diastole sebelum diberikan perlakuan sebesar 98,40 mmHg. Rata-rata tekanan darah sistole setelah diberikan perlakuan sebesar 145,10 mmHg dan rata-rata tekanan darah diastole setelah diberikan perlakuan sebesar 89,80 mmHg. Selisih rata-rata tekanan darah sistole sebelum dan sesudah diberikan perlakuan sebesar 14,00 mmHg dan selisih tekanan darah diastole sebelum dan sesudah diberikan perlakuan sebesar 8,60 mmHg. Terlihat perbedaan nilai signifikan antara tekanan darah *pre test* dan *post test*. Pijat refleksi kaki mengakibatkan penurunan tekanan darah baik tekanan darah sistole maupun tekanan darah diastole. Hasil uji statistik *paired t-test* didapatkan hasil *p-value* = 0,000 (*p*<0,05) yang berarti ada pengaruh pijat refleksi kaki terhadap tekanan darah pada penderita hipertensi primer.

Berdasarkan hasil penelitian tersebut didapatkan hasil bahwa pijat refleksi kaki dapat menurunkan tekanan darah sehingga penulis menyarankan kepada UPT Kesmas Gianyar I khususnya tenaga keperawatan untuk menggunakan pijat refleksi kaki sebagai salah satu terapi non farmakologi pada penderita hipertensi primer.

KATA PENGANTAR

Puji syukur penulis panjatkan kehadapan Ida Sang Hyang Widhi Wasa karena atas berkat-Nya penulis dapat menyelesaikan penelitian yang berjudul **“Pengaruh Pijat Refleksi Kaki terhadap Tekanan Darah pada Penderita Hipertensi Primer di Wilayah Kerja UPT Kesmas Gianyar I Tahun 2018”** tepat pada waktunya. Penelitian ini dapat diselesaikan bukanlah semata-mata atas usaha penulis sendiri melainkan berkat dorongan dan bantuan dari berbagai pihak, untuk itu melalui kesempatan ini penulis mengucapkan terima kasih kepada :

1. Bapak Anak Agung Ngurah Kusumajaya, SP., MPH selaku Direktur Politeknik Kesehatan Kemenkes Denpasar yang telah memberikan kesempatan penulis untuk menempuh pendidikan dan secara tidak langsung memberikan bimbingan pada program DIV di Jurusan Keperawatan Politeknik Kesehatan Denpasar.
2. Ibu V.M. Endang S.P. Rahayu, SKp., M.Pd. selaku Ketua Jurusan Keperawatan Politeknik Kesehatan Kemenkes Denpasar yang telah memberikan kesempatan baik itu berupa masukan, pengetahuan dan bimbingan dalam menyelesaikan penelitian ini.
3. Bapak I Dewa Putu Gede Putra Yasa, S.Kp., M.Kep.Sp.MB. selaku Ketua Program Studi DIV Jurusan Keperawatan Politeknik Kesehatan Kemenkes Denpasar yang telah memberikan bimbingan selama menempuh pendidikan di Jurusan Keperawatan Politeknik Kesehatan Kemenkes Denpasar.

4. Bapak Ns. Drs. I Made Widastra, S.Kep., M.Pd selaku pembimbing utama yang telah memberikan pengetahuan, bimbingan dan masukan dalam menyelesaikan penelitian ini.
5. Bapak I Made Mertha, SKp., M.Kep selaku pembimbing pendamping yang telah memberikan pengetahuan, bimbingan dan masukan dalam menyelesaikan penelitian ini.
6. Mahasiswa angkatan II DIV Keperawatan Politeknik Kesehatan Kemenkes Denpasar yang banyak memberikan masukan dan dorongan kepada penulis serta persaudaraan selama hampir empat tahun ini.
7. Bapak Dr I Wayan Gede Ardita selaku Ka. UPT Kesmas Gianyar I yang sudah memberikan ijin untuk melakukan penelitian di wilayah kerja UPT Kesmas Gianyar I.
8. Bapak Ketut Rinta dan Ni Nyoman Warti selaku orang tua penulis yang selalu memberikan dorongan baik itu berupa dorongan moral maupun material.
9. I Gd Basudeva Gunartha dan Komang Manik Kumala Dewi selaku saudara penulis yang selalu membantu dan memberikan masukan kepada penulis.
10. Kerabat serta sahabat penulis yang selalu memberikan dorongan, masukan dan inspirasi.
11. Semua pihak yang telah membantu dalam penyusunan proposal penelitian ini yang tidak bisa peneliti sebutkan satu persatu.

Tidak ada manusia yang sempurna di dunia ini, maka dari itu penulis mengharapkan kritik dan saran yang membangun untuk menuju ke arah yang

lebih baik sehingga penelitian ini layak untuk digunakan sebagai bahan acuan penulis selanjutnya dan semoga bermanfaat bagi para pembaca.

Denpasar, 01 Juni 2018

Penulis

DAFTAR ISI

HALAMAN SAMPUL	1
HALAMAN JUDUL.....	2
HALAMAN PERSETUJUAN.....	3
HALAMAN PENGESAHAN.....	4
SURAT PERNYATAAN BEBAS PLAGIAT.....	5
<i>ABSTRACT</i>	6
ABSTRAK	7
RINGKASAN PENELITIAN	8
KATA PENGANTAR	11
DAFTAR ISI.....	14
DAFTAR TABEL.....	17
DAFTAR GAMBAR	18
DAFTAR LAMPIRAN.....	19
BAB I PENDAHULUAN	Error! Bookmark not defined.
A. Latar Belakang Masalah.....	Error! Bookmark not defined.
B. Rumusan Masalah.....	Error! Bookmark not defined.
C. Tujuan Penelitian	Error! Bookmark not defined.
1. Tujuan umum	Error! Bookmark not defined.
2. Tujuan khusus	Error! Bookmark not defined.
D. Manfaat Penelitian	Error! Bookmark not defined.
1. Manfaat secara praktis.....	Error! Bookmark not defined.
2. Manfaat secara teoritis	Error! Bookmark not defined.
BAB II TINJAUAN PUSTAKA.....	Error! Bookmark not defined.
A. Konsep Dasar Hipertensi	Error! Bookmark not defined.
1. Pengertian hipertensi	Error! Bookmark not defined.
2. Klasifikasi hipertensi.....	Error! Bookmark not defined.
3. Etiologi hipertensi	Error! Bookmark not defined.
4. Patofisiologi hipertensi.....	Error! Bookmark not defined.
5. Manifestasi klinis hipertensi.....	Error! Bookmark not defined.

- 6. Penatalaksanaan medisError! Bookmark not defined.
 - 7. Komplikasi hipertensiError! Bookmark not defined.
- B. Konsep Dasar Tekanan Darah.....Error! Bookmark not defined.
- 1. Pengertian tekanan darahError! Bookmark not defined.
 - 2. Klasifikasi tekanan darahError! Bookmark not defined.
 - 3. Faktor yang mempengaruhi tekanan darah Error! Bookmark not defined.
 - 4. Mekanisme pengendalian tekanan darah....Error! Bookmark not defined.
 - 5. Cara mengukur tekanan darahError! Bookmark not defined.
- C. Konsep Dasar Pijat RefleksiError! Bookmark not defined.
- 1. Pengertian pijat refleksi.....Error! Bookmark not defined.
 - 2. Manfaat pijat refleksi kaki.....Error! Bookmark not defined.
 - 3. Teknik pijat dasar refleksiError! Bookmark not defined.
 - 4. Titik atau area pijat refleksi kakiError! Bookmark not defined.
 - 5. Hal-hal yang perlu diperhatikan dalam pemijatanError! Bookmark not defined.
6. Cara melakukan pijat refleksi kaki.....Error! Bookmark not defined.
- D. Pengaruh Pijat Refleksi Kaki terhadap Tekanan Darah pada Pasien Hipertensi Primer.....Error! Bookmark not defined.
- BAB III KERANGKA KONSEPError! Bookmark not defined.
- A. Kerangka Konsep.....Error! Bookmark not defined.
- B. Variabel Penelitian dan Definisi Operasional VariabelError! Bookmark not defined.
- 1. Variabel penelitianError! Bookmark not defined.
 - 2. Definisi Operasional Variabel.....Error! Bookmark not defined.
- C. HipotesisError! Bookmark not defined.
- BAB IV METODE PENELITIANError! Bookmark not defined.
- A. Jenis Penelitian.....Error! Bookmark not defined.
- B. Alur PenelitianError! Bookmark not defined.
- C. Tempat dan Waktu Penelitian.....Error! Bookmark not defined.
- D. Populasi dan Sampel PenelitianError! Bookmark not defined.
- 1. Populasi penelitianError! Bookmark not defined.

- 2. Sampel penelitian **Error! Bookmark not defined.**
 - E. Jenis dan Teknik Pengumpulan Data **Error! Bookmark not defined.**
 - 1. Jenis data yang dikumpulkan **Error! Bookmark not defined.**
 - 2. Teknik pengumpulan data **Error! Bookmark not defined.**
 - 3. Instrumen pengumpulan data **Error! Bookmark not defined.**
 - F. Pengolahan dan Analisis Data **Error! Bookmark not defined.**
 - 1. Teknik pengolahan data **Error! Bookmark not defined.**
 - 2. Teknik analisis data **Error! Bookmark not defined.**
 - G. Etika Penelitian **Error! Bookmark not defined.**
 - 1. *Autonomy or human dignity* **Error! Bookmark not defined.**
 - 2. *Confidentiality* **Error! Bookmark not defined.**
 - 3. *Justice* **Error! Bookmark not defined.**
 - 4. *Beneficience and non maleficence* **Error! Bookmark not defined.**
- BAB V **Error! Bookmark not defined.**
- A. Hasil Penelitian **Error! Bookmark not defined.**
 - 1. Kondisi lokasi penelitian **Error! Bookmark not defined.**
 - 2. Karakteristik responden penelitian **Error! Bookmark not defined.**
 - 3. Hasil identifikasi tekanan darah sebelum pemberian pijat refleksi kaki
Error! Bookmark not defined.
 - 4. Hasil identifikasi tekanan darah setelah pemberian pijat refleksi kaki
Error! Bookmark not defined.
 - 5. Hasil analisis data tekanan darah *pre test* dan *post test***Error! Bookmark not defined.**
 - B. Pembahasan Hasil Penelitian **Error! Bookmark not defined.**
 - 1. Karakteristik responden berdasarkan usia, jenis kelamin dan pekerjaan
Error! Bookmark not defined.
 - 2. Tekanan darah sebelum dilakukan pijat refleksi kaki**Error! Bookmark not defined.**
 - 3. Tekanan darah setelah dilakukan pijat refleksi kaki**Error! Bookmark not defined.**

4. Pengaruh pijat refleksi kaki terhadap tekanan darah pada penderita hipertensi primer di wilayah kerja UPT Kesmas Gianyar I	Error!
Bookmark not defined.	
C. Kelemahan Penelitian	Error! Bookmark not defined.
BAB VI	Error! Bookmark not defined.
A. Simpulan	Error! Bookmark not defined.
B. Saran	Error! Bookmark not defined.
DAFTAR PUSTAKA	Error! Bookmark not defined.
LAMPIRAN.....	

DAFTAR TABEL

Tabel 1 Klasifikasi Hipertensi oleh JNC	Error! Bookmark not defined.
Tabel 2 Reaksi Pijat dan Cara Mengatasinya	Error! Bookmark not defined.
Tabel 3 Definisi Operasional Pengaruh Pijat Refleksi Kaki terhadap Tekanan Darah pada Penderita Hipertensi Primer	Error! Bookmark not defined.
Tabel 4 Distribusi Frekuensi Responden berdasarkan Usia pada Penderita Hipertensi Primer	Error! Bookmark not defined.
Tabel 5 Distribusi Frekuensi Responden berdasarkan Jenis Kelamin pada Penderita Hipertensi Primer.....	Error! Bookmark not defined.
Tabel 6 Distribusi Frekuensi Responden berdasarkan Pekerjaan pada Penderita Hipertensi Primer.....	Error! Bookmark not defined.
Tabel 7 Tekanan Darah <i>Pre Test</i> pada Penderita Hipertensi Primer	Error!
Bookmark not defined.	
Tabel 8 Tekanan Darah <i>Post Test</i> pada Penderita Hipertensi Primer.....	Error!
Bookmark not defined.	
Tabel 9 Hasil Uji Statistik <i>Paired T-Test</i> Pengaruh Pijat Refleksi Kaki terhadap Tekanan Darah pada Penderita Hipertensi Primer	Error! Bookmark not defined.

DAFTAR GAMBAR

- Gambar 1 Titik atau Area Pijat Refleksi di Telapak Kaki**Error! Bookmark not defined.**
- Gambar 2 Titik atau Area Pijat Refleksi di Punggung dan Samping Kaki..**Error! Bookmark not defined.**
- Gambar 3 Kerangka Konsep Pengaruh Pijat Refleksi Kaki terhadap Tekanan Darah pada Penderita Hipertensi Primer**Error! Bookmark not defined.**
- Gambar 4 Desain Penelitian Pengaruh Pijat Refleksi Kaki terhadap Tekanan Darah pada Penderita Hipertensi Primer**Error! Bookmark not defined.**
- Gambar 5 Alur Penelitian Pengaruh Pijat Refleksi Kaki terhadap Tekanan Darah pada Penderita Hipertensi Primer.....**Error! Bookmark not defined.**

DAFTAR LAMPIRAN

- Lampiran 1 Jadwal Kegiatan Penelitian
- Lampiran 2 Realisasi Biaya Penelitian
- Lampiran 3 Lembar Permohonan menjadi Responden
- Lampiran 4 Persetujuan Setelah Penjelasan (Informed Consent)
- Lampiran 5 SOP Pengukuran Tekanan Darah
- Lampiran 6 SOP Pijat Refleksi Kaki
- Lampiran 7 Lembar Pengumpulan Data pada Penderita Hipertensi
- Lampiran 8 *Master Table*
- Lampiran 9 Hasil Uji Statistik
- Lampiran 10 Surat-Surat
- Lampiran 11 Blanko Bimbingan