

**PENGARUH TERAPI *FOOT MASSAGE* TERHADAP  
TEKANAN DARAH PADA LANSIA DENGAN  
HIPERTENSI DI BANJAR PEMPATAN  
DESA TUMBAK BAYUH  
MENGWI**



**SKRIPSI**

**I GUSTI NGURAH PUTRA ANDIKA WIJAYA**

**PROGRAM STUDI SARJANA ILMU KEPERAWATAN  
SEKOLAH TINGGI ILMU KESEHATAN  
BINA USADA BALI  
2023**

**PENGARUH TERAPI *FOOT MASSAGE* TERHADAP  
TEKANAN DARAH PADA LANSIA DENGAN  
HIPERTENSI DI BANJAR PEMPATAN  
DESA TUMBAK BAYUH  
MENGWI**

**SKRIPSI**

**Sebagai Salah Satu Syarat Untuk Memperoleh Gelar Sarjana Keperawatan**

**Pada Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan Bina Usada Bali**

**Oleh :**

**I GUSTI NGURAH PUTRA ANDIKA WIJAYA**

**NIM. C1119105**

**PROGRAM STUDI SARJANA ILMU KEPERAWATAN  
SEKOLAH TINGGI ILMU KESEHATAN  
BINA USADA BALI  
2023**

## **SURAT PERNYATAAN PENELITIAN**

Saya yang bertanda tangan dibawah ini :

Nama : I Gusti Ngurah Putra Andika Wijaya

NIM : C1119105

Jurusan : S1 Keperawatan

Judul : Pengaruh Terapi Foot Massage Terhadap Tekanan Darah Pada Lansia Dengan Hipertensi Di Banjar Pempatan Desa Tumbak Bayuh Mengwi

Menyatakan dengan sebenarnya bahwa tugas akhir yang saya tulis benar-benar hasil karya saya sendiri, bukan merupakan pengambilan tulisan atau pikiran orang lain yang saya akui sebagai tulisan atau pikiran saya sendiri. Apabila dikemudian hari dibuktikan bahwa tugas akhir ini hasiljiplakan, maka saya bersedia menerima sanksi atau perbuatan tersebut

Mangupura 21 April 2023



(I Gusti Ngurah Putra Andika Wijaya)

**HALAMAN PERSETUJUAN**

**PENGARUH TERAPI FOOT MASSAGE TERHADAP TEKANAN  
DARAH PADA LANSIA DENGAN HIPERTENSI DI BANJAR  
PEMPATAN DESA TUMBAK BAYUH  
MENGWI**

**Diajukan Oleh:**

**I GUSTI NGURAH PUTRA ANDIKA WIJAYA**

**NIM. C1119105**

**Badung, 04 Mei 2023**

**Telah Disetujui Oleh Dosen Pembimbing**

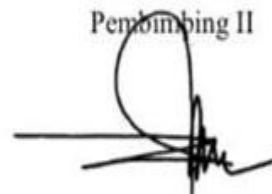
Pembimbing I



**Ns. Ida Ayu Agung Laksmi, S.Kep.,M.Kep**

**NIDN: 0801019002**

Pembimbing II



**Ns. Putu Wira Kusuma Putra, S.Kep.,M.Kep**

**NIDN : 0807068702**

Mengetahui,

Program Studi Sarjana Ilmu Keperawatan

Ketua



**Ns. I Putu Artha Wijaya, S.Kep., M.Kep**

**NIDN: 0821058603**

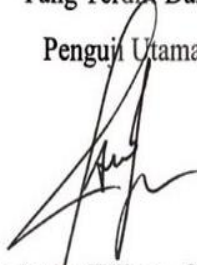
## HALAMAN PENGESAHAN

### PENGARUH TERAPI FOOT MASSAGE TERHADAP TEKANAN DARAH PADA LANSIA DENGAN HIPERTENSI DI BANJAR PEMPATAN DESA TUMBAK BAYUH MENGWI

Tanggal : 28 Mei 2023

Yang Terdiri Dari :

Penguji Utama



Ns. I Putu Artha Wijaya, S.Kep., M.Kep

NIDN: 0821058603

Sekretaris Penguji



Ns. Ida Ayu Agung Laksmi, S.Kep., M.Kep

NIDN: 0801019002

Anggota Penguji



Ns. Putu Wira Kusuma Putra, S.Kep., M.Kep

NIDN: 0807068702

Mengetahui,

Program Studi Sarjana Ilmu Keperawatan

Ketua



Ns. I Putu Artha Wijaya, S.Kep., M.Kep

NIDN: 0821058603

**SEKOLAH TINGGI ILMU KESEHATAN  
BINA USADA BALI PROGRAM STUDI SARJANA KEPERAWATAN**

Skripsi, 2023

I Gusti Ngurah Putra Andika Wijaya

Pengaruh Terapi Foot Massage Terhadap Tekanan Darah Pada Lansia Dengan Hipertensi Di Banjar Pempatan Desa Tumbak Bayuh Mengwi

Xv + 75 halaman + 11 tabel + 18 lampiran

**ABSTRAK**

Hipertensi merupakan masalah kesehatan global dan telah diakui sebagai kontributor utama terhadap beban penyakit kardiovaskuler. Salah satu penanganan non farmakologis untuk mengontrol hipertensi adalah dengan pemberian terapi *foot massage*. Tujuan dilakukan penelitian ini yaitu untuk mengetahui pengaruh terapi *foot massage* terhadap tekanan darah pada lansia dengan hipertensi di Banjar Pempatan Desa Tumbak Bayuh Mengwi.

Penelitian ini merupakan jenis penelitian kuantitatif menggunakan rancangan penelitian eksperimental dengan desain *quasi-eksperimen with kontrol group design*. Sampel dalam penelitian ini diambil dengan menggunakan teknik *Purposive sampling* dengan jumlah sampel sebanyak 38 responden. Instrumen penelitian ini menggunakan lembar observasi, *spygmanometer*, dan *stetoscope* untuk mengukur tekanan darah responden. Data dianalisis menggunakan uji independen T-test untuk membandingkan hasil *pre test* dan *post test*.

Hasil analisis tekanan darah lansia dengan hipertensi menunjukkan ada perbedaan nilai *pre test* dan *post test* didapatkan nilai t-hitung sistolik -8.042 dan diastolik yaitu -4.133 dengan nilai P value 0,001 ( $p < 0,05$ ), sehingga dapat disimpulkan ada pengaruh terapi *foot massage* terhadap tekanan darah pada lansia dengan hipertensi di banjar pempatan desa tumbak bayuh mengwi. Berdasarkan hasil penelitian ini diharapkan pemberian terapi *foot massage* dapat digunakan sebagai terapi nonfarmakologi untuk menurunkan tekanan darah pada lansia dengan hipertensi.

Kata kunci : *Foot Massage*, Lansia, Hipertensi  
Daftar Pustaka 35 (2015-2023)

**SEKOLAH TINGGI ILMU KESEHATAN  
BINA USADA BALI PROGRAM STUDI SARJANA KEPERAWATAN**

Skripsi, 2023

I Gusti Ngurah Putra Andika Wijaya

Effect of Foot Massage Therapy on Blood Pressure in Elderly with Hypertension  
in Tumbak Bayuh Mengwi Village

Xv + 75 pages + 11 tables + 18 appendices

**ABSTRACT**

Hypertension is a global health problem and has been recognized as a major contributor to the burden of cardiovascular disease. One of the non-pharmacological treatments to control hypertension is by giving foot massage therapy. The purpose of this study was to determine the effect of foot massage therapy on blood pressure in the elderly with hypertension in the Pempatan Banjar, Tumbak Bayuh Mengwi Village.

This research is a type of quantitative research using an experimental research design with a quasi-experimental design with a control group design. The sample in this study was taken using a purposive sampling technique with a total sample of 38 respondents. The research instrument used observation sheets, Sphygmomanometer, and stethoscope to measure the respondent's blood pressure. Data were analyzed using an independent T-test to compare the results of the pre-test and post-test.

The results of the blood pressure analysis of elderly people with hypertension showed that there were differences in the pre-test and post-test values, and the systolic t-count was -8.042 and -4.133 with a P value of 0.001 ( $p < 0.05$ ), so it can be concluded that there is an effect of foot massage therapy on blood pressure in elderly people with hypertension in Tumbak Bayuh Mengwi Village. Based on the results of this study, it is hoped that giving foot massage therapy can be used as a non-pharmacological therapy to reduce blood pressure in the elderly with hypertension.

Keywords: Foot Massage, Elderly, Hypertension

Bibliography 35 (2015-2023)

## KATA PENGANTAR

Puji syukur penulis panjatkan kehadirat Tuhan Yang Maha Esa karena berkat Rahmat-Nya penulis dapat menyelesaikan proposal penelitian yang berjudul “Pengaruh Terapi *Foot Massage* Terhadap Tekanan Darah Pada Lansia Dengan Hipertensi Di Banjar Pempatan, Desa Tumbak Bayuh Mengwi” sesuai dengan waktu yang telah direncanakan.

Skripsi ini disusun untuk memenuhi persyaratan dalam memperoleh gelar Sarjana Keperawatan (S.Kep) di STIKES Bina Usada Bali. Oleh karena itu, melalui pengantar ini penulis menyampaikan ucapan terima kasih kepada :

1. Dr. Ir. I Putu Santika, M.M. selaku Ketua STIKES Bina Usada Bali yang telah memberikan kesempatan untuk mengikuti Pendidikan Program Ilmu Keperawatan di STIKES Bina Usada Bali.
2. Ns. I Putu Artha Wijaya, S.Kep., M.Kes selaku Ketua Program Studi Ilmu Keperawatan STIKES Bina Usada Bali yang telah memberikan kesempatan untuk mengikuti Pendidikan Program Ilmu Keperawatan di STIKES Bina Usada Bali Prodi Sarjana Ilmu Keperawatan.
3. Ns. Ida Ayu Agung Laksmi, S.Kep.,M.Kep selaku pembimbing I yang telah banyak memberikan masukan, pengetahuan dan membimbing dalam proses menyelesaikan proposal penelitian ini.
4. Ns. Putu Wira Kusuma Putra, S.Kep.,M.Kep selaku pembimbing II yang telah banyak memberikan masukan, saran dan membimbing dalam menyelesaikan proposal penelitian ini.

5. Kedua orang tua dan saudara kandung saya tercinta yang telah memberikan banyak dukungan selama proses menyelesaikan proposal penelitian ini.
6. Teman – teman *Colostomy Class* yang telah banyak memberikan semangat, dorongan, dukungan serta bantuan kepada penulis.
7. Semua pihak yan telah membantu dalam penyelesaian proposal ini yang tidak bias penulis sebutkan satu persatu.

Penulis menyadari bahwa penelitian ini masih jauh dari kata sempurna. Maka dari itu, penulis sangat mengharapkan kritik dan saran yang bersifat membangun dalam rangka penyempurnaan penelitian ini. Semoga skripsi ini dapat bermanfaat bagi para pembaca penelitian ini.

Badung, 04 Mei 2023

Penulis

## DAFTAR ISI

<b>HALAMAN JUDUL</b> .....	i
<b>SURAT PERNYATAAN PENELITIAN</b> .....	ii
<b>HALAMAN PERSETUJUAN</b> .....	iii
<b>HALAMAN PENGESAHAN</b> .....	iv
<b>ABSTRAK</b> .....	v
<b>KATA PENGANTAR</b> .....	vii
<b>DAFTAR ISI</b> .....	ix
<b>DAFTAR TABEL</b> .....	xiii
<b>DAFTAR GAMBAR</b> .....	xiv
<b>DAFTAR LAMPIRAN</b> .....	xv
<b>BAB I PENDAHULUAN</b> .....	1
A. Latar Belakang .....	1
B. Rumusan Masalah .....	5
C. Tujuan Penelitian .....	5
1. Tujuan Umum.....	5
2. Tujuan Khusus.....	6
D. Manfaat Penelitian .....	6
1. Masyarakat .....	6
2. Pelayanan Keperawatan .....	6
3. Institusi Pendidikan .....	7
4. Pengembangan Ilmu Keperawatan .....	7
E. Keaslian Penelitian.....	7
<b>BAB II TINJAUAN PUSTAKA</b> .....	12
A. Konsep Lansia.....	12
1. Definisi Lansia .....	12
2. Karakteristik Lansia .....	13
3. Perubahan – Perubahan Yang Terjadi Pada Lansia.....	13
B. Konsep Hipertensi.....	17
1. Definisi Tekanan Darah .....	17

2.	Fisiologi Tekanan Darah .....	17
3.	Faktor-Faktor Yang Mempengaruhi Tekanan Darah .....	19
4.	Definisi Hipertensi .....	20
5.	Etiologi Hipertensi .....	21
6.	Klasifikasi Hipertensi .....	22
7.	Tanda Dan Gejala Hipertensi .....	23
8.	Komplikasi Hipertensi.....	23
9.	Pemeriksaan Penunjang.....	24
C.	Konsep Terapi <i>Foot Massage</i> .....	26
1.	Pengertian Terapi <i>Foot Massage</i> .....	26
2.	Prosedur Tindakan <i>Foot Massage</i> .....	26
a.	Tahap pertama : masase kaki bagian depan .....	26
3.	Manfaat Terapi <i>Foot Massage</i> .....	28
D.	Pengaruh Terapi <i>Foot Massage</i> Terhadap Penurunan Tekanan Darah Pada Lansia Dengan Hipertensi .....	29
E.	Kerangka Teori .....	31
<b>BAB III KERANGKA KONSEP, HIPOTESIS DAN DEFINISI OPERASIONAL .....</b>		<b>32</b>
A.	Kerangka Konsep.....	32
B.	Hipotesis .....	33
C.	Definisi Operasional .....	34
<b>BAB IV METODE PENELITIAN .....</b>		<b>35</b>
A.	Rancangan Penelitian.....	35
B.	Populasi dan Sampel .....	36
1.	Populasi .....	36
2.	Sampel.....	36
C.	Tempat Penelitian .....	38
D.	Waktu Penelitian.....	38
E.	Etika Penelitian .....	38
1.	Prinsip menghormati harkat martabat manusia ( <i>respect for persons</i> )....	39

2.	Prinsip berbuat baik ( <i>beneficence</i> ) dan tidak merugikan ( <i>nonmaleficence</i> )	39
3.	Prinsip keadilan ( <i>justice</i> )	40
F.	Alat Pengumpulan Data	41
1.	Instrument penelitian	41
G.	Prosedur Pengumpulan Data	41
1.	Prosedur Administrasi	42
2.	Prosedur Teknis	42
H.	Pengolahan Data	43
1.	<i>Editing</i>	44
2.	<i>Coding</i>	44
3.	<i>Data Entry</i>	44
4.	<i>Cleaning</i>	44
I.	Rencana Analisis Data	44
1.	Analisis Univariat	44
2.	Analisis Bivariat	45
<b>BAB V</b>	<b>HASIL PENELITIAN</b>	<b>48</b>
A.	Tempat dan Waktu Penelitian	48
B.	Analisis Univariat	49
1.	Gambaran Karakteristik Responden	49
C.	Uji Normalitas Data	50
B.	Analisis Bivariat	51
1.	Menganalisis Perbedaan Rerata Tekanan Darah Sistolik dan Diastolik setelah diberikan Terapi <i>Foot Massage</i> pada Kelompok Intervensi Di Banjar Pempatan Desa Tumbak Bayuh Mengwi	51
2.	Menganalisis Perbedaan Rerata Tekanan Darah Sistolik dan Diastolik setelah diberikan Obat Hipertensi Pada Kelompok Kontrol Di Banjar Pempatan Desa Tumbak Bayuh Mengwi	53
3.	Menganalisis Pengaruh Terapi <i>Foot Massage</i> Terhadap Tekanan Darah Pada Lansia Dengan Hipertensi Di Banjar Pempatan Desa Tumbak Bayuh Mengwi	54
<b>BAB VI</b>	<b>PEMBAHASAN</b>	<b>56</b>

A. Interpretasi Penelitian .....	56
1. Karakteristik Responden Hipertensi.....	56
2. Menganalisis Perbedaan Rerata Tekanan Darah Sistolik dan Diastolik setelah diberikan Terapi <i>Foot Massage</i> pada Kelompok Intervensi Di Banjar Pempatan Desa Tumbak Bayuh Mengwi .....	59
3. Menganalisis Perbedaan Rerata Tekanan Darah Sistolik dan Diastolik setelah diberikan Obat Hipertensi Pada Kelompok Kontrol Di Banjar Pempatan Desa Tumbak Bayuh Mengwi .....	62
4. Menganalisis Pengaruh Terapi <i>Foot Massage</i> Terhadap Tekanan Darah Pada Lansia Dengan Hipertensi Di Banjar Pempatan Desa Tumbak Bayuh Mengwi.....	64
B. Keterbatasan Penelitian.....	66
C. Impikasi Tertiadap Pelayanan, Pendidikan dan Penelitian .....	67
1. Pelayanan Keperawatan .....	67
2. Pendidikan Keperawatan.....	67
3. Penelitian Keperawatan.....	67
<b>BAB VII PENUTUP.....</b>	<b>68</b>
A. Simpulan .....	68
B. Saran .....	69
<b>DAFTAR PUSTAKA.....</b>	<b>71</b>
<b>LAMPIRAN.....</b>	<b>75</b>

## DAFTAR TABEL

<b>Tabel 2.1</b> Kriteria Penyakit Hipertensi Menurut Jnc-Viii .....	21
<b>Tabel 3.1</b> Definisi Operasional.....	33
<b>Tabel 5.1</b> Distribusi Frekuensi Responden Berdasarkan Jenis Kelamin.....	49
<b>Tabel 5.2</b> Distribusi Frekuensi Responden Berdasarkan Pendidikan.....	49
<b>Tabel 5.3</b> Distribusi Frekuensi Responden Berdasarkan Pekerjaan.....	50
<b>Tabel 5.4</b> Uji Normalitas Data .....	50
<b>Tabel 5.5</b> Hasil Analisa Perbedaan Rata-Rata Tekanan Darah Sistolik Responden Setelah Diberikan Terapi <i>Foot Massag</i> .....	51
<b>Tabel 5.6</b> Hasil Analisa Perbedaan Rata-Rata Tekanan Darah Diastolik Responden Setelah Diberikan Terapi <i>Foot Massage</i> .....	52
<b>Tabel 5.7</b> Hasil Analisa Perbedaan Rata-Rata Tekanan Darah Sistolik Responden Setelah Diberikan Obat Hipertensi.....	53
<b>Tabel 5.8</b> Hasil Analisa Perbedaan Rata-Rata Tekanan Darah Diastolik Responden Setelah Diberikan Obat Hipertensi.....	53
<b>Tabel 5.9</b> Menganalisis Pengaruh Terapi Foot Massage Terhadap Tekanan Darah Pada Lansia Dengan Hipertensi Di Banjar Pempatan Desa Tumbak Bayuh Mengwi.....	54

## DAFTAR GAMBAR

<b>Gambar 2.1</b> Kerangka Teori .....	30
<b>Gambar 3.1</b> Kerangka Konsep .....	31
<b>Gambar 4.1</b> Rancangan Penelitian .....	34

## DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran 1 Rencana Penelitian

Lampiran 2 Surat Permohonan Ijin Studi Pendahuluan

Lampiran 3 Surat Balasan Permohonan Ijin Studi Pedahuluan

Lampiran 4 Sertifikat Uji Kalibrasi *Sphygmomanometer*

Lampiran 5 Surat Persetujuan Menjadi Responden

Lampiran 6 Standar Oprasional Prosedur Terapi *Foot Massage*

Lampiran 7 Standar Oprasional Prosedur Pengukuran Tekanan Darah

Lampiran 8 Surat Permohonan Uji Etik

Lampiran 9 Ethical Approval

Lampiran 10 Berita Acara Uji Etik

Lampiran 11 Permohonan Penelitian

Lampiran 12 Surat Keterangan Penelitian Dinas Penanaman Modal Dan  
Pelayanan Satu Pintu

Lampiran 13 Surat Balasan Ijin Penelitian Kepala Desa

Lampiran 14 Lembaran Observasi

Lampiran 15 Hasil Pengolahan Data Analisis Univariat

Lampiran 16 Hasil Pengolahan Data Analisis Bivariate

Lampiran 17 Form Bimbingan

Lampiran 18 Dokumentasi Penelitian

## DAFTAR PUSTAKA

- Ainun, K., Kristina, K., & Leini, S. (2021). Terapi Foot Massage Untuk Menurunkan Dan Menstabilkan Tekanan Darah Pada Penderita Hipertensi. *Abdimas Galuh*, 3(2), 328. <https://doi.org/10.25157/ag.v3i2.5902>
- Akbar, F., Darmiati, D., Arfan, F., & Putri, A. A. Z. (2021). Pelatihan dan Pendampingan Kader Posyandu Lansia di Kecamatan Wonomulyo. *Jurnal Abdidas*, 2(2), 392–397. <https://doi.org/10.31004/abdidas.v2i2.282>
- Amaludin, M. M., Hamzah, H., & Muhsinin, M. (2020). Pengaruh Terapi Foot Message Terhadap Kecemasan Pasien Gagal Ginjal Kronik Yang Menjalani Hemodialisa Di Rsud Ulin Banjarmasin. *Jurnal Keperawatan Suaka Insan (Jksi)*, 5(1), 36–51. <https://doi.org/10.51143/jksi.v5i1.194>
- Arianta, F. akbar. (2017). TA : Rancang Bangun Aplikasi Pengelolaan Data Customer dan Monitoring Kinerja Marketing Berbasis Mobile *Institut Bisnis Dan Informatika Sikom Surabaya*, 9–36. <https://doi.org/10.25157/ag.v3i2.5804>
- Becker, F. G., & Cleary. (2015). Buku Keperawatan Gerontik Konsep Lanjut Usia dan Proses Penuaan. *Syria Studies*, 7(1), 37–72. [http://www.econ.upf.edu/~reynal/Civilwars\\_12December2010.pdf%0Ahttps://thinkasia.org/handle/11540/8282%0A](http://www.econ.upf.edu/~reynal/Civilwars_12December2010.pdf%0Ahttps://thinkasia.org/handle/11540/8282%0A)
- Damayanti, R., Irawan, E., Tania, M., & Rahmawati, R. (2020). Hubungan Activity Of Daily Living ( ADL ) Dengan Tingkat Depresi Pada Lansia. *Jurnal Keperawatan BSI*, 8(2), 247–255. <https://doi.org/10.51673/jksi.v5i1.205>
- Fitriyani, N. (2019). Hipertensi usia lansia. *Hilos Tensados*, 1, 1–476. *Jurnal Ilmu Kesehatan*, 1(1), 18. <https://doi.org/10.32831/jik.v1i1.12>
- Health, A. C. (2021). Analisis Pelaksanaan Program Indonesia Sehat dari Penyakit Menular ke Penyakit Tidak Menular Pemerintah Salah satu Indonesia program yang berkomit. 8(2), 273–291. <https://doi.org/10.25157/ag.v3i2.5902>
- Indonesian Society Of Hipertension. (2021). Konsesus Penatalaksanaan Hipertensi 2021. *Paper Knowledge . Toward a Media History of Documents*, 8–39. <https://doi.org/10.25157/ag.v3i2.5902>

- Irawan, H., & Ari, S. (2017). Pengaruh Terapi Bekam Terhadap Penurunan Tekanan Darah Pada Klien Hipertensi. *Jurnal Ilmu Kesehatan*, 1(1), 18. <https://doi.org/10.32831/jik.v1i1.12>
- Izzaty, Eka, R., Astuti, Budi, Cholimah, & Nur. (2020). Pengertian Kerangka Konseptual. *Angewandte Chemie International Edition*, 6(11), 951–952., 5–24. <https://doi.org/10.25157/ag.v3i2.5902>
- Krisnanda, M. Y. (2017). Laporan Penelitian Hipertensi. *Laporan Penelitian Hipertensi*, 1102005092, 18. [https://simdos.unud.ac.id/uploads/file\\_penelitian\\_1\\_dir/3f252a705ddbef7abf69a6a9ec69b2fd.pdf](https://simdos.unud.ac.id/uploads/file_penelitian_1_dir/3f252a705ddbef7abf69a6a9ec69b2fd.pdf)
- Masajinn, A. (2020). The Effect of Foot Massage on Postoperative Pain Level. *KSU Medical Journal*, 15(2), 110–115. <https://dergipark.org.tr/en/pub/ksutfd/article/673351>
- Mayssara A. Abo Hassanin Supervised, (2019). Desain Populasi Sample Metodologi Penelitian. *Paper Knowledge . Toward a Media History of Documents*, 7(1), 1–33. [https://www.bertelsmann-stiftung.de/fileadmin/files/BSt/Publikationen/GrauePublikationen/MT\\_Globa lization\\_Report\\_2018.pdf%0A](https://www.bertelsmann-stiftung.de/fileadmin/files/BSt/Publikationen/GrauePublikationen/MT_Globa lization_Report_2018.pdf%0A)
- Muhadi. (2016). JNC 8 : Evidence-based Guideline Penanganan Pasien Hipertensi Dewasa. *Cermin Dunia Kedokteran*, 43(1), 54–59. *Jurnal Ilmu Kesehatan*, 1(1), 18. <https://doi.org/10.32831/jik.v1i1.12>
- Nursalam. (2015). Metodologi Penelitian Ilmu Keperawatan. In P. P. Lestari (Ed.), *Metodologi Penelitian Ilmu Keperawatan: Pendekatan Praktis* (Edisi 4). Salemba Medika. <https://doi.org/16.87952/jik.v1i1.14>
- Oliver, J. (2019). Mean Arterial Pressure (MAP). *Hilos Tensados*, 1, 1–476. <http:repository.unimus.ac.id>
- Richard. (2019). Kerangka Konsep Pengaruh Acceptance and Commitment Therapy terhadap Tingkat Depresi Pasien Diabetes Melitus di Puskesmas Karangasem I Tahun 2019. *Journal of Chemical Information and Modeling*, 53(9), 1689–1699.
- Rinaldi, S. F., & Mujiyanto, B. (2017). *Metodologi Penelitian dan Statistik*. Pusat Pendidikan Sumber Daya Manusia Kesehatan. <http://repository.poltekkes-jombang.ac.id>

- Riskesdas. (2018). Laporan Riskesdas 2018 Kementerian Kesehatan Republik Indonesia. In *Laporan Nasional Riskesdas 2018* (Vol. 53, Issue 9, pp. 154–165). [http://www.yankes.kemkes.go.id/assets/downloads/PMK No. 57 Tahun 2013 tentang PTRM.pdf](http://www.yankes.kemkes.go.id/assets/downloads/PMK%20No.%2057%20Tahun%202013%20tentang%20PTRM.pdf)
- RISKESDAS. (2018). Laporan Provinsi Bali RISKESDAS 2018. In *Badan Penelitian dan Pengembangan Kesehatan*. [p://www.yankes.kemkes.go.id/assets/downloads/PMK No. 57 Tahun 2013 tentang PTRM.pdf](http://www.yankes.kemkes.go.id/assets/downloads/PMK%20No.%2057%20Tahun%202013%20tentang%20PTRM.pdf)
- Robby, A., Agustin, T., & Hanifan Azka, H. (2022). Pengaruh Pijat Kaki (Foot Massage) Terhadap Kualitas Tidur. *Healthcare Nursing Journal*, 4(1), 206–213. <https://doi.org/10.35568/healthcare.v4i1.1845>
- Rona, H., Ernawati, & Anggoro, S. (2021). Analisa faktor yang berhubungan dengan tingkat kecemasan pada lansia di Panti Werdha Hargodedali Surabaya. *Hospital Majapahit*, 13(1), 35–45. <http://nursingjurnal.respati.ac.id/index.php/JKRY/article/view/283>
- Rosalina, N. M. (2019). Asuhan Keperawatan Hipertensi dengan Fokus Studi Nyeri akut di Rsud Tidar Kota Mlang. *Journal of Chemical Information and Modeling*, 53(9), 1689–1699. <https://www.jstor.org/stable/4185762>
- Sari, N. P. (2020). Asuhan Keperawatan pada Pasien dengan Hipertensi yang di Rawat di Rumah Sakit. In *Journal of Chemical Information and Modeling* (Vol. 53, Issue 9). [http://repository.poltekkes-kaltim.ac.id/1069/1/KTI NOVIA PUSPITA SARI.pdf](http://repository.poltekkes-kaltim.ac.id/1069/1/KTI%20NOVIA%20PUSPITA%20SARI.pdf)
- Sholihuddin, M. (2018). Gambaran Tingkat Kemandirian Activity Daily Living Pada Lansia Di Upt Pelayanan Sosial Tresna Werdha Jember. *Keperawatan*, 46(2), 76. <http://nursingjurnal.respati.ac.id/index.php/JKRY/article/view/283>
- Siswanto, E. (2017). *Komparasi Keefektifan Penerapan Model Pembelajaran Inkuiri Dan Ekspositori Dalam Meningkatkan Hasil Belajar Ipa Siswa Kelas 5 Di Mi Se Kecamatan Kepung Kabupaten Kediri*. 63–95. <https://doi.org/10.35568/healthcare.v4i1.1867>
- Supriadi. (2018). Lanjut Usia Dan Permasalahannya. *Jurnal PPKn & Hukum*, 10(2), 84–94. <https://doi.org/10.35568/healthcare.v4i1.1845>

- Surti, Candrawati, E., & Warsono. (2017). Hubungan Antara Karakteristik Lanjut Usia Dengan Pemenuhan Kebutuhan Aktivitas Fisik Lansia Di Kelurahan Tlogomas Kota Malang. *Nursing News*, 2(3), 103–111. <https://publikasi.unitri.ac.id/index.php/fikes/article/view/450/368>
- Widyarani, L. (2020). Terapi Foot Massage Sebagai Terapi Komplementer dalam Menurunkan Tekanan Darah Pada Pasien Hipertensi Stadium I. ... *Dan Farmasi Volume 2 Nomor 17–23*. <http://eprints.stikes-notokusumo.ac.id/47/>
- Wulandari, M. (2019). Variabel Terikat. *Metodologi Penelitian Ilmu Keperawatan: Pendekatan Praktis* (Edisi 4). Salemba Medika. <https://doi.org/10.32831/jik.v1i1.12>
- WHO. (2018) WHO Global Report On Fall Prevention In Older Age.
- Yana, F. (2019). *Pengaruh Paparan Asap..., FIKA YANA, Fakultas Ilmu Kesehatan UMP, 2019*. 11–32. <https://doi.org/10.355/healthcare.v4i1.1845>