

**PENGARUH PEMBERIAN TERAPI AKUPRESUR
TERHADAP TEKANAN DARAH LANSIA
DI PUSKESMAS KEDIRI I
TABANAN**



SKRIPSI

Oleh :

NI MADE SUWARINI

**PROGRAM STUDI S1 KEPERAWATAN
SEKOLAH TINGGI ILMU KESEHATAN
BINA USADA BALI
2021**

HALAMAN PERSETUJUAN

**PENGARUH PEMBERIAN TERAPI AKUPRESUR
TERHADAP TEKANAN DARAH LANSIA
DI PUSKESMAS KEDIRI I
TABANAN**

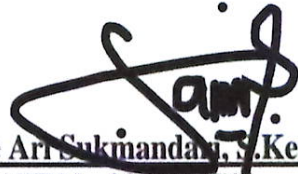
Diajukan Oleh:

**NI MADE SUWARINI
NIM : C2119177**

Mangupura, 27 Januari 2021

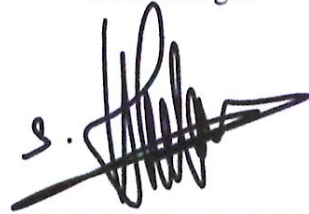
Telah disetujui oleh Dosen Pembimbing

Pembimbing I



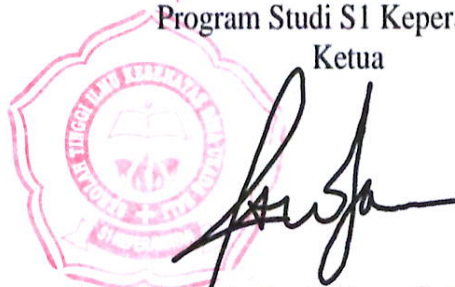
**Ns. Ni Made Ari Sukmandani, S.Kep., M.Kes
NIDN : 0812108702**

Pembimbing II



**Ns. Made Ririn Sri Wulandari, S.Kep., M.Kep
NIDN: 0809119002**

**Mengetahui,
Program Studi S1 Keperawatan
Ketua**



**Ns. I Putu Artha Wijaya, S. Kep., M.Kep
NIDN: 0821058603**

HALAMAN PENGESAHAN

SKRIPSI INI TELAH DIPERTAHANKAN DAN DISAHKAN
DI DEPAN DEWAN PENGUJI PROGRAM STUDI S1 KEPERAWATAN
SEKOLAH TINGGI ILMU KESEHATAN
BINA USADA BALI
Tanggal: 5 Februari 2021

Yang Terdiri dari:

Penguji Utama



dr. I Nyoman Suartha, M.Repro
NIDN: 0809036701

Sekretaris Penguji



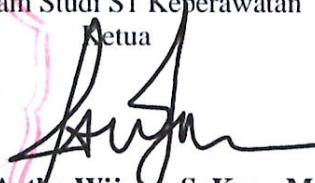
Ns. Ni Made Ari Sukmandari, S.Kep., M.Kes
NIDN : 0812108702

Anggota Penguji



Ns. Made Ririn Sri Wulandari, S.Kep., M.Kep
NIDN: 0809119002

Mengetahui,
Program Studi S1 Keperawatan
Ketua



Ns. I Putu Artha Wijaya, S. Kep., M.Kep
NIDN: 0821058603

SURAT PERNYATAAN KEASLIAN PENELITIAN

Saya yang bertanda tangan dibawah ini :

Nama : Ni Made Suwarini

NIM : C2119177

Jurusan : S1 Keperawatan

Judul Skripsi : Pengaruh Terapi Akupresur Terhadap Tekanan Darah
Lansia di Puskesmas Kediri I Kabupaten Tabanan

Menyatakan dengan sebenarnya bahwa skripsi yang saya tulis dengan benar-benar hasil karya saya sendiri, bukan merupakan pengambil alihan tulisan atau pikiran orang lain yang saya akui sebagai tulisan atau pikiran saya sendiri. Apabila dikemudian hari dapat dibuktikan bahwa skripsi ini jiplakan, maka saya bersedia menerima sanksi atas perbuatan tersebut.

Badung, 26 Januari 2021



(Ni Made Suwarini)

**SEKOLAH TINGGI ILMU KESEHATAN
BINA USADA BALI
PROGRAM STUDI S1 KEPERAWATAN**
Skripsi, 9 Januari 2020

Ni Made Suwarini

Pengaruh Terapi Akupresur Terhadap Tekanan Darah Lansia di Puskesmas Kediri I Kabupaten Tabanan

XIV + 67 + 10 tabel + 2 gambar + Lampiran

ABSTRAK

Seiring bertambahnya usia pada lansia, sistem kardiovaskuler akan mengalami perubahan seperti arteri yang kehilangan elastisitasnya, hal ini dapat menyebabkan peningkatan nadi dan tekanan sistolik darah. Akupresur merupakan perkembangan dari terapi akupuntur dapat menurunkan tekanan darah, perangsangan di titik akupresur menyebabkan keluarnya hormon endorphin yang dapat mengurangi produksi asam laktat sehingga memberikan kondisi rileks dan nyaman. Tujuan penelitian ini adalah untuk mengetahui pengaruh terapi akupresur terhadap tekanan darah lansia.

Penelitian ini menggunakan desain penelitian *pra-eksperimental* dengan rancangan *one group pra-post test design* dengan *simple random sampling*, yang melibatkan 34 lansia dengan hipertensi. Tekanan darah diukur dengan spigmomanometer dan terapi akupresur sesuai dengan *standard operational procedure* (SOP), kemudian dilakukan analisis data dengan *paired t-test* karena data berdistribusi normal.

Hasil menunjukkan rata-rata tekanan darah sebelum intervensi adalah 152,35/97,65 mmHg, sedangkan setelah intervensi rata-rata tekanan darah menjadi 140,74/90,59 mmHg. Analisis dengan *paired sample t-test* mendapatkan nilai *p value*= 0,001 pada tekanan *systole* dan *diastole*, sehingga ada perbedaan tekanan darah sebelum dan setelah diberikan intervensi terapi akupresur pada lansia di Puskesmas Kediri I Kabupaten Tabanan.

Diharapkan perawat dapat secara mandiri dalam memberikan terapi akupresur pada lansia dengan hipertensi untuk dapat menurunkan tekanan darah.

Kata Kunci : Hipertensi, Akupresur, Lansia, Tekanan Darah

Daftar pustaka : (2015-2020)

**HEALTH INSTITUTION
BINA USADA BALI
BACHELOR DEGREE OF NURSING PROGRAM**

Undergraduate thesis, 9 January 2021

Ni Made Suwarini

The Effect of Acupressure Therapy toward Elderly Blood Pressure at Kediri I Public Health Center, Tabanan Regency

XIV + 67 + 10 tables + 2 pictures + Attachments

ABSTRACT

Long with the elderly is getting older, the cardiovascular system will experience changes such as arteries losing their elasticity, which can lead to an increase in pulse and systolic blood pressure. Acupressure is a development of acupuncture therapy that can lower blood pressure, stimulation at the acupressure point causes the release of endorphin hormones which reduce lactic acid production to provide a relaxed and comfortable condition. The purpose of this study was to determine the effect of acupressure therapy on blood pressure in the elderly.

This study used a pre-experimental research design with a one-group pre-post test design with simple random sampling, which involved 34 elderly with hypertension. Blood pressure was measured with a sphygmomanometer and acupressure therapy according to the standard operational procedure (SOP), then data analysis was carried out using a paired t-test because the data were normally distributed.

The results showed that the mean blood pressure before the intervention was 152.35 / 97.65 mmHg, while after the intervention the average blood pressure was 140.74 / 90.59 mmHg. Analysis with paired sample t-test obtained p-value = 0.001 in systolic and diastolic pressures, so that there were differences in blood pressure before and after acupressure therapy intervention in the elderly at Kediri I Public Health Center, Tabanan Regency.

It is hoped that nurses can independently provide acupressure therapy to elderly people with hypertension to lower blood pressure.

*Keywords: Hypertension, Acupressure, Elderly, Blood Pressure
Bibliography: (2015-2020)*

KATA PENGANTAR

Puji syukur peneliti panjatkan kehadapan Ida Sang Hyang Widi Wasa karena berkat Asung Kerta Wara Nugraha peneliti dapat menyelesaikan skripsi dengan judul “Pengaruh Terapi Akupresur Terhadap Tekanan Darah Lansia di Puskesmas Kediri I Kabupaten Tabanan” dapat diselesaikan tepat pada waktunya.

Skripsi ini disusun dalam rangka memenuhi persyaratan untuk memperoleh gelar sarjana Keperawatan pada Program Studi Keperawatan, Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan Bina Usada Bali. Skripsi ini dapat diselesaikan bukanlah semata-mata usaha sendiri, melainkan berkat dorongan dan bantuan dari berbagai pihak untuk itu melalui kesempatan ini dengan segala hormat dan kerendahan hati peneliti menyampaikan penghargaan dan terima kasih yang sebesar - besarnya kepada:

1. Dr. Ir. Putu Santika, MM. selaku Ketua STIKES Bina Usada Bali yang telah yang telah memberikan kesempatan mengikuti pendidikan Program Ilmu Keperawatan di STIKES Bina Usada Bali.
2. Kepala Puskesmas Kediri I atas ijin yang telah diberikan untuk menjadikan Puskesmas Kediri I menjadi lokasi penelitian.
3. Ns. I Putu Artha Wijaya, S. Kep., M.Kep. selaku Ketua Program Studi Ilmu Keperawatan STIKES Bina Usada Bali yang telah banyak memberikan saran dan dorongan dalam menyelesaikan skripsi ini.

4. Ns. Ni Made Ari Sukmandari, S.Kep., M.Kes selaku pembimbing I yang telah banyak memberikan masukan, pengetahuan dan bimbingan dalam menyelesaikan skripsi ini.
5. Ns. Made Ririn Sri Wulandari, S.Kep., M.Kep selaku pembimbing II yang telah banyak memberikan masukan, pengetahuan dan bimbingan dalam menyelesaikan skripsi ini.
6. Semua pihak yang telah membantu dalam penyelesaian skripsi ini yang tidak bisa peneliti sebutkan satu persatu.

Peneliti menyadari bahwa skripsi ini masih kurang sempurna, oleh karena itu peneliti sangat mengharapkan segala saran serta kritik yang sifatnya membangun dalam rangka memperbaiki dan menyempurnakan skripsi ini. Semoga skripsi ini bermanfaat bagi semua pihak. Akhir kata peneliti mengucapkan terimakasih.

Mangupura, 26 Januari 2020

Ni Made Suwarini

DAFTAR ISI

| | |
|---|-------------|
| HALAMAN JUDUL | ii |
| PERNYATAAN KEASLIAN PENELITIAN | iii |
| HALAMAN PERSETUJUAN | iv |
| HALAMAN PENGESAHAN | v |
| ABSTRAK | vi |
| ABSTRACT | vii |
| KATA PENGANTAR | viii |
| DAFTAR ISI | x |
| DAFTAR TABEL | xiii |
| DAFTAR GAMBAR | xiv |
| DAFTAR LAMPIRAN | xv |
| BAB I PENDAHULUAN | 1 |
| A. Latar Belakang | 1 |
| B. Rumusan Masalah | 7 |
| C. Tujuan Penelitian | 7 |
| 1. Tujuan Umum | 7 |
| 2. Tujuan Khusus | 7 |
| D. Manfaat | 8 |
| E. Keaslian Penelitian | 9 |
| BAB II TINJAUAN PUSTAKA | 12 |
| A. Konsep Lansia | 12 |

| | |
|--|----|
| B. Konsep Tekanan Darah | 13 |
| 1. Definisi..... | 13 |
| 2. Faktor-Faktor Yang Mempengaruhi Tekanan Darah..... | 13 |
| 3. Pengukuran Tekanan Darah | 16 |
| 4. Masalah Tekanan Darah Pada Lansia | 17 |
| C. Konsep <i>Akupresur</i> | 19 |
| 1. Definisi..... | 19 |
| 2. Meridian | 19 |
| 3. Tujuan | 20 |
| 4. Manfaat | 20 |
| 5. Cara Menentukan Titik Akupresur..... | 21 |
| 6. Titik Akupresur Untuk Hipertensi | 22 |
| 7. Titik Perangsangan..... | 24 |
| 8. Cara Pemijatan | 25 |
| 9. Mekanisme Pemberian Akupresur | 25 |
| D. Konsep Pengaruh Terapi <i>Akupresur</i> Terhadap Penurunan Tekanan Darah Lansia | 26 |
| E. Kerangka Teori..... | 29 |

BAB III KERANGKA KONSEP, HIPOTESIS, DAN DEFINISI

| | |
|------------------------------|-----------|
| OPERASIONAL | 30 |
| A. Kerangka Konsep..... | 30 |
| B. Hipotesis Penelitian..... | 31 |
| C. Definisi Operasional..... | 31 |

| | |
|--|-----------|
| BAB IV METODE PENELITIAN | 32 |
| A. Rancangan Penelitian | 32 |
| B. Populasi dan Sampel | 32 |
| C. Tempat Penelitian..... | 35 |
| D. Waktu Penelitian | 35 |
| E. Etika Penelitian | 35 |
| F. Alat Pengumpulan Data | 38 |
| G. Prosedur Pengumpulan Data | 39 |
| H. Pengolahan Data..... | 41 |
| BAB V HASIL PENELITIAN | 46 |
| A. Tempat dan Waktu Penelitian | 46 |
| B. Analisa Univariat | 48 |
| C. Analisa Bivariat..... | 52 |
| BAB VI PEMBAHASAN..... | 53 |
| A. Interpretasi Penelitian..... | 53 |
| B. Keterbatasan Penelitian | 61 |
| C. Implikasi Terhadap Pelayanan, Pendidikan dan Penelitian | 61 |
| BAB VII PENUTUP..... | 63 |
| A. Simpulan | 63 |
| B. Saran..... | 64 |
| DAFTAR PUSTAKA | |
| LAMPIRAN-LAMPIRAN | |

DAFTAR TABEL

| | |
|---|----|
| Tabel 3.1 Definisi Operasional | 31 |
| Tabel 4.1 Rancangan Penelitian | 32 |
| Tabel 5.1 Karakteristik Subjek Penelitian Berdasarkan Usia, Jenis Kelamin dan Kepatuhan Minum Obat Antihipertensi | 48 |
| Tabel 5.2 Tekanan Darah Pada Lansia Sebelum Diberikan Terapi Akupresur Di Puskesmas Kediri I Kabupaten Tabanan | 50 |
| Tabel 5.3 Tekanan Darah Pada Lansia Setelah Diberikan Terapi Akupresur Di Puskesmas Kediri I Kabupaten Tabanan | 51 |
| Tabel 5.4 Uji Normalitas <i>Shapiro-Wilk</i> | 51 |
| Tabel 5.5 Analisis Pengaruh Terapi Akupresur Terhadap Tekanan Darah Lansia Di Puskesmas Kediri I Kabupaten Tabanan | 52 |

DAFTAR GAMBAR

| | |
|---|----|
| Gambar 2.1 Titik Gb 20 Fengchi..... | 22 |
| Gambar 2.2 Titik Pc 6 Neiguan | 22 |
| Gambar 2.3 Titik LI 11 Quinchi | 23 |
| Gambar 2.4 Titik LI 4 Hegu (Sedate)..... | 23 |
| Gambar 2.5 Kerangka Teori | 29 |
| Gambar 3.1. Kerangka Konsep | 30 |

DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran 1: Jadwal Penelitian

Lampiran 2: Surat Ijin Melakukan Studi Pendahuluan

Lampiran 3: Surat Ijin Melakukan Penelitian

Lampiran 4: Surat Keterangan Telah Melakukan Penelitian

Lampiran 5: *Ethical Approval*

Lampiran 6: Lembar Permohonan Menjadi Responden

Lampiran 7: Lembar Persetujuan Menjadi Responden (*Inform Consent*)

Lampiran 8: Tabulasi Data Penelitian

Lampiran 9: Output Uji Univariat & Bivariat

Lampiran 10: Standar Operasional Prosedur (SOP) Terapi *Akupresur*

Lampiran 11: Lembar Bimbingan Proposal

Lampiran 12: Dokumentasi

DAFTAR PUSTAKA

- Afif. (2018). Differences Result of Blood Pressure Measurement between Arm and Leg of Patient in Roemani Muhammadiyah Hospital Semarang. *Jurnal Ilmiah Keperawatan*.
- Afrila, N., Dewi, A. P., & Erwin. (2015). EFEKTIFITAS KOMBINASI TERAPI SLOW STROKE BACK MASSAGE DAN AKUPRESUR TERHADAP PENURUNAN TEKANAN DARAH PADA PENDERITA HIPERTENSI. *Cybrarians Journal*, 2(37), 1–31. <https://doi.org/10.12816/0013114>
- Alviani, P. (2015). *Pijat Refleksi Pijatan Tepat, Tubuh Sehat*. Pustaka Baru Press.
- Aprilia. (2010). *Hipnostetri: Rileks, Nyaman dan Aman Saat Hamil & Melahirkan*. Gagas Media.
- Arianto, A. (2018). Pengaruh Terapi Pijat Refleksi Telapak Kaki Terhadap Perubahan Tekanan Darah Pada Penderita Hipertensi. *Nursing News*, 3(2), 584–594. <https://publikasi.unitri.ac.id/index.php/fikes/article/view/830>
- Astari et al. (2012). Pengaruh Senam Lansia Terhadap Tekanan Darah Lansia Dengan Hipertensi Pada Kelompok Senam Lansia di Banjar Kaja Sesetan Denpasar Selatan. *Jurnal Ilmiah Keperawatan*.
- Azizah. (2011). *Keperawatan lanjut usia*. Graha Ilmu.
- Berman, & Evans. (2010). “*Retail Management*” (Edisi 12). Pearson.
- BP Damayanti, C. L. (2014). *Hubungan Antara Hipertensi dan Hipertrofi Ventrikel Kiri Pada Pasien Lansia Dengan Atrial Fibrilasi*. 6–37.
- Brunner & Suddarth. (2017). *Buku Ajar Keperawatan Medikal Bedah* (Edisi 12). EGC.
- Dinas Kesehatan Kota Denpasar. (2018). *Profil Kesehatan Kota Denpasar 2018*.
- Dinas Kesehatan Provinsi Bali. (2018). *Profil Kesehatan Provinsi Bali Tahun 2018*.
- Ekasari, M. F., Riasmini, N. M., & Hartini, T. (2018). *Meningkatkan Kualitas Hidup Lansia Konsep Dan Berbagai Intervensi*. Wineka Media.
- Ekawati, D. H. (2016). Pengaruh Terapi Akupunktur Pada Pasien Hipertensi Di Balai Kesehatan Tradisional Masyarakat Makassar. *Journal Of Islamic Nursing*, 1, 41–46.
- Febriana, Y. & S. R. (2018). REAL in Nursing Journal (RNJ). *Pengetahuan Perawat Terhadap Pelaksanaan Timbang Trima Pasien*, 1(1), 1–8. <https://ojs.fdk.ac.id/index.php/Nursing/index>

- Fithriyani, & Mahardika, E. M. (2017). Pengaruh latihan napas dalam terhadap perubahan tekanan darah pada penderita hipertensi esensial Di Puskesmas Putri Ayu Kota Jambi. *Riset Informasi Kesehatan*, 6(2), 168. <https://doi.org/10.30644/rik.v6i2.88>
- Hartono. (2012). *Akupresur untuk berbagai penyakit*. Rapha Publishing.
- Hidayat, A. (2016). *Buku Ajar Ilmu Keperawatan Dasar*. Salemba Medika.
- Judha & Sudarti. (2012). *Teori Pengukuran nyeri Dan Nyeri Persalinan*. Nuha Medika.
- Junita et al. (2014). Pengaruh Senam Lansia Terhadap Penurunan Tekanan Darah pada Lansia di Panti Werda Usia “Bethany” Semarang. *Jurnal Ilmu Keperawatan Dan Kebidanan*.
- Kemenkes. (2018). *Buletin Jendela Data dan Informasi Kesehatan Penyakit Tidak Menular*.
- Kementerian Kesehatan Republik Indonesia. (2014). Pusdatin Hipertensi. *Infodatin, Hipertensi*, 1–7. <https://doi.org/10.1177/109019817400200403>
- Kowalski, R. (2010). *Terapi Hipertensi: Program 8 minggu Menurunkan Tekanan Darah Tinggi* (Alih Bahasa: Rani Ekawati (ed.)). Qanita Mizan Pustaka.
- Maharani, M. A., Widodo, S., & Hartono. (2019). Pengaruh terapi akupresur totok punggung terhadap tekanan darah pada pasien hipertensi di Wilayah kerja Puskesmas Bandarharjo Semarang. *Bukan Jurnal Tapi Tugas*, 2(Maret), 1–3.
- Majid, Y. A., & Rini, P. S. (2016). Terapi Akupresur Memberikan Rasa Tenang dan Nyaman serta Mampu Menurunkan Tekanan Darah Lansia. *Jurnal Aisyah: Jurnal Ilmu Kesehatan*, 1(1), 79–86. <https://doi.org/10.30604/jika.v1i1.11>
- Manembu, M. Rumampuk, Jimmy. Danes, V. (2015). PENGARUH POSISI DUDUK DAN BERDIRI TERHADAP TEKANAN DARAH SISTOLIK DAN DIASTOLIK PADA PEGAWAI NEGERI SIPILKABUPATEN MINAHASA UTARA. *Jurnal E-Biomedik (EBm)*, Volume 3,.
- Maryam. (2015). *Hubungan Tingkat Pendidikan dan Activity Daily Living dengan Demensia pada Lanjut Usia Di Panti Werdha*.
- Masnina, R., & Setyawan, A. B. (2018). Terapi Relaksasi Nafas Mempengaruhi Penurunan Tekanan Darah Pada Pasien Lansia Dengan Hipertensi. *Jurnal Ilmu Dan Teknologi Kesehatan*, 5(2), 119–128.
- Murtianingsih, A. A., & Suprayitno, E. (2018). PENGARUH AROMATERAPI LEMON DAN RELAKSASI NAPAS DALAM TERHADAP TEKANAN DARAH PADA LANSIA HIPERTENSI DI DUSUN PATUKAN GAMPING SLEMAN YOGYAKARTA. *Jurnal Keperawatan*.

http://digilib2.unisayogya.ac.id/xmlui/bitstream/handle/123456789/1505/AN_A_APRIANA_MURTIANINGSIH_NASKAH_PUBLIKASI.pdf?sequence=1

- Muttaqin. (2012). *Asuhan Keperawatan Gangguan Sistem Kardiovaskular*. Salemba Medika.
- Niken. (2017). PENURUNAN TEKANAN DARAH DIASTOLIK PADA LANJUT USIA MELALUI INTERVENSI RELAKSASI OTOT PROGRESIF DAN TERAPI MUSIK (RESIK). *Jurnal Keperawatan Soedirman (The Soedirman Journal of Nursing)*, Volume 12,.
- Notoatmojo. (2018). *Motodologi Penelitian Kesehatan*. Rineka Cipta.
- Nurgiawati. (2015). *Terapi Alternatif & Komplementer Dalam Bidang Keperawatan (Pertama)*. Penerbit IN MEDIA.
- Nursalam. (2015). *Metodologi Penelitian Ilmu Keperawatan*. Salemba Medika.
- Perry & Potter. (2014). *Buku Ajar Fundamental Keperawatan Konsep, Proses, dan Praktek (Keempat)*. EGC.
- Prasetyo. (2010). *Konsep dan Proses Keperawatan Nyeri*. Graha Ilmu.
- Priyo, Margono, & Hidayah, N. (2017). Terapi Relaksasi Autogenik Untuk Menurunkan Tekanan Darah dan Sakit Kepala pada Lansia Hipertensi di Daerah Rawan Bencana Merapi. *Urecol*, 83–92.
- Pujiastuti, D., & Azaria, A. D. (2019). Studi Komparatif Masase Punggung Dan Akupresur Terhadap Tekanan Darah Pada Penderita Hipertensi Di Rw 08 Kelurahan Kricak Kecamatan Tegalrejo Yogyakarta 2017. *Jurnal Kesehatan*, 6(1), 1–8. <https://doi.org/10.35913/jk.v6i1.111>
- Sanitasari, R. D., Andreswari, D., & Purwandari, E. P. (2017). Sistem Monitoring Tumbuh Kembang Anak Usia 0-5 Tahun Berbasis Android. *Journal Rekursif*, 5(1), 1–10.
- Sebastianus, Triwulandari, & Azizah, K. (2015). Efektifitas Kombinasi Terapi Musik Dan Slow Deep Breathing Terhadap Penurunan Tekanan Darah Pada Pasien Hipertensi. *Muhammadiyah Journal of Nursing*, 155–165.
- Setianto, B. (2011). *Buku Saku Jantung Dasar*. Ghalia Indonesia.
- Smeltzer, & Bare. (2014). *Buku Ajar Keperawatan Medikal Bedah Jakarta : EGC*. Hal : 45-47. EGC.
- Sri Hartutik, K. S. (2017). *PENGARUH TERAPI PIJAT REFLEKSI KAKI TERHADAP TEKANAN DARAH PADA PENDERITA HIPERTENSI PRIMER*. *GASTER Vol.*
- Sugiyono. (2012). *Statistik Untuk Penelitian*. Alfabeta.

- Sukarno. (2017). *Efek Latihan Pernafasan Yoga (Pranayama) terhadap Dyspnea dan Kemampuan Fungsional Pasien PPOK*.
- Sulistiyawati et al. (2018). Effect of Brisk Walking Exercise on Blood Pressure Changes in Hypertension Patients In Mojodadi Village Kemlagi Sub District Mojokerto Regency. *Jurnal SI Keperawatan STIKES Bina Sehat PPNI Mojokerto*.
- Sulton, W., & Andi, E. P. (2018). PENGARUH PENEKANAN TITIK AKUPRESUR TAI XI DARAH, SANYINJIAO (Sp6) TERHADAP PENURUNAN TEKANAN HIPERTENSI. *Jurnal Kesehatan Dr Soebandi*, 6(2), 1–8.
- WHO. (2019). *A global brief on hypertension: silent killer, global public health crisis*.
- Wiria, W. (2015). Menurunkan Tekanan Darah Pada Lansia Melalui Senam Yoga. *Jurnal Olahraga Prestasi*.
- Yuwono. (2015). *Pengaruh Terapi Pijat Refleksi Kaki terhadap Ankle Brachial Index (Abi) pada Pasien Diabetes Melitus Tipe 2*.