

ABSTRAK

Program Studi Ilmu Keperawatan
Fakultas Kesehatan Masyarakat
Universitas Muslim Indonesia
Skripsi, juli 2023

M. Aminullah
14220190015

“Pengaruh Terapi Pijat Refleksi Kaki Terhadap Tekanan Darah dan Kualitas Tidur Penderita Hipertensi Di Wilayah Kerja Puskesmas Bontomarannu 2023” dibimbing oleh Sudarman dan Akbar Asfar (ix + 6 Tabel + 45 Halaman + 18 Lampiran)

Terapi pijat refleksi kaki dapat merangsang titik-titik tertentu pada telapak kaki yang kemudian mengirim sinyal ke otak untuk merespon dengan meningkatkan aliran darah ke organ atau jaringan tertentu didalam tubuh. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui pengaruh terapi pijat refleksi kaki terhadap tekanan darah dan kulailitas tidur penderita hipertensi di wilayah kerja puskesmas Bontomarannu 2023.

Penelitian ini menggunakan metode penelitian kuantitatif dengan desain penelitian *quasy experiment* dengan rancangan penelitian *pre test and post test non-equivalent kontrol grup*. Populasi dalam penelitian ini sebanyak 55 orang di wilayah kerja puskesmas Bontomarannu dengan jumlah sampel 48 responden yang akan dibagi masing-masing 24 responden di kelompok intervensi dan kelompok kontrol. Teknik pengambil sampel menggunakan *purposive sampling*. Uji test pada penelitian ini yaitu *Mann Whitney* untuk mengetahui perbandingan kelompok intervensi dan kelompok kontrol.

Hasil penelitian menunjukkan bahwa ada pengaruh yang signifikan terapi pijat refleksi kaki terhadap penurunan tekanan darah sistolik p value = 0,03 tekanan darah diastolik p value = 0,01 dan kualitas tidur p value = 0,00.

Kesimpulan dari penelitian ini ada pengaruh terapi pijat refleksi kaki terhadap tekanan darah dan kualitas tidur pada penderita hipertensi. Oleh karena itu terapi pijat refleksi kaki ini sangat cocok sebagai alternatif pengobatan non-farmakologis untuk menurunkan tekanan darah dan kualitas tidur.

Daftar Pustaka : 43 (2016-2023)

Kata Kunci : Terapi Refleksi, Tekanan Darah, Kualitas Tidur, Hipertensi.

DAFTAR ISI