DAFTAR PUSTAKA

Alle, Lfn, Aty, Ymvb, Selasa, P., Srinurwela, T., & Romana, Ab. (2025). Efektifitas Terapi Pijat Refleksi Kaki (*Foot Massage*) Terhadap Kualitas Tidur Pasien Dengan Hipertensi. *Sehat Rakyat: Jurnal Kesehatan Masyarakat, 4*(3), 556–569.

Andika, G. A., Graharti, R., Kedokteran, F., & Lampung, U. (2025). *Panduan Terbaru Hipertensi: Sebuah Tinjauan Literatur Update On Hypertension Guidelines: A Literature Review*. *15*, 580–585.

Arifah, N. C., Sani, N. F., Papuli Mukhti, & Utomo. (2024). Pengaruh Terapi Pijat Refleksi Kaki Terhadap Tekanan Darah Pada Penderita Hipertensi. *Penelitian Perawat Profesional, 6*(April), 449–456.

Astuty, N. I., & Setyawati, D. (2024). Manajemen Hipertensi Dengan Foot Massage Terhadap Penurunan Tekanan Darah Pada Lansia Penderita Hipertensi. *Ners Muda, 5*(2), 191–199.

Bayhakki. (2022). *Keperawatan Medikal Bedah*. Jakarta: EGC.

Desa, W., Rt, L., Kec, R. W., Kab, K., Pakpahan, J., Maspupah, T., & Debora, T. (2022). Promosi Kesehatan Hipertensi Pada Usia Produktif Sampai Lansia Di Wilayah Desa Lulut RT 04 RW 02 Kec. Klapanunggal Kab. Bogor. *Jurnal Pengabdian Masyarakat Saga Komunitas,* 01(02), 15-18.

Doenges, M. E., Moorhouse, M. F., & Murr, A. C. (2015). *Rencana Asuhan Keperawatan: Pedoman Untuk Perencanaan Dan Pendokumentasian Perawatan Pasien* (Ed. 6). Jakarta: EGC.

Erfiana, E., Husain, F., & Listyorini, D. (2024). Penerapan Pijat Refleksi Kaki Terhadap Tekanan Darah Pada Pasien Hipertensi Di Ruang Teratai 3 RSUD Kartini Karanganyar. *Jurnal Ventilator: Jurnal Riset Ilmu Kesehatan dan Keperawatan,* 2(3).

Halawa, D. (2023). *Gambaran Tingkat Pengetahuan Perawat Tentang Resusitasi Jantung Paru (RJP) Pada Pasien Henti Jantung (Cardiac Arrest) Di Ruang IGD RSUP H. Adam Malik Medan Tahun 2023*. Medan: Poltekkes Kemenkes Medan Jurusan Keperawatan 2023.

Hartati, S. (2022). Implementas dan Evaluasi Tindakan Keperawatan Komprehensif. *Jurnal Ilmu Keperawatan, 6*(2), 115–122.

Humaniora, S. (2025). *Penerapan Pijat Refleksi Kaki Terhadap Penurunan Tekanan Darah Pada Pasien Hipertensi RS PKU Muhammadiyah Klaten* : Universitas Muhammadiyah Klaten Jurusan Keperawatan 2025

Jahangiry, L. N., (2022). *The Effectiveness Off Counseling On Drug Compliance Of Cardiovascular Disease Risk*. *Journal of Health, Population and Nutrition*, 36(1).

Kemenkes RI. (2021). *Pedoman Pencegahan Dan Pengendalian Hipertensi*. Jakarta: Direktorat Pencegahan Dan Pengendalian Penyakit Tidak Menular.

Kemenkes RI. (2025). *Profil Kesehatan Indonesia Tahun 2025 (Prakiraan).* Jakarta: Kementerian Kesehatan RI.

Lestryani, L., Bancin, B., Hidayat, W., & Girsang, V. I. (2024). Faktor Resiko Kejadian Hipertensi Di Puskesmas Padang Bulan Kota Medan Tahun 2023. *JICC: Jurnal Intelek Insan Cendikia*,2(3), 634–646.

Martani, A. P., & Indrawati, N. (2025). *Swedish Foot Massage* Untuk Menurunkan Nyeri Kepala Dan Tekanan Darah Pada Pasien Hipertensi: *Case Report*. *Assyifa: Jurnal Ilmu Kesehatan, 3*(3), 325–332.

Merbawani, R., Permatasari, Ai, & Pratiwi, Rm. (2023). *Disertasi Doktor: Analisis Asuhan Keperawatan Nyeri Dengan Penerapan Intervensi Head Massage/Pijat Kepala Pada Pasien Hipertensi Di Rs Anwar Medika Krian*: Perpustakaan Universitas Bina Sehat Ppni Mojokerto.

Nabila, Ar, & Kusnul, Z. (2024). Pengaruh Terapi Pijat Refleksi Terhadap Penurunan Tekanan Darah Pada Penderita Hipertensi: Efek Terapi Refleksilogi Terhadap Penurunan Tekanan Darah Pada Pasien Hipertensi. *Jurnal Ilmiah Pamenang, 6*(1), 18–25.

Nababan, S., & Stefania, M. (2025). Penerapan Terapi Pijat Kaki Dan Pendekatan Diet Untuk Menghentikan Hipertensi Untuk Menurunkan Tekanan Darah Lansia Hipertensi. *Jurnal Ners, 9*(3), 4818–4821.

Permadani, A., Prajayanti, D., & Susanto, H. (2023). Penerapan Terapi Refleksi Pijat Telapak Kaki Terhadap Tekanan Darah Pada Penderita Hipertensi Di Rsud Kota Salatiga. *Jurnal Keperawatan Duta Medika, 3*(2), 54–59.

Rifqi, M., Fentiana, N., & Ariyanti, I. (2025). Implementasi Pijat Refleksi Kaki Untuk Menurunkan Tekanan Darah Pada Pasien Hipertensi Di Rumah Sakit Tk II Putri Hijau Medan. *Jurnal Praba, 3*(September).

Riyadina, W. (2021). Hipertensi Sebagai Ancaman Kesehatan Global. *Buletin Jendela Data Dan Informasi Kesehatan, 1*(1), 17–23.

Sembiring, F., Ginting, Aay, & Rupang, Er. (2024). Pengaruh Swedish Massage Dalam Menurunkan Tekanan Darah Pada Lansia Di Medan. *Jurnal Kesehatan Trust Indonesia, 7*(2), 95–101.

Setiani, D. (2018). Penatalaksanaan Farmakologi Pada Pasien Hipertensi. *Jurnal Keperawatan Indonesia, 12*(3), 144–149.

Simanjorang, E., Dakhi, A. R., Tarigan, L. F., Ketaren, O., & Manurung, J. (2024). Analisis Faktor-Faktor Yang Berhubungan Dengan Kejadian Hipertensi Di Rsud H. Bachtiar Djafar Medan Labuhan Tahun 2024. *Prepotif: Jurnal Kesehatan Masyarakat*, 775–785.

Simatupang, L. D. (2025). *Penerapan Pijat Refleksi Kaki Melalui Asuhan Keperawatan Terhadap Penurunan Tekanan Darah Pada Lanjut Usia Dengan Hipertensi Di Upt Puskesmas Simalingkar*. Poltekkes Kemenkes Medan.

Siregar, Y. H. (2024). *The Effectiveness Of Foot Reflection Massage Therapy Controlling Blood Pressure Patients Hypertension In Family. Basic And Applied Nursing Research Journal,, 19*(3), 350–353.

Suryaningsih, S., Tasalim, R., & Rahman, S. (2022). *Effect Of Foot Reflection Massage On Blood Pressure Reduction In Hypertension Patients. JAMAPS: Journal Of Advances In Medicine And Pharmaceutical Sciences,* 43–50.

Tapun, A. H., & Vianitati, P. (2025). Penerapan Isometrik *Handgrip Exercise* Untuk Penurunan Tekanan Darah Pada Klien Dengan Hipertensi Di Puskesmas Kopeta. *Jurnal Keperawatan Duta Medika, 5*(2), 92–99.

Tim Pokja Sdki DPP PPNI. (2017). *Standar Diagnosis Keperawatan Indonesia (Sdki).* Jakarta: DPP PPNI.

Tim Pokja Siki DPP PPNI. (2017). *Standar Intervensi Keperawatan Indonesia (Siki).* Jakarta: DPP PPNI.

Tim Pokja Slki DPP PPNI. (2017). *Standar Luaran Keperawatan Indonesia (Slki).* Jakarta: DPP PPNI.

Wardana, H., Tamara, H. A., Cristina, P. A., & Masnina, R. (2026). Efektivitas Terapi Akupresur Terhadap Penurunan Tekanan Darah Pada Penderita Hipertensi. *Jurnal Riset Media Keperawatan, 14*(April), 119–131.

Widayanti, R. S., Imamah, I. N., & Widodo, P. (2023). Penerapan Foot Massage Terhadap Penurunan Tekanan Darah Di Bangsal Akar Wangi Rsud Pandan Arang Boyolali. *Jurnal Ilmiah Kesehatan Mandira Cendikia, 3(8).*

World Health Organization. (2025). *Hypertension*. *https://www.who.int/news-room/fact-sheets/detail/hypertension*

LAMPIRAN

Lampiran 1 Surat Izin Survey Awal

Kementerian Kesehatan
Direktorat Jenderal
Sumber Daya Manusia Kesehatan
Politeknik Kesehatan Medan
Jalan Jamin Ginting KM. 13.5
Medan, Sumatera Utara 20136
(061) 8368633
https://poltekkes-medan.ac.id

Medan, 08 Mei 2026

Nomor : KH.04.01/F.XXII.11/804.c/ 2026
Lampiran : 1 (Satu) Halaman
Perihal : Izin Survey Awal

Kepada Yth:

Kepala UPT Puskesmas Kec. Tuntungan Pancur Batu

di-
Tempat

Dengan Hormat :

Sehubungan dengan Program pembelajaran Jurusan Keperawatan Poltekkes Kemenkes Medan bahwa Mahasiswa Prodi Ners TA. 2025 – 2026 diwajibkan menyusun (KIAN) Karya Ilmiah Akhir Ners di bidang keperawatan, maka untuk keperluan hal tersebut kami mohon Izin Survey Awal di instansi anda pimpin untuk Mahasiswa tersebut di bawah ini :

No	Nama	NIM	Judul
1.	Angjelika Br Sitepu	P0712062506	Asuhan Keperawatan Dengan Masalah Hipertensi Dalam Penerapan Pijat Refleksi Kaki Untuk Menurunkan Tekanan Darah Di UPT Puskesmas Kec. Tuntungan Pancur Batu

Demikian disampaikan pada bapak/ibu pimpinan, atas perhatian dan kerjasama yang baik kami ucapkan terima kasih.

Ketua Jurusan Keperawatan

Dr.Amira P.S.Tarigan, S.Kep, Ns,M.Kes
NIP. 19710316200212200 1

Lampiran 2 Surat Balasan Survey Awal

PEMERINTAH KABUPATEN DELI SERDANG
DINAS KESEHATAN
UPT PUSKESMAS TUNTUNGAN
Jalan Besar Kutalimbaru Desa Tuntungan I Kode Pos – 20353
Pos-el: ptuntungan@gmail.com

Tuntungan, Juli 2026

Nomor : 000.1/ /PKM-PTPB/-/VII/2026
Lampiran : -
Perihal : Balasan Izin Survey Awal

Kepada Yth :
Poltekkes Kemenkes Medan
di –
Tempat

Sehubungan dengan surat dari Ketua Jurusan Keperawatan Poltekkes Kemenkes Medan nomor : KH.04.01/F.XXII.11/804.c/2026 tanggal 08 Mei 2026, Perihal Izin Survey Awal di Puskesmas Tuntungan, Mahasiswa Jurusan Keperawatan Poltekkes Kemenkes Medan ,sebagai berikut :

Nama : Angjelika Br Sitepu
NIM : P0712062506
Program Studi : Keperawatan
Judul : Asuhan Keperawatan dengan masalah Hipertensi dalam Penerapan Pijat Refleksi Kaki untuk menurunkan Tekanan Darah di UPT Puskesmas Tuntungan Kec. Pancur Batu

Berkenaan dengan hal tersebut diatas, maka dengan ini kami sampaikan bahwa :

1. Dapat menyetujui kegiatan Survey Awal yang dilaksanakan oleh yang bersangkutan sepanjang tidak bertentangan dengan peraturan yang berlaku.
2. Tempat Survey Awal membantu memberikan data dan info yang dibutuhkan sepanjang tidak bertentangan dengan peraturan yang berlaku.
3. Surat keterangan ini hanya berlaku 1 (satu) bulan sejak ditandatangani.

Demikian kami sampaikan agar dapat dimaklumi,atas Kerjasama yang baik diucapkan terima kasih.

Pit. Kepala UPT Puskesmas Tuntungan
Kecamatan Pancur Batu

PARAF KOORDINASI	
Ka.Sub Bag Tata Usaha	

dr.Arian Dila Rahmadhani Siregar
Nip. 19940227 202202 2 001

Lampiran 3 Keterangan Layak Etik Penelitian

Kementerian Kesehatan
Poltekkes Medan
Komisi Etik Penelitian Kesehatan
Jalan Jamin Ginting KM. 13,5
Medan, Sumatera Utara 20137
(061) 8368633
https://poltekkes-medan.ac.id

KETERANGAN LAYAK ETIK
DESCRIPTION OF ETHICAL EXEMPTION
"ETHICAL EXEMPTION"

No.01.26.3029/KEPK/POLTEKKES KEMENKES MEDAN 2026

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

Peneliti utama : Angjelika Br Sitepu, S.Tr.Kep
Principal In Investigator

Nama Institusi : Poltekkes Kemenkes Medan
Name of the Institution

Dengan judul:
Title

"Asuhan Keperawatan Dengan Masalah Hipertensi Dalam Penerapan Pijat Refleksi Kaki Untuk Menurunkan Tekanan Darah Di Puskesmas Tuntungan Kec. Pancur Batu"

"Nursing Care for Hypertension Patients Using Foot Reflexology Massage to Lower Blood Pressure In The Puskesmas Tuntungan Kec. Pancur Batu"

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 02 Juli 2026 sampai dengan tanggal 02 Juli 2027.

This declaration of ethics applies during the period July 02, 2026 until July 02, 2027.

July 02, 2026
Chairperson,

Dr. Lestari Rahmah, MKT

Lampiran 4 Surat Izin Penelitian

Kementerian Kesehatan
Direktorat Jenderal
Sumber Daya Manusia Kesehatan
Politeknik Kesehatan Medan
Jalan Jamin Ginting KM. 13.5
Medan, Sumatera Utara 20136
(061) 8368633
https://poltekkes-medan.ac.id

Medan, 08 Juni 2026

Nomor : KH.04.01/F.XXII.11/954.a/ 2026
Lampiran : 1 (Satu) Halaman
Perihal : Izin Penelitian

Kepada Yth:

Kepala UPT Puskesmas Kec. Tuntungan Pancur Batu

di-
Tempat

Dengan Hormat :

Sehubungan dengan Program pembelajaran Jurusan Keperawatan Poltekkes Kemenkes Medan bahwa Mahasiswa Prodi Ners TA. 2025 – 2026 diwajibkan menyusun (KIAN) Karya Ilmiah Akhir Ners di bidang keperawatan, maka untuk keperluan hal tersebut kami mohon Izin Penelitian di instansi anda pimpin untuk Mahasiswa tersebut di bawah ini :

No	Nama	NIM	Judul
1.	Angjelika Br Sitepu	P0712062506	Asuhan Keperawatan Dengan Masalah Hipertensi Dalam Penerapan Pijat Refleksi Kaki Untuk Menurunkan Tekanan Darah Di UPT Puskesmas Kec. Tuntungan Pancur Batu

Demikian disampaikan pada bapak/ibu pimpinan, atas perhatian dan kerjasama yang baik kami ucapkan terima kasih.

Ketua Jurusan Keperawatan

Dr. Amira P. S. Tarigan, S.Kep, Ns,M.Kes
NIP. 197703162002122001

Lampiran 5 Surat Balasan Izin Penelitian

PEMERINTAH KABUPATEN DELI SERDANG
DINAS KESEHATAN
UPT PUSKESMAS TUNTUNGAN
Jalan Besar Kutalimbaru Desa Tuntungan I Kode Pos – 20353
Pos-el: ptuntungan@gmail.com

Tuntungan, Juli 2026

Nomor : 000.1/ 154 /PKM-PTPB/-/VII/2026
Lampiran : -
Perihal : Balasan Izin Penelitian

Kepada Yth :
Poltekkes Kemenkes Medan
di –
Tempat

Sehubungan dengan surat dari Ketua Jurusan Keperawatan Poltekkes Kemenkes Medan nomor : KH.04.01/F.XXII.11/954.a/2026 tanggal 08 Juni 2026, Perihal Izin Penelitian di Puskesmas Tuntungan, Mahasiswa Jurusan Keperawatan Poltekkes Kemenkes Medan ,sebagai berikut :

Nama : Angjelika Br Sitepu
NIM : P0712062506
Program Studi : Keperawatan
Judul : Asuhan Keperawatan dengan masalah Hipertensi dalam Penerapan Pijat Refleksi Kaki untuk menurunkan Tekanan Darah di UPT Puskesmas Tuntungan Kec. Pancur Batu

Berkenaan dengan hal tersebut diatas, maka dengan ini kami sampaikan bahwa :

1. Dapat menyetujui kegiatan Penelitian yang dilaksanakan oleh yang bersangkutan sepanjang tidak bertentangan dengan peraturan yang berlaku.
2. Tempat Penelitian membantu memberikan data dan info yang dibutuhkan sepanjang tidak bertentangan dengan peraturan yang berlaku.
3. Surat keterangan ini hanya berlaku 1 (satu) bulan sejak ditandatangani.

Demikian kami sampaikan agar dapat dimaklumi,atas Kerjasama yang baik diucapkan terima kasih.

PARAF KOORDINASI	
Ka.Sub Bag Tata Usaha	

Plt. Kepala UPT Puskesmas Tuntungan
Kecamatan Pancur Batu

dr. Anan Dila Rahmadhani Siregar
Nip. 19940227 202202 2 001

Lampiran 6 Lembar Persetujuan Menjadi Responden

LEMBAR PERSETUJUAN
MENJADI RESPONDEN PENELITIAN

Judul	:	Asuhan Keperawatan Pada Tn.E Dengan Masalah Hipertensi Dalam Penerapan Pijat Refleksi Kaki Untuk Menurunkan Tekanan Darah Di UPT Puskesmas Tuntungan Pancur Batu
Peneliti	:	Angjelika Br Sitepu
NIM	:	P0712062506

Saya adalah mahasiswa Kemenkes RI Poltekkes Medan Jurusan Keperawatan Profesi Ners akan melakukan asuhan keperawatan tentang "Asuhan Keperawatan Dengan Masalah Hipertensi Dalam Penerapan Pijat Refleksi Kaki Untuk Menurunkan Tekanan Darah di UPT Puskesmas Tuntungan Kec. Pancur Batu".

Setelah memperoleh penjelasan dari penulis, dengan ini saya memberikan persetujuan untuk menjadi responden dalam karya ilmiah ini. Saya mengetahui bahwa saya menjadi responden dalam penelitian. Karya ilmiah ini dilakukan untuk mengidentifikasi tentang "Asuhan Keperawatan Dengan Masalah Hipertensi Dalam Penerapan Pijat Refleksi Kaki Untuk Menurunkan Tekanan Darah di UPT Puskesmas Tuntungan Kec. Pancur Batu". Saya mengetahui bahwa tidak ada resiko yang akan saya alami dan saya beritahukan tentang adanya jaminan kerahasiaan informasi yang akan diberikan, saya juga akan memahami bahwa penelitian ini bermanfaat bagi layanan keperawatan.

Demikian permohonan ini disampaikan atas bantuan dan partisipasinya saya ucapkan terimakasih.

Medan, Juli 2026

Responden

( )

Lampiran 7 SOP Pijat Refleksi Kaki

Kemenkes Poltekkes Medan	***STANDAR OPERATING PROCEDURE* (SOP)** **Prosedur Pijat Refleksi Kaki**
Pengertian	Pijat dengan melakukan penekanan pada titik titik syaraf. Titik titik syaraf tersebut berada pada kaki, kebanyakan titik titik syaraf tersebut berada di telapak kaki
Tujuan	1. Melancarakan peredaran darah 2. Menurunkan tekanan darah tinggi 3. Mencegah berbagai macam penyakit 4. Menjaga meningkatkan daya tahan tubuh 5. Memebantu mengatasi stres 6. Menyembuhkan rasa capek dan pegel
Persiapan Pasien	Menjelaskan prosedur dan tujuan tindakan yang akan dilakukan
Persiapan Alat	1. Minyak telon 2. Lotion/handbody
Persiapan Lingkungan	1. Memberikan lingkungan yang aman dan nyaman 2. Tutup sketsel
Prosedur	1. Waktu pijat refleksi dapat dilakukan selama 30-40 menit. Tetapi bagi penderita penyakit kronis, lanjut usia waktunya lebih pendek 2. Setiap titik refleksi hanya dipijat 5 sampai 9 menit dalam sekali pemijatan 3. Bisa menggunakan minyak agar kulit tidak lecet tatkala dipijat 4. Gerakan pertama disebut dengan eflurage yaitu memijat dari pergelangan kaki ditarik sampai ke jari-jari. Gerakan dapat dilakukan sekitar 3 – 4 kali.  5. Gerakan kedua ini sama dengan gerakan pertama yaitu menarik dari pergelangan kaki hingga sampai ujung jari melewati perselangan jari diakhiri dengan tarikan kecil pada jari. Gerakan ini dilakukan pada semua jari kaki,

	dari kelingking hingga jempol.  6. Setelah itu, dilakukan seperti gerakan pertama tetapi dengan menungkupkan semua telapak tangan pada atas dan bawah telapak kaki, ditarik lembut dari pergelangan kaki hingga ke jari kaki. Gerakan ini dilakukan 3 – 4 kali.  7. Pegang kaki seperti gambar di atas, lakukan pemijatan pada daerah tumit dengan gerakan melingkar. Penekanan pemijatan dipuasatkan pada jempol tangan yang dilakukan seperti gerakan-gerakan memutar kecil searah jarum jam. Gerakan ini dapat dilakukan sebanyak 3 – 4 kali  8. Lakukan pemijatan dengan memfokuskan penekanan pada jempol, jari telunjuk, dan jari tengah dengan membuat gerakan tarikan dari mata kaki kearah tumit. Gerakan ini dilakukan sebanyak 3 – 4 kali.



9. Lakukan pemijatan penekanan yang berfokus pada jempol, mengusap dari telapak kaki hingga ke bawah. Gerakan ini dapat dilakukan sebanyak bagian atas 3 – 4 kali.



10. Gerakan ke tujuh hampir sama dengan gerakan ke-6, tetapi gerakan ini dilakukan dengan posisi agak ke tengah dari telapak kaki. Gerakan ini dapat dilakukan sebanyak 3 – 4 kali.



11. Gerakan selanjutnya yaitu dengan membuat gerakan kecil memutar dengan memberikan sedikit penekanan yang berfokus pada jempol,gerakan ini dilakukan dari bagian atas telapak kaki (bawah jempol) hingga di bagian tumit tetapi telapak bagian tepi. Gerakan ini tidak dilakukan perulangan, cukup satu kali saja.

	 12. Gerakan selanjutnya hampir sama dengan gerakan ke-8, hanya bedanya gerakan ke-9 ini lebih di area telapak kaki bagian tengah. Gerakan ini juga tidak dilakukan perulangan, cukup satu kali saja.  13. Gerakan ke-10 adalah dengan melakukan penekanan pada bawah jari, seperti yang dilakukan gambar di atas. Gerakan ini dilakukan pada semua jari kaki. Gerakan ini dilakukan dengan menekan dan memberikan putaran-putaran kecil searah jarum jam. Setiap jari kaki diberikan pijatan 3 – 4 kali.  14. Gerakan selanjutnya yaitu memberikan penekanan dan gerakan memutar kecil pada area tersebut (seperti pada gambar). Gerakan yang dilakukan dapat sebanyak 4 – 5 kali pada titik ini saja.

	 15. Gerakan selanjutnya dapat dilakukan dengan memutar pergelangan kaki, posisi tangan dapat dilakukan seperti pada gambar. Pemutaran pergelangan kaki dapat dilakukan sebanyak 4 – 5 kali.  16. Setelah itu regangkan kaki, yaitu dengan memegang daerah pergelangan kaki dan memberikan sedikit dorongan ke luar pada telapak kaki bagian atas. Gerakan ini dapat dilakukan 3 – 4 kali.  17. Gerakan terakhir yaitu memberi usapan lembut dengan sedikit diberikan penekanan dari pergelangan kaki hingga semua ujung kaki. Gerakan ini dilakukan 3 -4 kali, dan ditutup dengan mengusap satu kali dengan lembut dari atas pergelangan kaki hingga ujung kaki tanpa diberikan penekanan.

	 18. Kebanyakan orang memerlukan perawatan 4 sampai 8 minggu untuk memperoleh hasil yang memuaskan. Tetapi bagi pasien berpenyakit kronis dipijat tiga kali dalam seminggu atau dua hari sekali, jangan memijat setiap hari 19. Usahakann komunikasikan pasien dengan pemijatan terjalin dengan baik, jangan membicarakan segala sesuatu yang dapat memberatkan mental pasien khusunya mengenai pasien 20. Cucilah tangan sehabis memijat

Lampiran 8 Lembar Observasi Pemeriksaan

Tekanan Darah

Tekanan Darah	Hari 1	Hari 2	Hari 3	Hari 4	Hari 5	Hari 6
Sebelum	Tn E : 160/100 mmHg	Tn E : 160/90 mmHg	Tn E. S : 150/100 mmHg	Tn E : 150/100 mmHg	Tn E : 140/90 mmHg	Tn E : 130/90 mmHg
Sesudah	Tn E : 160/90 mmHg	Tn. E : 150/90 mmHg	Tn E : 140/100 mmHg	Tn E : 140/90 mmHg	Tn E : 135/90 mmHg	Tn E : 130/80 mmHg

Lampiran 9 Dokumentasi







Lampiran 10 Lembar Konsultasi

Lampiran 10 Lembar Konsultasi

LEMBAR KONSULTASI BIMBINGAN
KARYA ILMIAH AKHIR NERS

Nama	:	Angjelika Br Sitepu
NIM	:	P0712062506
Judul	:	Asuhan Keperawatan Pada Tn.E Dengan Masalah Hipertensi Dalam Penerapan Pijat Refleksi Kaki Untuk Menurunkan Tekanan Darah Di UPT Puskesmas Tuntungan Kec. Pancur Batu
Pembimbing Utama	:	Solihuddin Harahap, S.Kep.,Ns.,M.Kep.
Pembimbing Pendamping	:	Dr. Risma Dumiri Manurung, S.Kep.,Ns.,M.Biomed.

No	Hari/Tgl	Materi Bimbingan	Paraf		
			Mahasiswa	Pembimbing Utama	Pembimbing Pendamping
1	22 – 04 – 2026	Konsultasi Judul			
2	25 – 04 – 2026	Mengajukan Judul			
4	14– 05– 2026	ACC Judul			
5	19 – 05 – 2026	Konsultasi BAB I			
6	21 – 05 – 2026	Revisi Bab I, Konsultasi BAB II			
7	22 – 05 – 2026	ACC BAB I, Revisi BAB II			
8	23 – 05 – 2026	ACC BAB II, Konsultasi BAB III dan			
9	26 – 05 – 2026	ACC BAB III			

12	09-06-2026	Revisi BAB IV dan V			
13	11-06-2026	ACC Revisi BAB IV dan V			
14	17-06-2026	ACC Seminar Hasil KIAN			
15	29-6-2026	Bimbingan Revisi KIAN			
16	9-7-2026	Bimbingan Revisi KIAN			
17	12-7-2026	ACC Revisi KIAN			

Medan, 12 Juli 2026
Mengetahui,
Ketua Prodi Profesi Ners Keperawatan

Lestari, S.Kep.,Ners.,M.Kep
NIP.198008292002122002

Lampiran 11 Riwayat Hidup Penulis

BIODATA PENULIS



Data Pribadi

Nama	: Angjelika Br Sitepu
Tempat/tanggal lahir	: Semangat, 31 Juli 2002
Jenis Kelamin	: Perempuan
Anak ke	: 2 dari 4 bersaudara
Agama	: Kristen Protestan
Alamat Rumah	: Jl. Pelita
Email	: angjelikasitepu@gmail.com

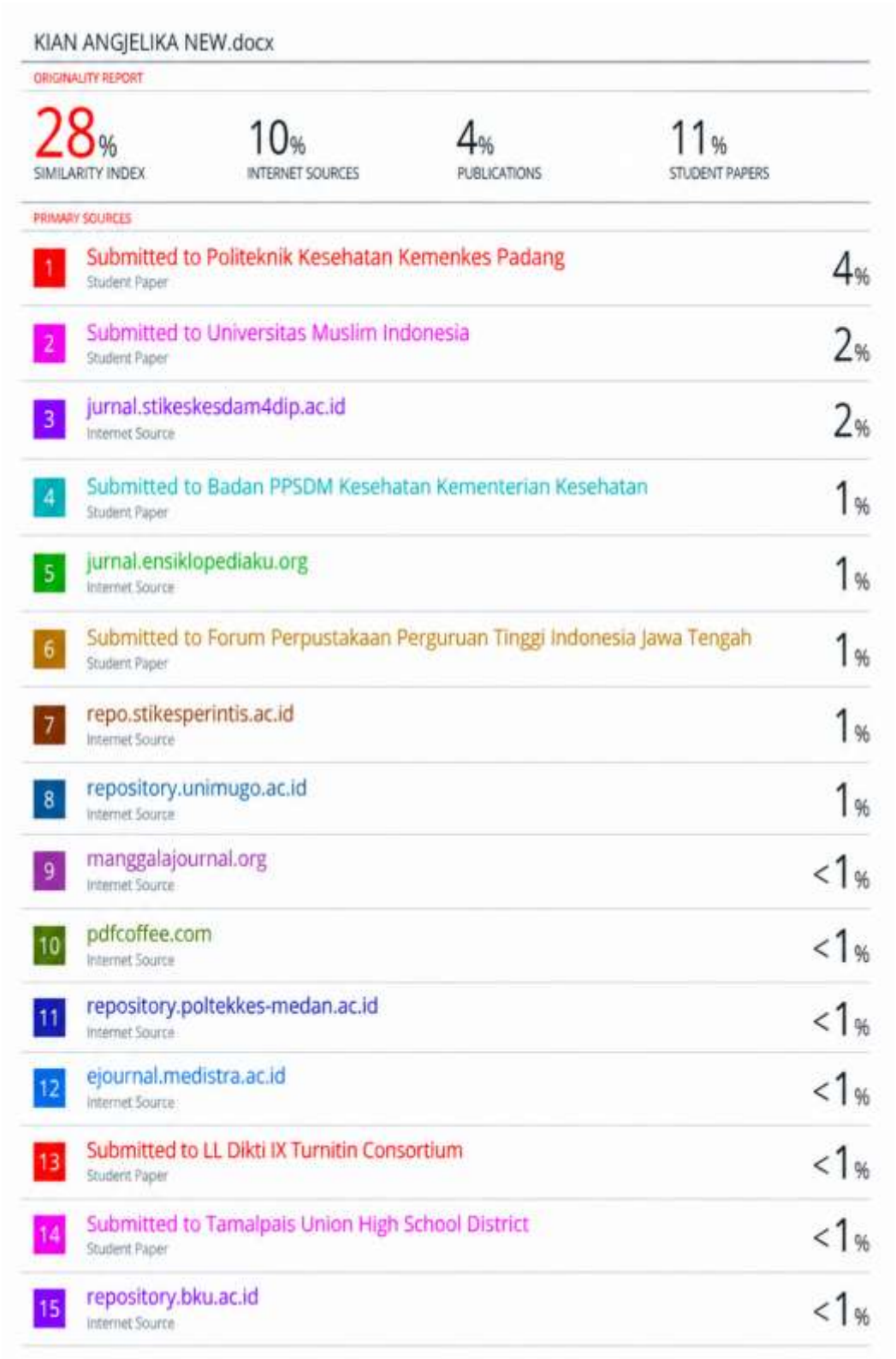
Nama Orangtua

Ayah	: Absalom Sitepu
Ibu	: Setiana br Sembiring

Riwayat Pendidikan

Tahun 2009-2015	: SDN 040522 Tambunen
Tahun 2015-2018	: SMP Santo Xaverius 1 Kabanjahe
Tahun 2018-2021	: SMA Swasta GBKP Kabanjahe
Tahun 2021-2025	: Kemenkes Politeknik Kesehatan Medan Prodi Sarjana Terapan Jurusan Keperawatan
Tahun 2025-2026	: Kemenkes Politeknik Kesehatan Medan Prodi Profesi Ners Jurusan Keperawatan

Lampiran 12 Hasil Turnitin



KIAN ANGJELIKA NEW.docx

ORIGINALITY REPORT

28%	10%	4%	11%
SIMILARITY INDEX	INTERNET SOURCES	PUBLICATIONS	STUDENT PAPERS

PRIMARY SOURCES

1	Submitted to Politeknik Kesehatan Kemenkes Padang Student Paper	4%
2	Submitted to Universitas Muslim Indonesia Student Paper	2%
3	jurnal.stikeskesdam4dip.ac.id Internet Source	2%
4	Submitted to Badan PPSDM Kesehatan Kementerian Kesehatan Student Paper	1%
5	jurnal.ensiklopediaku.org Internet Source	1%
6	Submitted to Forum Perpustakaan Perguruan Tinggi Indonesia Jawa Tengah Student Paper	1%
7	repo.stikesperintis.ac.id Internet Source	1%
8	repository.unimugo.ac.id Internet Source	1%
9	manggalajournal.org Internet Source	<1%
10	pdfcoffee.com Internet Source	<1%
11	repository.poltekkes-medan.ac.id Internet Source	<1%
12	ejournal.medistra.ac.id Internet Source	<1%
13	Submitted to LL Dikti IX Turnitin Consortium Student Paper	<1%
14	Submitted to Tamalpais Union High School District Student Paper	<1%
15	repository.bku.ac.id Internet Source	<1%

16	repository.universitasalirsyad.ac.id Internet Source	<1%
17	docplayer.info Internet Source	<1%
18	ecampus.poltekkes-medan.ac.id Internet Source	<1%
19	pt.scribd.com Internet Source	<1%
20	Submitted to Politeknik Kesehatan Kemenkes Surabaya Student Paper	<1%
21	repositori.uin-alauddin.ac.id Internet Source	<1%
22	edoc.pub Internet Source	<1%
23	Muchlishatun Ummiyati. "PENGARUH PEMBERIAN TERAPI AIR HANGAT DAN RELAKSASI NAFAS DALAM TERHADAP PENURUNAN TEKANAN DARAH PADA IBU HAMIL HIPERTENSI", JURNAL KEBIDANAN, 2020 Publication	<1%
24	docobook.com Internet Source	<1%
25	opsi.id Internet Source	<1%
26	Faridah Umamah, Shinta Paraswati. Jurnal Ilmu Kesehatan, 2019 Publication	<1%
27	Ichwan Surya Nugraha, Joko Prasetyo, Ivayani Ivayani, Hasriadi Mat Akin. "KARAKTERISASI SECARA MORFOLOGI PATOGEN BULAI PADA TANAMAN JAGUNG DI KABUPATEN LAMPUNG TIMUR", Jurnal Agrotek Tropika, 2021 Publication	<1%
28	journal.um-surabaya.ac.id Internet Source	<1%
29	ushpi.radenfatah.ac.id Internet Source	<1%
30	eprints.aiska-university.ac.id Internet Source	<1%
31	kodam16pattimura.mil.id Internet Source	<1%

32	qdoc.tips Internet Source	<1%
33	repository.poltekkes-tjk.ac.id Internet Source	<1%
34	repository.uds.ac.id Internet Source	<1%
35	doku.pub Internet Source	<1%
36	Siti Nurhaliza Zahra Kusuma, Tubagus Erwin Nurdiansyah, Sandra Andiri. "PENGARUH LIGHT MASSAGE DAN PIJAT REFLEKSI KAKI TERHADAP PENURUNAN TEKANAN DARAH PADA PENDERITA HIPERTENSI DI PUSKESMAS MENGGALA KABUPATEN TULANG BAWANG TAHUN 2025", Jurnal Kesehatan Tambusai, 2025 Publication	<1%

Exclude quotes	Off	Exclude matches	Off
Exclude bibliography	Off		