

**PENGARUH TERAPI REFLEKSI KAKI DAN TERAPI  
MUROTTAL SURAH AR RAHMAN TERHADAP  
TEKANAN DARAH PADA LANSIA HIPERTENSI DI  
WILAYAH KERJA PUSKESMAS JAGIR**

**SKRIPSI**



**OLEH:  
Sylvia Ardhanawati  
NRP: 9103019018**

**FAKULTAS KEPERAWATAN  
UNIVERSITAS KATOLIK WIDYA MANDALA SURABAYA  
SURABAYA  
2023**

**PENGARUH TERAPI REFLEKSI KAKI DAN TERAPI  
MUROTTAL SURAH AR RAHMAN TERHADAP  
TEKANAN DARAH PADA LANSIA HIPERTENSI DI  
WILAYAH KERJA PUSKESMAS JAGIR**

**SKRIPSI**

Diajukan kepada  
Fakultas Keperawatan Universitas Katolik Widya Mandala Surabaya  
untuk Memenuhi Sebagian Persyaratan Memperoleh  
Gelar Sarjana Keperawatan



OLEH:  
Sylvia Ardhanawati  
NRP: 9103019018

**FAKULTAS KEPERAWATAN  
UNIVERSITAS KATOLIK WIDYA MANDALA SURABAYA  
SURABAYA  
2023**

## SURAT PERNYATAAN

Dengan ini, saya

Nama : Sylvia Ardhanawati

NRP : 9103019018

menyatakan dengan sesungguhnya bahwa hasil skripsi yang berjudul:

**PENGARUH TERAPI REFLEKSI KAKI DAN TERAPI MUROTTAL  
SURAH AR RAHMAN TERHADAP TEKANAN DARAH PADA LANSIA  
HIPERTENSI DI WILAYAH KERJA PUSKESMAS JAGIR**

benar-benar merupakan hasil karya sendiri. Apabila dikemudian hari ditemukan bukti bahwa skripsi tersebut ternyata merupakan hasil plagiat dan/atau hasil manipulasi data, maka saya bersedia menerima sanksi berupa pembatalan kelulusan dan/atau pencabutan gelar akademik yang telah diperoleh, serta menyampaikan permohonan maaf pada pihak-pihak terkait.

Demikian surat pernyataan ini dibuat dengan sesungguhnya dan penuh kesadaran.

Surabaya, Juli 2023

Yang membuat pernyataan,



Sylvia Ardhanawati

## SURAT PERNYATAAN PERSETUJUAN PUBLIKASI KARYA ILMIAH

Demi perkembangan ilmu pengetahuan, saya sebagai mahasiswa Universitas Katolik Widya Mandala Surabaya:

Nama : Sylvia Ardhanawati  
NRP : 9103019018

menyetujui skripsi/karya ilmiah:

Judul :  
Pengaruh Terapi Refleksi Kaki dan Terapi Murottal Surah Ar Rahman Terhadap Tekanan Darah Pada Lansia Hipertensi di Wilayah kerja Puskesmas Jagir

Untuk dipublikasikan/ditampilkan di internet atau media lain (Digital Library Perpustakaan Universitas Katolik Widya Mandala Surabaya) untuk kepentingan akademik sebatas sesuai dengan Undang-Undang Hak Cipta.

Demikian pernyataan persetujuan publikasi karya ilmiah ini saya buat dengan sebenarnya.

Surabaya, Juli 2023

Yang menyatakan



Sylvia Ardhanawati

**HALAMAN PERSETUJUAN**

**SKRIPSI**

**PENGARUH TERAPI REFLEKSI KAKI DAN TERAPI MUROTTAL SURAH  
AR RAHMAN TERHADAP TEKANAN DARAH PADA LANSIA  
HIPERTENSI DI WILAYAH KERJA PUSKESMAS JAGIR**

**OLEH:**  
Sylvia Ardhanawati  
NRP: 9103019018

**Pembimbing Utama : Ninda Ayu Prabasari P.,S.Kep.,Ns.,M.Kep.**

(  )

**Pembimbing Pendamping : Ermalynda Sukmawati, S.Kep.,Ns.,M.Kep.**

(  )

Surabaya, Juli 2023





## HALAMAN PENGESAHAN

### SKRIPSI

#### PENGARUH TERAPI REFLEKSI KAKI DAN TERAPI MUROTTAL SURAH AR RAHMAN TERHADAP TEKANAN DARAH PADA LANSIA HIPERTENSI DI WILAYAH KERJA PUSKESMAS JAGIR

Skripsi yang ditulis oleh Sylvia Ardhanawati NRP. 9103019018 telah diuji dan disetujui oleh Tim Penguji Skripsi pada tanggal 11 Juli 2023 dan telah dinyatakan lulus oleh,

Tim Penguji

1. Ketua : Yesiana Dwi Wahyu Werdani, S.Kep.,Ns.,M.Kep  
(  )
2. Sekretaris : Nia Novita Sari, S.Kep.,Ns.,M.Kes  
(  )
3. Anggota : Ninda Ayu Prabasari Panglipurningsih, S.Kep.,Ns.,M.Kep  
(  )
4. Anggota : Ermalynda Sukmawati, S.Kep.,Ns.,M.Kep  
(  )

Mengesahkan



Yesiana Dwi Wahyu Werdani, S.Kep.,Ns.,M.Kep  
NIK. 911.060600

## HALAMAN PERSEMBAHAN

Pertama-tama saya ucapkan terimakasih kepada Allah SWT yang melimpahkan segala rahmat dan hidayah-Nya serta sholawat salam kepada Nabi Muhammad SAW cahaya-Mu selalu bersinar dan pemberian-Mu yang tak kunjung putus asa sehingga dapat menyelesaikan skripsi dengan baik . Skripsi ini juga saya

persembahkan untuk:

Kedua orang tua saya yakni Bapak Tarminto, Ibu Sriwati, Bapak Kasipin dan Ibu Suwarti, Mbak Henti, Mas Eko dan saudara tercinta yang tidak berhenti mendukung dan memberikan motivasi terbaik. Terimakasih atas segala pengorbanan, doa dan nasihat hingga skripsi ini sebagai tanda bukti bahwa perjuangan mereka tidak sia-sia.

Teman-teman yang telah membantu dan memberikan semangat sampai proses skripsi

Pembimbing, penguji, dosen dan seluruh staff tata usaha yang telah banyak memberikan ilmu dan membantu proses selama skripsi sehingga menjadi lebih baik

## **HALAMAN MOTTO**

“Dan jangan kamu berputus asa”

Qs. Yusuf 12 Ayat 87

“Sesungguhnya bersama kesulitan itu ada kemudahan”

Qs. Al Insyirah : 5

“Maka apabila engkau telah selesai (dari sesuatu urusan), tetaplah bekerja keras

(untuk urusan yang lain)

Qs. Al Insyirah : 7

“ORANG TIDAK AKAN MENILAI APA YANG KITA MULAI, TAPI ORANG  
SELALU MENILAI APA YANG KITA SELESAIKAN”



## KATA PENGANTAR

Segala puji syukur bagi Tuhan Yang Maha Esa yang telah melimpahkan rahmat dan hidayahnya sehingga pada kesempatan ini peneliti dapat menyelesaikan skripsi dengan judul “Pengaruh Terapi Refleksi Kaki dan Terapi Murottal Surah Ar Rahman Terhadap Tekanan Darah Pada Lansia Hipertensi di Wilayah Kerja Puskesmas Jagir”. Skripsi ini disusun sebagai salah satu syarat dalam menyelesaikan sarjana keperawatan di Fakultas Keperawatan Universitas Katolik Widya Mandala Surabaya.

Peneliti menyadari bahwa selama proses dan kelancaran skripsi ini bukan hanya karena kemampuan peneliti namun banyak bantuan dari berbagai pihak yang turut membantu dan mendukung dari segi apapun, oleh karena itu pada kesempatan ini peneliti menyampaikan ucapan terima kasih kepada:

1. Ibu Yesiana Dwi Wahyu Werdani, S.Kep.,Ns.,M.Kep, selaku Dekan Fakultas Keperawatan Universitas Katolik Widya Mandala Surabaya dan Ketua Skripsi yang selalu memberikan motivasi, arahan dan masukan dalam menyelesaikan skripsi.
2. Ibu Nia Novita Sari, S.Kep.,Ns.,M.Kes selaku Sekretaris yang memberikan arahan dan masukan dalam menyelesaikan skripsi.
3. Ibu Ninda Ayu Prabasari Panglipurningsih, S.Kep., Ns., M.Kep, selaku Pembimbing Utama dan Pembimbing Akademik yang dengan tulus meluangkan waktu, tenaga, pikiran serta perhatian dalam memberikan dorongan, bimbingan dan arahan dalam penyusunan skripsi.

4. Ibu Ermalynda Sukmawati, S.Kep., Ns., M.Kep, selaku Pembimbing Pendamping dengan tulus telah menyediakan waktu, tenaga dan motivasi serta masukan dalam penyusunan skripsi.
5. Seluruh responden di wilayah kerja Puskesmas Jagir yang bersedia terlibat dan berpartisipasi secara sukarela meluangkan waktu dan tenaga dalam penelitian saya sehingga penelitian dapat berjalan dengan baik
6. Puskesmas Jagir Surabaya dan staf karyawan yaitu dr. Dessy Jumiaty Setia, Bapak Suko dan Mbak Gita beserta karyawan lain yang mengizinkan saya dalam melaksanakan penelitian sehingga penelitian dapat berjalan dengan lancar.
7. Bapak/Ibu Dosen dan Seluruh Staf Tata Usaha Fakultas Keperawatan Universitas Katolik Widya Mandala Surabaya yang memberikan wawasan dan waktunya dalam memperluas keterampilan serta kelancaran dalam proses penyusunan skripsi.
8. Orang tua saya yakni bapak Tarminto dan ibu Sriwati, keluarga Bapak Kasipin saudara kandung dan saudara dekat yang telah berjuang dan bekerja keras, memberikan dukungan secara materiil, moril, dan spiritual dari awal kuliah sampai proses menyelesaikan skripsi.
9. Sahabat terkasih “Sahabat Sambat” (Anggi, Latifah dan Uci) yang tidak pernah bosan untuk selalu bersama-sama serta memberikan semangat dan bantuan baik bantuan doa maupun fisik sehingga saya dapat menyelesaikan skripsi.
10. Relawan penelitian dari rekan Angkatan “*Reflexology Group*” yang bersedia meluangkan waktu dan tenaga selama proses penelitian sehingga penelitian ini berjalan dengan lancar.

11. Teman-teman seperjuangan 2019 dan teman-teman lain yang selalu mendukung dan memotivasi dalam menyelesaikan skripsi.
12. Tentunya diri saya sendiri karena jiwa dan raga ini telah berhasil melewati semua rintangan sampai titik ini hingga dapat menyelesaikan skripsi.

Demikian ucapan terimakasih kepada seluruh pihak yang membantu dalam skripsi ini. Peneliti menyadari bahwa banyak kekurangan dan kelemahan pada penyusunan skripsi. Maka dari itu peneliti mengharapkan saran dan kritik yang membangun demi kesempurnaan skripsi sehingga dapat memberikan manfaat dalam bidang keperawatan, bidang pendidikan lain dan pengaplikasian di lapangan agar dapat berguna dan mengatasi permasalahan lebih lanjut.

Surabaya, Juli 2023

Peneliti

## DAFTAR ISI

	Halaman
HALAMAN JUDUL.....	i
SURAT PERNYATAAN.....	ii
SURAT PERNYATAAN PERSETUJUAN PUBLIKASI .....	iii
HALAMAN PERSETUJUAN .....	iv
HALAMAN PENGESAHAN .....	v
HALAMAN PERSEMBAHAN .....	vi
HALAMAN MOTTO .....	vii
KATA PENGANTAR .....	viii
DAFTAR ISI .....	xi
DAFTAR TABEL .....	xiii
DAFTAR GAMBAR .....	xiv
DAFTAR LAMPIRAN.....	xvi
DAFTAR ISI ARTIKEL ILMIAH HASIL PENELITIAN .....	xvii
ABSTRAK .....	xviii
<i>ABSTRACT</i> .....	xix
<b>BAB 1 PENDAHULUAN.....</b>	<b>1</b>
1.1 Latar Belakang.....	1
1.2 Rumusan Masalah.....	5
1.3 Tujuan Penelitian .....	5
1.3.1 Tujuan Umum.....	5
1.3.2 Tujuan Khusus.....	6
1.4 Manfaat Penelitian .....	6
1.4.1 Manfaat Teoritis .....	6
1.4.2 Manfaat Praktis.....	6
<b>BAB 2 TINJAUAN PUSTAKA .....</b>	<b>8</b>
2.1 Konsep Terapi Refleksi Kaki .....	8

2.1.1	Definisi Terapi Refleksi Kaki.....	8
2.1.2	Manfaat Terapi Refleksi Kaki .....	8
2.1.3	Mekanisme Terapi Refleksi Kaki .....	9
2.1.4	Indikasi Dan Kontraindikasi Terapi Refleksi Kaki .....	15
2.1.5	Prosedur Terapi Refleksi Kaki .....	15
2.2	Konsep Terapi Murottal .....	16
2.2.1	Definisi Terapi Murottal .....	16
2.2.2	Manfaat Terapi Murottal.....	17
2.2.3	Mekanisme Terapi Murottal.....	17
2.2.4	Indikasi Terapi Murottal .....	18
2.2.5	Prosedur Terapi Murottal .....	18
2.3	Konsep Tekanan Darah.....	18
2.3.1	Definisi Tekanan Darah .....	18
2.3.2	Penggolongan Tekanan Darah.....	19
2.3.3	Teknik Pengukuran Tekanan Darah .....	19
2.4	Konsep Lansia .....	20
2.4.1	Definisi Lansia.....	20
2.4.2	Batasan Lansia.....	20
2.4.3	Perubahan Pada Lansia .....	21
2.5	Konsep Hipertensi .....	24
2.5.1	Definisi Hipertensi.....	24
2.5.2	Klasifikasi Hipertensi.....	25
2.5.3	Penyebab Hipertensi .....	25
2.5.4	Faktor Yang Memengaruhi .....	25
2.5.5	Tanda Dan Gejala Hipertensi .....	28
2.5.6	Patofisiologi Hipertensi.....	28
2.5.7	Komplikasi Hipertensi .....	29
2.5.8	Penatalaksanaan Hipertensi.....	29
<b>BAB 3 KERANGKA KONSEPTUAL DAN HIPOTESIS .....</b>		<b>32</b>
3.1	Kerangka Konseptual.....	32
3.2	Pengaruh Terapi Refleksi Kaki Dan Terapi Murottal Surah Ar Rahman Terhadap Tekanan Darah Pada Lansia Hipertensi .....	33
3.3	Hipotesis.....	34
<b>BAB 4 METODE PENELITIAN .....</b>		<b>35</b>
4.1	Desain Penelitian .....	35
4.2	Identifikasi Variabel Penelitian .....	36
4.2.1	Variabel Independen .....	36
4.2.2	Variabel Dependen .....	36
4.3	Definisi Operasional Variabel Penelitian.....	36
4.4	Populasi, Sampel dan Teknik Pengambilan Sampel.....	38
4.4.1	Populasi .....	38
4.4.2	Sampel.....	38
4.4.3	Teknik Pengambilan Sampel.....	39
4.5	Kerangka Kerja Penelitian .....	40
4.6	Metode Pengumpulan Data .....	41
4.6.1	Pengumpulan Data.....	41

4.6.2 Instrumen Penelitian .....	43
4.6.3 Waktu dan Lokasi Penelitian.....	44
4.7 Validitas dan Reliabilitas Alat Ukur.....	44
4.7.1 Uji Validitas .....	44
4.7.2 Uji Reliabilitas.....	45
4.8 Teknik Analisa Data .....	45
4.8.1 <i>Editing</i> .....	45
4.8.2 <i>Tabulating</i> .....	45
4.8.3 Uji Hipotesis.....	45
4.9 Etika Penelitian.....	46
4.9.1 Prinsip Manfaat .....	46
4.9.2 Prinsip Menghargai Hak Asasi Manusia.....	47
4.9.3 Prinsip Kerahasiaan .....	48
<b>BAB 5 HASIL PENELITIAN.....</b>	<b>49</b>
5.1 Karakteristik Lokasi Penelitian .....	49
5.2 Hasil Penelitian.....	51
5.2.1 Data Umum .....	51
5.2.2 Data Khusus .....	58
<b>BAB 6 PEMBAHASAN .....</b>	<b>63</b>
6.1 Tekanan Darah Pada Lansia Hipertensi Sebelum Dilakukan Terapi Refleksi Kaki Dan Terapi Murottal Surah Ar Rahman .....	63
6.2 Tekanan Darah Pada Lansia Hipertensi Setelah Dilakukan Terapi Refleksi Kaki Dan Terapi Murottal Surah Ar Rahman .....	67
6.3 Pengaruh Terapi Refleksi Kaki Dan Terapi Murottal Surah Ar Rahman Terhadap Tekanan Darah Pada Lansia Hipertensi Di Wilayah Kerja Puskesmas Jagir.....	70
6.4 Keterbatasan Penelitian.....	74
<b>BAB 7 KESIMPULAN DAN SARAN .....</b>	<b>76</b>
7.1 Kesimpulan.....	76
7.2 Saran .....	76
DAFTAR PUSTAKA .....	78
LAMPIRAN .....	86
ARTIKEL PENELITIAN .....	116

## DAFTAR TABEL

	Halaman
Tabel 2.1	Klasifikasi Hipertensi menurut <i>American Heart Association</i> ..... 25
Tabel 4.1	Desain Penelitian <i>One Group Pretest-Posttest Design</i> ..... 35
Tabel 4.2	Definisi Operasional Variabel Penelitian..... 37
Tabel 5.1	Jadwal Pelayanan di Puskesmas Jagir..... 49
Tabel 5.2	Kasus penyakit terbanyak di Puskesmas Jagir tahun 2020..... 50
Tabel 5.3	Distribusi Tekanan Darah Sistolik Diastolik <i>Pretest-Posttest</i> Terapi Refleksi Kaki Dan Terapi Murottal Surah Ar Rahman Terhadap Tekanan Darah Pada Lansia Hipertensi Di Wilayah Kerja Puskesmas Jagir..... 59
Tabel 5.4	Hasil Uji Normalitas <i>Pretest</i> dan <i>Posttest</i> Tekanan Darah Sistolik Dan Diastolik Dengan <i>One Sample Kolmogorov-Smirnov<sup>a</sup> Test</i> ..... 61
Tabel 5.5	Hasil Uji Hipotesis <i>Pretest</i> dan <i>Posttest</i> Tekanan Darah Sistolik Dengan <i>Paired Samples T Test</i> ..... 62
Tabel 5.6	Hasil Uji Hipotesis <i>Pretest</i> dan <i>Posttest</i> Tekanan Darah Diastolik Dengan <i>Paired Samples T Test</i> ..... 62

## DAFTAR GAMBAR

	Halaman
Gambar 2.1 Titik Refleksi Telapak Kaki Kanan dan Telapak Kaki Kiri.....	10
Gambar 2.2 Titik Refleksi 1, 2, 3, 4 dan 5 Telapak Kaki Kanan.....	12
Gambar 2.3 Titik Refleksi 18 dan 22 Telapak Kaki Kanan.....	13
Gambar 2.4 Titik Refleksi 1, 2, 3, 4 dan 5 Telapak Kaki Kiri.....	13
Gambar 2.5 Titik Refleksi 22 dan 33 Telapak Kaki Kiri.....	14
Gambar 2.6 Tensimeter Digital.....	19
Gambar 3.1 Kerangka Konseptual Terapi Refleksi Kaki dan Terapi Murottal Surah Ar Rahman Terhadap Tekanan Darah Pada Lansia.....	32
Gambar 4.5 Kerangka Kerja Penelitian Terapi Refleksi Kaki dan Terapi Murottal Surah Ar Rahman Terhadap Tekanan Darah pada Lansia.....	40
Gambar 5.1 Karakteristik Responden Berdasarkan Usia di Puskesmas Jagir pada Tanggal 15-28 Mei 2023.....	52
Gambar 5.2 Karakteristik Responden Berdasarkan Jenis Kelamin di Puskesmas Jagir pada Tanggal 15-28 Mei 2023.....	52
Gambar 5.3 Karakteristik Responden Berdasarkan Pendidikan Terakhir di Puskesmas Jagir pada Tanggal 15-28 Mei 2023.....	53
Gambar 5.4 Karakteristik Responden Berdasarkan Riwayat Merokok di Puskesmas Jagir pada Tanggal 15-28 Mei 2023.....	53
Gambar 5.5 Jumlah Batang Rokok Yang Dikonsumsi.....	54
Gambar 5.6 Karakteristik Responden Berdasarkan Riwayat Mengonsumsi Alkohol di Puskesmas Jagir pada Tanggal 15-28 Mei 2023.....	54
Gambar 5.7 Karakteristik Responden Berdasarkan Riwayat Mengonsumsi Kopi di Puskesmas Jagir pada Tanggal 15-28 Mei 2023.....	55



Gambar 5.8	Karakteristik Responden Berdasarkan Diet Hipertensi di Puskesmas Jagir pada Tanggal 15-28 Mei 2023.....	55
Gambar 5.9	Makanan Yang Dikonsumsi.....	56
Gambar 5.10	Karakteristik Responden Berdasarkan Riwayat Keturunan Hipertensi di Puskesmas Jagir pada Tanggal 15-28 Mei 2023.....	55
Gambar 5.11	Karakteristik Responden Berdasarkan Lama Menderita Hipertensi di Puskesmas Jagir pada Tanggal 15-28 Mei 2023.....	57
Gambar 5.12	Karakteristik Responden Berdasarkan Obat Yang Dikonsumsi di Puskesmas Jagir pada Tanggal 15-28 Mei 2023.....	57
Gambar 5.13	Karakteristik Responden Berdasarkan Riwayat Penyakit Yang Diderita di Puskesmas Jagir pada Tanggal 15-28 Mei 2023.....	58

## DAFTAR LAMPIRAN

	Halaman
Lampiran 1. Lembar Penjelasan Menjadi Responden.....	86
Lampiran 2. Lembar Persetujuan Menjadi Responden.....	88
Lampiran 3. Lembar Data Demografi.....	89
Lampiran 4. SOP Terapi Refleksi Kaki dan Terapi Murottal Surah Ar Rahman.....	91
Lampiran 5. SOP Pengukuran Tekanan Darah Tensimeter Digital.....	93
Lampiran 6. Data Hasil <i>Pretest</i> dan <i>Posttest</i> Intervensi Terapi Refleksi Kaki dan Terapi Murottal Surah Ar Rahman.....	95
Lampiran 7. Lembar Kegiatan Pelaksanaan Intervensi.....	97
Lampiran 8. Surat Ijin Penelitian Fakultas ke DPMPTSP.....	99
Lampiran 9. Surat Balasan dari DPMPTSP.....	100
Lampiran 10. Surat Ijin Penelitian Fakultas ke DKK.....	101
Lampiran 11. Surat Balasan Dari DKK.....	102
Lampiran 12. Surat Ijin Penelitian Fakultas ke Puskesmas Jagir.....	104
Lampiran 13. Surat Ijin Penelitian dari Puskesmas Jagir.....	105
Lampiran 14. Surat Keterangan Selesai Penelitian dari Puskesmas Jagir.....	106
Lampiran 15. Sertifikat Kalibrasi Tensimeter Merk <i>Jziki</i> .....	107
Lampiran 16. Data Responden.....	110
Lampiran 17. Hasil Uji Normalitas.....	111
Lampiran 18. Hasil Uji Statistik <i>Paired Samples Test</i> .....	112
Lampiran 19. Dokumentasi Penelitian.....	114

## DAFTAR ISI ARTIKEL ILMIAH HASIL PENELITIAN

	Halaman
HALAMAN JUDUL.....	116
HALAMAN PERSETUJUAN.....	117
DAFTAR ISI.....	118
ABSTRAK.....	119
<i>ABSTRACT</i> .....	120
PENDAHULUAN.....	121
METODE PENELITIAN.....	121
HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN.....	122
SIMPULAN DAN SARAN.....	127
DAFTAR PUSTAKA.....	127
BIODATA PENULIS.....	129

## ABSTRAK

### **PENGARUH TERAPI REFLEKSI KAKI DAN TERAPI MUROTTAL SURAH AR RAHMAN TERHADAP TEKANAN DARAH PADA LANSIA HIPERTENSI DI WILAYAH KERJA PUSKESMAS JAGIR**

**oleh: Sylvia Ardhanawati**

Lansia kehilangan elastisitas pembuluh darah akibat penuaan memicu hipertensi. Terapi pendukung nonfarmakologis hipertensi adalah integrasi terapi refleksi kaki dan murottal Ar Rahman. Tujuan menjelaskan pengaruh terapi refleksi kaki dan terapi murottal surah Ar Rahman terhadap tekanan darah pada lansia hipertensi. Desain penelitian *pre-experimental one group pretest-posttest design*. Populasi berjumlah 57 lansia hipertensi di Puskesmas Jagir menggunakan teknik *purposive sampling* sesuai kriteria berjumlah 33 responden. Instrumen yaitu SOP terapi refleksi kaki dan murottal Ar Rahman, tensimeter digital, *mp3* dan lembar observasi. Integrasi diberikan sehari sekali selama seminggu durasi 22 menit. *Mean pretest* sistolik 153,39 mmHg  $\pm$  8,902 dan *posttest* 136,85 mmHg  $\pm$  10,686 sedangkan *pretest* diastolik 93,45 mmHg  $\pm$  4,880 dan *posttest* diastolik 87,94 mmHg  $\pm$  4,513. Selisih tekanan darah sistolik 16,545 mmHg  $\pm$  10,788 dan diastolik 5,152 mmHg  $\pm$  4,644. Uji *Paired Samples T Test p value* 0,000 ( $\alpha < 0,05$ ) ada pengaruh terapi refleksi kaki dan terapi murottal surah Ar Rahman terhadap tekanan darah pada lansia hipertensi di wilayah kerja Puskesmas Jagir. Integrasi memberikan stimulasi pijatan 22 titik memengaruhi saraf parasimpatis dan stimulasi murottal mengaktifkan hormon endorfin dan aliran darah memengaruhi perubahan tekanan darah.

**Kata Kunci:** Terapi Refleksi Kaki dan Terapi Murottal Surah Ar Rahman, Tekanan Darah, Lansia, Hipertensi

## **ABSTRACT**

### ***THE EFFECT OF FOOT REFLEXOLOGY THERAPY AND THERAPY SURAH AR RAHMAN MUROTTAL ON BLOOD PRESSURE FOR ELDERLY WITH HYPERTENSION AT THE WORKING AREA OF JAGIR HEALTH CENTER***

**by: Sylvia Ardhanawati**

*The elderly lose the elasticity of blood vessels due to aging triggering hypertension. Non-pharmacological support therapy for hypertension is the integration of foot reflexology and Ar Rahman murottal therapy. The aim is to explain the effect of foot reflexology therapy and surah Ar Rahman murottal therapy on blood pressure in elderly hypertensives. The research design was a pre-experimental one group pretest-posttest design. The population of 57 hypertensive elderly at the Jagir Health Center used a purposive sampling technique according to the criteria of 33 respondents. The instruments are SOP for foot reflexology therapy and Ar Rahman murottal, digital tensimeter, mp3 and observation sheet. Intervention 1 day 1 week duration 22 minutes. Integration intervention is given once a day in 1 week with a duration of 22 minutes. The mean systolic pretest was  $153.39 \text{ mmHg} \pm 8.902$  and posttest was  $136.85 \text{ mmHg} \pm 10.686$  while the diastolic pretest was  $93.45 \text{ mmHg} \pm 4.880$  and posttest diastolic was  $87.94 \text{ mmHg} \pm 4.513$ . The results of the difference in systolic blood pressure were  $16.545 \text{ mmHg} \pm 10.788$  and diastolic  $5.152 \text{ mmHg} \pm 4.644$ . Paired Samples T Test with a p value of 0.000 ( $\alpha < 0.05$ ) there is an effect of foot reflexology therapy and surah Ar Rahman murottal therapy on blood pressure in elderly hypertensives in the working area of the Jagir Health Center. Integration provides massage stimulation of 22 points affecting the parasympathetic nerves and murottal stimulation activates endorphins and blood flow affects changes in blood pressure.*

**Keywords:** *Foot Reflexology Therapy And Therapy Surah Ar Rahman Murottal, Blood Pressure, Elderly, Hypertension*