

LAPORAN PENELITIAN
PENGARUH TERAPI RENDAM KAKI AIR JAHE
TERHADAP TEKANAN DARAH PADA PENDERITA HIPERTENSI
DI DUSUN GERPULE DAN TOSARI KABUPATEN KULON PROGO



ROSALIA DIAH HESTY KRISTIANINGRUM

NPM 202123077

PROGRAM STUDI KEPERAWATAN PROGRAM SARJANA
SEKOLAH TINGGI ILMU KESEHATAN PANTI RAPIH
YOGYAKARTA

2025

PENGARUH TERAPI RENDAM KAKI AIR JAHE
TERHADAP TEKANAN DARAH PADA PENDERITA HIPERTENSI
DI DUSUN GERPULE DAN TOSARI
KABUPATEN KULON PROGO

Laporan ini disusun untuk memenuhi persyaratan untuk menyelesaikan suatu
program pendidikan yang diselenggarakan pada Program Studi Sarjana
Keperawatan STIKes Panti Rapih Yogyakarta.



ROSALIA DIAH HESTY KRISTIANINGRUM

NPM 202123077

PROGRAM STUDI KEPERAWATAN PROGRAM SARJANA
SEKOLAH TINGGI ILMU KESEHATAN PANTI RAPIH
YOGYAKARTA

2025

LAPORAN PENELITIAN

PENGARUH TERAPI RENDAM KAKI AIR JAHE TERHADAP TEKANAN DARAH PADA PENDERITA HIPERTENSI DI DUSUN GERPULE DAN TOSARI KABUPATEN KULON PROGO

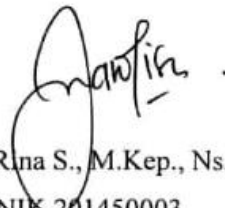
Disusun Oleh:

Rosalia Diah Hesty Kristianingrum

NPM 202123077

Laporan Penelitian ini Telah Diperiksa, Disetujui dan Dipertahankan dihadapan
Tim Penguji Tugas Akhir Mahasiswa STIKes Panti Rapih Yogyakarta
Yogyakarta, 8 Agustus 2025

Pembimbing I,



Fransisca Anjar Rina S., M.Kep., Ns.Sp.Kep.M.B
NIK 201450003

Pembimbing II,



Ns Riski Wulandari, M.Kep., Sp.Kep.M
NIK 201750004

PERNYATAAN KEASLIAN PENELITIAN

Yang bertanda tangan di bawah ini:

Nama : Rosalia Diah Hesty Kristianingrum

NPM : 202123077

Dengan ini menyatakan dengan sesungguhnya bahwa penelitian dengan judul:

”Pengaruh Terapi Rendam Kaki Air Jahe Terhadap Tekanan Darah pada Penderita Hipertensi di Dusun Gerpule, Kabupaten Kulon Progo”

Yang telah saya laksanakan selama bulan Maret – Juli 2025, seluruhnya merupakan hasil karya saya sendiri.

Adapun terhadap bagian-bagian tertentu dalam penulisan hasil penelitian yang saya kutip secara langsung maupun tidak langsung dari hasil karya orang/pihak lain telah saya tuliskan sumbernya secara jelas sesuai dengan norma, kaidah dan etika penulisan karya ilmiah. Apabila dikemudian hari ternyata ditemukan seluruh atau sebagian penulisan hasil penelitian ini terbukti bukan karya sendiri atau terdapat indikasi adanya plagiat, maka saya bersedia menerima sanksi moral, sanksi administratif serta dituntut ganti rugi dan atau pidana sesuai dengan ketentuan perundangan-undangan yang berlaku.

Pernyataan keaslian penelitian ini saya buat dengan sebenarnya, tanpa tekanan dari siapapun dan atau dari pihak manapun.

Yogyakarta, 2 Juli 2025
Yang membuat pernyataan,



R. Diah Hesty K.

SKRIPSI

PENGARUH TERAPI RENDAM KAKI AIR JAHE TERHADAP TEKANAN DARAH PADA PENDERITA HIPERTENSI DI DUSUN GERPULE DAN TOSARI KABUPATEN KULON PROGO

Disusun Oleh:

Rosalia Diah Hesty Kristianingrum

NPM 202123077

Telah dipertahankan dan diuji didepan dewan penguji Skripsi STikes Panti Rapih
Untuk memenuhi Tugas Akhir Mahasiswa Prodi Sarjana Keperawatan
Pada Tanggal 11 Juli 2025

Mengesahkan,

Ketua Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan Panti Rapih Yogyakarta



Penguji

Ketua : Dr. Theresia Titin Marlina, Ns., M.Kep.

Anggota : 1. Fransisca Anjar Rina S., M.Kep.,

Ns.Sp.Kep.M.B

2. Ns Riski Wulandari, M.Kep., Sp.Kep.M

HALAMAN MOTTO

"Impossible is just an opinion!"

Paulo Coelho

"Semua jatuh bangunmu hal yang biasa, angan dan pertanyaan waktu yang menjawabnya, berikan tenggat waktu bersedihlah secukupnya, rayakan perasaanmu sebagai manusia."

Baskara Putra – Hindia

"Bersukacitalah dalam pengharapan, sabarlah dalam kesesakan dan, bertekunlah dalam doa!"

Roma 12:12

"Karena masa depan sungguh ada, dan harapanmu tidak akan hilang."

Amsal 23:18

"Keberhasilan bukanlah milik orang pintar, keberhasilan adalah kepunyaan mereka yang senantiasa berusaha."

B.J Habibie

HALAMAN PERSEMBAHAN

Dengan penuh rasa syukur dan kerendahan hati, skripsi ini saya persembahkan kepada:

1. Yesus Kristus, Tuhan dan Juru Selamatku yang selalu mengiringi langkah dan masa depan penulis yang penuh harapan
2. Kedua orang tua penulis (Floribertus Rujita dan Cicilia Sujilah) terimakasih atas segala doa dan pengorbanan tanpa lelah yang selalu menjadi alasan penulis untuk terus melangkah
3. Kedua saudara penulis (Kakak Valentina Evy, Adik Agustinus Wahyu) tempat berbagi tawa dan penguat saat penulis merasa lelah
4. Dosen Pembimbing (Ibu Fransisca Anjar Rina Setyani, M.Kep., Ns.Sp. Kep.M.B dan Ibu Ns Riski Wulandari, M.Kep., Sp.Kep.M) atas kesabaran dan ilmu yang telah diberikan sepanjang penyusunan skripsi ini
5. Sahabat sekaligus keluarga penulis (Maria Sri, Vilanova Yeyen, Martina Dewi, Chaecilia Hana) yang selalu memberikan semangat dan tawa di saat-saat terberat penulis
6. Kedua sahabat penulis di kampus (Jerika Ardyana dan Marlinda Dwi) yang selalu meluangkan waktu dan ada disaat penulis merasa lelah
7. Dabest (Yanti, Ellin, Sri, Yeyen, Dewi, Hana) yang selalu ada untuk memberikan tawa
8. Teman-teman Circle K (Huda, Dewa, Agave, Stefano, Lhetare) yang selalu memberikan keceriaan di bangku kuliah
9. Diriku sendiri (Rosalia Diah Hesty Kristianingrum) terimakasih sudah sampai di titik ini, meski sempat mengalami hal-hal berat, *proud of me!!*

INTISARI

Nama : Rosalia Diah Hesty Kristianingrum
NPM : 202123077
Judul : Pengaruh Terapi Rendam Kaki Air Jahe Terhadap Tekanan Darah pada Penderita Hipertensi Di Dusun Gerpule dan Tosari Kabupaten Kulon Progo
Tanggal Ujian :
Pembimbing : 1. Fransisca Anjar Rina Setyani, M.Kep., Ns.Sp.Kep.M.B
2. Ns Riski Wulandari, M.Kep., Sp.Kep.M
Jumlah Pustaka : 64 pustaka
Jumlah Halaman : xiv, 97 halaman, tabel, lampiran

Hipertensi merupakan salah satu penyakit tidak menular yang prevalensinya meningkat dari tahun ke tahun. Salah satu upaya penatalaksanaan tekanan darah pada penderita hipertensi adalah dengan terapi non-farmakologis seperti rendam kaki air jahe yang memiliki efek vasodilatasi. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui pengaruh terapi rendam kaki air jahe terhadap tekanan darah pada penderita hipertensi. Penelitian ini menggunakan desain *quasy-eksperimen* dengan pendekatan *pretest-posttest with control group*. Jumlah sampel sebanyak 60 orang, yang terdiri dari 30 responden kelompok intervensi dan 30 responden kelompok kontrol yang dilaksanakan di Dusun Gerpule dan Dusun Tosari Kabupaten Kulon Progo, pada tanggal 20 Maret- 11 Juli 2025, yang dipilih dengan teknik *purposive sampling* dengan kriteria responden berusia 40 tahun – usia lansia, tidak mengalami cedera pada kaki, tidak mempunyai penyakit infeksi menular, kesadaran composmentis dan penderita hipertensi yang mengkonsumsi satu jenis obat antihipertensi. Intervensi berupa terapi rendam kaki air jahe selama 15 menit per hari selama 3 hari berturut-turut. Pengukuran tekanan darah dilakukan sebelum dan sesudah intervensi. Hasil uji statistik Wilcoxon, menunjukkan terdapat penurunan tekanan darah sistolik 13.5 mmHg dan diastolik 10 mmHg pada kelompok intervensi dengan *p-value* 0,000 ($p < 0,05$). Sedangkan pada kelompok kontrol, tidak terdapat perbedaan yang signifikan antara pengukuran hari pertama dan ketiga tekanan darah sistolik dengan *p-value* 0.063 dan diastolik *p-value* 0.377 ($p > 0,05$). Hasil uji Mann-Whitney juga menunjukkan terdapat perbedaan tekanan darah yang signifikan antara kelompok intervensi dan kontrol setelah perlakuan dengan *p-value* 0,000 ($p < 0,05$). Simpulan dari penelitian ini adalah terapi rendam kaki air jahe efektif menurunkan tekanan darah pada penderita hipertensi. Disarankan agar tenaga kesehatan dan masyarakat dapat memanfaatkan terapi ini sebagai alternatif non-farmakologis yang aman, alami, dan mudah dilakukan.

Kata Kunci: hipertensi, jahe, rendam kaki, tekanan darah

KATA PENGANTAR

Puji syukur saya panjatkan ke hadirat Tuhan Yang Maha Esa atas segala rahmat-Nya sehingga saya dapat menyelesaikan laporan proposal penelitian dengan judul “Pengaruh Terapi Rendam Kaki Air Jahe terhadap Tekanan Darah pada Penderita Hipertensi di Dusun Gerpule dan Tosari Kabupaten Kulon Progo” ini dengan baik dan tepat waktu. Laporan ini disusun untuk memenuhi untuk memenuhi persyaratan untuk menyelesaikan suatu program pendidikan yang diselenggarakan pada Program Studi Sarjana Keperawatan STIKes Panti Rapih Yogyakarta.

Saya mengucapkan terimakasih kepada :

1. Ibu Yulia Wardani, MAN selaku Ketua STIKes Panti Rapih Yogyakarta
2. Ibu MI. Ekatrina Wijayanti, Ns., MSN. selaku Kaprodi Sarjana Keperawatan
3. Ibu Fransisca Anjar Rina S., M.Kep., Ns., Kep.M.B, selaku dosen koordinator pada mata kuliah skripsi sekaligus pembimbing 1 saya
4. Ibu Ns. Riski Wulandari, M.Kep.,Sp.Kep.M. selaku pembimbing 2 saya dalam proses penelitian
5. Kepala dukuh dan Kader Dusun Gerpule dan Tosari
6. Responden dalam penelitian ini karena telah bersedia menjadi responden
7. Semua pihak yang telah turut mendukung penyusunan laporan proposal penelitian ini. Tentunya laporan ini tidak akan bisa maksimal jika tidak mendapat dukungan dari berbagai pihak.

Sebagai penyusun, saya menyadari bahwa masih terdapat kekurangan baik dari penyusunan hingga tata bahasa penyampaian dalam laporan ini. Oleh karena itu, dengan rendah hati saya menerima saran dan kritik dari pembaca agar dapat memperbaiki laporan ini. Penulis berharap semoga laporan ini memberikan manfaat dan juga inspirasi untuk pembaca.

Yogyakarta, 14 Maret 2025

Rosalia Diah Hesty Kristianingrum

DAFTAR ISI

	Halaman
HALAMAN SAMPUL	i
PENGARUH TERAPI RENDAM KAKI AIR JAHE	ii
LEMBAR PERSETUJUAN PEMBIMBING	iii
PERNYATAAN KEASLIAN PENELITIAN	iv
LEMBAR PENGESAHAN...	iv
HALAMAN MOTTO	vi
HALAMAN PERSEMBAHAN	vii
INTISARI	viii
KATA PENGANTAR	ix
DAFTAR ISI	x
DAFTAR TABEL	xii
DAFTAR GRAFIK/DIAGRAM/BAGAN/CHART	xiii
DAFTAR LAMPIRAN	xiv
BAB 1 PENDAHULUAN	1
1.1 Latar belakang	1
1.2 Rumusan masalah	4
1.3 Tujuan penelitian	4
1.4 Manfaat penelitian	5
BAB 2 TINJAUAN PUSTAKA	6
2.1 Tinjauan teori.....	6
2.2 Kerangka teori	26
2.3 Kerangka konsep	27
2.4 Hipotesis penelitian	27
BAB 3 METODE PENELITIAN	28
3.1 Desain penelitian	28
3.2 Definisi operasional	29
3.3 Populasi dan sampel	29
3.4 Tempat dan waktu penelitian.....	31
3.5 Teknik dan instrumen pengumpulan data.....	31
3.6 Etika penelitian	34

3.7	Analisis data	35
BAB 4 HASIL DAN PEMBAHASAN		38
4.1	Gambaran lokasi penelitian	38
4.2	Hasil dan pembahasan	39
4.2	Kelemahan penelitian	49
4.3	Keterbatasan penelitian.....	50
BAB 5 SIMPULAN DAN SARAN.....		51
5.1	Simpulan.....	51
5.2	Saran	51
DAFTAR PUSTAKA		
LAMPIRAN		

DAFTAR TABEL

	Halaman
Tabel 2.1 Klasifikasi Hipertensi menurut JNC	7
Tabel 2.2 Klasifikasi hipertensi menurut ESH-ESC.....	8
Tabel 3.2 Definisi Operasional	29
Tabel 4.1 Distribusi Karakteristik Responden Total (n=60)	39
Tabel 4.2 Perbedaan rerata tekanan darah responden kelompok intervensi sebelum dan sesudah pemberian terapi rendam kaki air jahe	44
Tabel 4.3 Perbedaan rerata tekanan darah responden kelompok kontrol hari pertama (pre) dan ketiga (post).....	46
Tabel 4.4 Perbedaan rerata tekanan darah (post) pada kelompok intervensi dan kontrol.....	47

DAFTAR GRAFIK/DIAGRAM/BAGAN/CHART

Gambar 2.1 Kerangka Teori.....	14
Gambar 2.2 Kerangka Konsep.....	27

DAFTAR LAMPIRAN

- Lampiran 1 Studi Pendahuluan Ke Puskesmas Kalibawang
- Lampiran 2 Balasan Untuk Studi Pendahuluan Dari Dinas Kesehatan Kabupaten Kulon Progo
- Lampiran 3 Surat Keterangan Kelaikan Etik (*Ethical Clearance*)
- Lampiran 4 Surat Pengantar Pengambilan Data Dusun Gerpule
- Lampiran 5 Surat Pengantar Pengambilan Data Dusun Tosari
- Lampiran 6 Surat Keterangan Pengambilan Data Dusun Gerpule
- Lampiran 7 Surat Keterangan Pengambilan Data Dusun Tosari
- Lampiran 8 Lembar Penjelasan Penelitian
- Lampiran 9 *Informed Consent*
- Lampiran 10 Dokumentasi Pelaksanaan Kegiatan Penelitian
- Lampiran 11 Sop Rendam Kaki Air Jahe
- Lampiran 12 Sop Pengukuran Tekanan Darah
- Lampiran 13 Lembar Demografi Responden
- Lampiran 14 Rekapitulasi Data Penelitian
- Lampiran 15 Output Analisa Data Dari *Software*
- Lampiran 16 Perhitungan Sampel Menggunakan *G-Power*
- Lampiran 17 Sertifikat Kalibrasi Alat Tensimeter Digital
- Lampiran 18 Media Edukasi
- Lampiran 19 Lembar Konsultasi Dosen Pembimbing 1
- Lampiran 20 Lembar Konsultasi Dosen Pembimbing 2