

LAPORAN PENELITIAN
PENGARUH RENDAM KAKI AIR HANGAT DENGAN JAHE MERAH
TERHADAP TEKANAN DARAH PASIEN HIPERTENSI
DI PADUKUHAN DEMEN WIJIMULYO
NANGGULAN KULON PROGO



FRANSISKA ROSITA PASHA

202223069

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

2026

LAPORAN PENELITIAN
PENGARUH RENDAM KAKI AIR HANGAT DENGAN JAHE MERAH
TERHADAP TEKANAN DARAH PASIEN HIPERTENSI
DI PADUKUHAN DEMEN WIJIMULYO
NANGGULAN KULON PROGO



FRANSISKA ROSITA PASHA

202223069

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

2026

LAPORAN PENELITIAN
PENGARUH RENDAM KAKI AIR HANGAT DENGAN JAHE MERAH
TERHADAP TEKANAN DARAH PASIEN HIPERTENSI
DI PADUKUHAN DEMEN WIJIMULYO
NANGGULAN KULON PROGO

Disusun oleh :

Fransiska Rosita Pasha

NPM 202223069

Laporan penelitian ini telah Diperiksa, Disetujui dan Dipertahankan
Dihadapan Tim Penguji Tugas Akhir Mahasiswa STIKes Panti Rapih Yogyakarta

Yogyakarta, 7 Agustus 2026

Pembimbing I



Dr. Chatarina Setya Widyastuti, M. kep., Ns.Sp.Kep.M.B.

NIK 199850005

Pembimbing II



Dita Hanna Febriani, S.kep.,Ns., MS

NIK 202050001

PERNYATAAN KEASLIAN PENELITIAN

Yang bertanda tangan dibawah ini :

Nama : Fransiska Rosita Pasha

NIM : 202223069

Dengan ini menyatakan dengan sesungguhnya bahwa penelitian dengan judul :

“Pengaruh Rendam Kaki Air Hangat Dengan Jahe Merah Terhadap Tekanan Darah Pasien Hipertensi di Padukuhan Demen Wijimulyo Nanggulan Kulon Progo”

Yang telah saya laksanakan selama 4 bulan dari tanggal 31 Maret sampai dengan 28 Juli 2026, seluruhnya merupakan hasil karya sendiri.

Adapun terhadap bagian – bagian dalam penulisan hasil penelitian yang saya kutip secara langsung maupun tidak langsung dari hasil karya orang/pihak lain yang 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 administrative serta dituntut ganti rugi atau pidana sesuai dengan ketentuan perundang-undangan yang berlaku. Pernyataan keaslian penelitian ini saya buat dengan sebenarnya, tanpa tekanan dari siapapun dan atau pihak manapun.

Yogyakarta, 28 Juli 2026

Yang membuat pernyataan,



Fransiska Rosita Pasha

SKRIPSI

PENGARUH RENDAM KAKI AIR HANGAT DENGAN JAHE MERAH

TERHADAP TEKANAN DARAH PASIEN HIPERTENSI

DI PADUKUHAN DEMEN WIJIMULYO

NANGGULAN KULON PROGO

Disusun Oleh :

Fransiska Rosita Pasha

NPM 202223069

Telah dipertahankan dan diuji didepan dewan penguji Skripsi STIKes Panti Rapih
untuk memenuhi Tugas Akhir Mahasiswa Prodi Keperawatan Program Sarjana

Pada Tanggal 28 Juli 2026

Mengesahkan,

Ketua Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan Panti Rapih Yogyakarta



Penguji:

Ketua : Dwi Antara Nugraha, M.Tr.Kep

Anggota : 1. Dr. Chatarina Setya W, M.Kep.,Ns.Sp.Kep.M.B.

2. Dita Hanna Febriani, S.Kep.,Ns., MS

MOTTO

“Jangan pernah takut untuk bermimpi besar, karena dalam mimpi yang besar terdapat kekuatan untuk mewujudkannya.”

-BJ Habibie-

“Orang lain tidak akan bisa paham *struggle* dan masa sulitnya kita, yang mereka ingin tahu hanya bagian *success stories*. Berjuanglah untuk diri sendiri walaupun tidak ada yang tepuk tangan. Kelak diri kita di masa depan akan sangat bangga dengan apa yang kita perjuangkan hari ini. Tetap berjuang ya!”

“Sebab TUHAN, Dia sendiri akan berjalan di depanmu, Dia sendiri akan menyertai engkau, Dia tidak akan membiarkan engkau dan tidak akan meninggalkan engkau; janganlah takut dan janganlah patah hati.”

-Ulangan 31:8

“Life can be heavy, especially if you try to carry it all at once. Part of growing up and moving into new chapters of your life is about catch and release.”

-Taylor Swift-

HALAMAN PERSEMBAHAN

Puji dan syukur atas berkat penyertaan Tuhan Yang Maha Esa atas segala berkat dan karunia-Nya, sehingga peneliti dapat menyusun laporan penelitian ini dengan baik. Penyusunan laporan ini akan peneliti persembahkan kepada :

1. Tuhan Yesus Kristus yang telah memberikan berkat dan rahmat-Nya dalam segala proses yang telah peneliti lewati dan lakukan
2. Ibu Dr. Chatarina Setya Widyastuti, M.Kep.,Ns.Sp.Kep.M.B. selaku dosen pembimbing I. Beliau telah membimbing, mengarahkan dan memberikan dukungan motivasi, sehingga proses penyusunan laporan penelitian ini dapat terlaksana dengan baik dan terarah
3. Ibu Dita Hanna Febriani, S.Kep.,Ns., MS selaku dosen pembimbing II, yang telah membimbing dengan sabar dan tulus, memberikan arahan serta masukan yang sangat berarti untuk laporan penelitian ini.
4. Orang tua tercinta, yang senantiasa memberikan doa, kasih sayang, dukungan, dan pengorbanan tanpa henti dalam setiap langkah penulis menempuh pendidikan
5. Teman seperjuangan penulis, yang telah menjadi teman dekat selama di perkuliahan. Mereka telah banyak membantu dan mengambil banyak peran di balik layar, menjadi pendengar yang baik saat berkeluh kesah. Semoga kita sama – sama dilancarkan sampai akhir perjuangan. *See u on top guys!*
6. Sahabat penulis yaitu valen. Terimakasih telah menjadi sahabat dan pendengar yang baik dari segala keluh kesah. Menemani perjuangan dari jauh dan selalu memberikan doa dan dukungan penuh dalam proses penyelesaian pendidikan ini.
7. *Last but not least*, untuk diri saya sendiri. Fransiska Rosita Pasha. Terima kasih karena tetap bertahan di tengah lelah, dan berbagai keadaan yang tidak menyenangkan. Perjalanan ini tidak mudah, ada banyak yang harus dikorbankan, banyak air mata yang jatuh diam – diam, serta banyak tenaga dan waktu yang dikeluarkan demi bisa terus melanjutkan pendidikan hingga menyelesaikan skripsi ini. Karya sederhana ini menjadi bukti bahwa penulis berhasil sampai di titik yang dulu hanya bisa dipeluk lewat doa dan harapan.

INTISARI

Nama : Fransiska Rosita Pasha

NIM : 202223069

Judul : Pengaruh Rendam Kaki Air Hangat Dengan Jahe Merah Terhadap Tekanan Darah Pasien Hipertensi di Padukuhan Demen Wijimulyo, Nanggulan Kulon Progo

Tanggal Ujian : 28 Juli 2026

Pembimbing : 1. Dr. Chatarina Setya W., M.Kep.,Ns.Sp.Kep.M.B.
2. Dita Hanna Febriani, S.Kep.,Ns., MS

Jumlah Pustaka : 79 pustaka

Jumlah Halaman : xiii, 81 halaman, tabel, lampiran

Hipertensi merupakan salah satu penyakit tidak menular yang masih menjadi masalah kesehatan karena dapat meningkatkan risiko terjadinya komplikasi seperti stroke, penyakit jantung, dan gagal ginjal. Salah satu terapi nonfarmakologis yang dapat digunakan untuk membantu mengendalikan tekanan darah adalah terapi rendam kaki air hangat dengan jahe merah. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui pengaruh terapi rendam kaki air hangat dengan jahe merah terhadap penurunan tekanan darah pada penderita hipertensi di Padukuhan Demen. Penelitian ini menggunakan desain *Randomised Control Trial* (RCT). Sampel penelitian berjumlah 56 responden dibagi menjadi 2 kelompok. Kelompok intervensi diberikan terapi rendam kaki air hangat dengan jahe merah selama 30 menit selama dua hari berturut-turut. Kelompok kontrol mendapat perawatan standar. Analisis data menggunakan uji Wilcoxon dan Mann–Whitney. Hasil penelitian menunjukkan bahwa pada kelompok kontrol tidak terdapat perbedaan rerata tekanan darah sistolik dan diastolik pada hari pertama dan kedua. Pada kelompok intervensi, terdapat perbedaan rerata tekanan darah sistolik dan diastolik pada hari pertama dan hari kedua ($p\text{ value} < 0,000$). Pada kedua kelompok terdapat perbedaan rerata tekanan darah sistolik dan diastolik setelah pemberian terapi. Hasil analisis *effect size* menunjukkan pengaruh yang besar selama periode pengulangan terapi. Disimpulkan bahwa terapi rendam kaki air hangat dengan jahe merah berpengaruh dalam menurunkan tekanan darah sistolik dan diastolik pada penderita hipertensi. Terapi ini diharapkan dapat dimanfaatkan oleh tenaga kesehatan sebagai edukasi terapi nonfarmakologis dan diterapkan oleh penderita hipertensi sebagai terapi pendamping pengobatan untuk membantu mengendalikan tekanan darah

Kata kunci: hipertensi, jahe merah, rendam kaki air hangat, tekanan darah

KATA PENGANTAR

Puji syukur kehadiran Tuhan Yang Maha Esa atas segala rahmat dan karunia-Nya, sehingga penulis dapat menyelesaikan laporan penelitian dengan judul “Pengaruh Rendam Kaki Air Hangat dengan Jahe Merah Pasien Hipertensi di Padukuhan Demen, Wijimulyo, Nanggulan, Kulon Progo” ini dengan baik dan tepat waktu. Laporan penelitian ini disusun sebagai salah satu tugas Mata kuliah Skripsi.

Penulis mengucapkan terima kasih yang sebesar-besarnya kepada :

1. Ibu Yulia Wardani, MAN selaku Ketua STIKes Panti Rapih Yogyakarta
2. Dinas Kesehatan Kabupaten Kulon Progo yang telah memberikan izin untuk peneliti melakukan penelitian
3. Puskesmas Nanggulan yang telah berkenan menerima dan membantu peneliti dalam mendapatkan data yang diperlukan
4. Bapak Dwi Antara Nugraha M.Tr.Kep selaku Ketua Penguji yang telah memberikan masukan, arahan dan saran bagi peneliti
5. Ibu Dr. Chatarina Setya Widyastuti., M.Kep., Ns.Sp.Kep.M.B selaku dosen pembimbing I yang telah memberikan bimbingan, dukungan, serta motivasi selama proses penyusunan laporan penelitian ini.
6. Ibu Dita Hanna Febriani, S.Kep.,Ns., MS selaku dosen pembimbing II yang telah memberikan bimbingan, dukungan, serta motivasi selama proses penyusunan laporan penelitian ini
7. Kepala dukuh padukuhan demen beserta dengan ibu kader yang berkenan membantu dalam pelaksanaan penelitian

Penulis menyadari bahwa laporan penelitian ini masih memiliki keterbatasan dan kekurangan. Oleh karena itu, kritik dan saran yang membangun sangat penulis harapkan demi kesempurnaan penelitian ini di masa mendatang.

Akhir kata, semoga laporan penelitian ini dapat memberikan manfaat bagi pengembangan ilmu pengetahuan serta menjadi acuan dalam penelitian selanjutnya

Yogyakarta, 27 Juli 2026

Fransiska Rosita Pasha