

LAPORAN PENELITIAN
PENGARUH TERAPI RENDAM KAKI AIR HANGAT DENGAN JAHE MERAH
TERHADAP TEKANAN DARAH PENDERITA HIPERTENSI
DI PADUKUHAN DONOLAYAN,
DONOHARJO, NGAGLIK, SLEMAN, DIY



PERMATA INDAH WULANDARI

202123033

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

2026

LAPORAN PENELITIAN
PENGARUH TERAPI RENDAM KAKI AIR HANGAT DENGAN JAHE MERAH
TERHADAP TEKANAN DARAH PENDERITA HIPERTENSI
DI PADUKUHAN DONOLAYAN,
DONOHARJO, NGAGLIK, SLEMAN, DIY



PERMATA INDAH WULANDARI

202123033

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

2026

SKRIPSI

**PENGARUH TERAPI RENDAM KAKI AIR HANGAT DENGAN MERAH
TERHADAP TEKanan DARAH PENDERITA HIPERTENSI
DI PADUKUHAN DONOLAYAN DONOHARJO NGAGLIK
SLEMAN DIY**

Disusun Oleh:

Permata Indah Wulandari

NPM 202123033

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

Yogyakarta 07 Agustuis 2026

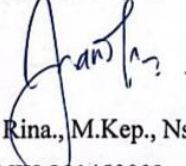
Pembimbing I,



Dr. Chatarina Setya W., M.Kep., Ns.Sp.Kep.M.B

NIK 199850005

Pembimbing II,



Fransisca Anjar Rina., M.Kep., Ns.Sp.Kep.M.B

NIK 201450003

SKRIPSI

**PENGARUH TERAPI RENDAM KAKI AIR HANGAT DENGAN JAHE MERAH
TERHADAP TEKANAN DARAH PENDERITA HIPERTENSI
DI PADUKUHAN DONOLAYAN,
DONOHARJO, NGAGLIK, SLEMAN, DIY**

Disusun Oleh :

Permata Indah Wulandari

NPM 202123033

Telah Dipertahankan Dan Diuji Didepan Dewan Penguji Skripsi Stikes Panti
Rapih Untuk Memenuhi Tugas Akhir Mahasiswa Prodi Sarjana Keperawatan
Pada Tanggal 17 Juli 2026

Mengesahkan,

Ketua Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan Panti Rapih Yogyakarta



Penguji :

Ketua : Siwi Ikaristi Maria Theresia, Ns., MSN Ph.D, NS

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

2. Fransisca Anjar Rina S., M.Kep., Ns. Sp.Kep.M.B

HALAMAN PERNYATAAN KEASLIAN PENELITIAN

Yang bertanda tangan di bawah ini:

Nama : Permata Indah Wulandari

NPM : 202123033

Dengan ini menyatakan dengan sesungguhnya bahwa laporan penelitian dengan judul :

“Pengaruh Terapi Rendam Kaki Air Hangat Dengan Jahe Merah Terhadap Tekanan Darah Penderita Hipertensi Di Padukuhan Donolayan, Donoharjo, Ngaglik, Sleman, DIY”

Yang telah saya susun dan laksanakan selama enam bulan, mulai bulan Februari hingga bulan Juli, seluruhnya merupakan hasil karya saya sendiri. Adapun bagian-bagian tertentu dalam penulisan hasil penelitian yang saya kutip, baik secara langsung maupun tidak langsung dari karya orang lain, telah saya cantumkan sumbernya secara lengkap dan jelas sesuai dengan norma, kaidah serta etika penulisan karya ilmiah.

Apabila di kemudian hari ditemukan bahwa seluruh atau sebagian isi penelitian ini bukan merupakan karya saya sendiri atau mengandung unsur plagiarisme, maka saya bersedia menerima sanksi moral, sanksi administratif serta tuntutan ganti rugi dan/atau pidana sesuai dengan ketentuan perundang-undangan yang berlaku.

Pernyataan keaslian penelitian ini saya buat dengan sebenar-benarnya, tanpa adanya tekanan dari pihak mana pun.

Yogyakarta, 10 Juli 2026



Permata Indah W

YESAYA 41 : 10

“ Janganlah takut, sebab Aku menyertai engkau, janganlah bimbang sebab
Aku ini Allahmu, Aku akan meneguhkan, bahkan akan menolong
engkau; Aku akan memegang engkau dengan tangan kanan-Ku yang
membawa Kemenangan “

ULANGAN 31 : 6

“ Jangan takut akan masa depanmu. Dia yang berjanji, Dia juga yang akan
menepati tepat pada waktuNya “

“See Miracle in live every moment”

Walaupun gunung itu tak berpindah
Tetap percaya Kau yang punya kuasa
Sekalipun ku dalam lembah kelam
Tak mengapa asal Kau disampingku

HALAMAN PERSEMBAHAN

Puji Syukur peneliti panjatkan kepada Tuhan Yang Maha Esa karena berkat rahmat dan karunia-Nya laporan penelitian dengan judul “Pengaruh Rendam Kaki Air Hangat Jahe Merah Terhadap Tekanan Darah Penderita Hipertensi di Padukuhan Donolayan, Donoharjo, Ngaglik, Sleman, DIY” ini dapat terselesaikan. Dengan penuh rasa Syukur hasil karya ini peneliti persembahkan untuk:

1. Tuhan Yesus Kristus, pemberi kekuatan dan pengharapan yang tidak pernah meninggalkan saya dalam keadaan apapun dalam hidup ini.
2. Diri sendiri, yang telah mampu dan kuat menyelesaikan proses skripsi dari awal hingga akhir walau disertai kesibukan yang luarbiasa namun tetap gigih untuk memperjuangkan.
3. Keluarga kecil saya tercinta, yang selalu memberi dukungan, doa, semangat dan menjadi rumah untuk pulang berbagi cerita keluh kesah dalam perjalanan menyelesaikan skripsi ini.
4. Mama yang selalu turut mendukung memberi semangat untuk terus melangkah maju dan papa yang sudah ada di surga skripsi ini menjadi hadiah walaupun sudah jauh disana.
5. Teman-teman seperjuangan, yang berkenan memberi informasi dan dukungan yang selalu menguatkan dan berbagi cerita suka duka proses panjang ini.
6. Dosen pembimbing saya yaitu Ibu Dr. Chatarina Setya W., M.Kep., Ns.Sp.Kep.M.B dan Ibu Fransisca Anjar Rina S., M.Kep., Ns. Sp.Kep.M.B atas bimbingan, arahan serta kesabaran dalam membimbing dan mendampingi saya selama proses penyelesaian skripsi ini karna setiap masukan dan ilmu yang diberikan sangat berguna dalam menyempurnakan karya ilmiah ini.

INTISARI

Nama : Permata Indah Wulandari

NPM : 202123033

Judul : Pengaruh Terapi Rendam Kaki Air Hangat Jahe Merah Pada Penderita
Hipertensi di Padukuhan Donolayan, Donoharjo, Ngaglik, Sleman, DIY

Tanggal Ujian : 17 Juli 2026

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

2. Fransisca Anjar Rina S., M.Kep., Ns. Sp.Kep.M.B

Jumlah Pustaka : 62 pustaka

Jumlah Halaman : 63 halaman, lampiran

Hipertensi merupakan salah satu penyakit tidak menular yang prevalensinya terus meningkat dan menjadi faktor risiko utama penyakit kardiovaskular. Selain terapi farmakologis, terapi komplementer seperti rendam kaki air hangat dengan jahe merah dapat digunakan sebagai upaya nonfarmakologis untuk membantu menurunkan tekanan darah. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui pengaruh terapi rendam kaki air hangat dengan jahe merah terhadap tekanan darah penderita hipertensi di Padukuhan Donolayan, Donoharjo, Ngaglik, Sleman, DIY. Penelitian ini menggunakan desain *quasi experimental* dengan *pretest-posttest control group design*. Sampel penelitian berjumlah 40 responden yang dibagi menjadi kelompok intervensi sebanyak 20 responden dan kelompok kontrol sebanyak 20 responden menggunakan metode *Sequentially Numbered Opaque Sealed Envelope* (SNOSE). Kelompok intervensi diberikan terapi rendam kaki air hangat dengan jahe merah selama 30 menit, sedangkan kelompok kontrol tidak diberikan intervensi. Analisis data menggunakan uji *Wilcoxon* untuk mengetahui perbedaan tekanan darah sebelum dan sesudah, uji *Mann-Whitney* untuk mengetahui perbedaan tekanan darah antara kelompok intervensi dan kelompok kontrol, serta *Cohen's d* untuk mengetahui besar efek intervensi. Mayoritas responden berusia 60–74 tahun, berjenis kelamin perempuan, berpendidikan SD, dan sebagian besar tidak teratur mengonsumsi obat antihipertensi. Pada kelompok intervensi terdapat penurunan tekanan darah sistolik dan diastolik yang signifikan ($p = 0,001$). Pada kelompok kontrol terdapat penurunan tekanan darah sistolik yang signifikan ($p = 0,011$), sedangkan tekanan darah diastolik tidak menunjukkan perbedaan yang signifikan ($p = 0,059$). Hasil uji *Mann-Whitney* menunjukkan terdapat perbedaan tekanan darah sistolik ($p = 0,043$) dan diastolik ($p = 0,049$) antara kelompok intervensi dan kelompok kontrol pada posttest. Nilai *Cohen's d* menunjukkan besar efek terapi pada tekanan darah sistolik sebesar 0,662 dan tekanan darah diastolik sebesar 0,701, yang termasuk kategori *effect size* sedang (*medium effect*).

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

KATA PENGANTAR

Puji dan syukur saya haturkan kepada Tuhan Yang Maha Esa atas rahmat-Nya sehingga saya dapat menyelesaikan penyusunan proposal penelitian mengenai “Pengaruh Rendam Kaki Air Hangat Dengan Jahe Merah Terhadap Tekanan Darah Penderita Hipertensi Di Donolayan, Donoharjo, Ngaglik, Sleman, DIY”. Peneliti menyadari bahwa dalam proses pembuatan proposal penelitian ini tidak lepas dari dukungan serta bimbingan dari berbagai pihak. Oleh karena itu, penulis mengucapkan terimakasih kepada :

1. Ibu Yulia Wardani MAN, selaku Ketua STIKes Panti Rapih Yogyakarta
2. Ibu Dr. Th. Titin Marlina, Ns., M.Kep, selaku Kaprodi Program Studi Keperawatan Program Sarjana
3. Ibu Chatarina Setya Widyastuti, M.Kep.,Ns.Sp.Kep.M.B selaku pembimbing 1
4. Ibu Fransisca Anjar Rina M.Kep.,Ns.Sp.Kep.M.B selaku pembimbing 2
5. Semua pihak yang tidak dapat disebutkan secara satu persatu yang telah membantu dan memberikan dukungan dalam penyusunan proposal penelitian ini. Saya berharap dengan tersusunnya proposal penelitian ini dapat bermanfaat serta dapat menambah pengetahuan dan wawasan bagi penulis maupun pembaca. Saya menyadari bahwa penyusunan proposal penelitian ini masih memiliki banyak kekurangan serta jauh dari kata sempurna. Oleh sebab itu, penulis mengharapkan kritik dan saran yang membangun dari berbagai pihak agar kedepannya penulis dapat memperbaiki dan menyusun proposal penelitian dengan baik dan benar.

Yogyakarta, Juli 2026

Penulis