

LAPORAN PENELITIAN
PENGARUH TERAPI RENDAM KAKI AIR HANGAT TERHADAP
PENURUNAN TEKANAN DARAH PADA PENDERITA HIPERTENSI
DI PADUKUHAN DOLON BAYAT
KLATEN



YUSTINA MAHARANI

NPM 202223104

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

2026

LAPORAN PENELITIAN
PENGARUH TERAPI RENDAM KAKI AIR HANGAT TERHADAP
PENURUNAN TEKANAN DARAH PADA PENDERITA HIPERTENSI
DI PADUKUHAN DOLON BAYAT
KLATEN



YUSTINA MAHARANI

202223104

PROGRAM STUDI KEPERAWATAN PROGRAM SARJANA
SEKOLAH TINGGI ILMU KESEHATAN PANTI RAPIH
YOGYAKARTA
2026

PERNYATAAN KEASLIAN PENELITIAN

Yang bertanda tangan di bawah ini:

Nama : Yustina Maharani

NPM : 202223104

Dengan ini menyatakan dengan sesungguhnya bahwa studi penelitian dengan judul:

"Pengaruh Terapi Rendam Kaki Air Hangat Terhadap Penurunan Tekanan Darah Pada Penderita Hipertensi di Padukuhan Dolon, Bayat, Klaten"

Yang telah saya laksanakan selama lima bulan dari April 2026 sampai dengan Agustus 2026, seluruhnya merupakan hasil karya 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 saya sendiri atau terdapat indikasi adanya plagiat, maka saya bersedia menerima sanksi moral, sanksi administratif serta dituntut ganti rugi atau pidana sesuai dengan ketentuan perundang-undangan yang berlaku. Pernyataan keaslian penelitian ini saya buat dengan sebenarnya, tanpa tekanan dari siapa pun dan atau dari pihak mana pun.

Yogyakarta, 14 Agustus 2026

Yang membuat pernyataan,



Yustina Maharani

HALAMAN MOTTO

Filipi 4:13

“Segala perkara dapat kutanggung didalam Dia yang memberi kekuatan kepadaku”

Confucius

“it does not metter how slowly you go as long as you do not stop”

“Selesaikan apa yang telah kamu mulai, karena setiap perjuangan layak menemui akhirnya”

SKRIPSI
PENGARUH TERAPI RENDAM KAKI AIR HANGAT TERHADAP
PENURUNAN TEKANAN DARAH PADA PENDERITA HIPERTENSI
DI PADUKUHAN DOLON BAYAT KLATEN

Disusun oleh:

Yustina Maharani

202223104

Telah dipertahankan dan diuji di depan dewan penguji STIKes Panti Rapih
Untuk memenuhi Tugas Akhir Mahasiswa Prodi Keperawatan Program Sarjana

Pada Tanggal 15 Agustus 2026

Mengesahkan,

Ketua Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan Panti Rapih Yogyakarta



Yulia Wardani, MAN

NIK 201450001

Penguji :

Ketua : Fransisca Anjar Rina Setyani, M.Kep., Ns., Sp., Kep., KMB

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

Dwi Antara Nugraha, M.Tr., Kep



HALAMAN PERSEMBAHAN

Puji dan syukur atas Tuhan Yang Maha Esa, skripsi ini peneliti persembahkan secara penuh dan tulus kepada:

1. Puji syukur kepada Tuhan Yang Maha Esa, sumber penuh kekuatan dan ketenangan dimasa-masa sulit. Skripsi ini menjadi saksi atas keajaiban dan pertolonganMu yang selalu nyata dalam setiap langkah perjuangan yang sudah kuakukan.
2. Terima kasih kepada diriku, sudah dapat bertahan sejauh ini saat segalanya terasa sulit, kamu masih bisa untuk tetap berjalan walaupun semua terasa berat dan juga kamu tidak memilih untuk menyerah. Skripsi ini dapat menjadi bukti bahwa kamu kuat dari yang kamu bayangkan selama ini.
3. Ibu Dr Theresia Titin Marlina, Ns.,M.kep, selaku dosen pembimbing I, terima kasih banyak telah meluangkan waktu, tenaga pikiran untuk memberikan bimbingan, arahan, serta ilmu yang sangat bermanfaat dalam penyusunan skripsi ini.
4. Bapak Dwi Antara Nugraha, M.Tr.Kep selaku dosen pembimbing II saya, terima kasih banyak atas bimbingan dan juga diskusi yang selalu bapak berikan kepada saya yang membuka wawasan baru bagi saya. Kritik dan saran yang telah bapak berikan bukan hanya untuk memperbaiki kualitas skripsi bagi saya, tetapi juga mendidik saya menjadi pribadi yang lebih baik dan juga bertanggung jawab.
5. Untuk Bapak dan Ibu. Terima kasih banyak sudah memberikan kesempatan dan memberikan dukungan yang sangat berlimpah untuk peneliti dapat menyelesaikan skripsi ini. Terima kasih atas perhatian, kasih sayang dan tidak pernah berhenti untuk menyemangati peneliti dalam dalam membuat skripsi. Gelar ini bukan untuk diriku sendiri melainkan hadiah kecil untuk segala pengorbanan kalian yang mungkin tak terbalaskan dari anak terakhir kalian.
6. Untuk Mas David, Mba Ina, dan Kak Pini. Terima kasih banyak untuk perhatian dan dukungan untuk adik kalian. Terima kasih telah menjadi tempat untuk berkeluh kesah dan memberikan motivasi dan keyakinan kepadaku untuk menyelesaikan skripsi ini.

7. Untuk Uti tersayang. Terima kasih untuk dukungan, perhatian, dan cinta yang selalu uti berikan kepada peneliti. Terima kasih karena Uti selalu percaya bahwa peneliti dapat menyelesaikan setiap proses yang dilakukam.
8. Untuk Antonius Dwi Prasetyo, terima kasih selalu menemani peneliti dalam setiap proses yang dilakukan. Terima kasih atas dukungan, semngat, mendengarkan keluh kesah dan menjadi orang yang percaya bahwa peneliti bisa untuk menyelesaikan skripsi ini.
9. Untuk teman-temanku dari SMP sampai sekarang Tania, Ecy, Rama, Yoel terima kasih telah menjadi tempat bercerita yang menyenangkan diluar Akademik. Kalian hadir untuk menghibur dan memberikan semangat untuk peneliti menyelesaikan skripsi.
10. Untuk Teman-teman dibangku perkuliahan Thesa, Bigis, Clara, Tiwi, Gracia, terima kasih sudah menguatkan ditengah kita sibuk skripsi dan profesi. Terima kasih atas setiap Serita, tawa, dukungan, bantuan dan kebersamaan yang membuat perjalan panjang ini menjadi lebih berwarna.
11. Untuk Ten-Ten, Eca, Agnes, Kasih, Putri, Lilin, Devi, Gabby, Inez. Terima kasih atas dukungan, semngat, tawa dan perjalanan hidup peneliti hingga sampai titik ini. Kehadiran kalian mengingatkanku untuk tetap semangat dalam proses menyelesaikan skripsi ini.
12. Untuk Rico, Apo, Mas Bayu, Mba Jesi terima kasih atas dukungan, semangat, dan juga motivasi yang kalian berikan untuk peneliti menyelesaikan Skripsi ini.

INTISARI

Nama : Yustina Maharani
NPM : 202223104
Judul : Pengaruh Terapi Rendam Kaki Air Hangat Terhadap Penurunan Tekanan Darah Pada Penderita Hipertensi Di Padukuhan Dolon, Bayat, Klaten.
Tanggal Ujian : 15 Agustus 2026
Pembimbing : Dr Theresia Titin Marlina, Ns.,M.Kep
Dwi Antara Nugraha, M.Tr.Kep
Jumlah Pustaka : 58 Pustaka (2019-2026
Jumlah Halaman : i-xi, 47 Halaman, table, bagan, lampiran

Hipertensi merupakan salah satu masalah kesehatan yang banyak terjadi pada orang dewasa dan lansia serta dapat menyebabkan berbagai komplikasi apabila tidak terkendalikan. Penelitian ini bertujuan untuk menganalisis pengaruh terapi rendam kaki air hangat terhadap penurunan tekanan darah pada penderita hipertensi di Padukuhan Dolon, Bayat, Klaten. Penelitian ini menggunakan desain *quasi-eksperiment* dengan rancangan *prettest-posttest control group*. Populasi pada penelitian ini berjumlah 44 penderita yang terdiri dari 22 responden kelompok intervensi dan 22 respponden kelompok kontrol. Kelompok Intervensi diberikan terapi rendam kaki menggunakan air hangat bersuhu 39-40°C selama 30 menit selama tiga hari berturut-turut. Analisis data menggunakan uji *Paired Sample t-test*, *Wilcoxon Signed-Rank* dan *Mann-Withney* Hasil menunjukkan penurunan sistolik pada kelompok intervensi dari 160,59 menjadi 144,73 mmHg ($p= 0,000$) dan diastolic dari 88,05 menjadi 84,50 mmHg ($p=0,032$). Terdapat perbedaan antara tekanan darah sistolik kelompok intervensi dan kelompok kontrol ($p=0,043$), sedangkan pada tekanan darah diastolic tidak menunjukkan perbedaan itu ($p=0,445$). Terapi rendam kaki air hangat ini berpengaruh terhadap penurunan tekanan darah terutama sistolik, pada penderita hipertensi dan dapat digunakan sebagai terapi komplementer. Berdasarkan dari hasil penelitian, dapat disimpulkan bahwa terapi random kaki air hangat berpengaruh terhadap penurunan terhadap kenan darah, tekanan darah sistolik, pada penderita hipertensi. Terapi rendam kaki air hangat dapat digunakan sebagai salah satu terapi komplemenrer nonfarmakologis yang sederhana, aman dan mudah untuk diterapkan dalam pengendalian tekanan darah

Kata Kunci: Hipertensi, rendam kaki air hangat, tekanan darah.

KATA PENGANTAR

Puji dan syukur penulis panjatkan kehadiran Tuhan Yang Maha Esa atas segala rahmat dan karunia-Nya yang telah diberikan sehingga penulis mampu menyelesaikan Hasil Penelitian dengan judul “Pengaruh Terapi Rendam Kaki Air Hangat terhadap Penurunan Tekanan Darah pada Penderita Hipertensi di Padukuhan Paseban Bayat, Klaten.” dengan lancar dan tepat waktu. Penyusunan proposal ini dilaksanakan untuk memenuhi syarat untuk melakukan penelitian dalam rangka menyelesaikan studi pada Program Studi Sarjana Keperawatan. Saya ucapkan terimakasih kepada:

Oleh karena itu, penulis menyampaikan terima kasih sebesar-besarnya kepada:

1. Ibu Yulia Wardani, MAN selaku Ketua STIKes Panti Rapih Yogyakarta.
2. Ibu Dr Theresia Titin Marlina, Ns.,M.Kep selaku pembimbing I dan Bapak Dwi Antara Nugraha, M.Tr.Kep selaku pembimbing II penelitian ini yang telah memberikan masukan dan arahan terkait penelitian ini.
3. Ibu dr. Rini Hidayati selaku Kepala Puskesmas, Bayat, Klaten, yang telah memberikan izin kepada saya untuk melakukan penelitian di Padukuhan Paseban, Bayat, Klaten.
4. Ibu Arwini Urip dan Kader selaku Bidan desa dan Klauster 3, yang telah bersedia membantu saya dalam proses pengambilan pasien.
5. Seluruh responden pasien hipertensi yang telah bersedia meluangkan waktu dan berpartisipasi secara aktif selama proses pelaksanaan penelitian.

Penulis menyadari bahwa laporan ini masih jauh dari kata sempurna. Oleh karena itu penulis menerima kritik dan masukan yang berguna bagi peneliti. Akhir kata, penulis berharap semoga proposal ini dapat memberikan manfaat bagi pembaca dan semua pihak yang berkepentingan.

Yogyakarta, 20 Januari 2026

Penulis

DAFTAR ISI

LAPORAN PENELITIAN	1
HALAMAN PERSEMBAHAN	Error! Bookmark not defined.
INTISARI	8
KATA PENGANTAR.....	9
DAFTAR ISI.....	10
DAFTAR TABEL	12
DAFTAR LAMPIRAN	13
BAB 1 PENDAHULUAN	Error! Bookmark not defined.
1.1 Latar belakang	Error! Bookmark not defined.
1.2 Rumusan masalah.....	Error! Bookmark not defined.
1.3 Tujuan penelitian	Error! Bookmark not defined.
14. Manfaat penelitian	Error! Bookmark not defined.
BAB 2 TINJAUAN PUSTAKA.....	Error! Bookmark not defined.
2.1 Tinjauan teori	Error! Bookmark not defined.
2.2 Kerangka Teori.....	Error! Bookmark not defined.
2.3 Kerangka konsep	Error! Bookmark not defined.
BAB 3 METODE PENELITIAN.....	Error! Bookmark not defined.
3.1. Desain penelitian	Error! Bookmark not defined.
3.2 Definisi operasional.....	Error! Bookmark not defined.
3.3 Populasi dan sampel	Error! Bookmark not defined.
3.4 Tempat dan waktu penelitian	Error! Bookmark not defined.
3.5 Teknik dan instrument penelitian	Error! Bookmark not defined.
3.6 Analisa Data	Error! Bookmark not defined.
3.7 Etika Penelitian.....	Error! Bookmark not defined.
BAB 4 HASIL DAN PEMBAHASAN	Error! Bookmark not defined.
4.1 Gambaran umum lokasi penelitian.....	Error! Bookmark not defined.
4.2 Hasil penelitian dan pembahasan	Error! Bookmark not defined.
4.3 Kelemahan penelitian	Error! Bookmark not defined.
4.4 Keterbatasan penelitian	Error! Bookmark not defined.
BAB 5 KESIMPULAN DAN SARAN.....	Error! Bookmark not defined.
5.1 Kesimpulan.....	Error! Bookmark not defined.
5.2 Saran.....	Error! Bookmark not defined.

DAFTAR PUSTAKA
LAMPIRAN

DAFTAR TABEL

Tabel 2. 1 Klasifikasi Hipertensi.....	Error! Bookmark not defined.
Tabel 3. 1 Rancangan penelitian	Error! Bookmark not defined.
Tabel 3. 2 Definisi Operasional	Error! Bookmark not defined.

DAFTAR LAMPIRAN

- Lampiran 1 Surat Izin Studi Pendahuluan
- Lampiran 2 Surat Balasan Izin Penelitian Puskesmas Bayat, Klaten
- Lampiran 3 Surat Pengantar Etik
- Lampiran 4 Surat Layak Etik
- Lampiran 5 Sertifikat Kalibrasi
- Lampiran 6 Permohonan pengambilan data penelitian
- Lampiran 7 Surat Keterangan telah melaksanakan penelitian
- Lampiran 8 SOP Terapi rendam kaki air hangat
- Lampiran 9 SOP Pengukuran tekanan darah
- Lampiran 10 Lembar Persetujuan Responden
- Lampiran 11 Spss