

SKRIPSI

EFEKTIFITAS MASSASE KAKI DENGAN MINYAK LAVENDER (*Lavandula Angustifolia*) DAN RENDAM KAKI DENGAN AIR SEREH HANGAT (*Cymbopogon Citratus*) TERHADAP HIPERTENSI



Oleh:

TSAMROTUN ILMIYAH
NIM. 2019080001

**PROGRAM STUDI ILMU KEPERAWATAN
FAKULTAS ILMU KESEHATAN
UNIVERSITAS GRESIK
2023**

**EFEKTIFITAS MASSASE KAKI DENGAN MINYAK
LAVENDER (*Lavandula Angustifolia*) DAN RENDAM
KAKI DENGAN AIR SEREH HANGAT (*Cymbopogon
Citratus*) TERHADAP HIPERTENSI**

SKRIPSI

**Disusun Guna Memperoleh Gelar Sarjana Keperawatan (S.Kep) Pada
Program Studi Ilmu Keperawatan Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas
Gresik**



Oleh:

TSAMROTUN ILMIYAH
NIM. 2019080001

**PROGRAM STUDI ILMU KEPEPERAWATAN
FAKULTAS ILMU KESEHATAN
UNIVERSITAS GRESIK**

2023

PERSETUJUAN DOSEN PEMBIMBING

Judul Skripsi : Efektifitas Massase Kaki dengan Minyak Lavender
(*Lavandula Angustifolia*) Dan Rendam Kaki dengan Air
Sereh Hangat (*Cymbopogon Citratus*) Terhadap
Hipertensi
Nama Mahasiswa : Tsamrotun Ilmiyah
NIM : 2019080001

Telah selesai dilakukan bimbingan dan dinyatakan layak memenuhi syarat dan menyetujui untuk di Uji pada tim penguji Tugas akhir pada Program Studi Ilmu Keperawatan Fakultas Kesehatan Universitas Gresik

Gresik, 09 Juni 2023

Pembimbing I

Mono Pratiko Gustomi S.Kep.,Ns M.Kes
NIPY. 107102020070042

Pembimbing II

Dimas Hadi Prayoga S.Kep.,Ns M.Kep
NIPY. 10710202022168

Mengetahui,
Ketua Program Studi Ilmu Keperawatan,
Fakultas Kesehatan Universitas Gresik



Khonro Umah S.Kep.,Ns M.Kep
NIPY. 107102020060038
PROGRAM STUDI
ILMU KEPERAWATAN










BERITA ACARA BIMBINGAN TUGAS AKHIR

1. Nama : Tsamrotun Ilmiyah
2. NIM : 2019080001
3. Fakultas : Ilmu Kesehatan
4. Program Studi : Ilmu Keperawatan
5. Program Pendidikan : Strata 1 (S-1)
6. Judul Skripsi : Efektifitas Massase Kaki dengan Minyak Lavender (*Lavandula Angustifolia*) dan Rendam Kaki dengan Air Sereh Hangat (*Cymbopogon Citratus*) Terhadap Hipertensi
7. Pembimbing I : Mono Pratiko Gustomi S.Kep.,Ns M.Kes
8. Pembimbing II : Dimas Hadi Prayoga S.Kep.,Ns M.Kep
9. Konsultasi :

| Tanggal | Materi Konsultasi | Paraf Pembimbing I | Paraf Pembimbing II |
|---------------|--|--------------------|---------------------|
| 03 April 2023 | Bab 5 | | |
| 10 April 2023 | Revisi Bab 5 Tabel nya disesuaikan | | |
| 14 April 2023 | Revisi Bab 5 Kerapian tabel dan penulisan | | |
| 17 April 2023 | Revisi Bab 5 Pembahasan | | |
| 03 Mei 2023 | Revisi Bab 5 | | |
| 05 Mei 2023 | Revisi Pembahasan | | |
| 08 Mei 2023 | Bab 5 oke Lanjut Bab 6 dan Abstrak | | |
| 11 Mei 2023 | Revisi Bab 5 Pembahasan dan sistematika penulisan | | |
| 16 Mei 2023 | Revisi bab 6 Untuk saran buat lebih aplikatif | | |



| | | | |
|--------------|--|--|--|
| 22 Mei 2023 | Abstrak apakah sudah sesuai dengan pedoman max 200 kata | |  |
| 26 Mei 2023 | Revisi Bab 6 Kesimpulan harus disesuaikan dengan tujuan khusus |  | |
| 29 Mei 2023 | Abstrak Bahasa Inggris diperbaiki grammar dan tensesnya |  | |
| 31 Mei 2023 | Lengkapi lembar awal sampai lampiran akhir | |  |
| 06 Juni 2023 | Sistematika penulisan | |  |
| 09 Juni 2023 | ACC Ujian Skripsi |  | |
| 09 Juni 2023 | ACC Ujian Skripsi | |  |

10. Bimbingan telah selesai pada tanggal : 09 Juni 2023
11. Telah Memenuhi syarat ujian yang akan dilaksanakan pada Hari/tanggal : Jumat, 23 Juni 2023

Gresik, 09 Juni 2023

Pembimbing I



Mono Pratiko Gustomi S.Kep.,Ns M.Kes
NIPY. 107102020070042

Pembimbing II



Dimas Hadi Pravoga S.Kep.,Ns M.Kep
NIPY. 10710202022168

Mengetahui,
Ketua Program Studi Ilmu Keperawatan,
Fakultas Kesehatan Universitas Gresik



Khairah Umah S.Kep.,Ns M.Kep
NIPY. 107102020060038

PENGESAHAN TIM PENGUJI

Judul Skripsi : Efektifitas Massase Kaki dengan Minyak Lavender
(*Lavandula Angustifolia*) dan Rendam Kaki dengan Air
Sereh Hangat (*Cymbopogon Citratus*) Terhadap Hipertensi
Nama Mahasiswa : Tsamrotun Ilmiah
NIM : 2019080001
Telah dipertahankan/diuji dihadapan Tim Penguji
Pada Tanggal :

PROGRAM STUDI ILMU KEPERAWATAN FAKULTAS ILMU KESEHATAN UNIVERSITAS GRESIK 2023

TIM PENGUJI:

1. **Dr. Roihatul Zahroh S.Kep.,Ns M.Ked** 1.....
NIPY. 107102020060036
Ketua
2. **Mono Pratiko Gustomi S.Kep.,Ns M.Kes** 2.....
NIPY. 107102020070042
Anggota I
3. **Dimas Hadi Prayoga S.Kep., Ns M.Kep** 3.....
NIPY. 10710202022168
Anggota II

Mengetahui,

Dekan Fakultas Ilmu Kesehatan



Hj. Retno Twistiandayani, S.Kep.,Ns.,M.Kep
NIPY. 107102020070043

PERNYATAAN ORISINILITAS

Yang bertanda tangan dibawah ini:

Nama : Tsamrotun Ilmiah
NIM : 2019080001
Fakultas : Ilmu Kesehatan
Program Studi : Ilmu Keperawatan
Jenjang : Strata 1 (S-1)
Judul skripsi : Efektifitas Massase Kaki dengan Minyak Lavender
(*Lavandula Angustifolia*) dan Rendam Kaki dengan Air
Sereh Hangat (*Cymbopogon Citratus*) Terhadap Hipertensi

Dengan ini saya menyatakan bahwa dalam naskah Skripsi ini tidak terdapat karya ilmiah yang pernah diajukan orang lain untuk memperoleh gelar akademik disuatu perguruan tinggi, dan tidak terdapat karya atau pendapat yang pernah ditulis atau diterbitkan orang lain kecuali secara tertulis dikutip dalam naskah ini dan disebutkan dalam sumber kutipan dan daftar Pustaka.

Apabila ternyata didalam naskah tugas akhir ini dapat dibuktikan unsur-unsur plagiasi saya bersedia skripsi ini digugurkan dan gelar akademik yang telah saya peroleh DIBATALKAN, serta diproses sesuai peraturan perundang-undangan yang berlaku.

Demikian pernyataan ini saya buat dengan sebenar-benarnya tanpa ada paksaan dari pihak manapun.

Gresik, 13 Juni 2023

Yang menyatakan



Tsamrotun Ilmiah
NIM. 2019080001

PERNYATAAN PERSETUJUAN PUBLIKASI SKRIPSI UNTUK KEPENTINGAN AKADEMIS

Yang bertanda tangan dibawah ini:

Nama : Tsamrotun Ilmiah

NIM : 2019080001

Fakultas : Ilmu Kesehatan

Program Studi : Ilmu Keperawatan

Demi pengembangan ilmu pengetahuan, menyetujui untuk memberikan kepada Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas Gresik Hak Bebas Royalti Noneksklusif (non-exclusive royalty fee right) atas skripsi saya yang berjudul: Efektifitas Massase Kaki dengan Minyak Lavender (*Lavandula Angustifolia*) dan Rendam Kaki dengan Air Sereh Hangat (*Cymbopogon Citratus*) Terhadap Hipertensi.

Beserta perangkat yang ada. Dengan hak bebas royalti tersebut Nama Fakultas berhak menyimpan, mengalih media/formatkan, mengelola dalam bentuk pangkalan data (datebase), merawat, mempublikasikan skripsi saya selama tetap mencantumkan nama saya sebagai penulis dan sebagai pemilik hak cipta.

Demikian pernyataan ini dibuat dengan sebenar-benarnya.

Gresik, 13 Juni 2023

Yang menyatakan



Tsamrotun Ilmiah

NIM. 2019080001



SURAT KETERANGAN CEK PLAGIASI SKRIPSI

Pada hari ini, Rabu tanggal 05 Juli 2023 Berdasarkan pengecekan skripsi dari mahasiswa:

Nama : Tsamrotun Ilmiyah
NIM : 2019080001
Program Studi : Ilmu Keperawatan
Fakultas : Ilmu Kesehatan
Judul : Efektifitas Massase Kaki dengan Minyak Lavender
(*Lavandula Angustifolia*) dan Rendam Kaki dengan Air
Sereh Hangat (*Cymbopogon Citratus*) Terhadap Hipertensi.
Hasil cek plagiasi : 15%

Maka diputuskan bahwa dokumen skripsi mahasiswa bersangkutan dinyatakan Lolos/Tidak lolos*.

Gresik, 05 Juli 2023

Pembimbing I

Mono Pratiko Gustomi S.Kep.,Ns.,M.Kes
NIPY. 107102020070042

Pembimbing II

Dimas Hadi Prayoga S.Kep.,Ns.,M.Kep
NIPY. 10710202022168

MOTTO

“Sekuat apapun kita berusaha. Sebaik apapun kita merencanakan. Jika Allah belum mengizinkan, kita hanya bersahabat dengan kesabaran.”

HALAMAN PERSEMBAHAN

Skripsi ini saya persembahkan kepada kedua orang tua saya bapak dan ibu yang telah mengisi dunia saya dengan begitu banyak kebahagiaan yang tak terhingga. Terima kasih atas semua kasih sayang, segala dukungan, dan cinta kasih yang telah bapak dan ibu berikan kepada saya dan yang tiada mungkin dapat saya balas hanya dengan selembar kertas yang bertuliskan kata cinta dalam kata persembahan. Segala perjuangan saya hingga sampai dititik ini tidak lepas dari doa bapak dan ibu orang yang paling berharga dalam hidup saya. Terima kasih telah menjadi orang tua yang sempurna.

Terima kasih kepada bapak Mono Pratiko Gustomi dan bapak Dimas Hadi Prayoga yang telah sangat sabar membimbing saya untuk menyelesaikan skripsi ini dan selalu menyempatkan banyak waktu hanya untuk mengajari dan membimbing saya dalam semua hal yang berkaitan dengan tugas akhir ini.

KATA PENGANTAR

Puji dan syukur kami panjatkan kehadirat Allah SWT, berkat rahmat dan bimbinganNya kami dapat menyelesaikan skripsi dengan judul **“EFEKTIFITAS MASSASE KAKI DENGAN MINYAK LAVENDER (*Lavandula Angustifolia*) DAN RENDAM KAKI DENGAN AIR SEREH HANGAT (*Cymbopogon Citratus*) TERHADAP HIPERTENSI”** dapat terselesaikan. Skripsi ini merupakan salah satu syarat untuk memperoleh gelar Sarjana Keperawatan (S.Kep) pada Program Studi Ilmu Keperawatan Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas Gresik.

Bersamaan dengan ini perkenankanlah saya mengucapkan terima kasih yang sebesar-besarnya dengan hati yang tulus kepada :

1. dr. Riski Dwi Prameswari, M.Kes selaku Rektor Universitas Gresik yang telah menyediakan fasilitas kepada saya untuk mengikuti pendidikan di Program Studi S1 Ilmu Keperawatan.
2. Retno Twistiandayani, S.Kep.,Ns.,M.Kep selaku Dekan Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas Gresik yang telah bersedia meluangkan waktu, membimbing dan memberikan arahan, semangat dan memotivasi selama penyusunan skripsi ini sehingga terselesaikan tepat pada waktunya.
3. Khoiroh Umah S.Kep.,Ns.,M.Kep selaku Ketua Program Studi S1 Ilmu Keperawatan Universitas Gresik yang telah menyediakan fasilitas kepada saya untuk mengikuti pendidikan di Program Studi S1 Ilmu Keperawatan.
4. Mono Pratiko Gustomi S.Kep.,Ns.,M.Kes selaku pembimbing 1 yang telah bersedia meluangkan waktu, membimbing dan memberikan arahan, semangat

dan memotivasi selama penyusunan skripsi ini sehingga terselesaikan tepat pada waktunya

5. Dimas Hadi Prayoga S.Kep.,Ns.,M.Kep selaku pembimbing 2 yang telah bersedia meluangkan waktu membimbing dan memberikan arahan, semangat dan memotivasi selama penyusunan skripsi ini sehingga terselesaikan tepat pada waktunya.
6. Dr. Roihatul Zahroh S.Kep.,Ns.,M.Ked selaku penguji yang telah bersedia meluangkan waktu untuk menguji, membimbing, dan memberi semangat selama penyusunan skripsi ini sehingga terselesaikan tepat pada waktunya.
7. dr. Ovaldo Kurniawan selaku kepala Puskesmas Manyar Kecamatan Manyar Kabupaten Gresik yang telah memberikan izin dan kesempatan kepada saya untuk melakukan penelitian.
8. Seluruh responden dan petugas kesehatan Puskesmas Manyar yang telah memberikan fasilitas dan tenaganya dalam penelitian ini.
9. Seluruh staf dan dosen Program Studi Ilmu Keperawatan yang telah memberikan ilmu dan arahan mendidik kami dengan penuh kesabaran.
10. Bapak, ibu, dan kakak yang selalu memberikan do'a, kasih sayang, semangat serta memberikan dukungannya baik moril maupun materil kepada saya.
11. Annisa Priyantiana Prastari, Hanifah Faradina, dan semua teman-teman A14 seperjuangan di Program Studi Ilmu Keperawatan yang telah memberikan semangat dan saling support.

Semoga Allah SWT membalas budi baik, semua pihak yang telah memberi kesempatan, dukungan dan bantuan dalam menyelesaikan proposal ini.

Gresik, 13 Juni 2023

Penulis

ABSTRAK

EFEKTIFITAS MASSASE KAKI DENGAN MINYAK LAVENDER (*Lavandula Angustifolia*) DAN RENDAM KAKI DENGAN AIR SEREH HANGAT (*Cymbopogon Citratus*) TERHADAP HIPERTENSI

Penelitian Quasy Eksperimental, Puskesmas Manyar

Oleh: Tsamrotun Ilmiah

Program Studi Ilmu Keperawatan, Fakultas Ilmu Kesehatan, Universitas Gresik

Latar Belakang: Hipertensi merupakan salah satu penyebab utama kematian dini diseluruh dunia. Terapi non farmakologis dalam penelitian ini yaitu massase kaki dengan minyak lavender dan rendam kaki dengan air sereh hangat. Penelitian ini bertujuan untuk menjelaskan efektifitas massase kaki dengan minyak lavender dan rendam kaki dengan air sereh hangat terhadap hipertensi.

Metode Penelitian: Desain penelitian ini menggunakan *Quasy eksperimental* dengan pendekatan *pre-post test with three group design*. Metode sampling menggunakan *purposive sampling*. Sampel diambil dari puskesmas Manyar sebanyak 48 responden. Intervensi diberikan selama 3 hari. Variabel independent yaitu massase kaki dengan minyak lavender dan rendam kaki dengan air sereh hangat. Variabel dependen yaitu hipertensi. Data penelitian dianalisis dengan menggunakan uji *paired sample t-test* dan *independent sample t-test* dengan SPSS 25.0.

Hasil: Hasil penelitian uji statistic *independent sample t-test* massase kaki dengan minyak lavender dan rendam kaki dengan air sereh hangat didapatkan nilai sistolik $p=0.460$ dan nilai diastolik $p=0.058$ artinya tidak ada perbedaan penurunan tekanan darah sistolik dan diastolik setelah dilakukan intervensi. Hasil analisis *mean rank* dan selisih rata-rata massase kaki dengan minyak lavender lebih efektif dari pada rendam kaki dengan air sereh hangat terhadap hipertensi.

Kesimpulan: Penelitian ini dapat digunakan sebagai terapi pendamping farmakologis untuk mengontrol tekanan darah.

Kata kunci: Massase kaki, rendam kaki, hipertensi

ABSTRACT

THE EFFECTIVENESS OF FOOT MASSAGE WITH LAVENDER OIL (LAVANDULA ANGUSTIFOLIA) AND FOOT SOAK WITH WARM LEMONGRASS WATER (CYMBOPOGON CITRATUS) ON HYPERTENSION

Quasy Experimental Research, Manyar Health Center

By: Tsamrotun Ilmiyah

Nursing Science Study Program, Faculty of Health Sciences, Gresik University

Background: Hypertension is one of the leading causes of premature death worldwide. Non-pharmacological therapy that was used in this study is foot massage with lavender oil and foot soak with warm lemongrass water. This study aims to explain the effectiveness of foot massage with lavender oil and foot soak with warm lemongrass water on hypertension.

Research Methods: The research design used here was Quasy experimental with pre-posttest approach with three group designs, while the sampling method used was purposive sampling. Samples were taken from Manyar health center as 48 respondents in total. The intervention was given for 3 days. The independent variables were foot massage with lavender oil and foot soak with warm lemongrass water, while the dependent variable was hypertension. The research data was analyzed using the paired sample t-test and independent sample t-test with SPSS 25.0.

Results: The results of the independent sample t-test statistical test of foot massage with lavender oil and foot soak with warm lemongrass water shows a systolic value of $p=0.460$ and a diastolic value of $p=0.058$, meaning that there is no difference in systolic and diastolic blood pressure after the intervention. Moreover, the analysis results of the mean rank and the mean difference of foot massage with lavender oil are more effective than foot soak with warm lemongrass water against hypertension.

Conclusion: This study could be used as a pharmacological companion therapy to control blood pressure.

Keywords: Foot massage, foot soak, hypertension

DAFTAR ISI

| | |
|--|--------------|
| HALAMAN SAMPUL DEPAN..... | i |
| HALAMAN SAMPUL DALAM | ii |
| PERSETUJUAN DOSEN PEMBIMBING | iii |
| BERITA ACARA DOSEN PEMBIMBING | iv |
| PENGESAHAN TIM PENGUJI..... | vi |
| PERNYATAAN ORISINILITAS..... | vii |
| PERNYATAAN PERSETUJUAN PUBLIKASI SKRIPSI..... | viii |
| SURAT KETERANGAN CEK PLAGIASI SKRIPSI..... | ix |
| MOTTO | x |
| HALAMAN PERSEMBAHAN..... | xi |
| KATA PENGANTAR..... | xii |
| ABSTRAK..... | xv |
| ABSTRACT | xvi |
| DAFTAR ISI..... | xvii |
| DAFTAR TABEL | xxi |
| DAFTAR GAMBAR..... | xxii |
| DAFTAR LAMPIRAN | xxiii |
| DAFTAR LAMBANG DAN SINGKATAN..... | xxiv |
| BAB 1 PENDAHULUAN..... | 1 |
| 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 | 5 |
| 1.4 Manfaat..... | 6 |
| 1.4.1 Teoritis | 6 |
| 1.4.2 Praktis..... | 6 |
| BAB 2 TINJAUAN PUSTAKA | 8 |
| 2.1 Konsep Hipertensi..... | 8 |
| 2.1.1 Pengertian Hipertensi | 8 |

| | |
|---|-----------|
| 2.1.2 Etiologi Hipertensi | 8 |
| 2.1.3 Faktor yang mempengaruhi hipertensi | 9 |
| 2.1.4 Jenis-jenis hipertensi | 14 |
| 2.1.5 Manifestasi klinis | 15 |
| 2.1.6 Komplikasi hipertensi | 16 |
| 2.1.7 Patofisiologi hipertensi..... | 16 |
| 2.1.8 Penatalaksanaan hipertensi..... | 18 |
| 2.2 Konsep Massase | 20 |
| 2.2.1 Pengertian Massase kaki | 20 |
| 2.2.2 Manfaat massase kaki | 21 |
| 2.2.3 Faktor-faktor pertimbangan dalam massase | 21 |
| 2.2.4 Prosedur massase kaki..... | 23 |
| 2.3 Konsep Minyak Lavender | 26 |
| 2.3.1 Definisi Minyak Lavender..... | 26 |
| 2.3.2 Kandungan Kimia Tanaman Lavender | 27 |
| 2.3.3 Manfaat minyak lavender | 28 |
| 2.3.4 Mekanisme Kerja Massase Kaki dengan Minyak Lavender | 29 |
| 2.4 Konsep Rendam Kaki..... | 29 |
| 2.4.1 Pengertian rendam kaki | 29 |
| 2.4.2 Manfaat rendam kaki..... | 30 |
| 2.4.3 Prosedur rendam kaki..... | 30 |
| 2.5 Konsep sereh..... | 31 |
| 2.5.1 Deskripsi sereh..... | 31 |
| 2.5.2 Manfaat sereh..... | 32 |
| 2.5.3 Mekanisme Kerja Rendam Kaki dengan Air Sereh Hangat | 33 |
| 2.6 Konsep Lansia..... | 33 |
| 2.6.1 Pengertian Lansia..... | 33 |
| 2.6.2 Klasifikasi Lansia..... | 34 |
| 2.7 Keaslian Penelitian..... | 34 |
| BAB 3 KERANGKA KONSEPTUAL DAN HIPOTESIS PENELITIAN | 39 |
| 3.1 Kerangka Konseptual | 39 |
| 3.2 Hipotesis Penelitian..... | 41 |

| | |
|--|-----------|
| BAB 4 METODE PENELITIAN | 42 |
| 4.1 Desain Penelitian..... | 42 |
| 4.2 Kerangka kerja | 43 |
| 4.3 Populasi, Sampel dan Sampling..... | 44 |
| 4.3.1 Populasi | 44 |
| 4.3.2 Sampel..... | 44 |
| 4.3.3 Besar sampel..... | 45 |
| 4.3.4 Sampling..... | 46 |
| 4.4 Identifikasi Variabel..... | 46 |
| 4.5 Definisi Operasional..... | 47 |
| 4.6 Pengumpulan dan Analisa Data | 48 |
| 4.6.1 Instrumen Penelitian | 48 |
| 4.6.2 Waktu dan tempat penelitian | 48 |
| 4.6.3 Prosedur pengumpulan data | 49 |
| 4.6.4 Pengolahan data | 51 |
| 4.6.5 Analisa Data | 52 |
| 4.7 Etika Penulisan (<i>Ethical Clearance</i>) | 52 |
| 4.7.1 Surat Persetujuan (<i>Informed Consent</i>) | 53 |
| 4.7.2 Tanpa Nama (<i>Anonymity</i>)..... | 53 |
| 4.7.3 Kerahasiaan (<i>Confidentiality</i>)..... | 53 |
| BAB 5 HASIL DAN PEMBAHASAN..... | 54 |
| 5.1 Hasil penelitian | 54 |
| 5.1.1 Gambaran umum lokasi penelitian | 54 |
| 5.1.2 Data umum penelitian | 55 |
| 5.1.3 Data khusus..... | 58 |
| 5.2 Pembahasan | 62 |
| 5.2.1 Tekanan Darah Sebelum dan Sesudah Dilakukan Massase Kaki dengan Minyak Lavender Terhadap Hipertensi | 62 |
| 5.2.2 Tekanan Darah Sebelum dan Sesudah Dilakukan Rendam Kaki dengan Air Sereh Hangat Terhadp Hipertensi | 64 |
| 5.2.3 Tekanan Darah Sebelum dan Sesudah Intervensi pada Kelompok Kontrol Terhadap Hipertensi..... | 67 |

| | |
|---|-----------|
| 5.2.4 Efektifitas Massase Kaki dengan Minyak Lvender dan Rendam Kaki dengan Air Sereh Hangat Terhadap Hipertensi | 58 |
| 5.3 Keterbatasan Penelitian | 71 |
| BAB 6 PENUTUP | 72 |
| 6.1 Kesimpulan | 72 |
| 6.2 Saran..... | 72 |
| DAFTAR PUSTAKA..... | 74 |
| LAMPIRAN..... | 78 |

DAFTAR TABEL

| | |
|---|----|
| Tabel 2.1 Klasifikasi Hipertensi | 15 |
| Tabel 2.2 Kandungan Kimia Minyak Atsiri..... | 27 |
| Tabel 2.3 Keaslian Penelitian | 34 |
| Tabel 4.1 Rancangan Penelitian | 42 |
| Tabel 4.2 Definisi Operasional..... | 47 |
| Tabel 5.1 Karakteristik Responden Berdasarkan Jenis Kelamin Di Puskesmas Manyar Kecamatan Manyar Kabupaten Gresik Pada Tanggal 13 Februari – 5 Maret 2023 | 55 |
| Tabel 5.2 Karakteristik Responden Berdasarkan Usia Di Puskesmas Manyar Kecamatan Manyar Kabupaten Gresik Pada Tanggal 13 Februari – 5 Maret 2023..... | 56 |
| Tabel 5.3 Karakteristik Responden Berdasarkan Pekerjaan diPuskesmas Man- yar Kecamatan Manyar Kabupaten Gresik Pada Tanggal 13 Februari – 5 Maret 2023..... | 57 |
| Tabel 5.4 Karakteristik Responden Berdasarkan Berat Badan Di Puskesmas Manyar Kecamatan Manyar Kabupaten Gresik Pada Tanggal 13 Februari – 5 Maret 2023..... | 57 |
| Tabel 5.5 Tekanan Darah Sistol dan Diatol Responden Kelompok Massase Kaki dengan Minyak Lavender Sebelum dan Sesudah Dilakukan Intervensi Di Wilayah Puskesmas Manyar Kabupaten Gresik Pada Tanggal 13 Februari – 21 Februari 2023..... | 58 |
| Tabel 5.6 Tekanan Darah Sistol dan Diastol Responden Kelompok Rendam Kaki dengan Air Sereh Hangat Sebelum dan Sesudah Dilakukan Intervensi Di Wilayah Puskesmas Manyar Kabupaten Gresik Pada Tanggal 22 Februari – 2 Maret 2023 | 59 |
| Tabel 5.7 Tekanan Darah Sistol dan Diastol Responden Kelompok Kontrol Sebelum dan Sesudah Dilakukan Intervensi Di Wilayah Puskesmas Manyar Kabupaten Gresik Pada Tanggal 3 Maret – 5 Maret 2023 | 60 |
| Tabel 5.8 Efektifitas Tekanan Darah Sistol dan Diastol pada Kelompok Massase Kaki Dengan Minyak Lavender dan Kelompok Rendam Kaki Dengan Air Sereh Hangat Terhadap Hipertensi Di Wilayah Puskesmas Manyar Kabupaten Gresik Pada Tanggal 13 Februari – 21 Februari dan 22 Februari – 2 Maret 2023..... | 61 |

DAFTAR GAMBAR

| | |
|---|----|
| Gambar 2.1 Telapak Kaki Luas | 23 |
| Gambar 2.2 Telapak Kaki Sempit | 24 |
| Gambar 2.3 Ujung Jari Kaki..... | 24 |
| Gambar 2.4 Telapak Kaki Atas | 24 |
| Gambar 2.5 Jari Kaki | 25 |
| Gambar 2.6 Punggung Kaki | 25 |
| Gambar 2.7 Pergelangan Kaki..... | 26 |
| Gambar 2.8 Tanaman Lavender | 27 |
| Gambar 2.9 Tanaman Sereh | 32 |
| Gambar 3.1 Kerangka Konsep Penelitian | 39 |
| Gambar 4.1 Kerangka Kerja..... | 43 |

DAFTAR LAMPIRAN

| | |
|--|-----|
| LAMPIRAN 1 Surat Izin Pengambilan Data Awal..... | 78 |
| LAMPIRAN 2 Surat Balasan | 79 |
| LAMPIRAN 3 Surat Permohonan Izin Penelitian..... | 80 |
| LAMPIRAN 4 Surat Balasan Izin Penelitian..... | 81 |
| LAMPIRAN 5 Lembar Persetujuan Responden | 82 |
| LAMPIRAN 6 Data Demografi | 83 |
| LAMPIRAN 7 SOP Massase Kaki Minyak Lavender | 84 |
| LAMPIRAN 8 SOP Rendam Kaki Air Sereh Hangat | 87 |
| LAMPIRAN 9 SOP Pemeriksaan Tekanan Darah | 88 |
| LAMPIRAN 10 Lembar Observasi Massase Kaki dengan Minyak Lavender | 90 |
| LAMPIRAN 11 Lembar Observasi Rendam Kaki dengan Air Sereh Hangat | 91 |
| LAMPIRAN 12 Lembaran Observasi Kelompok Kontrol | 92 |
| LAMPIRAN 13 Tabulasi Data Umum | 93 |
| LAMPIRAN 14 Tabulasi Data Khusus | 95 |
| LAMPIRAN 15 SPSS Data Umum | 97 |
| LAMPIRAN 16 SPSS Homogenitas | 99 |
| LAMPIRAN 17 SPSS Normalitas..... | 100 |
| LAMPIRAN 18 SPSS <i>Paired Sample T-Test</i> | 110 |
| LAMPIRAN 19 SPSS <i>Independent Sample T-Test</i> | 114 |
| LAMPIRAN 20 Dokumentasi | 116 |

DAFTAR LAMBANG DAN SINGKATAN

DAFTAR LAMBANG

| | |
|--------|------------------------|
| % | : Presentasi |
| - | : Sampai dengan |
| + | : Tambah |
| - | : Kurang |
| X | : Kali |
| \geq | : Lebih besar dari |
| = | : Sama dengan |
| < | : Lebih kecil |
| > | : Lebih besar |
| / | : Atau |
| n | : Besar Sampel |
| N | : Besar Populasi |
| d | : Tingkat Signifikansi |

DAFTAR SINGKATAN

| | |
|----------|--|
| HDL | : <i>High Density Lipoprotein</i> |
| IMT | : Indeks Masa Tubuh |
| JNC | : <i>Join National Comunitte</i> |
| KEMENKES | : Kementrian Kesehatan |
| Kg | : Kilogram |
| LDL | : <i>Low Density Lipoprotein</i> |
| METs | : <i>Metabolic Equivalent Of Task</i> |
| RAAS | : <i>Rennin-Angiotensin Aldosterone System</i> |
| SOP | : <i>Standart Operational Procedure</i> |
| WHO | : <i>World Health Organization</i> |