

**EFEKTIFITAS RENDAM KAKI AIR HANGAT JAHE
DAN AIR HANGAT SERAI TERHADAP
PENURUNAN HIPERTENSI LANSIA**

SKRIPSI

**Disusun guna memperoleh gelar Sarjana Keperawatan
Pada Fakultas Kesehatan Universitas Gresik**



OLEH :

**NANDA HANIFATUL IZZAH
NIM. 2019080005**

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

**EFEKTIFITAS RENDAM KAKI AIR HANGAT JAHE
DAN AIR HANGAT SERAI TERHADAP
PENURUNAN HIPERTENSI LANSIA**

SKRIPSI

**Disusun guna memperoleh gelar Sarjana Keperawatan
Pada Fakultas Kesehatan Universitas Gresik**



OLEH:

**NANDA HANIFATUL IZZAH
NIM. 2019080005**

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

2023

PERSETUJUAN DOSEN PEMBIMBING

Judul Skripsi : Efektifitas Rendam Kaki Air Hangat Dengan Jahe dan Rendam Kaki Air Hangat Dengan Serai
Nama Mahasiswa : Nanda Hanifatul Izzah
NIM : 2019080005

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 Ilmu Kesehatan Universitas Gresik

Gresik, 16 juni 2023

Pembimbing I



Khoiroh Umah S.Kep..Ns M.Kep

NIPY. 107102020060038

Pembimbing II



Ahmad Hasan Basri S.Kep..NsM.Kep

NIPY. 107102020150131

Mengetahui,



Ketua Program Studi,



Khoiroh Umah S.Kep..Ns M.Kep

PROGRAM STUDI
ILMU KEPERAWATAN

NIPY. 107102020060038

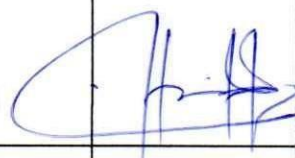
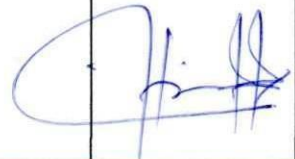
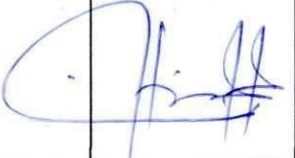
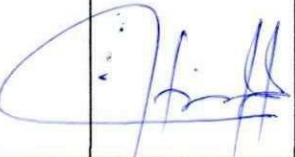

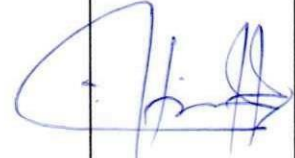



BERITA ACARA BIMBINGAN

1. Nama : Nanda Hanifatul Izzah
2. NIM : 2019080005
3. Fakultas : Ilmu Kesehatan
4. Program Studi : Ilmu Keperawatan
5. Program Pendidikan : Strata 1 (S-1)
6. Judul Skripsi : Efektifitas Rendam Kaki Air Hangat Dengan Jahe dan Rendam Kaki Air Hangat Dengan Serai
7. Pembimbing I : Khoiro Ummah.,S.Kep.,Ns.M.Kep
8. Pembimbing II: Ahmad Hasan Basri.,S.Kep.,Ns.M.Kep
9. Konsultasi :

Tanggal	Materi Konsultasi	Paraf Pembimbing I	Paraf Pembimbing II
26 / 2023 5	Konsultasi Susunan Pengerjaan Skripsi		
29 / 2023 5	Tabulasi data umum dan data khusus		
30 / 2023 5	Perbaiki pembahasan hasil, teori, opini		
31 / 2023 5	Perbaiki Saran lebih operatif		
31 / 2023 5	Bab V		



2/2023 6	Revisi bab v dan spss disesuaikan		
5/2023 6	Revisi bab v dan vi Sesuaikan fakta, teori, opini		Pmf
5/2023 6	Revisi bab v dan vi Sesuaikan fakta, teori, opini, cari jurnal		
6/2023 6	Perbaiki dipembahasan		
7/2023 6	Revisi kesimpulan tidak ada angka	x	
8/2023 6	Revisi Abstrak		
9/2023 6	Lengkapi Lampiran	x	
12/2023 6	Acc Ujian		
12/2023 6	Revisi Abstrak		Pmf

13 / 2023 / 6	Lengkapi Lampiran	Pmmf	
14 / 2023 / 6	Acc Ujian	Pmmf	

10. Bimbingan Telah selesai pada tanggal : 14 Juni 2023
11. Telah Memenuhi syarat ujian yang akan dilaksanakan pada
12. Hari/tanggal : 19 Juni 2023

Gresik, 16 Juni 2023

Pembimbing I

Pmmf

Khoiroh Umah.,S.Kep.,Ns.M.Kep

NIPY. 107102020060038

Pembimbing II

Pmmf

Ahmad Hasan Basri.,S.Kep.,Ns.M.Kep

NIPY. 107102020150131

Mengetahui,
Ketua Program Studi,



Pmmf

Khoiroh Umah S.Kep.,Ns M.Kep

**PROGRAM STUDI
ILMU KEPERAWATAN**

NIPY. 107102020060038

PENGESAHAN TIM PENGUJI

Judul Skripsi : Efektifitas Rendam Kaki Air Hangat Jahe dan Air Hangat Serai Terhadap penurunan Hipertensi lansia

Nama Mahasiswa : Nanda Hanifatul izzah

NIM : 2019080005

Telah dipertahankan/diuji dihadapan Tim Penguji

Pada Tanggal : 23 Juni 2023

PROGRAM STUDI ILMU KEPERAWATAN FAKULTAS ILMU KESEHATAN UNIVERSITAS GRESIK

2023

TIM PENGUJI:

1. **Retno Twistiandayani, S.Kep.,Ns.,M.Kep** 1.
NIPY. 107102020070043

Ketua

2. **Khoiroh Umah S.Kep.,Ns M.Kep** 2.
NIPY. 107102020060038

Anggota I

3. **Ahmad Hasan Basri S.Kep.,NsM.Kep** 3.
NIPY. 107102020150131

Anggota II

Mengetahui,

Dekan Fakultas Ilmu Kesehatan



Retno Twistiandayani, S.Kep.,Ns.,M.Kep

NIPY. 107102020070043

PERNYATAAN ORISINILITAS

Yang bertanda tangan dibawah ini :

Nama : Nanda Hanifatul izzah
NIM : 2019080005
Fakultas : Ilmu Kesehatan
Program Studi : Ilmu Keperawatan
Jenjang : Strata 1 (S-1)
Judul Skripsi : Efektifitas Rendam Kaki Air Hangat Jahe dan Air Hangat Serai Terhadap penurunan Hipertensi lansia

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 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, 14 Juli 2023

Yang menyatakan



Nanda Hanifatul Izzah
NIM.2019080005

PERNYATAAN PERSETUJUAN PUBLIKASI SKRIPSI UNTUK KEPENTINGAN AKADEMIS

Yang bertanda tangan dibawah ini :

Nama : Nanda Hanifatul Izzah

NIM : 2019080005

Fakultas : Ilmu Kesehatan

Program Studi : Ilmu Keperawatan

Demi pengembangan ilmu pengetahuan, menyetujui untuk memberikan kepada Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas Gresik Hak Bebas Royalti Non eksklusif (*non-exclusive royalty fee right*) atas skripsi saya yang berjudul : Efektifitas Rendam Kaki Air Hangat Jahe dan air Hangat Serai Terhadap penurunan Hipertensi lansia Beserta perangkat yang ada (jika diperlukan). Dengan hak bebas royalti tersebut Nama Fakultas berhak menyimpan, mengalih media/formatkan, mengelola dalam bentuk pangkalan data (*database*), merawat, mempublikasikan skripsi saya selama tetap mencantumkan nama saya sebagai penulis dan sebagai pemilik hak cipta.

Demikian pernyataan ini dibuat dengan sebenar-benarnya.

Gresik, 14 Juli 2023
Yang menyatakan



Nanda Hanifatul Izzah
NIM.2019080005



SURAT KETERANGAN
CEK PLAGIASI SKRIPSI

Pada hari Rabu 21 Juni Berdasarkan pengecekan skripsi dari mahasiswa :

Nama : Nanda Hanifatul izzah
NIM : 2019080005
Program Studi : Ilmu Keperawatan
Fakultas : Ilmu Kesehatan
Judul : Efektifitas Rendam Kaki Air Hangat Jahe dan Air Hangat Serai Terhadap penurunan Hipertensi lansia
Hasil cek plagiasi : 14%

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

Pembimbing I

Khoiroh Umah.,S.Kep.,Ns.M.Kep

NIPY. 107102020060038

Pembimbing II

Ahmad Hasan Basri.,S.Kep.,Ns.M.Kep

NIPY. 107102020150131



Mengetahui,
Ketua Program Studi,

Khoiroh Umah S.Kep.,Ns M.Kep

PROGRAM STUDI
ILMU KEPERAWATAN

NIPY. 107102020060038

MOTTO

‘‘Hidup ini seperti skripsi, banyak bab dan revisi yang harus dilewati dari hari demi hari. Tapi akan berakhir indah bagi siapapun yang mau berusaha untuk memperbaiki, Rintangan bukan untuk menghentikanmu tapi cari cara untuk melewatinya’’

PERSEMBAHAN

“Skripsi ini saya persembahkan untuk yang sudah memberi saya support dan semangat yang luar biasa terutama kepada kedua orang tua, keluarga, serta teman-teman yang selalu membantu saya dalam menyusun skripsi ini”

KATA PENGANTAR

Puji dan syukur kami panjatkan kehadirat Allah SWT, berkat rahmat dan bimbinganNya kami dapat menyelesaikan proposal dengan judul **“EFEKTIFITAS RENDAM KAKI AIR HANGAT JAHE DAN AIR HANGAT SERAI TERHADAP PENURUNAN HIPERTENSI LANSIA”** . proposal 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 perkenalkan 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. Hj. Retno Twistiandayani, S.Kep.,Ns.,M.Kep selaku Dekan Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas Gresik yang telah memberikan kesempatan, bimbingan dan motivasi kepada kami untuk menyelesaikan pendidikan Program S1 ilmu Keperawatan.
3. Khoiroh Umah, S.Kep.,Ns.,M.Kep selaku Pembimbing 1 yang telah bersedia meluangkan waktu, membimbing dan memberikan arahan, semangat dan motivasi selama penyusunan skripsi ini sehingga terselesaikan tepat pada waktunya.
4. Ahmad Hasan Basri, S.Kep., Ns., M.Kep selaku Pembimbing 2 yang telah bersedia meluangkan waktu, membimbing dan memberikan arahan,

semangat dan motivasi selama penyusunan skripsi ini.

5. Kepada seluruh Dosen Fakultas Ilmu Kesehatan prodi Ilmu Keperawatan yang telah meluangkan waktu, membimbing dan memberi semangat memotivasi selama penyusunan skripsi ini.
6. Kepada Kepala Desa Dungus Kecamatan Cerme Kabupaten Gresik yang telah memberikan kesempatan dan fasilitas kepada saya untuk melakukan penelitian di Desa Dungus.
7. Seluruh responden yang telah membantu dalam menyelesaikan skripsi penelitian ini.
8. Ibu Saidatul Maslukhah, ayah Muhammad Khanif, dan adek saya Muhammad Faisal Maulana yang selalu memberikan do'a, kasih sayang, semangat dan dukungan kepada saya dan dukungan agar bisa menyelesaikan skripsi ini.
9. Kepada teman-teman saya A14 terutama kepada Fathia asri W dan shilvia anggraini yang selalu mensupport dan membantu saya dalam menyelesaikan skripsi ini.
10. Kepada Muhammad Nas Ruddin selaku orang teristimewa yang selalu memberikan semangat kepada saya dan suport dalam menyelesaikan skripsi ini.

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

Gresik, 20 Februari 2023

Penulis

ABSTRAK

EFEKTIFITAS RENDAM KAKI AIR HANGAT JAHE DAN AIR HANGAT SERAI TERHADAP PENURUNAN HIPERTENSI LANSIA

Oleh : Nanda Hanifatul Izzah

Program Studi Ilmu Keperawatan, Fakultas Ilmu Kesehatan, Universitas Gresik

Lansia adalah seseorang yang telah mencapai usia 60 tahun. Hipertensi merupakan suatu keadaan yang ditandai dengan meningkatnya kontraksi pembuluh darah. Akibat kontraksi arteri yang meningkat, yang menciptakan resistensi terhadap aliran darah dan meningkatkan tekanan darah terhadap dinding arteri. Penanganan dapat diberikan rendam kaki air hangat jahe maupun serai dengan kandungan-kandungan yang terkandung didalamnya dapat memperlebar pembuluh darah sehingga dapat menurunkan tekanan darah penelitian ini bertujuan untuk menganalisa pengaruh rendam kaki air hangat jahe dan rendam kaki air hangat serai pada hipertensi lansia di Desa Dungus.

Metode yang digunakan adalah *quasi eksperimen* dengan menggunakan desain penelitian *pre-post test design with two group*. teknik sampling yang digunakan adalah Non Probability Tipe *Purposive sampling* dengan menggunakan uji statistik *Wilcoxon dan Mann-Whitney U Test* . Jumlah respon responden sebanyak 11 lansia kelompok jahe dan 11 lansia kelompok serai.

Hasil uji statistik wilcoxon tekanan darah diperoleh hasil p 0,004 pada jahe dan p 0,014 pada serai. Hasil analisis statistik dengan menggunakan uji *Mann-Whitney U Test* didaatkan nilai sign 2 tailed p = 0,129 (p sign>0,05) sehingga H1 ditolak artinya tidak ada perbedaan penurunan tekanan darah antara kelompok jahe dan serai. Berdasarkan data mean rank kelompok rendam kaki air hangat jahe 13,27 lebih efektif dari kelompok rendam kaki air hangat serai 9,73.

Kata Kunci : Hipertensi, Lansia, Rendam Kaki Air Hangat Jahe, Rendam Kaki Air Hangat Serai.

ABSTRACT

Effectiveness Of Warm Ginger Foot Soak and Lemongrass On reducing Hypertension In The Elderly

By : Nanda Hanifatul Izzah

Bachelor Of Nursing, Faculty Of Health Science, University Of Gresik

Elderly is someone who has reached the age of 60 years. Hypertension is a condition characterized by increased contraction of blood vessels. As a result of increased arterial contraction, which creates resistance to blood flow and increases blood pressure against the artery walls. Handling can be given a foot soak in warm water ginger and lemon grass with the ingredients contained in it can widen blood vessels so that it can lower blood pressure. This study aims to analyze the effect of foot soaks in warm water ginger and foot soaks in warm lemongrass water on elderly hypertension in Dungus Village.

The method used is quasi-experimental using a pre-post test design with two groups. The sampling technique used is Non-Probability Type Purposive sampling using the Wilcoxon statistical test and the Mann Whitney U Test . The number of respondents' responses was 11 elderly in the ginger group and 11 elderly in the lemongrass group.

The results of the Wilcoxon statistical test for blood pressure obtained p 0.004 for ginger and p 0.014 for lemongrass. The results of statistical analysis using the Mann-Whitney U Test obtained a sign value of 2 tailed $p = 0.129$ ($p \text{ sign} > 0.05$) so that H_1 was rejected meaning that there was no difference in blood pressure reduction between the ginger and lemongrass groups. Conclusion: Based on mean rank data for the warm ginger water foot soak group 13.27 more effective than the lemongrass warm water foot soak group 9.73.

Keywords: Hypertension, Elderly, Warm Ginger Water Foot Soak, Lemongrass Warm Water Foot Soak.

DAFTAR ISI

HALAMAN JUDUL	i
PERSETUJUAN DOSEN PEMBIMBING	iii
BERITA ACARA BIMBINGAN	iv
PENGESAHAN TIM PENGUJI	vi
PERNYATAAN ORISINILITAS	vii
PERNYATAAN PERSETUJUAN PUBLIKASI.....	viii
CEK PLAGIASI	ix
MOTTO.....	x
PERSEMBAHAN.....	xi
KATA PENGANTAR	xii
ABSTRAK	xiv
ABSTRACT	xv
DAFTAR ISI	xvi
DAFTAR TABEL.....	xx
DAFTAR GAMBAR	xxi
DAFTAR LAMPIRAN	xxii
DAFTAR LAMBANG, SINGKATAN DAN ISTILAH	xxiii
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 II TINJAUAN PUSTAKA	6
2.1 Konsep Hipertensi.....	6
2.1.1 Pengertian	6
2.1.2 Klasifikasi Hipertensi	6
2.1.3 Etiologi.....	7
2.1.4 Patofisiologi Hipertensi	8
2.1.5 Manifestasi Klinis Hipertensi.....	9

2.1.6 Faktor Resiko	9
2.1.7 Komplikasi Hipertensi	11
2.1.8 Penatalaksanaan Hipertensi.....	11
2.2 Konsep Lansia.....	13
2.2.1 Pengertian Lansia	13
2.2.2 Batasan lanjut usia.....	14
2.2.3 Karakteristik Lansia.....	14
2.2.4 Perubahan Morfologi dan Fungsi Tubuh Pada Lansia.....	15
2.3 Konsep Rendam kaki air Hangat Jahe.....	16
2.3.1 Pengertian Terapi Rendam.....	17
2.3.2 Pengertian Jahe.....	17
2.3.3 Klasifikasi dan Morfologi Jahe	17
2.3.4 Manfaat Jahe	18
2.3.5 mekanisme Rendam kaki Air Hangat Jahe	18
2.3.6 Prosedur Terapi Rendam kaki Air Hangat Jahe	19
2.4 Konsep Rendam kaki air Hangat Serai.....	19
2.4.1 Pengertian Serai.....	20
2.4.2 Klasifikasi dan Morfologi Serai	20
2.4.3 Manfaat Serai	21
2.4.4 Mekanisme Rendam kaki Air Hangat Serai.....	21
2.4.5 Prosedur Terapi Rendam kaki Air Hangat Serai.....	21
2.5 Keaslian Penelitian.....	22
BAB III KERANGKA KONSEPTUAL	28
3.1 Kerangka Konsep.....	28
3.2 Hipotesis	29
BAB IV METODE PENELITIAN	30
4.1 Rancangan Penelitian	30
4.2 Kerangka Kerja	32

4.3 Populasi, Sampel, dan Sampling.....	33
4.3.1 populasi.....	33
4.3.2 Sampel	33
4.3.3 Besar Sampel.....	33
4.3.4 sampling.....	35
4.4 Variabel penelitian	35
4.4.1 Variabel independen	36
4.4.2 Variabel Dependen	36
4.5 Definisi Operasional Variabel.....	36
4.6 Pengumpulan dan Pengolahan Data	38
4.6.1 Instrumen Penelitian	38
4.6.2 Lokasi dan Waktu Penelitian	38
4.6.3 Prosedur Pengambilan Data.....	38
4.6.4 Pengolahan Data.....	41
4.6.5 Analisa Data.....	42
4.7 Ethical Clearence (Etika penelitian).....	43
4.7.1 Lembar Persetujuan (Informed concent)	43
4.7.2 Tanpa Nama (Anonimity)	43
4.7.3 Kerahasiaan (Confidentiality)	44
BAB 5 HASIL DAN PEMBAHASAN.....	45
5.1 Hasil Penelitian	45
5.1.1 Gambaran Umum	45
5.1.2 Data Umum	46
5.1.3 Data Khusus	49
5.2 Pembahasan	52
5.2.1 Perubahan Tekanan Darah Pre-Post Test Rendam Kaki Air Hangat Jahe.....	52
5.2.2 Perubahan Tekanan Darah Pre-Post Test Rendam Kaki Air	

Hangat Serai.....	56
5.2.3 Efektivitas Rendam Kaki Air Hangat Jahe dan Serai.....	59
5.3 Keterbatasan Penelitian	61
BAB 6 KESIMPULAN DAN SARAN.....	62
6.1 Kesimpulan	62
6.2 Saran.....	62
DAFTAR PUSTAKA.....	64
LAMPIRAN-LAMPIRAN.....	67

DAFTAR TABEL

Tabel 2.1 Klasifikasi Tekanan Darah.....	7
Tabel 2.2 Keaslian Penelitian	22
Tabel 4.1 Rancangan Penelitian Quasy Eksperimental.....	30
Tabel 4.2 Definisi Operasional	37
Tabel 5.1 Karakteristik Responden Berdasarkan Jenis Kelamin	46
Tabel 5.2 Karakteristik Responden Berdasarkan Usia.....	47
Tabel 5.3 Karakteristik Responden Berdasarkan Pekerjaan.....	47
Tabel 5.4 Karakteristik Responden Berdasarkan Konsumsi Obat.....	48
Tabel 5.5 Perubahan Tekanan Darah Pre-Post Test Rendam Kaki Air Hangat Jahe.....	49
Tabel 5.6 Perubahan Tekanan Darah Pre-Post Test Rendam Kaki Air Hangat Serai	50
Tabel 5.7 Efektivitas Tekanan Darah Pre-Post Test Rendam Kaki Air Hangat Jahe dan Serai.....	51

DAFTAR GAMBAR

Gambar 2.1 Jahe (<i>Zingiber Officinale</i> Rosc)	17
Gambar 2.2 Serai (<i>Cymbogon nardus</i>)	19
Gambar 3.1 Kerangka Konsep	28
Gambar 4.1 Kerangka Kerja.....	32

DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran 1 Surat Izin Penelitian Skripsi	67
Lampiran 2 Surat Balasan Penelitian Skripsi	68
Lampiran 3 Lembar Permohonan Menjadi Responden.....	69
Lampiran 4 Surat Persetujuan Bersedia Menjadi Responden Penelitian (Informed Consent).....	70
Lampiran 5 Lembar SOP Rendam kaki Air Hangat Jahe	71
Lampiran 6 Lembar SOP Rendam Kaki Air Hangat Serai	73
Lampiran 7 Lembar SOP Pengukuran Tekanan Darah.....	75
Lampiran 8 Data Demografi Responden.....	76
Lampiran 9 Lembar Observasi	77
Lampiran 10 Tabulasi Data Umum.....	79
Lampiran 11 Tabulasi data Khusus.....	81
Lampiran 12 Dokumentasi	91

DAFTAR LAMBANG, SINGKATAN DAN ISTILAH

DAFTAR SINGKATAN

1. SOP : *Standar Operasional prosedur*
2. WHO : *World Health Organization*
3. % : Prosentase

DAFTAR LAMBANG

1. n : Besar Sampel
2. N : Besar Populasi
3. d : Tingkat Signifikansi
4. p : Signifikansi
5. $=$: Sama Dengan
6. $+$: Tambah
7. H_1 : Diterima
8. H_0 : Ditolak
9. % : Presentase