

**EFEKTIVITAS PIJAT KAKI DAN HIDROTERAPI TERHADAP  
PENGENDALIAN HIPERTENSI PADA IBU HAMIL**

**SKRIPSI**



**DISUSUNOLEH:**

**FEBRIYANA VALENTINA FAUZIA**

**NIM. 2024080016R**

**PROGAMSTUDIS1KEPERAWATAN**

**FAKULTAS ILMU KESEHATAN**

**UNIVERSITAS GRESIK**

**2025**

**EFEKTIVITAS PIJAT KAKI DAN HIDROTERAPI TERHADAP  
PENGENDALIAN HIPERTENSI PADA IBU HAMIL  
SKRIPSI**



**DISUSUNOLEH:**

**FEBRIYANA VALENTINA FAUZIA**

**NIM. 2024080016R**

**PROGAM STUDI S1 KEPERAWATAN  
FAKULTAS ILMU KESEHATAN  
UNIVERSITAS GRESIK**

**2025**

**LEMBAR PERSETUJUAN DOSEN PEMBIMBING**

Judul Proposa : Efektivitas Pijat Kaki Dan Hidroterapi Terhadap  
Pengendalian Hipertensi Pada Ibu Hamil

Nama Mahasiswa : Febriyana Valentina Fauzia

NIM : 2024080016R

Telah selesai dilakukan bimbingan dan dinyatakan untuk memenuhi syarat dan menyutujui untuk di uji pada tim penguji Tugas Akhir pada Progam Studi Ilmu Keperawatan Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas Gresik.

Gresik, 13 Januari 2025

**Pembimbing I**



**Lilis Fatmawati, S.ST., M.Kes**

**NIPY : 107102020180128**

**Pembimbing II**



**Istiroha, S. Kep., Ns., M. Kep**

**NIPY : 107102020150118**

Mengetahui,

Ketua Progam Studi Ilmu Keperawatan

Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas Gresik



**Natalia Christin Hara Revita, S. Kep., Ns., M. Kep**

**NIPY : 10710202024236**

**PROGRAM STUDI  
ILMU KEPERAWATAN**



**UNIGRES**  
UNIVERSITAS GRESIK  
Character Building Through Education

SK BAN PT No. 1209/SK/BAN-PT/Akred/PT/XII/2021 Peringkat Akreditasi "Baik Sekali"

**FAKULTAS ILMU KESEHATAN**

PROGRAM STUDI ILMU KEPERAWATAN | PROGRAM STUDI PROFESI NERS |

PROGRAM STUDI KESELAMATAN DAN KESEHATAN KERJA

TERAKREDITASI

Prodi Ilmu Keperawatan SK No. 0201/LAM-PTKs/Akr/Sar/X/2020 (B)

Prodi Profesi Ners SK No. 0202/LAM-PTKs/Akr/Pro/X/2020 (B)

Prodi K3 SK No. 0078/LAM-PTKs/Akr/PB/Sar/II/2024 (Baik)

**BERITA ACARA BIMBINGAN**

1. Nama : Febriyana Valentina Fauzia
2. NIM : 2024080016R
3. Fakultas : Ilmu Kesehatan
4. Program Studi : S1 Ilmu Keperawatan
5. Program Pendidikan : S1
6. Judul Skripsi : Efektivitas Pijat Kaki Dan Hidroterapi Terhadap Pengendalian Hipertensi Pada Ibu Hamil
7. Pembimbing I : Lilis Fatmawati, . ST., M. Kes
8. Pembimbing II : Istiroha, S. Kep., Ns., M. Kep
9. Konsultasi :

| Tanggal      | Materi Konsultasi                                         | Paraf Pembimbing I | Paraf Pembimbing II |
|--------------|-----------------------------------------------------------|--------------------|---------------------|
| 02 Jan 2025  | - Konsultasi Judul Skripsi                                |                    |                     |
| 06 Jan 2025  | - Konsultasi Judul Skripsi<br>- ACC Judul Skripsi         |                    |                     |
| 10 Jan 2025  | - Konsultasi BAB 1                                        |                    |                     |
| 02 Feb 2025  | - Konsultasi revisi seminar proposal                      |                    |                     |
| 02 Juni 2025 | - Konsultasi hasil penelitian                             |                    |                     |
| 18 Juni 2025 | - Revisi penulisan<br>- Revisi data kuisioner             |                    |                     |
| 23 Juni 2025 | - Revisi penulisan tabel<br>- Revisi kerangka konsep<br>- |                    |                     |

|  |                      |   |     |
|--|----------------------|---|-----|
|  | - Revisi Penulisan . | R | lgt |
|  | - Acc                | R | lgt |
|  | -                    |   |     |
|  | -                    |   |     |

10. Bimbingan Telah selesai pada tanggal :

11. Telah Memenuhi syarat ujian yang akan dilaksanakan pada hari/tanggal :

Pembimbing I



Lilis Fatmawati, . ST., M. Kes

**NIPY. 1071020201801281**

Gresik,  
Pembimbing II



Istiroha., S. Kep., Ns., M. Kep

**NIPY. 107102020150118**

Mengetahui,  
Ketua Program Studi



**Natalia Christin Tiara Revita S.Kep.,Ns.,M.Kep**  
**NIPY. 10710202024236**  
PROGRAM STUDI  
ILMU KEPERAWATAN



### **PENGESAHAN TIM PENGUJI**

**Judul** : Efektivitas Pijat Kaki Dan Hidroterapi Terhadap  
Pengendalian Hipertensi Pada Ibu Hamil

**Nama mahasiswa** : Febriyana Valentina Fauzia

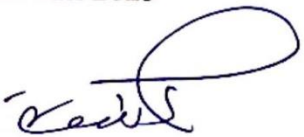
**NIM** : 202400016R

Telah di pertahankan / di uji dihadapan Tim Penguji Pada Rabu, 02 Juli 2025

1. **Daviq Ayatullah, S. Kep., Ns. M. Kep**

**NIPY : 10710202022187**

**Ketua Penguji**

  
.....

2. **Lilis Fatmawati, S.ST.,M. Kes**

**NIPY : 107102020180128**

**Anggota I**

  
.....

3. **Istiroha, S. Kep., Ns. M. Kep**

**NIPY : 107102020150118**

**Anggota II**

  
.....

Mengetahui,

Dekan Fakultas Ilmu Kesehatan



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

**NIPY : 107102020070043**

## PERNYATAAN ORIGINALITAS

Yang bertandatangan di bawah ini, saya:

Nama : Febriyana Valentina Fauzia  
NIM : 2024080016R  
Fakultas : Ilmu Kesehatan  
Program Studi : Ilmu Keperawatan  
Jenjang : S-1 Keperawatan  
Judul Skripsi : Efektivitas Pijat Kaki Dan Hidroterapi Terhadap

### Pengendalian Hipertensi Pada Ibu Hamil

Dengan ini menyatakan bahwa sepengetahuan saya dalam naskah Skripsi ini tidak terdapat karya ilmiah yang pernah diajukan orang lain untuk memperoleh gelar akademik di suatu perguruan tinggi, dan tidak terdapat karya atau pendapat yang pernah di tulis atau di terbitkan orang lain kecuali secara tertulis di kutip dalam naskah ini dan di sebutkan dalam sumber kutipan dan daftar pustaka. Apabila ternyata di dalam naskah tugas akhir ini dapat dibuktikan unsur-unsur plagiasi saya bersedia skripsi ini di gugurkan dan gelar akademik yang telah saya peroleh DIBATALKAN, serta diproses sesuai peraturan perundangan-undangan yang berlaku.

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



Gresik, 15 Juli 2025

Febriyana Valentina Fauzia

## PERNYATAAN PERSETUJUAN PUBLIKASI

Yang bertandatangan di bawah ini:

Nama : Febriyana Valentina Fauzia

NIM : 2024080016R

Program Studi : Ilmu Keperawatan

Fakultas : Ilmu Kesehatan

Demi pengembangan ilmu pengetahuan, menyetujui untuk memberikan kepada Fakultas Kesehatan Universitas Gresik Hak Bebas Royalti Non Eksklusif (*non-exclusive royalty free right*) atas Skripsi) saya yang berjudul : **Efektivitas Pijat Kaki Dan Hidroterapi Terhadap Pengendalian Hipertensi Pada Ibu Hamil**

Beserta perangkat yang ada (jika diperlukan). Dengan hak bebas hak royalti tersebut Fakultas Kesehatan Universitas Gresik berhak menyimpan, merawat, mempublikasikan tugas akhir saya selama tetap mencantumkan nama saya sebagai penulis dan sebagai pemilik hak cipta.

Demikian pernyataan ini dibuat dengan sebenarnya.

Gresik, 15 Juli 2025

ng menyatakan  
  
Febriyana Valentina Fauzia

## KATA PENGANTAR

Puji syukur kami panjatkan kehadiran Allah SWT, berkat rahmat dan bimbinganNya kami dapat menyelesaikan proposal dengan judul “EFEKTIVITAS PIJAT KAKI DAN HIDROTERAPI TERHADAP PENGENDALIAN HIPERTENSI PADA IBU HAMIL”. 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 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 kami untuk mengikuti pendidikan di Program Studi S1 Ilmu Keperawatan.
2. Ibu Hj. Retno Twistiandayani, S.Kep.,Ns.,M.Kep selaku Dekan Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas Gresik yang telah memberikan kesempatan dan fasilitas kepada kami untuk mengikuti dan menyelesaikan pendidikan Program Studi S1 Ilmu Keperawatan.
3. Ibu Natalia Christin T.R, S.kep.,Ns.,M.kep selaku Ketua Program Studi Keperawatan yang telah memberikan kesempatan, bimbingan dan motivasi kepada kami untuk menyelesaikan Program Studi S1 Ilmu Keperawatan.
4. Ibu Lilis Fatmawati, S.ST., M. Kes selaku pembimbing I yang dengan tulus meluangkan waktu, tenaga dan pikiran serta perhatian dalam memberikan bimbingan dan arahan penyusunan proposal ini.
5. Ibu Nurul Fahmi Rizka Laily, S. Kep. Ns., M. Kep selaku pembimbing II yang dengan tulus meluangkan waktu, tenaga dan pikiran serta perhatian dalam memberikan bimbingan dan arahan penyusunan proposal ini.
6. Bapak dan Ibu Dosen Universitas Gresik, yang telah memberikan bekal bagi penulis melalui materi-materi kuliah yang penuh nilai dan makna dalam penyempurnaan penulisan proposal ini.
7. dr. Dian Ayu Lukitasari selaku direktur Rumah sakit Petrokimia Gresik yang memberikan kesempatan dan fasilitas kepada kami untuk melakukan penelitian.

8. Teman-teman B18 Mahasiswa Fakultas Keperawatan Universitas Gresik yang telah memberikan dorongan semangat sehingga proposal skripsi ini dapat terselesaikan.
9. Semua pihak yang tidak dapat penulis sebutkan satu persatu, terima kasih atas bantuannya. Semoga Allah SWT membalas budi baik semua pihak yang telah memberi kesempatan, dukungan dan bantuan dalam menyelesaikan proposal ini.

Kami sadari bahwa proposal ini jauh dari sempurna, tetapi kami berharap proposal ini bermanfaat bagi pembaca dan bagi keperawatan.

Gresik, 15 Juli 2025

Febriyana Valentina Fauzia

# EFEKTIVITAS PIJAT KAKI DAN HIDROTERAPI TERHADAP PENGENDALIAN HIPERTENSI PADA IBU HAMIL

Febriyana Valentina Fauzia<sup>1</sup>

Progam Studi Ilmu Keperawatan

Fakultas Ilmu Kesehatan, Universitas Gresik

## ABSTRAK

**Pendahuluan:** Hipertensi pada ibu hamil masuk ke dalam salah satu penyebab utama kematian ibu dan bayi. Pijat kaki dan hidroterapi telah terbukti efektif dalam mengurangi tekanan darah pada beberapa kondisi, namun efektivitasnya pada ibu hamil dengan hipertensi belum banyak diteliti. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui efektivitas pijat kaki dan hidroterapi terhadap pengendalian hipertensi pada ibu hamil di Poli Kandungan RS Petrokimia Gresik. **Metode:** Penelitian ini merupakan penelitian eksperimental dengan desain quasi-eksperimental. Sampel penelitian ini menggunakan purposive sampling, kriteria yang di gunakan adalah ibu hamil yang memiliki hipertensi dan akan di bedakan menjadi dua kelompok, kelompok pijat kaki dan hidroterapi. **Hasil:** Hasil penelitian menunjukkan bahwa pijat kaki dan hidroterapi efektif dalam mengurangi tekanan darah pada ibu hamil dengan hipertensi. Tekanan darah sistolik dan diastolik pada kelompok pijat kaki dan hidroterapi mengalami penurunan yang signifikan dibandingkan dengan kelompok kontrol. **Kesimpulan:** Pijat kaki dan hidroterapi dapat digunakan sebagai intervensi tambahan untuk mengendalikan hipertensi pada ibu hamil. Penelitian ini diharapkan dapat memberikan kontribusi pada pengembangan intervensi yang efektif dan aman untuk mengendalikan hipertensi pada ibu hamil.

Kata kunci: pijat kaki, hidroterapi, hipertensi, ibu hamil.

# **THE EFFECTIVENESS OF FOOT MASSAGE AND HYDROTHERAPY ON HYPERTENSION CONTROL IN PREGNANT WOMEN**

Febriyana Valentina Fauzia<sup>1</sup>

Nursing Science Study Program

Faculty of Health Sciences, University of Gresik

## **ABSTRACT**

**Introduction:** Hypertension in pregnant women is one of the main causes of maternal and infant mortality. Foot massage and hydrotherapy have been proven effective in reducing blood pressure in several conditions, but their effectiveness in pregnant women with hypertension has not been widely studied. This study aims to determine the effectiveness of foot massage and hydrotherapy in controlling hypertension in pregnant women at the Obstetrics and Gynecology Clinic, Petrokimia Gresik Hospital.

**Methods:** This study is an experimental study with a quasi-experimental design. The sample of this study used purposive sampling, the criteria used were pregnant women with hypertension and will be divided into two groups, the foot massage and hydrotherapy groups. **Results:** The results showed that foot massage and hydrotherapy are effective in reducing blood pressure in pregnant women with hypertension. Systolic and diastolic blood pressure in the foot massage and hydrotherapy group decreased significantly compared to the control group. **Conclusion:** Foot massage and hydrotherapy can be used as additional interventions to control hypertension in pregnant women. This study is expected to contribute to the development of effective and safe interventions to control hypertension in pregnant women.

*Key words: foot massage, hydrotherapy, hypertension, pregnant women.*

## DAFTAR ISI

|                                                                                                     |            |
|-----------------------------------------------------------------------------------------------------|------------|
| <b>EFEKTIVITAS PIJAT KAKI DAN HIDROTERAPI TERHADAP PENGENDALIAN HIPERTENSI PADA IBU HAMIL .....</b> | <b>ii</b>  |
| <b>LEMBAR PERSETUJUAN DOSEN PEMBIMBING .....</b>                                                    | <b>iii</b> |
| <b>PENGESAHAN TIM PENGUJI.....</b>                                                                  | <b>iv</b>  |
| <b>KATA PENGANTAR.....</b>                                                                          | <b>vii</b> |
| <b>DAFTAR ISI .....</b>                                                                             | <b>xi</b>  |
| <b>DAFTAR GAMBAR.....</b>                                                                           | <b>xiv</b> |
| <b>DAFTAR LAMPIRAN .....</b>                                                                        | <b>xv</b>  |
| <b>BAB 1 PENDAHULUAN .....</b>                                                                      | <b>16</b>  |
| 1.1 Latar Belakang .....                                                                            | 16         |
| 1.2 Rumusan Masalah .....                                                                           | 19         |
| 1.3 Tujuan Penelitian .....                                                                         | 20         |
| 1.3.1 Tujuan umum .....                                                                             | 20         |
| 1.3.2 Tujuan khusus .....                                                                           | 20         |
| 1.4 Manfaat Penelitian .....                                                                        | 21         |
| 1.4.1 Manfaat Teoritis .....                                                                        | 21         |
| 1.4.2 Manfaat Praktis .....                                                                         | 21         |
| <b>BAB 2 TINJAUAN TEORI .....</b>                                                                   | <b>22</b>  |
| 2.1 Konsep Pijat kaki .....                                                                         | 22         |
| 2.1.1 Pengertian Pijat Kaki.....                                                                    | 22         |
| 2.1.2 Keuntungan Pijat Kaki .....                                                                   | 23         |
| 2.1.3 Mekanisme Pijat Kaki .....                                                                    | 23         |
| 2.1.4 Langkah-Langkah Pijat Kaki.....                                                               | 25         |
| 2.2 Konsep Hidroterapi .....                                                                        | 27         |
| 2.2.1 Pengertian Hidroterapi .....                                                                  | 27         |
| 2.2.2 Tujuan Hidroterapi .....                                                                      | 27         |
| 2.2.3 Mekanisme Kerja .....                                                                         | 27         |
| 2.2.4 Langkah – langkah Hidroterapi .....                                                           | 28         |

|              |                                                      |           |
|--------------|------------------------------------------------------|-----------|
| 2.3          | Konsep Hipertensi Pada Ibu Hamil .....               | 30        |
| 2.3.1        | Pengertian .....                                     | 30        |
| 2.3.2        | Patofisiologi dan Etiologi.....                      | 31        |
| 2.3.3        | Kategori Hipertensi Ibu Hamil .....                  | 35        |
| 2.3.4        | Klasifikasi Hipertensi .....                         | 36        |
| 2.3.5        | Faktor resiko hipertensi .....                       | 37        |
| 2.3.6        | Diagnosis Hipertensi Pada Ibu Hamil.....             | 39        |
| 2.3.7        | Penatalaksanaan Hipertensi .....                     | 41        |
| 2.3.8        | Keaslian penelitian .....                            | 45        |
| <b>BAB 3</b> | <b>KERANGKA KOSEP DAN HIPOTESIS PENELITIAN .....</b> | <b>52</b> |
| 4.1          | KERANGKA KONSEPTUAL .....                            | 52        |
| 4.2          | Hipotesis Penelitian.....                            | 54        |
| <b>BAB 4</b> | <b>METODE PENELITIAN .....</b>                       | <b>55</b> |
| 4.1          | Desain Penelitian.....                               | 55        |
| 4.2          | Kerangka Kerja .....                                 | 56        |
| 4.3          | Teknik Pengambilan Sampel.....                       | 57        |
| 4.4          | Identifikasi Variabel.....                           | 58        |
| <b>BAB 5</b> | <b>HASIL DAN PEMBAHASAN .....</b>                    | <b>65</b> |
| 5.1          | Hasil .....                                          | 65        |
| 5.2          | Pembahasan.....                                      | 72        |
| <b>BAB 6</b> | <b>SARAN DAN KESIMPULAN .....</b>                    | <b>77</b> |
| 6.1          | Kesimpulan .....                                     | 77        |
| 6.2          | Saran .....                                          | 77        |

## **GAMBAR TABEL**

|                                                                                                |    |
|------------------------------------------------------------------------------------------------|----|
| Tabel 2.1 Perbedaan Hipertensi Kronis, Hipertensi Gestasional, Pre eklamsia dan eklamsia ..... | 31 |
| Tabel 2.2 Keaslian Penulisan .....                                                             | 42 |
| Tabel 4.1 Definisi Operasional .....                                                           | 59 |
| Tabel 5.1 Karakteristik berdasarkan usia .....                                                 | 67 |
| Tabel 5.2 Karakteristik berdasarkan tipe kehamilan.....                                        | 68 |
| Tabel 5.3 Karakteristik berdasarkan riwayat hipertensi .....                                   | 68 |
| Tabel 5.4 Karakteristik berdasarkan berat badan ibu hamil .....                                | 69 |
| Tabel 5.5 Data khusus perubahan tekanan darah kelompok pijat kaki .....                        | 70 |
| Tabel 5.6 Data khusus perubahan tekanan darah kelompok hidroterapi .....                       | 71 |
| Tabel 5.7 Hasil uji statistik .....                                                            | 71 |
| Tabel 5.8 hasil uji Mann Whitney .....                                                         | 72 |

## **DAFTAR GAMBAR**

|                                         |    |
|-----------------------------------------|----|
| Gambar 2.1 Pusat Titik Pijat Kaki ..... | 18 |
| Gambar 2.2 Teknik Merendam Kaki .....   | 39 |
| Gambar 2.3 Teknik Pijat Kaki .....      | 41 |

## DAFTAR LAMPIRAN

|                                                      |     |
|------------------------------------------------------|-----|
| 1. Lampiran 1 Surat Studi Pendahuluan .....          | 89  |
| 2. Lampiran 2 <i>Informed Consent</i> .....          | 90  |
| 3. Lampiran 3 Tabulasi Data Penelitian .....         | 91  |
| 4. Lampiran 4 Uji SPSS Data Penelitian .....         | 93  |
| 5. Lampiran 5 Standar Operasional Pijat Kaki .....   | 96  |
| 6. Lampiran 6 Standar Operasional Hidroterapi .....  | 102 |
| 7. Lampiran 7 Lembar observasi .....                 | 105 |
| 8. Lampiran 8 Surat ijin Penelitian .....            | 106 |
| 9. Lampiran 9 Data demografi pasien .....            | 107 |
| 10. Lampiran 10 Dokumentasi Penelitian .....         | 108 |
| 11. Lampiran 8 Berita acara/ lembar konsultasi ..... | 109 |