SKRIPSI

PENGARUH PEMBERIAN TERAPI RENDAM KAKI AIR HANGAT TERHADAP PENURUNAN TEKANAN DARAH PADA LANSIA HIPERTENSI DI POSYANDU DESA PURWODADI KECAMATAN BARAT KABUPATEN MAGETAN

Oleh:
NUR DIANY
NIM : 202202083

PROGRAM STUDI KEPERAWATAN
SEKOLAH TINGGI ILMU KESEHATAN BHAKTI HUSADA MULIA MADIUN
2026

SKRIPSI

PENGARUH PEMBERIAN TERAPI RENDAM KAKI AIR HANGAT TERHADAP PENURUNAN TEKANAN DARAH PADA LANSIA HIPERTENSI DI POSYANDU DESA PURWODADI KECAMATAN BARAT KABUPATEN MAGETAN

Diajukan untuk memenuhi salah satu persyaratan dalam gelar Sarjana Keperawatan (S. Kep)

Oleh:
NUR DIANY
NIM : 202202083

PROGRAM STUDI KEPERAWATAN
SEKOLAH TINGGI ILMU KESEHATAN BHAKTI HUSADA MULIA MADIUN
2026

LEMBAR PERSETUJUAN

Skripsi oleh:

Nama	: Nur Diany
NIM	: 202202083
Program Studi	: S1 Keperawatan
Judul	: PENGARUH PEMBERIAN TERAPI RENDAM KAKI AIR HANGAT TERHADAP PENURUNAN TEKANAN DARAH PADA LANSIA HIPERTENSI DI POSYANDU DESA PURWODADI KECAMATAN BARAT KABUPATEN MAGETAN.

Telah disetujui untuk diijinkan dihadapan Dewan Penguji Skripsi

Pada Tanggal 09 Februari 2026

Oleh:

Pembimbing I	Pembimbing II
(Mega Arianti Putri, S.Kep., Ns., M.Kep)	(Adhin Al Kasanah, S.Kep., Ns., M.Kep)
NUPTK. 9933767668237032	NUPTK. 4646769670230262

Mengetahui

Ketua Program Studi Keperawatan

(Mega Arianti Putri, S. Kep., Ns., M.Kep)

NUPTK. 9933767668237032

LEMBAR PENGESAHAN

Skripsi oleh:

Nama	: Nur Diany
NIM	: 202202083
Program Studi	: Keperawatan
Judul	: PENGARUH PEMBERIAN TERAPI RENDAM KAKI AIR HANGAT TERHADAP PENURUNAN TEKANAN DARAH PADA LANSIA HIPERTENSI DI POSYANDU DESA PURWODADI KECAMATAN BARAT KABUPATEN MAGETAN.

Telah dipertahankan di depan Dewan Penguji Skripsi dan dinyatakan telah memenuhi sebagian syarat memperoleh gelar Sarjana Keperawatan (S.Kep)

Pada Tanggal : 12 Februari 2026

Dewan Penguji

Ketua : Puji Tri Hastuti, S.Kep., Ns., M. Kep
NUPTK. 7852751652230142 : .....

Penguji I : Mega Arianti Putri, S.Kep., Ns., M. Kep
NUPTK. 9933767668237032 : .....

Penguji II : Adhin Al Kasanah, S.Kep., Ns., M. Kep
NUPTK. 4646769670230262 : .....

Mengesahkan
Stikes Bhakti Husada Mulia Madiun
Ketua,

Dr. Retno Widarini, S. KM., M.Kes
NUPTK. 7860759660230162

HALAMAN PERNYATAAN

Yang bertanda tangan di bawah ini :

Nama	: Nur Diany
NIM	: 202202083
Program Studi	: S1 Keperawatan
Judul	: PENGARUH PEMBERIAN TERAPI RENDAM KAKI AIR HANGAT TERHADAP PENURUNAN TEKANAN DARAH PADA LANSIA HIPERTENSI DI POSYANDU DESA PURWODADI KECAMATAN BARAT KABUPATEN MAGETAN.

Dengan ini menyatakan bahwa skripsi ini adalah hasil pekerjaan saya sendiri dan di dalamnya tidak terdapat karya yang pernah diajukan dalam memperoleh gelar sarjana keperawatan (S.Kep) di suatu perguruan tinggi dan lembaga pendidikan lainnya. Pengetahuan yang diperoleh dari hasil penerbitan baik yang sudah maupun belum/tidak dipublikasikan, sumbernya dijelaskan dalam tulisan dan daftar pustaka.

Madiun, 09 Februari 2026



Nur Diany
NIM. 202202083

DAFTAR RIWAYAT HIDUP

Nama : Nur Diany

Jenis Kelamin : Perempuan

Tempat dan Tanggal Lahir : Magetan, 20 April 2004

Agama : Islam

Email : dianynur2@gmail.com

Riwayat Pendidikan :

1. Lulus dari Pendidikan Taman Kanak – Kanak Dharma Wanita Tahun 2010
2. Lulus dari Sekolah Dasar Negeri Patihan Tahun 2016
3. Lulus dari Sekolah Menengah Pertama Negeri 2 Karangrejo Tahun 2019
4. Lulus dari Sekolah Menengah Atas Negeri 1 Barat Tahun 2022
5. Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan Bhakti Husada Mulia Madiun 2022 – Sekarang

Riwayat Pekerjaan : -

ABSTRAK

PENGARUH PEMBERIAN TERAPI RENDAM KAKI AIR HANGAT TERHADAP PENURUNAN TEKANAN DARAH PADA LANSIA HIPERTENSI DI POSYANDU DESA PURWODADI KECAMATAN BARAT KABUPATEN MAGETAN

Nur Diany

Hipertensi merupakan penyakit yang dijuluki "the silent killer" karena dapat terjadi secara diam-diam tanpa disadari oleh penderitanya. Salah satu solusinya dengan cara pemberian terapi rendam kaki air hangat, rendam kaki air hangat dapat menurunkan tekanan darah karena efek fisiologisnya. Tujuan penelitian ini adalah mengetahui pengaruh pemberian terapi rendam kaki air hangat terhadap penurunan tekanan darah pada lansia hipertensi.

Jenis penelitian ini adalah penelitian *Pre Experimental Designs* dengan rancangan penelitian *One Group Pretest – Postest Designs.* Sampel dalam penelitian ini adalah 18 responden dengan pemberian terapi 1x dalam sehari selama 3x berturut-turut dengan suhu air 40° C. Uji statistik untuk mengetahui pengaruh rendam kaki adalah *Uji Parametrik* dengan *Uji Paired T-Test*.

Hasil penelitian menunjukkan bahwa terjadi penurunan tekanan darah sesudah pemberian terapi rendam kaki air hangat yaitu dengan *Uji Parametrik* dengan *Uji Paired T-Test* diperoleh nilai signifikasi p-*Value* = 0,000 ($a < 0,05$) , maka H_1 diterima artinya ada pengaruh pemberian terapi rendam kaki air hangat terhadap penurunan tekanan darah pada lansia penderita hipertensi.

Hal ini disebabkan air hangat dapat meningkatkan sirkulasi darah,meningkatkan relaksasi otot, menghilangkan stress, memberikan kehangatan pada tubuh sehingga bermanfaat untuk terapi penurunan tekanan darah.

Kata Kunci : Pemberian Rendam Kaki Air Hangat, Lansia, Hipertensi

ABSTRACK

The Effect of Warm Water Foot Soaking Therapy on Reducing Blood Pressure in Elderly Patients with Hypertension at Posyandu Purwodadi Village, West District, Magetan Regency

Nur Diany

Hypertension is a disease often referred to as the "silent killer" because it can occur without obvious symptoms and is often realized only after complications arise. One of the non-pharmacological therapies that can be used to help reduce blood pressure is warm water foot soaking therapy. This therapy is believed to lower blood pressure through its physiological effects by improving blood circulation and promoting relaxation. The purpose of this study was to determine the effect of warm water foot soaking therapy on reducing blood pressure in elderly patients with hypertension.

This study used a pre-experimental research design with a one-group pretest–posttest design. The sample consisted of 18 respondents. The intervention was administered once a day for three consecutive days using warm water with a temperature of 40° C. Statistical analysis to determine the effect of the intervention was conducted using a parametric test, specifically the Paired T-Test.

The results showed a decrease in blood pressure after the administration of warm water foot soaking therapy. The statistical test results indicated a significance value of p-value = 0.000 ($\alpha < 0.05$), meaning that H_1 was accepted. This indicates that warm water foot soaking therapy has a significant effect on reducing blood pressure in elderly patients with hypertension.

This effect occurs because warm water can improve blood circulation, increase muscle relaxation, reduce stress, and provide warmth to the body, thereby contributing to the reduction of blood pressure.

Keywords: Warm Water Foot Soaking Therapy, Elderly, Hypertension

DAFTAR ISI

SAMPUL LUAR.....i
SAMPUL DALAM.....2
LEMBAR PERSETUJUAN.....3
LEMBAR PENGESAHAN.....4
HALAMAN PERNYATAAN.....5
DAFTAR RIWAYAT HIDUP.....6
ABSTRAK.....7
ABSTRACK.....8
DAFTAR ISI.....9
DAFTAR TABEL.....12
DAFTAR GAMBAR.....13
DAFTAR LAMPIRAN.....14
DAFTAR SINGKATAN DAN ISTILAH.....15
KATA PENGANTAR.....16
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.**
1.3.1 Tujuan Umum.....**Error! Bookmark not defined.**
1.3.2 Tujuan Khusus.....**Error! Bookmark not defined.**
1.4 Manfaat Penelitian.....**Error! Bookmark not defined.**
1.4.1 Manfaat Teoritis.....**Error! Bookmark not defined.**
1.4.2 Manfaat Praktis.....**Error! Bookmark not defined.**
BAB 2 TINJAUAN PUSTAKA.....**Error! Bookmark not defined.**
2.1 Konsep Hipertensi.....**Error! Bookmark not defined.**
2.1.1 Definisi Hipertensi.....**Error! Bookmark not defined.**
2.1.2 Hipertensi pada Lansia.....**Error! Bookmark not defined.**
2.1.3 Klasifikasi Hipertensi.....**Error! Bookmark not defined.**
2.1.4 Etiologi Hipertensi.....**Error! Bookmark not defined.**

2.1.5 Patofisiologi Hipertensi ..... **Error! Bookmark not defined.**
2.1.6 Manifestasi Klinis ..... **Error! Bookmark not defined.**
2.1.7 Komplikasi Hipertensi ..... **Error! Bookmark not defined.**
2.1.8 Penatalaksanaan Hipertensi ..... **Error! Bookmark not defined.**
2.2 Konsep Tekanan Darah ..... **Error! Bookmark not defined.**
2.2.1 Definisi Tekanan Darah ..... **Error! Bookmark not defined.**
2.2.2 Fisiologi Tekanan Darah ..... **Error! Bookmark not defined.**
2.2.3 Faktor-faktor yang mempengaruhi Tekanan Darah**Error! Bookmark not defined.**
2.2.4 Cara mengukur Tekanan Darah..... **Error! Bookmark not defined.**
2.3 Konsep Terapi Rendam Kaki Air Hangat **Error! Bookmark not defined.**
2.3.1 Definisi Terapi Rendam Kaki Air Hangat**Error! Bookmark not defined.**
2.3.2 Manfaat Terapi Rendam Kaki Air Hangat**Error! Bookmark not defined.**
2.3.3 Mekanisme Terapi Rendam Kaki Air Hangat**Error! Bookmark not defined.**
2.3.4 SOP Terapi Rendam Kaki Air Hangat**Error! Bookmark not defined.**
2.4 Konsep Lansia ..... **Error! Bookmark not defined.**
2.4.1 Definisi Lansia ..... **Error! Bookmark not defined.**
2.4.2 Klasifikasi Lansia..... **Error! Bookmark not defined.**
2.4.3 Perubahan-perubahan pada Lansia **Error! Bookmark not defined.**
BAB 3 KERANGKA KONSEPTUAL DAN HIPOTESIS PENELITIAN**Error! Bookmark not defined.**
3.1 Kerangka Konseptual ..... **Error! Bookmark not defined.**
3.2 Hipotesis Penelitian..... **Error! Bookmark not defined.**
BAB 4 METODE PENELITIAN ..... **Error! Bookmark not defined.**
4.1 Desain Penelitian..... **Error! Bookmark not defined.**
4.2 Populasi dan Sampel ..... **Error! Bookmark not defined.**
4.2.1 Populasi..... **Error! Bookmark not defined.**
4.2.2 Sampel..... **Error! Bookmark not defined.**
4.2.3 Kriteria Sampel ..... **Error! Bookmark not defined.**
4.3 Teknik Sampling ..... **Error! Bookmark not defined.**
4.4 Kerangka Kerja Penelitian ..... **Error! Bookmark not defined.**
4.5 Variabel Penelitian..... **Error! Bookmark not defined.**

4.5.1 Variabel Penelitian ..... **Error! Bookmark not defined.**
4.6 Instrumen Penelitian..... **Error! Bookmark not defined.**
4.7 Lokasi dan Waktu Penelitian..... **Error! Bookmark not defined.**
4.7.1 Lokasi Penelitian..... **Error! Bookmark not defined.**
4.7.2 Waktu Penelitian ..... **Error! Bookmark not defined.**
4.8 Prosedur Pengumpulan Data ..... **Error! Bookmark not defined.**
4.9 Pengolahan dan Analisa Data..... **Error! Bookmark not defined.**
4.9.1 Pengolahan Data ..... **Error! Bookmark not defined.**
4.9.2 Analisis Data..... **Error! Bookmark not defined.**
4.10 Etika Penelitian..... **Error! Bookmark not defined.**
BAB V HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN**Error! Bookmark not defined.**
5.1 Hasil Penelitian ..... **Error! Bookmark not defined.**
5.1.1 Gambaran dan Lokasi Penelitian..... **Error! Bookmark not defined.**
5.1.2 Data Umum..... **Error! Bookmark not defined.**
5.1.3 Data Khusus..... **Error! Bookmark not defined.**
5.2 Pembahasan..... **Error! Bookmark not defined.**
5.2.1 Tekanan Darah Sebelum Dilakukan Pemberian Terapi Rendam Kaki Air Hangat Pada Lansia Penderita Hipertensi Di Posyandu Desa Purwodadi Kecamatan Barat Kabupaten Magetan ..... **Error! Bookmark not defined.**
5.2.2 Tekanan Darah Sesudah Dilakukan Pemberian Terapi Rendam Kaki Air Hangat Pada Lansia Penderita Hipertensi Di Posyandu Desa Purwodadi Kecamatan Barat Kabupaten Magetan ..... **Error! Bookmark not defined.**
5.3.2 Analisa Pengaruh Pemberian Terapi Rendam Kaki Air Hangat Pada Lansia Penderita Hipertensi Di Posyandu Desa Purwodadi Kecamatan Barat Kabupaten Magetan..... **Error! Bookmark not defined.**
BAB VI KESIMPULAN ..... **Error! Bookmark not defined.**
6.1 Kesimpulan..... **Error! Bookmark not defined.**
6.2 Saran..... **Error! Bookmark not defined.**
DAFTAR PUSTAKA..... **Error! Bookmark not defined.**
LAMPIRAN..... **Error! Bookmark not defined.**

DAFTAR TABEL

Tabel 2.1.2 Klasifikasi Hipertensi 10

Tabel 4.5.3 Definisi Operasional 36

Tabel 5.1 Distribusi Frekuensi Karakteristik Responden Berdasarkan Jenis Kelamin di Posyandu Desa Purwodadi Kecamatan Barat Kabupaten Magetan 45

Tabel 5.2 Distribusi Frekuensi Karakteristik Responden Berdasarkan Tingkat Pendidikan di Posyandu Desa Purwodadi Kecamatan Barat Kabupaten Magetan 46

Tabel 5.3 Distribusi Frekuensi Karakteristik Responden Berdasarkan Pekerjaan di Posyandu Desa Purwodadi Kecamatan Barat Kabupaten Magetan 47

Tabel 5.4 Distribusi Frekuensi Karakteristik Responden Berdasarkan Usia di Posyandu Desa Purwodadi Kecamatan Barat Kabupaten Magetan 47

Tabel 5.5 Distribusi Frekuensi Karakteristik Responden Berdasarkan Konsumsi Kopi di Posyandu Desa Purwodadi Kecamatan Barat Kabupaten Magetan 48

Tabel 5.6 Distribusi Frekuensi Karakteristik Responden Berdasarkan Konsumsi Makanan Tinggi Garam di Posyandu Desa Purwodadi Kecamatan Barat Kabupaten Magetan 48

Tabel 5.7 Tekanan Darah Pada Lansia Hipertensi di Posyandu Lansia di Desa Purwodadi Kecamatan Barat Kabupaten Magetan sebelum di berikan Rendam Kaki Air Hangat 49

Tabel 5.8 Tekanan Darah Pada Lansia Hipertensi di Posyandu Lansia di Desa Purwodadi Kecamatan Barat Kabupaten Magetan sesudah di berikan Rendam Kaki Air Hangat 50

Tabel 5.9 Pengaruh Pemberian Terapi Rendam Kaki Air Hangat Terhadap Penurunan Tekanan Darah Pada Lansia Hipertensi di Posyandu Lansia di Desa Purwodadi Kecamatan Barat Kabupaten Magetan 51

DAFTAR GAMBAR

Gambar 3.1 Kerangka konsep penelitian Pengaaruh Terapi Rendam Kaki Air Hangat Terhadap Penurunan Tekanan Darah 28

Gambar 4.1 Kerangka Kerja Penelitian 35

DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran 1 Permohonan Surat Izin Pengambilan Data Awal 68

Lampiran 2 Permohonan Surat Izin Penelitian 69

Lampiran 3 Surat Balasan Izin Pengambilan Data Awal 70

Lampiran 4 Surat Balasan Izin Penelitian 71

Lampiran 5 Surat Keterangan Selesai Penelitian 72

Lampiran 6 Lembar Permohonan Menjadi Responden 73

Lampiran 7 Lembar Pernyataan Menjadi Responden 74

Lampiran 8 Lembar Observasi 67

Lampiran 9 Data Demografi 68

Lampiran 10 SOP Terapi Rendam Kaki Air Hangat 70

Lampiran 11 SOP Pemeriksaan Tekanan Darah 72

Lampiran 12 SOP Tekanan Darah Drop/Hipotensi 74

Lampiran 13 Lembar Observasi Responden 75

Lampiran 14 Perubahan Tekanan Darah Pre-Post 77

Lampiran 15 Hasil SPSS 79

Lampiran 16 Lembar Kegiatan Penelitian 88

Lampiran 17 Lembar Konsultasi Bimbingan 89

Lampiran 18 Dokumentasi 90

DAFTAR SINGKATAN DAN ISTILAH

DAFTAR SINGKATAN

ACE : *Angiotensin Converting Enzim*

ATK : Alat Tulis Kantor

WHO : *World Health Organization*

DAFTAR ISTILAH

Ace Inhibitor : Obat untuk penurunan tekanan darah

Alpha-I-Adrenergic Blocker : Obat yang menghambat reseptor alfa-I-adrenergik di pembuluh darah

Beta Bloker : Obat yang menghambat reseptor beta-adrenergik di jantung dan pembuluh darah

Coding : Pengkodean

Degeneratif : Penyakit yang terjdi karena kerusakan atau penurunan fungsi

Diastolik : Tekanan ketika jantung menerima darah

Diuretik : Obat yang meningkatkan pengeluaran urun melalui ginjal

Essential Hypertension : Hipertensi tanpa penyebab yang jelas

Hipertensi : Tekanan Darah Tinggi

Informed Consent : Lembar Persetujuan

Lowtach : Teknologi Rendah

Non Essential Hypertension : Hipertensi dengan penyebab yang jelas

Post-Test : Setelah diberikan test/tindakan

Pre-Test : Sebelum dilakukan test/tindakan

Silent Killer : Sesuatu yang diam-diam mematikan

Sistolik : Tekanan ketikan jantung memompa darah keseluruh tubuh

Vasodilatasi : Pelebaran pembuluh darah.

KATA PENGANTAR

Puji Syukur kehadirat Tuhan Yang Maha Esa atas segala rahmat-nya sehingga penulis dapat menyelesaikan Skripsi ini yang berjudul "PENGARUH PEMBERIAN TERAPI RENDAM KAKI AIR HANGAT TERHADAP PENURUNAN TEKANAN DARAH PADA LANSIA HIPERTENSI DI POSYANDU DESA PURWODADI KECAMATAN BARAT KABUPATEN MAGETAN" Dalam penyusunan Skripsi ini, tentu tidak lepas dari bimbingan, saran, motivasi, kepada penulis.

Penulis menyadari dengan sepenuh hati bahwa dalam kegiatan penyusunan skripsi tidak akan terlaksana sebagaimana yang diharapkan tanpa adanya bantuan dari berbagai pihak yang telah memberikan banyak bimbingan, arahan dan motivasi pada penulis. Untuk itu dalam kesempatan ini penulis ingin menyampaikan ucapan terima kasih kepada:

1. Kepada Ibu Kepala Desa Purwodadi Kecamatan Barat Kabupaten Magetan telah memberikan izin kesempatan untuk saya melakukan penelitian di Posyandu Desa Purwodadi.
2. Ibu Dr. Retno Widiarini, S.KM, M.Kes selaku Ketua Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan Bhakti Husada Mulia Madiun.
3. Ibu Puji Tri Hastuti, S.Kep., Ns., M.Kep selaku Ketua Dewan Penguji yang telah memberikan bimbingan, arahan, dan motivasi kepada penulis dalam menyusun skripsi ini.
4. Ibu Mega Arianti Putri, S.Kep., Ns., M.Kep selaku Ketua Prodi S1 Keperawatan STIKES Bhakti Husada Mulia Madiun dan Pembimbing I skripsi yang dengan kesabaran, ketelitian, memberikan arahan dalam membimbing sehingga skripsi ini dapat terselesaikan dengan baik.
5. Ibu Adhin Al Kasanah, S.Kep., Ns., M.Kep sebagai Pembimbing II skripsi yang dengan memberikan motivasi, saran dan masukan dalam membimbing sehingga skripsi ini dapat terselesaikan dengan baik.
6. Keluarga saya ayah, ibu dan kedua adik saya yang selalu memberikan doa, semangat hingga sampai saat ini dan dukungan moral maupun materiil kepada penulis.
7. Teman - teman seperjuangan di Program Studi Keperawatan yang senantiasa memberikan dukungan dan kebersamaan selama proses penyusunan skripsi ini.

Penulis menyadari bahwa skripsi ini masih jauh dari sempurna, baik dari segi isi maupun penyajiannya. Oleh karena itu, penulis sangat mengharapkan kritik dan saran yang membangun demi kesempurnaan skripsi penelitian ini.

Akhir kata, semoga skripsi ini dapat memberikan manfaat, baik bagi penulis sendiri maupun bagi pihak lain yang membutuhkan, serta dapat menjadi salah satu kontribusi dalam pengembangan ilmu keperawatan.

Madiun, 09 Februari 2026



Nur Diany
NIM. 202202083