



STIKES BETHESDA YAKKUM YOGYAKARTA

SKRIPSI

EFEKTIFITAS ANTARA RENDAM KAKI MENGGUNAKAN REBUSAN
SERAI DENGAN JAHE TERHADAP TEKANAN DARAH
PADA KARYAWAN DENGAN HIPERTENSI
DI SMP NEGERI 1 AMPEL BOYOLALI

Tahun 2020

SEPTIANA INDAH NUGRAHENI

1402077

PROGRAM STUDI SARJANA KEPERAWATAN SEKOLAH TINGGI
ILMU KESEHATAN BETHESDA YAKKUM
YOGYAKARTA

2021

EFEKTIFITAS ANTARA RENDAM KAKI MENGGUNAKAN REBUSAN
SERAI DENGAN JAHE TERHADAP TEKANAN DARAH
PADA KARYAWAN DENGAN HIPERTENSI
DI SMP NEGERI 1 AMPEL BOYOLALI
Tahun 2020

SKRIPSI

Diajukan sebagai salah satu syarat untuk memperoleh gelar Sarjana Keperawatan

SEPTIANA INDAH NUGRAHENI

1402077

PROGRAM STUDI SARJANA KEPERAWATAN SEKOLAH TINGGI
ILMU KESEHATAN BETHESDA YAKKUM
YOGYAKARTA
2021

PERNYATAAN KEASLIAN

Saya menyatakan dengan sesungguhnya bahwa skripsi dengan judul “Efektifitas Antara Rendam Kaki Menggunakan Rebusan Serai Dengan Jahe Terhadap Tekanan Darah Pada Karyawan dengan Hipertensi Di Smp Negeri 1 Ampel Boyolali Tahun 2020” yang saya kerjakan untuk melengkapi sebagian persyaratan menjadi sarjana keperawatan STIKES Bethesda Yakkum Yogyakarta, bukan merupakan tiruan atau duplikasi dari skripsi kesarjanaaan di lingkungan institusi maupun di perguruan tinggi atau instansi manapun. Kecuali bagian yang sumber informasinya dicamtumkan sebagaimana mestinya.

Yogyakarta, Desember 2020



Septiana Indah Nugraheni
1402077

LEMBAR PERSETUJUAN

SKRIPSI

EFEKTIFITAS ANTARA RENDAM KAKI MENGGUNAKAN REBUSAN
SERAI DENGAN JAHE TERHADAP TEKANAN DARAH
PADA KARYAWAN DENGAN HIPERTENSI
DI SMP NEGERI 1 AMPEL BOYOLALI
Tahun 2020

Oleh

Septiana Indah Nugraheni

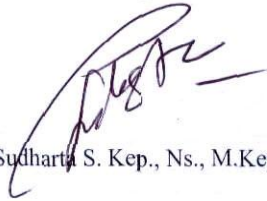
1402077

Skripsi ini telah diperiksa oleh pembimbing dan telah disetujui

pada 6 Mei 2021

Yogyakarta, 6 Mei 2021

Pembimbing



I Wayan Sudharta S. Kep., Ns., M.Kep



Skripsi ini telah dipertahankan di hadapan Tim Penguji Sidang pada
14 April 2021

Penguji I

Dwi Nugroho Heri S., S.Kep., Ns., M.Kep., Sp.Kep.MB., Ph.D.NS

Penguji II

Tri Wahyuni Ismoyowati, S.Kep., Ns., M.Kep

Penguji III

I Wayan Sudarta, S.Kep., Ns., M.Kep

Mengesahkan,

Ketua STIKES Bethesda
Yakkum Yogyakarta


(Vivi Retno Intening, S.Kep., Ns., MAN)

Mengetahui,

Ketua Program Studi
Sarjana Keperawatan


(Ethic Palupi, S.Kep., Ns., MNS)

MOTO

Jangan seorangpun menganggap engkau rendah karena engkau muda. Jadilah teladan bagi orang-orang percaya, dalam perkataanmu, dalam tingkah lakumu, dalam kasihmu, dalam kesetiaanmu dan dalam kesucianmu

(1 Timotius 4 : 12)

Yang paling kecil akan menjadi kaum yang besar, dan yang paling lemah akan menjadi bangsa yang kuat; Aku, TUHAN, akan melaksanakannya dengan segera pada waktunya.

(Yesaya 60 : 22)

Mohon, Mangesthi, Mangastuti, Marem

dengan arti : Selalu meminta petunjuk Tuhan untuk meyelaraskan antara ucapan dan perbuatan agar dapat berguna bagi sesama

(Filosofi Jawa)

***Give your full heart and trust to God, and He will guide you on the right path in any difficult situation.
There's nothing amazing about me
except i have an amazing God***

(Septiana Indah Nugraheni)

PERSEMBAHAN

Puji syukur dan terima kasih saya ucapkan kepada Tuhan Yesus Kristus atas berkat kesehatan, kesempatan, dan kelancaran yang diberikan sehingga peneliti dapat menyelesaikan skripsi ini. Kelancaran dalam penyelesaian skripsi ini tidak luput dari bantuan beberapa pihak. Oleh karena itu, peneliti mempersembahkan skripsi ini dan mengucapkan terima kasih kepada:

Kedua Orang Tua Tercinta

Bapak Turut Widodo dan Ibu Endang Wahyuningsih yang selalu menjadi inspirasi terbaikku. Terimakasih untuk segala doa, kasih sayang, cinta, pengorbanan, serta dukungan materi yang diberikan untuk kelancaran pendidikan ini.

Untuk yang Terkasih Kakakku

Wahyu Widodo Eko Saputra serta kakak iparku Sri Widyaningsih dan Yunita Indah Sulistyaningrum serta kakak iparku Widhya Purnawan. Terimakasih atas perhatian, dukungan, dan arahnya.

Untuk yang Terbaik Dosen Pembimbing dan Penguji

Terimakasih kepada Bapak Wayan Sudarta yang sudah bersedia meluangkan waktu untuk membimbing saya selama ini. Terimakasih Pak Heri dan ibu Maya atas ilmu dan bimbingannya untuk menyempurnakan karya ini.

Untuk yang Tersayang

Terimakasih Agustinus Giovanni Styawan selalu memberikan doa, semangat dan motivasi. Terimakasih Dr. Alviano Imanuel, Dr. Etward Aysel Kristiawan, Pieter Jacshon Butarbutar, Abraham Septiandra, Agung Budi Prasetya yang selalu ada memberikan semangat, doa, dan dukungan yang tak henti-henti. Terimakasih Kristina Dian A.W.T, Dewi Putri N, Asri Novitalia Maragi, Grace Chikita, Aprilisa Putri, Maria Rapelina dan semua teman-teman

~Septiana Indah Nugraheni~

ABSTRAK

SEPTIANA INDAH NUGRAHANI “Efektifitas Antara Rendam Kaki Menggunakan Rebusan Serai Dengan Jahe Terhadap Tekanan Darah Pada Karyawan Dengan Hipertensi di SMP Negeri 1 Ampel Boyolali Tahun 2020”

Latar Belakang : Hipertensi disebut juga sebagai *the silent killer* karena dapat menyerang siapa saja baik muda maupun tua. penatalaksanaan hipertensi terbagi menjadi dua, farmakologi dan nonfarmakologi. Salah satu terapi komplementer secara mandiri dan bersifat alami yaitu hidroterapi kaki dengan campuran bahan herbal seperti jahe dan serai.

Tujuan : Mengetahui bagaimana efektifitas antara rendam kaki menggunakan rebusan serai dengan jahe terhadap tekanan darah pada karyawan dengan hipertensi di SMP Negeri 1 Ampel Boyolali Tahun 2020.

Metode : Desain penelitian menggunakan *Pra-eksperimen desain, Two Group Pretest Posttest*. Populasi penelitian ini adalah karyawan dengan hipertensi di SMP Negeri 1 Ampel dengan jumlah 42 orang. Pengambilan sampel menggunakan *total sampling*. Menggunakan uji statistik *paired sample T-Test*.

Hasil : Hasil perlakuan selama 3 kali pertemuan pada rendam kaki menggunakan rebusan serai di dapatkan nilai sig $0,012 < 0,05$, dan jahe didapatkan nilai sig $0,00 < 0,05$ maka terdapat perbedaan antara skor *pretest* dan *posttest* pada perlakuan rendam kaki menggunakan rebusan serai dan jahe.

Kesimpulan : Hasil analisis menunjukan bahwa rendam kaki dengan rebusan jahe lebih efektif terhadap penurunan tekanan darah dengan hipertensi

Saran : Hasil penelitian ini diharapkan dapat dijadikan alternatif untuk membantu dalam menurunkan tekanan darah pada penderita hipertensi

Kata Kunci : rendam kaki – Serai – Jahe – Tekanan Darah – Hipertensi
xviii + hal + 25 tabel + 3 skema + 15 lampiran

Kepustakaan : 56, 2011 - 2017

ABSTRACT

SEPTIANA INDAH NUGRAHANI "Effectiveness of foot dryer therapy with warm a Lemongrass with Ginger to ward Blood Pressure on Employees in Hypertension at Junior High school state 1 of Ampel Boyolali 2020"

Background: Hypertension is also known as *the silent killer* because it can affect anyone, young and old. The management of hypertension is divided into two, pharmacology and non-pharmacology. One of the independent and natural supplementary therapies is foot hydrotherapy with a mixture of herbal ingredients such as ginger and lemongrass.

Purpose: to determine the effectiveness of foot dryer therapy using lemongrass with ginger on blood pressure in employees with hypertension at SMP Negeri 1 Ampel Boyolali in 2020.

Methods: Research design using *pre-experimental design, Two Group Pretest Posttest*. The study population was 42 employees with hypertension at SMP Negeri 1 Ampel. Sampling using *total sampling*. Using the statistical *paired sample T-Test*.

Results: The results of the treatment for 3 meetings on foot dryer therapy using lemongrass were obtained sig values $0.012 < 0.05$, and ginger obtained a sig value of $0.00 < 0.05$, so there is a difference between the scores *pretest* and *posttest* in the foot dryer treatment using the lemongrass and ginger.

Conclusion: **there** results of the analysis show that foot dryer therapy with ginger stew is more effective in reducing blood pressure with hypertension.

Suggestion: **The** results of this study are expected to be used as an alternative to help lower blood pressure in hypertensive patients

Key words: foot soak - Lemongrass - Ginger - Blood Pressure – Hypertension
xviii + page + 25 tables + 3 schemes + 15 attachments

Bibliography: 56, 2011-2017

PRAKATA

Puji syukur peneliti panjatkan kehadirat Tuhan Yang Maha Esa karena dengan rahmat dan kasih setia-nya peneliti dapat menyelesaikan skripsi dengan judul “Efektivitas antara Rendam Kaki Menggunakan Rebusan Serai Dengan Jahe Terhadap Tekanan Darah Pada Karyawan dengan Hipertensi di Smp Negeri 1 Ampel Boyolali Tahun 2020”.

Peneliti menyadari bahwa selesainya skripsi ini tidak terlepas dari bantuan berbagai pihak, maka dari itu pada kesempatan ini peneliti mengucapkan terimakasih kepada:

1. Ibu Vivi Retno Intening, S.Kep., Ns., selaku Ketua STIKES Bethesda Yakkum Yogyakarta.
2. Ibu Ethic Palupi, S.Kep., Ns., MNS selaku Ketua Program Studi Sarjana Keperawatan.
3. Bapak I Wayan Sudharta S.Kep., Ns.,M.Kep selaku pembimbing yang telah memberikan bimbingan dan arahan demi kelancaran penyusunan skripsi.
4. Bapak Dwi Nugroho Heri S, SKep, Ns, M.Kep, Sp.Kep.MB., Ph.D.NS selaku penguji I yang telah memberikan bimbingan dan masukan demi kelancaran penyusunan skripsi
5. Ibu Tri Wahyuni Ismayawati, S.Kep. Ns., M.Kep selaku penguji II yang telah memberikan bimbingan dan masukan demi kelancaran penyusunan skripsi
6. Kepala sekolah dan seluruh karyawan SMP Negeri 1 Ampel yang telah membantu dalam kelancaran penyusunan skripsi.

7. Pihak perpustakaan STIKES Bethesda Yakkum Yogyakarta yang telah banyak membantu memberikan referensi buku.
8. Semua pihak yang telah membantu kelancaran skripsi ini yang tidak bisa peneliti sebutkan satuper satu. Terimakasih atas segala dukungan dan doa yang sudah diberikan.

Dalam penyusunan skripsi ini peneliti menyadari masih banyak kekurangan, oleh karena itu peneliti mengharapkan kritik dan saran yang membangun guna kemajuan riset dan pengembangan keperawatan. Peneliti berharap semoga skripsi ini bermanfaat bagi semua pihak .Terimakasih

Yogyakarta, Desember 2020

Peneliti

DAFTAR ISI

HALAMAN JUDUL.....	i
HALAMAN PERNYATAAN KEASLIAN	ii
HALAMAN PERSETUJUAN.....	iii
HALAMAN PENGESAHAN.....	iv
MOTTO DAN PERSEMBAHAN	v
ABSTRAK	vii
KATA PENGANTAR	ix
DAFTAR ISI.....	xi
DAFTAR TABEL.....	xv
DAFTAR SKEMA.....	xvii
DAFTAR LAMPIRAN.....	xviii
BAB I: PENDAHULUAN.....	1
A. Latar Belakang Masalah.....	1
B. Rumusan Masalah Penelitian	5
C. Tujuan Penelitian	6
D. Manfaat Penelitian	7
E. Keaslian Penelitian.....	9
BAB II: KAJIAN TEORI.....	11
A. Landasan Teori.....	11
1. Tekanan Darah	11

a.	Pengertian.....	11
b.	Cara Mengukur Tekanan Darah	11
c.	Jenis Tensimeter.....	13
d.	Pengukuran Ukuran Manset.....	14
e.	<i>Mean Arterial Pressure</i> (MAP).....	15
2.	Hipertensi	16
a.	Pengertian.....	16
b.	Klasifikasi Hipertensi.....	18
c.	Tanda dan Gejala Hipertensi.....	21
d.	Faktor Resiko Hipertensi.....	21
e.	Patofisiologi Hipertensi.....	25
f.	Komplikasi Hipertensi.....	27
g.	Pengendalian Hipertensi.....	30
3.	Rendam Kaki menggunakan Rebusan Jahe.....	38
a.	Pengertian.....	38
b.	Jenis Jahe.....	39
c.	Manfaat Jahe	39
d.	Rendam Kaki Air Hangat dengan Rebusan Jahe	40
e.	Manfaat Rendam Kaki dengan Rebusan Jahe.....	42
f.	Standar Oprasional Prosedur Rendam Kaki dengan Jahe	44
4.	Rendam Kaki Menggunakan Rebusan Serai	
a.	Pengertian.....	45
b.	Manfaat serai	47

c.	Rendam Kaki Air Hangat dengan Rebusan Serai	50
d.	Manfaat Rendam Kaki dengan Rebusan Serai.....	52
e.	Standar Oprasional Prosedur Rendam Kaki dengan Serai...	54
B.	Kerangka Teori.....	56
C.	Kerangka Konsep	57
D.	Hipotesis Penelitian.....	58
E.	Variabel Penelitian	59
1.	Definisi Konseptual.....	59
2.	Definisi Operasional.....	61
BAB III:	METODE PENELITIAN	64
A.	Desain Penelitian.....	64
B.	Waktu dan Tempat Penelitian.....	65
C.	Populasi dan Sampel	66
D.	Alat Ukur Penelitian.....	67
E.	Uji Validitas dan Reliabilitas	67
F.	Etika Penelitian	67
G.	Prosedur Pengumpulan Data	70
H.	Analisis Data	75
BAB IV:	HASIL DAN PEMBAHASAN	79
A.	Hasil Penelitian	79
B.	Pembahasan.....	90
C.	Keterbatasan Penelitian.....	95

BAB V: PENUTUP	96
A. Kesimpulan	96
B. Saran	97

DAFTAR PUSTAKA

LAMPIRAN

STIKES BETHESDA YAKKUM

DAFTAR TABEL

Tabel 1	: Keaslian penelitian	9
Tabel 2	: Jenis tensimeter	14
Tabel 3	: Ukuran manset.....	15
Tabel 4	: Klasifikasi tekanan darah berdasarkan MAP	16
Tabel 5	: Klasifikasi Drajat hipertensi	20
Tabel 6	: Standar Oprasional Prosedur mengukur tekanan darah dengan cara digital.....	36
Tabel 7	: Definisi Operasional.....	61
Tabel 8	: Distribusi Karakteristik Responden.....	80
Tabel 9	: Nilai Mean MAP Sebelum Dilakuakn Rendam Kaki Air Hangat Dengan Rebusan Jahe.....	83
Tabel 10	: Nilai Mean, Modus, Median Sebelum Dilakuakn Rendam Kaki Air Hangat Dengan Rebusan Jahe.....	84
Tabel 11	: Nilai Mean MAP Sebelum Dilakuakn Rendam Kaki Air Hangat Dengan Rebusan Serai.....	84
Tabel 12	: Nilai Mean, Modus, Median Sebelum Dilakuakn Rendam Kaki Air Hangat Dengan Rebusan Serai.....	85
Tabel 13	: Nilai Mean MAP Sesudah Dilakuakn Rendam Kaki Air Hangat Dengan Rebusan Jahe.....	86
Tabel 14	: Nilai Mean, Modus, Median Sesudah Dilakuakn Rendam Kaki Air Hangat Dengan Rebusan Jahe.....	87

Tabel 15	: Nilai Mean MAP Sesudah Dilakuakn Rendam Kaki Air Hangat Dengan Rebusan Serai.....	88
Tabel 16	: Nilai Mean, Modus, Median Sesudah Dilakuakn Rendam Kaki Air Hangat Dengan Rebusan Serai.....	89
Tabel 17	: Hasil Uji Normalitas.....	89
Tabel 18	: Hasil Uji Paired Sampel T-Test	90

STIKES BETHESDA YAKKUM

DAFTAR SKEMA

Skema1. Kerangka Teori.....	56
Skema2. Kerangka Konsep Penelitian	57
Skema3. Pelaksanaan Penelitian	73

STIKES BETHESDA YAKKUM

DAFTAR LAMPIRAN

- Lampiran 1 : *Ethical Clearen*
- Lampiran 2 : Surat Permohonan Ijin Penelitian
- Lampiran 3 : Surat Ijin Penelitian
- Lampiran 4 : Surat Menjadi Responden
- Lampiran 5 : lembar Informasi Subjek dan Persetujuan
- Lampiran 6 : Surat persetujuan Asisten
- Lampiran 7 : Sertifikat Kalibrasi
- Lampiran 8 : SOP Mengukur Tekanan Darah Menggunakan Tensimeter Digital
- Lampiran 9 : SOP Rendam Kaki Air Hangat dengan Rebusan Jahe
- Lampiran 10 : SOP rendam Kaki Air Hangat dengan Rebusan Serai
- Lampiran 11 : Tabel Umum
- Lampiran 12 : Tabel Khusus
- Lampiran 13 : Lembar Observasi
- Lampiran 14 : Hasil Analisis Penelitian
- Lampiran 15 : Lembar Konsultasi