

SKRIPSI

PENGARUH RENDAMAN KAKI AIR JAHE MERAH HANGAT TERHADAP TEKANAN DARAH PADA LANSIA DENGAN HIPERTENSI DI DESA SUKA MAJU TAMBUSAI

Skripsi ini diajukan untuk memenuhi persyaratan
Memperoleh Gelar Sarjana Kebidanan



FITRIAH

NIM : 2239056

**PROGRAM STUDI SARJANA KEBIDANAN
FAKULTAS ILMU KESEHATAN
UNIVERSITAS PASIR PENGARAIAN**

2026

HALAMAN PERSETUJUAN

Skripsi

Nama : Fitriah

NIM : 2239056

Judul : Pengaruh Rendaman Kaki Air Jahe Merah Hangat Terhadap Tekanan Darah Pada Lansia Dengan Hipertensi di Desa Suka Maju Tambusai

Skripsi ini telah diperiksa, di setujui dan dinyatakan memenuhi syarat untuk diseminarkan dihadapan tim penguji proposal skripsi Program Studi S-1 Kebidanan Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas Pasir Pengaraian

Pasir Pengaraian, 24 Juni 2026

Pembimbing



Bdn. Rahmi Fitria, SST., M.Biomed
NIDN. 1029058604

HALAMAN PENGESAHAN

**PENGARUH RENDAMAN KAKI AIR JAHE MERAH HANGAT
TERHADAP TEKANAN DARAH PADA LANSIA DENGAN
HIPERTENSI DI DESA SUKA MAJU TAMBUSAI**

Disusun oleh :

FITRIAH
NIM : 2239056

Diujikan Dalam Sidang Skripsi
Pada Tanggal Juni 2026

Mengetahui,
Ketua Penguji



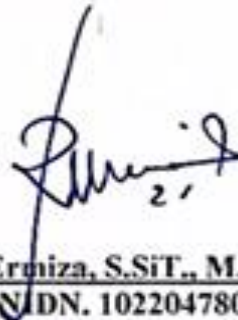
Bdn. Rahmi Fitria, SST, M. Biomed
NIDN. 1029058604

Penguji I



Bdn. Henny Sepduwiana, SST., M.Kes
NIDN. 8879250017

Penguji II



Bdn. Erniza, S.SiT., M.Biomed
NIDN. 1022047801

Disahkan Oleh :
Dekan Fakultas Ilmu Kesehatan



Ns. Romy Wahvany, S.Kep, M.Kes
NIDN :1017068404

NIDN :1017068404

Disetujui Oleh:
Ketua Prodi Sarjana Kebidanan



Bdn. Andria, SST., M. Biomed
NIDN. 1008058607

NIDN. 1008058607

SURAT PERNYATAAN KEASLIAN PENELITIAN

Saya yang bertanda tangan dibawah ini :

Nama : Fitriah

NIM : 2239056

Program Studi : S-1 Kebidanan

Judul Skripsi : Pengaruh rendaman kaki air jahe merah hangat terhadap tekanan darah pada lansia dengan hipertensi di Desa Suka Maju Tambusai

Menyatakan dengan sebenarnya bahwa skripsi yang saya tulis ini benar – benar hasil karya saya sendiri, bukan merupakan pengambilan alih tulis atau pikiran orang lain yang saya akui sebagai tulisan atau pikiran saya sendiri. Apabila dikemudian hari dapat dibuktikan bahwa skripsi ini hasil jiplakan, maka saya bersedia menerima sanksi atau perbuatan sendiri

Pasir Pengaraian, 24 Juni 2026

Yang Membuat Pernyataan


Fitriah

DAFTAR RIWAYAT HIDUP



Nama Lengkap : Fitriah
NIM : 2239056
Tempat/Tanggal Lahir : Tanjung baru, 27-Januari-2002
Agama : Islam
Suku/Kebangsaan : Jawa
Anak Ke : Tiga Dari Lima Besaudara
Alamat Rumah : Tanjung baru, RT 002, RW 001, Tambusai Barat,
Kec. Tambusai, Kabupaten Rokan Hulu, Provinsi Riau
No. Handphone : +62 812-3783-7345
Email : ffitriah912@gmail.com
Riwayat Sekolah :
1. SDN 014 Tambusai
2. MTs. N 1 Rokan hulu
3. MA darul ikhlas
Data Orang Tua :
Nama Ayah : Karmino
Tempat/Tanggal Lahir: Tandun Hulu, 22-April -1967
Pekerjaan : Petani
Nama Ibu : Rosdiani
Tempat/Tanggal Lahir: Tanjung baru, 01-Januari-1973
Pekerjaan : Ibu Rumah Tangga

KATA PENGANTAR

Puji dan syukur kehadiran Allah SWT yang telah melimpahkan rahmat dan hidayah-Nya, sehingga penulis dapat menyelesaikan skripsi ini dengan judul **“Pengaruh rendaman kaki air jahe merah hangat terhadap tekanan darah pada lansia dengan hipertensi di Desa Suka Maju Tambusai”**.

Penulis menyadari adanya kekurangan dalam penulisan skripsi ini, oleh karena itu penulis mengharapkan kritikan dan saran yang membangun untuk kesempurnaan skripsi.

Skripsi ini diajukan untuk memenuhi syarat dalam menyelesaikan tugas akhir Program Studi Sarjana Kebidanan Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas Pasir Pengaraian. Dalam penyusunan skripsi ini penulis banyak mendapat bantuan dari beberapa pihak oleh sebab itu penulis mengucapkan terimakasih kepada:

1. Dr. Hardianto, SPd, M.Pd, selaku Rektor Universitas Pasir Pengaraian.
2. Lufita Nur Alfiah, SP., M.Si, selaku wakil Rektor I Universitas Pasir Pengaraian.
3. Hidayat, SE, MM selaku wakil Rektor II Universitas Pasir Pengaraian.
4. Ns. Romy Wahyuni, SST, M. Kes selaku Dekan Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas Pasir Pengaraian.
5. Bdn. Andria, SST., M. Biomed, selaku Ka. Prodi S-1 Kebidanan Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas Pasir Pengaraian

6. Bdn. Rahmi Fitria, SST., M. Biomed, selaku pembimbing skripsi yang telah memberikan bimbingan, pengarahan dan petunjuk selama menyelesaikan skripsi ini.
7. Bdn. Henny Sepduwiana, SST., M. Kes, selaku Penguji I Penelitian ini yang telah memberikan bimbingan, pengarahan dan petunjuk selama menyelesaikan skripsi ini.
8. Bdn. Ermiza, S.SiT., M. Biomed, selaku Penguji II Penelitian ini yang telah memberikan bimbingan, pengarahan dan petunjuk selama menyelesaikan skripsi ini
9. Seluruh Civitas Akademika Prodi S-1 Kebidanan Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas Pasir Pengaraian yang telah memberikan ilmu serta memfasilitasi dan membantu penulis selama menempuh perkuliahan.
10. Rekan - rekan mahasiswa Universitas Pasir Pengaraian jurusan Kebidanan yang telah banyak memberikan dorongan moral terhadap penulis dalam menyelesaikan skripsi ini.

Akhirnya kepada Allah SWT juga penulis berserah diri dengan harapan semoga skripsi ini dapat bermanfaat dan semoga Allah SWT senantiasa melindungi kita semua, aamiin.

Pasir Pengaraian, Mei 2026

Penulis

DAFTAR ISI

Halaman

HALAMAN PERSETUJUAN	ii
HALAMAN PENGESAHAN	iii
SURAT PERNYATAAN KEASLIAN PENELITIAN	iv
DAFTAR RIWAYAT HIDUP	v
KATA PENGANTAR.....	vi
DAFTAR ISI.....	viii
DAFTAR TABEL	x
DAFTAR SKEMA	xi
DAFTAR LAMPIRAN	xii
INTISARI	xiii
ABSTRACT	xiv
BAB I PENDAHULUAN.....	1
A. Latar Belakang	1
B. Rumusan Masalah.....	5
C. Tujuan Penelitian	5
D. Manfaat Penelitian	6
E. Keaslian Penelitian.....	7
BAB II TINJAUAN KEPUSTAKAAN	9
A. Tinjauan Teori.....	9
1. Konsep Dasar Lansia	9
2. Hipertensi.....	17
3. Rendaman Kaki Air Jahe Merah Hangat	24
4. Penelitian Terkait	28
B. Kerangka Teori	30
C. Kerangka konsep.....	31
D. Hipotesa	31
BAB III METODE PENELITIAN	32
A. Jenis Dan Rancangan Penelitian	32
B. Populasi Sampel, Dan Teknik Sampling	32

1. Populasi.....	32
2. Sampel.....	33
3. Teknik sampling.....	34
C. Ruang Lingkup Penelitian.....	34
D. Variabel Penelitian.....	34
E. Definisi Operasional	35
F. Jenis Data	35
G. Teknik Pengumpulan Data.....	35
1. Data Primer	36
2. Data Sekunder.....	36
H. Instrumen Penelitian	36
I. Pengolahan Data	36
1. Pengumpulan Data	36
2. <i>Editing</i>	37
3. <i>Coding</i>	37
4. <i>Entry data</i>	37
5. Program pengolahan data statistik <i>Tabulating</i>	37
6. <i>Cleaning</i>	37
7. <i>Processing</i>	37
J. Analisis Data	38
K. Etika Penelitian	38
BAB IV HASIL DAN PEMBAHASAN	40
A. Hasil Penelitian	40
1. Analisis Univariat	40
2. Analisis Bivariat.....	41
B. Pembahasan.....	42
C. Keterbatasan Penelitian.....	45
BAB V KESIMPULAN DAN SARAN	46
A. Kesimpulan	46
B. Saran	46
DAFTAR PUSTAKA	

DAFTAR TABEL

Halaman

Tabel 1. 1 Keaslian Penelitian	7
Tabel 2. 1 Klasifikasi Hipertensi.....	18
Tabel 3. 1 Rancangan Penelitian.....	32
Tabel 3. 1 Definisi Operasional	35
Tabel 4. 1 Distribusi rata - rata tekanan darah sebelum diberikan rendaman kaki air jahe merah hangat.....	40
Tabel 4. 2 Distribusi rata - rata tekanan darah sesudah diberikan rendaman kaki air jahe merah hangat.....	41
Tabel 4. 3 Pengaruh rendaman kaki air jahe merah hangat terhadap tekanan darah sebelum dan sesudah pada lansia dengan hipertensi	41

DAFTAR SKEMA

Halaman

Skema 2. 1 Kerangka Teori	30
Skema 2. 2 Kerangka Konsep	31
Skema 3. 1 Rancangan Penelitian	32

DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran 1 Lembar Surat Pengantar Permohonan Untuk Menjadi Responden

Lampiran 2 Lembar Pernyataan Persetujuan Responden

Lampiran 3 SOP

Lampiran 4 Master Tabel

Lampiran 5 Surat Izin Penelitian

Lampiran 6 Surat Balasan Izin Penelitian

Lampiran 7 Hasil Olah Data SPSS

Lampiran 8 Dokumentasi

Lampiran 9 Lembar Konsultasi Pembimbing

FAKULTAS ILMU KESEHATAN
UNIVERSITAS PASIR PENGARAIAN
Skripsi, 13 Mei 2026

FITRIAH
NIM 2239056

**PENGARUH RENDAMAN KAKI AIR JAHE MERAH HANGAT
TERHADAP TEKANAN DARAH PADA LANSIA DENGAN HIPERTENSI
DI DESA SUKA MAJU TAMBUSAI**

XIV+46 Halaman+5 Tabel+3 Skema +9 Lampiran

INTISARI

Latar Belakang : Hipertensi adalah suatu keadaan dimana seseorang mengalami kenaikan tekanan darah di atas batas normal yang akan menyebabkan kesakitan bahkan kematian. Salah satu terapi komplementer yang dapat digunakan untuk intervensi secara mandiri dan bersifat alami yaitu dengan hidroterapi kaki (rendam kaki air hangat). Merendam kaki pada larutan hangat dapat memberikan sirkulasi dan meningkatkan sirkulasi otot. Rendam kaki dapat dikombinasikan dengan bahan – bahan herbal lainnya salah satunya jahe merah. **Tujuan :** Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui pengaruh rendaman kaki air jahe merah hangat terhadap tekanan darah pada lansia hipertensi di Desa Suka Maju Tambusai. **Metode :** Jenis penelitian ini Kuantitatif dengan desain *pre-experimental* dengan pengumpulan data menggunakan lembar observasi *pretes* dan *posttest*. Sampel pada penelitian ini adalah berjumlah 36 lansia. Teknik pengambilan sampel adalah *simple random sampling*. Analisis data yang digunakan univariat dan bivariat. **Hasil Penelitian :** Dari hasil penelitian, dari analisis univariat rata – rata *systole* 163,75 dan *dyastole* 100,28 sebelum sedangkan rata – rata *sysole* 142,81 dan *dyastole* 91,06 sesudah diberikan rendaman kaki air jahe merah hangat terhadap tekanan darah pada lansia hipertensi. Hasil uji *t – dependent systole* diperoleh *p value* = 0,000 ($p < 0,05$) dan hasil uji untuk *dyastole* diperoleh *p value* = 0,000 ($p < 0,05$). **Kesimpulan :** Terdapat pengaruh rendaman kaki air jahe merah hangat terhadap tekanan darah pada lansia hipertensi di Desa Suka Maju Tambusai. **Saran :** Rendaman kaki air jahe merah hangat dapat menurunkan tekanan darah pada lansia hipertensi sehingga dapat dijadikan sebagai salah satu terapi nonfarmakologis yang mudah, aman, dan dapat dilakukan secara mandiri di rumah.

Kata Kunci : Lansia, Hipertensi, Rendaman Kaki, Jahe Merah
Referensi : 10 Buku + 8 Jurnal (2018-2024)

**FACULTY OF HEALTH SCIENCES
PASIR PENGARAIAN UNIVERSITY
Thesis, Juni 2026**

**FITRIAH
NIM 2239056**

**THE EFFECT OF SOAKING FEET IN WARM RED GINGER WATER ON
BLOOD PRESSURE IN ELDERLY PEOPLE WITH HYPERTENSION AT
DESA SUKA MAJU TAMBUSAI**

XIV+46 Pages+5 Tables+3 Schemes+9 Attachments

ABSTRACT

Background: Hypertension is a condition in which a person's blood pressure rises above normal levels, which can lead to illness or even death. One complementary therapy that can be used as a self-administered, natural intervention is foot hydrotherapy (soaking the feet in warm water). Soaking the feet in a warm solution can improve circulation and enhance muscle blood flow. Foot soaks can be combined with other herbal ingredients, one of which is red ginger. Objective: This study aims to determine the effect of warm red ginger foot soaks on blood pressure in elderly individuals with hypertension in Suka Maju Tambusai Village. Method: This is a quantitative study with a pre-experimental design, using pre-test and post-test observation sheets for data collection. The sample for this study consisted of the entire population of 36 elderly individuals. The sampling technique used was simple random sampling. Data analysis involved univariate and bivariate methods. Research Results: The results showed that, based on univariate analysis, the mean systolic blood pressure was 163.75 and the mean diastolic blood pressure was 100.28 before the intervention, whereas the mean systolic blood pressure was 100.28 and the mean diastolic blood pressure was 91.06 after the warm red ginger foot soak was administered to hypertensive elderly individuals. The results of the dependent t-test for systolic blood pressure yielded a p-value of 0.000 ($p < 0.05$), and the results of the test for diastolic blood pressure yielded a p-value of 0.000 ($p < 0.05$). Conclusion: Warm red ginger foot soaks have an effect on blood pressure in elderly individuals with hypertension in Suka Maju Tambusai Village. Recommendation: Warm red ginger foot soaks can lower blood pressure in elderly individuals with hypertension and can therefore be used as a simple, safe, and self-administered nonpharmacological therapy at home.

Keywords : Elderly, Hypertension, warm water foot soaks
References : 10 Books + 8 Journals (2018-2024)