

**PENGARUH HIDROTERAPI RENDAM KAKI AIR HANGAT  
TERHADAP PENURUNAN TEKANAN DARAH LANSIA DI POSYANDU  
MELATI, GONDOKUSUMAN, YOGYAKARTA**

**SKRIPSI**

Diajukan Sebagai Salah Satu Syarat Memperoleh Gelar Sarjana Keperawatan  
Fakultas Kesehatan Universitas Jenderal Achmad Yani Yogyakarta



Disusun Oleh:

**ZULFI KHARISMA NUR FAJRI**

212201116

**PROGRAM STUDI S1 KEPERAWATAN  
FAKULTAS KESEHATAN  
UNIVERSITAS JENDERAL ACHMAD YANI YOGYAKARTA  
2025**

LEMBAR PERSETUJUAN UJIAN LAPORAN SKRIPSI

PENGARUH HIDROTERAPI RENDAM KAKI AIR HANGAT  
TERHADAP PENURUNAN TEKANAN DARAH LANSIA DI POSYANDU  
MELATI, GONDOKUSUMAN, YOGYAKARTA

Diajukan oleh:

ZULFI KHARISMA NUR FAJRI

212201116

Telah disetujui untuk mengikuti ujian hasil skripsi

Tanggal: 25 Februari 2025

Menyetujui,

Pembimbing



Anastasia Suci Sukmawati, M.Ng

0520028202

HALAMAN PENGESAHAN LAPORAN SKRIPSI  
PENGARUH HIDROTERAPI RENDAM KAKI AIR HANGAT  
TERHADAP PENURUNAN TEKANAN DARAH LANSIA DI POSYANDU  
MELATI, GONDOKUSUMAN, YOGYAKARTA

Diajukan oleh:

ZULFI KHARISMA NUR FAJRI  
212201116

Telah Dipertahankan di Depan Dewan Penguji dan Dinyatakan Sah  
Sebagai Salah Satu Syarat untuk Mendapatkan Gelar Sarjana Keperawatan  
di Fakultas Kesehatan Universitas Jenderal Achmad Yani Yogyakarta

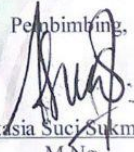
Tanggal: 19 April 2025

Mengesahkan:

Penguji,

  
Dr. Sujono Riyadi, M. Kes  
NIDN 0501087601

Pembimbing,

  
Anastasia Suci Sukmawati  
M.Ng  
NIDN 0520028202

Ketua Prodi Keperawatan (S-1)

  
Dewi Utari, MNS  
2010130033

## PERNYATAAN

Saya yang bertanda tangan di bawah ini, adalah mahasiswa Fakultas Kesehatan Universitas Jenderal Achmad Yani Yogyakarta

Nama : Zulfi Kharisma Nur Fajri  
NPM : 212201116  
Program Studi : Keperawatan (S-1)  
Judul Skripsi : Pengaruh Hidroterapi Rendam Kaki Air Hangat Terhadap Penurunan Tekanan Darah Lansia Diposyandu Melati Gondokusuman Yogyakarta

Menyatakan bahwa hasil penelitian dengan judul tersebut di atas adalah asli karya saya sendiri dan bukan hasil *plagiarisme*. Semua referensi dan sumber terkait yang diacu dalam karya ini telah ditulis sesuai kaidah penulisan ilmiah yang berlaku. Dengan ini, saya menyatakan untuk menyerahkan hak cipta penelitian kepada Universitas Jenderal Achmad Yani Yogyakarta guna kepentingan ilmiah.

Demikian surat pernyataan ini dibuat dengan sebenar-benarnya tanpa ada paksaan dari pihak mana pun. Apabila terdapat kekeliruan atau ditemukan adanya pelanggaran akademik di kemudian hari, maka saya bersedia menerima konsekuensi yang berlaku sesuai ketentuan akademik.

Yogyakarta, 01 Maret 2025



Zulfi Kharsima Nur Fajri

## **PRAKATA PENGANTAR**

Puji syukur penulis panjatkan kehadiran Tuhan Yang Maha Esa yang telah memberikan karunia-Nya sehingga penulis dapat menyelesaikan skripsi yang berjudul: “Pengaruh Hidroterapi Rendam Kaki Air Hangat Terhadap Penurunan Tekanan Darah Lansia di Posyandu Melati, Gondokusuman, Yogyakarta”. Penyusunan skripsi ini dibuat sebagai salah satu syarat menyelesaikan studi dan memperoleh gelar Sarjana Keperawatan pada Jurusan S1 Keperawatan Universitas Jenderal Achmad Yani Yogyakarta.

Adapun skripsi ini berjalan dengan lancar karena anugrah Tuhan dan bantuan dari berbagai pihak yang turut serta membantu, membimbing, memberi petunjuk, saran dan motivasi. Bersama ini pula dengan segala kerendahan hati, penulis mengatakan terimakasih banyak kepada pihak yang mendukung:

1. Tuhan Yang Maha Esa yang telah memberikan nikmat berupa kekuatan dan kelancaran dalam bertindak dan berpikir untuk penyusunan proposal skripsi ini.
2. Ibu Prof. Dr. rer. nat. Apt. Triana Hertiani, S.Si., M. Si, Selaku Rektor Fakultas Kesehatan Universitas Jendral Achmad Yani Yogyakarta.
3. Ida Nursanti, S. Kep., Ns, MPH, Selaku Dekan Fakultas Kesehatan Universitas Jendral Achmad Yani Yogyakarta.
4. Ibu Dewi utari, MNS Selaku Ketua Prodi Keperawatan Fakultas Kesehatan Universitas Jendral Achmad Yani Yogyakarta.
5. Ibu Anastasia Suci Sukmawati, M.Ng Selaku Dosen Pembimbing Skripsi yang telah meluangkan waktunya untuk memberikan arahan, masukan serta motivasi.
6. Bapak Dr. Sujono Riyadi, M. Kes selaku Dosen Penguji Skripsi yang telah memberikan arahan, masukan serta motivasi.
7. Ibu Latifah Susilowati, M. Kep Selaku Koordinator Skripsi yang telah meluangkan waktu memberikan arahan dalam penyusunan skripsi.
8. Teristimewa ke-2 orang tua saya ibu Supi Nurana dan bapak saya Cahyo Widodo yang selalu mensupport dan memberikan dukungan kepada saya dalam menyelesaikan skripisi ini.
9. Serta teman saya Metri, Nisrina, Rhosita yang selalu memberikan doa, semangat dan dukungan materi dalam penyusunan skripsi ini.

Penulis juga menyadari bahwa dalam penulisan skripsi ini masih banyak kekurangan dan jauh dari kata sempurna, oleh karena itu penulis mengharapkan kritikan dan saran yang membangun dalam penyusunan skripsi ini sehingga dapat menjadi sebuah karya tulis ilmiah yang baik dan dapat digunakan suatu saat nanti. Meskipun demikian, penulis berusaha semaksimal mungkin agar penyusun skripsi ini berhasil dengan lancar sehingga bisa diterima dan disetujui pada sidang skripsi.

Yogyakarta, 01 Maret 2025

Zulfi Kharisma Nur Fajri

UNIVERSITAS JENDRAL ACHMAD YANU  
PERPUSTAKAAN  
YOGYAKARTA

## DAFTAR ISI

<b>COVER</b> .....	<b>i</b>
<b>LEMBAR PERSETUJUAN</b> .....	<b>ii</b>
<b>HALAMAN PENGESAHAN</b> .....	<b>iii</b>
<b>PERNYATAAN</b> .....	<b>iv</b>
<b>PRAKATA</b> .....	<b>v</b>
<b>DAFTAR ISI</b> .....	<b>vii</b>
<b>DAFTAR TABEL</b> .....	<b>ix</b>
<b>DAFTAR GAMBAR</b> .....	<b>xi</b>
<b>DAFTAR LAMPIRAN</b> .....	<b>xii</b>
<b>INTISARI</b> .....	<b>xiii</b>
<b>ABSTRACT</b> .....	<b>xiv</b>
<b>BAB I PENDAHULUAN</b> .....	<b>1</b>
A. Latar Belakang .....	1
B. Rumusan Masalah .....	5
C. Tujuan Penelitian .....	5
D. Manfaat Penelitian .....	5
E. Manfaat Teoritis .....	5
<b>BAB II TINJAUAN PUSTAKA</b> .....	<b>7</b>
A. Landasan Teoritis .....	7
B. Kerangka Teori .....	19
C. Kerangka Konsep .....	21
D. Hipotesis/Pertanyaan Penelitian .....	21
<b>BAB III METODE PENELITIAN</b> .....	<b>22</b>
A. Desain Penelitian .....	22
B. Lokasi dan Waktu Kegiatan .....	23
C. Populasi dan Sampel .....	23
D. Variabel.....	24
E. Definisi Operasional .....	25
F. Alat dan Metode Pengumpulan Data.....	26
G. Prosedur Pengolahan dan Analisis Data .....	27
H. Etika Penelitian .....	30
I. Pelaksanaan Studi.....	30

<b>BAB IV HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN.....</b>	<b>34</b>
A. Hasil Penelitian.....	34
1. Karakteristik Responden.....	34
2. Analisis Univariat .....	35
3. Analisis Bivariat .....	40
B. Pembahasan.....	50
1. Karakteristik Responden.....	50
2. Tekanan Darah Sebelum Diberikan Perlakuan Hidroterapi Rendam Kaki Mengunakan Air Hangat .....	51
3. Tekanan Darah Sesudah Diberikan Perlakuan Hidroterapi Rendam Kaki Mengunakan Air Hangat.....	54
4. Pengaruh Terapi Hidroterapi Rendam Kaki Menggunakan Air Hangat terhadap Penurunan Tekanan Darah Lanjut Usia.....	55
<b>BAB V PENUTUP.....</b>	<b>58</b>
A. Kesimpulan.....	58
B. Saran .....	58
<b>DAFTAR PUSTAKA.....</b>	<b>60</b>
<b>LAMPIRAN-LAMPIRAN .....</b>	<b>65</b>

## DAFTAR TABEL

Tabel 2.1 Klasifikasi Hipertensi .....	8
Tabel 2.2 Klasifikasi Hipertensi Menurut JNC VIII.....	8
Tabel 2.3 Penyakit Pada Lansia.....	17
Tabel 3.1 Definisi Operasional.....	25
Tabel 4.1 Karakteristik Responden Menurut Umur .....	34
Tabel 4.2 Karakteristik Responden Menurut Jenis Kelamin, Pekerjaan, Pendidikan.....	35
Tabel 4.3 Tekanan Darah Sistol Sebelum Diberikan Perlakuan Hidroterapi Rendam Kaki Menggunakan Air Hangat.....	36
Tabel 4.4 Tekanan Darah Diastol Sebelum diberikan Perlakuan Hidroterapi Rendam Kaki menggunakan Air Hangat .....	36
Tabel 4.5 Tekanan Darah Sistol Sesudah Diberikan Perlakuan Hidroterapi Rendam Kaki Menggunakan Air Hangat .....	37
Tabel 4.6 Tekanan Darah Diastol Sesudah Diberikan Perlakuan Pengaruh Hidroterapi Rendam Kaki Menggunakan Air Hangat .....	38
Tabel 4.7 Uji Paired Sample t test.....	40
Tabel 4.8 Tabulasi Silang Pengaruh Perlakuan Rendam Kaki Menggunakan Air Hangat Untuk Penurunan Tekanan Darah Pada Minggu I.....	40
Tabel 4.9 Tabulasi Silang Pengaruh Intervensi Rendam Kaki Menggunakan Air Hangat Untuk Penurunan Tekanan Darah Minggu 2 .....	41
Tabel 4.10 Tabulasi Silang Pengaruh Perlakuan Rendam Kaki Menggunakan Air Hangat Untuk Penurunan Tekanan Darah Minggu 3 .....	42
Tabel 4.11 Tabulasi Silang Pengaruh Dari Perlakuan Rendam Kaki Menggunakan Air Hangat Untuk Penurunan Tekanan Darah Minggu ke-1 dengan Minggu ke-2 .....	43
Tabel 4.12 Tabulasi Silang Pengaruh Dari Perlakuan Rendam Kaki Menggunakan Air Hangat Untuk Penurunan Tekanan Darah Minggu ke-2 dengan Minggu ke-3 .....	43
Tabel 4.13 Tabulasi Silang Pengaruh Dari Perlakuan Rendam Kaki Menggunakan	

Air Hangat Untuk Penurunan Tekanan Darah Minggu ke-1 dengan Minggu ke-3 .....	44
Tabel 4.14 Tabulasi Silang Pengaruh Dari Perlakuan Rendam Kaki Menggunakan Air Hangat Untuk Penurunan Tekanan Darah Minggu I.....	45
Tabel 4.15 Tabulasi Silang Pengaruh Dari Perlakuan Rendam Kaki Menggunakan Air Hangat Untuk Penurunan Tekanan Darah Minggu 2 .....	46
Tabel 4.16 Tabulasi Silang Pengaruh Intervensi Rendam Kaki Menggunakan Air Hangat Untuk Menurunkan Tekanan Darah Minggu 3.....	47
Tabel 4.17 Tabulasi Silang Pengaruh Dari Perlakuan Rendam Kaki Menggunakan Air Hangat Untuk Penurunan Tekanan Darah Minggu Ke-1 dengan Minggu Ke-2 .....	48
Tabel 4.18 Tabulasi Silang Pengaruh Dari Perlakuan Rendam Kaki Menggunakan Air Hangat Untuk Penurunan Tekanan Darah Minggu Ke-2 dengan Minggu Ke-3 .....	49
Tabel 4.19 Tabulasi Silang Pengaruh Dari Perlakuan Rendam Kaki Menggunakan Air Hangat Untuk Penurunan Tekanan Darah Minggu Ke-1 dengan Minggu Ke-3 .....	50

## DAFTAR GAMBAR

Gambar 2.1 Kerangka Teori.....	20
Gambar 2.2 Kerangka Konsep .....	21
Gambar 4.1 Tekanan Darah Sistol Sesudah Diberikan Perlakuan Hidroterapi Rendam Kaki Menggunakan Air Hangat .....	38
Gambar 4.1 Tekanan Darah Sistol Sesudah Diberikan Perlakuan Hidroterapi Rendam Kaki Menggunakan Air Hangat .....	39

PERPUSTAKAAN  
UNIVERSITAS JENDRAL ACHMAD YANI  
YOGYAKARTA

## DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran 1	Standar Operasional Prosedur (Sop) Terapi Rendam Kaki Dengan Air Hangat .....	65
Lampiran 2	Standar Operasional Prosedur (Sop) Tanda-Tanda Vital .....	67
Lampiran 3	Lembar Persetujuan Menjadi Responden .....	69
Lampiran 4	Lembar Informed Consent .....	70
Lampiran 5	Lembar Observasi Rendam Kaki Air Hangat Perminggu .....	71
Lampiran 6	Lembar Observasi Hasil Pengukuran Tekanan Darah .....	72
Lampiran 7	Surat Izin Studi Pendahuluan Di Posyandu Melati Gondokusuman Yogyakarta .....	74
Lampiran 8	Surat Izin Penelitian Di Posyandu Melati Gondokusuman Yogyakarta .....	75
Lampiran 9	Surat Etika Penelitian Di Posyandu Melati Gondokusuman Yogyakarta .....	76
Lampiran 10	Alur Rencana Penelitian .....	77
Lampiran 11	Hasil SPSS .....	78
Lampiran 12	Lembar Bimbingan Dosen .....	87