

SKRIPSI

**PENGARUH RENDAM KAKI DENGAN AIR HANGAT DAN
INHALASI AROMATERAPI TERHADAP TEKANAN DARAH
PADA LANSIA HIPERTENSI DI UPT PUSKESMAS I
DENPASAR BARAT TAHUN 2023**



Oleh :

NI KADEK FITRI ASTITI ADNYA RIANI
NIM. P07120219002

**POLTEKKES KEMENKES DENPASAR
JURUSAN KEPERAWATAN
PROGRAM STUDI SARJANA TERAPAN KEPERAWATAN
DENPASAR
2023**

SKRIPSI

**PENGARUH RENDAM KAKI DENGAN AIR HANGAT DAN
INHALASI AROMATERAPI TERHADAP TEKANAN DARAH
PADA LANSIA HIPERTENSI DI UPT PUSKESMAS I
DENPASAR BARAT TAHUN 2023**

**Diajukan Untuk Memenuhi Salah Satu Syarat
Menyelesaikan Pendidikan Sarjana Terapan Keperawatan
Jurusan Keperawatan**

Oleh :

NI KADEK FITRI ASTITI ADNYA RIANI

NIM P07120219002

**POLTEKKES KEMENKES DENPASAR
JURUSAN KEPERAWATAN
PROGRAM STUDI SARJANA TERAPAN KEPERAWATAN
DENPASAR
2023**

**LEMBAR PERSETUJUAN
SKRIPSI**

**PENGARUH RENDAM KAKI DENGAN AIR HANGAT DAN
INHALASI AROMATERAPI TERHADAP TEKANAN DARAH
PADA LANSIA HIPERTENSI DI UPT PUSKESMAS I
DENPASAR BARAT TAHUN 2023**

Diajukan oleh:
NI KADEK FITRI ASTITI ADNYA RIANI
NIM P07120219002

TELAH MENDAPATKAN PERSETUJUAN

Pembimbing Utama :

Pembimbing Pendamping :


Ns. I Wayan Sukawana, S.Kep.M.Pd.
NIP. 196709281990031001


Ners. Made Sukarja, S.Kep. M.Kep.
NIP. 196812311992031020

MENGETAHUI

**KETUA JURUSAN KEPERAWATAN
POLTEKKES KEMENKES DENPASAR**


Ners. Made Sukarja, S.Kep. M.Kep.
NIP. 196812311992031020

**LEMBAR PENGESAHAN
SKRIPSI DENGAN JUDUL:**

**PENGARUH RENDAM KAKI DENGAN AIR HANGAT DAN INHALASI
AROMATERAPI TERHADAP TEKANAN DARAH PADA LANSIA
HIPERTENSI DI UPT PUSKESMAS I DENPASAR BARAT TAHUN 2023**

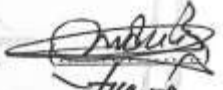
Diajukan oleh:

NI KADEK FITRI ASTITI ADNYA RIANI
NIM. P07120219002

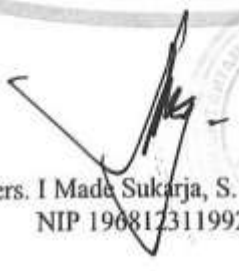
TELAH DIUJI DI HADAPAN TIM PENGUJI

**PADA HARI : RABU
TANGGAL : 14 JUNI 2023**

TIM PENGUJI:

- | | | |
|---|-----------|---|
| 1. Ni Made Wedri, A.Per.Pen.S.Kep.Ns.M.Kcs
NIP. 196106241987032002 | (Ketua) |  |
| 2. Ns.I.G.A.Ari Rasdini.,S.Pd.,S.Kep.,M.Pd
NIP. 195910151986032000 | (Anggota) |  |
| 3. I Wayan Surasta, SKp.M.Fis.
NIP. 196512311987031015 | (Anggota) |  |

**MENGETAHUI
KETUA JURUSAN KEPERAWATAN
POLTEKKES KEMENKES DENPASAR**


Ners. I Made Sukarja, S. Kep., M.Kep.
NIP 196812311992031020

THE EFFECT OF WARM WATER FOOT SOAK AND AROMATHERAPY INHALATION ON BLOOD PRESSURE IN HYPERTENSION ELDERLY AT UPT PUSKESMAS I DENPASAR BARAT IN 2023

ABSTRACT

Hypertension is a condition or condition in which a person experiences an increase in blood pressure above normal limits which will cause morbidity and even death. Efforts that can be made as a treatment are soaking the feet in warm water and inhaling aromatherapy. The purpose of this study was to determine the effect of soaking feet in warm water and inhaling aromatherapy on blood pressure in elderly hypertensives. This type of research is Pre-Experimental Design with the design used pre-post design with purposive sampling. The number of samples used in this study were 23 elderly hypertensive respondents who were in the West Denpasar Health Center I area. With the results of the difference in the average decrease in systolic blood pressure of 8.5 mmHg and an average decrease in diastolic blood pressure of 2.99 mmHg. The results of the test using the Paired T-Test can be seen that the significance value is $0.00 < 0.05$, which means that there is an effect of soaking feet with warm water and inhaling aromatherapy on systolic and diastolic blood pressure in elderly hypertensives at Health Center I West Denpasar in 2023. Based on In this study, it is suggested that soaking feet in warm water and inhaling aromatherapy can be used as a non-pharmacological therapy to reduce blood pressure.

Keywords : Foot soak, aromatherapy inhalation, hypertension

PENGARUH RENDAM KAKI DENGAN AIR HANGAT DAN INHALASI AROMATERAPI TERHADAP TEKANAN DARAH PADA LANSIA HIPERTENSI DI UPT PUSKESMAS I DENPASAR BARAT TAHUN 2023

ABSTRAK

Hipertensi adalah suatu kondisi atau keadaan dimana seseorang mengalami kenaikan tekanan darah di atas batas normal yang akan menyebabkan kesakitan bahkan kematian. Upaya yang dapat dilakukan sebagai pengobatan adalah rendam kaki dengan air hangat dan inhalasi aromaterapi. Tujuan Penelitian ini adalah untuk mengetahui pengaruh rendam kaki dengan air hangat dan inhalasi aromaterapi terhadap tekanan darah pada lansia hipertensi. Jenis penelitian ini adalah Pre Experimental Design dengan rancangan yang digunakan pre-post design dengan purposive sampling. Jumlah sampel yang digunakan dalam penelitian ini adalah 23 responden lansia hipertensi yang berada di wilayah Puskesmas I Denpasar Barat. Dengan hasil selisih rata-rata penurunan tekanan darah sistole sebesar 8.5 mmHg dan rata-rata penurunan pada tekanan darah diastole sebesar 2.99 mmHg. Hasil pengujian menggunakan uji Paired T-Test dapat diketahui nilai signifikansi bernilai $0,00 < 0,05$ yang artinya terdapat pengaruh rendam kaki dengan air hangat dan inhalasi aromaterapi terhadap tekanan darah systole maupun diastole pada lansia hipertensi di Puskesmas I Denpasar Barat Tahun 2023. Berdasarkan penelitian ini maka disarankan agar rendam kaki dengan air hangat dan inhalasi aromaterapi dapat dijadikan terapi non-farmakologi untuk menurunkan tekanan darah.

Kata Kunci : Rendam Kaki, Inhalasi Aromaterapi, Hipertensi

RINGKASAN
Pengaruh Rendam Kaki Dengan Air Hangat dan Inhalasi Aromaterapi
Terhadap Tekanan Darah Pada Lansia Hipertensi di UPT Puskesmas I
Denpasar Barat Tahun 2023

Oleh : Ni Kadek Fitri Astiti Adnya Riani (NIM : P07120219002)

Hipertensi adalah suatu kondisi atau keadaan dimana seseorang mengalami kenaikan tekanan darah di atas batas normal yang akan menyebabkan kesakitan bahkan kematian. Seseorang akan dikatakan hipertensi apabila tekanan darahnya melebihi batas normal, yaitu lebih dari 140/90 mmHg. Tekanan darah naik apabila terjadinya peningkatan sistole, yang tingginya tergantung dari masingmasing individu yang terkena, dimana tekanan darah berfluaksi dalam batas-batas tertentu, tergantung posisi tubuh, umur, dan tingkat stress yang dialami (Tambunan, 2021)

Terapi non-farmakologi yang dapat digunakan dalam menurunkan tekanan darah adalah rendam kaki dengan air hangat air. Prinsip kerja dari terapi ini adalah dengan menggunakan air hangat yang bersuhu 38-40°C selama 15-30 menit dapat menurunkan tekanan darah apabila di lakukan dengan kesadaran dan melalui kedisiplinan (Malibel & Herwanti 2020).

Terapi non-farmakologi lainnya yang dapat digunakan dalam menurunkan tekanan darah adalah dengan inhalasi aromaterapi. Pemberian inhalasi aromaterapi selama 10-15 menit sudah dapat memberikan efek relaksasi sehingga jantung tidak perlu bekerja lebih cepat untuk memompa darah keseluruh tubuh yang kemudian yang kemudian dapat menurunkan tekanan darah pada responden (Kusyati, 2018).

Pada penelitian ini memberikan terapi non-farmakologi rendam kaki dengan air hangat dan inhalasi aromaterapi dalam waktu 10-15 menit dalam waktu 3 minggu dengan frekuensi seminggu 3 kali. Tujuan penelitian ini adalah untuk mengetahui pengaruh rendam kaki dengan air hangat dan inhalasi aromaterapi terhadap tekanan darah pada lansia hipertensi di UPT Puskesmas I Denpasar Barat Tahun 2023.

Berdasarkan hasil penelitian didapatkan rata-rata tekanan darah systole sebelum dan setelah diberikan perlakuan adalah 163.19 mmHg dan 154.69 mmHg dengan selisih sebesar 8.5 mmHg. Sementara hasil rata-rata tekanan darah diastole sebelum dan setelah diberikan perlakuan adalah 92.75 mmHg dan 89.76 mmHg dengan selisih sebesar 2.99 mmHg. Dimana hasil uji statistic untuk tekanan darah systole maupun diastole mempunyai nilai *p value* sebesar 0.000 (*p value* < 0.05). Hasil ini menunjukkan bahwa H_a gagal ditolak sehingga dapat disimpulkan terdapat pengaruh rendam kaki dengan air hangat dan inhalasi aromaterapi terhadap tekanan darah systole maupun diastole.

Hasil penelitian ini membuktikan bahwa rendam kaki dengan air hangat dan inhalasi aromaterapi memberikan pengaruh terhadap tekanan darah pada lansia hipertensi, Efek dari rendam kaki menggunakan air hangat menghasilkan energi kalor yang bersifat mendilatasi pembuluh darah dan melancarkan peredaran darah juga merangsang saraf yang ada pada kaki untuk mengaktifkan saraf parasimpatis, sehingga menyebabkan perubahan tekanan darah. Selain itu, aromaterapi yang dihirupkan akan membuat tubuh menjadi tenang dan rileks sehingga pola pernapasan dan denyut jantung menjadi lebih tenang dan dapat mengontrol penurunan tekanan darah.

Oleh sebab itu, maka disarankan kepada perawat atau tenaga kesehatan lainnya untuk digunakan dalam pengobatan hipertensi secara non farmakologis. Selain itu diharapkan juga dapat dijadikan acuan bagi peneliti selanjutnya dalam melakukan penelitian pengaruh rendam kaki dengan air hangat dan inhalasi aromaterapi terhadap tekanan darah pada lansia hipertensi mengingat rendam kaki dengan air hangat dan inhalasi aromaterapi efektif untuk menurunkan tekanan darah terutama pada lansia yang menderita hipertensi.

KATA PENGANTAR

Puji syukur peneliti panjatkan ke hadapan Ida Sang Hyang Widhi Wasa karena atas berkat asung kerta wara nugraha-Nya, peneliti dapat menyusun skripsi yang berjudul **“Pengaruh Rendam Kaki Dengan Air Hangat dan Inhalasi Aromaterapi Terhadap Tekanan Darah Pada Lansia Hipertensi di UPT Puskesmas I Denpasar Barat Tahun 2023”** tepat pada waktunya dan sesuai harapan.

Skripsi ini dapat terselesaikan bukanlah semata-mata atas usaha sendiri melainkan berkat dorongan dan bantuan dari berbagai pihak, untuk itu melalui kesempatan ini peneliti mengucapkan terima kasih kepada:

1. Anak Agung Ngurah Kusumajaya, SP., MPH selaku Direktur Politeknik Kesehatan Kemenkes Denpasar yang telah memberikan bimbingan secara tidak langsung dalam pendidikan Sarjana Terapan Keperawatan di Politeknik Kesehatan Denpasar Jurusan Keperawatan.
2. Ners. I Made Sukarja, S.Kep., M.Kep selaku Ketua Jurusan Keperawatan Politeknik Kesehatan Kemenkes Denpasar yang telah memberikan masukan, pengetahuan, bimbingan.
3. N.L.K Sulisnadewi, M.Kep.,Ns.,Sp.Kep.An selaku Ketua Program Studi Sarjana Terapan Keperawatan Jurusan Keperawatan Politeknik Kesehatan Kemenkes Denpasar yang telah memberikan bimbingan selama pendidikan di Jurusan Keperawatan Politeknik Kesehatan Kemenkes Denpasar.

4. Ns. I Wayan Sukawana, S.Kep.M.Pd. selaku pembimbing utama yang telah memberikan pengetahuan, bimbingan, dan masukan menyelesaikan dalam skripsi ini.
5. Ners. I Made Sukarja. S.Kep. M.Kep. selaku pembimbing pendamping yang telah memberikan pengetahuan, bimbingan, dan masukan dalam menyelesaikan skripsi ini.
6. Orang tua, keluarga, dan sahabat peneliti, yang telah memberikan dorongan dan inspirasi.
7. Semua pihak yang telah membantu dalam penyusunan penelitian ini yang tidak bisa peneliti sebutkan satu persatu. Kemajuan selalu menyertai segala sisi kehidupan menuju ke arah yang lebih baik, karenanya sumbang saran untuk perbaikan sangat peneliti harapkan dan semoga skripsi ini bermanfaat bagi pembaca dan peneliti selanjutnya

Denpasar, Juni 2023

Penulis

DAFTAR ISI

HALAMAN SAMPUL.....	i
HALAMAN JUDUL	i
LEMBAR PERSETUJUAN	ii
LEMBAR PENGESAHAN	iii
ABSTRACT.....	iv
ABSTRAK.....	v
RINGKASAN	vi
KATA PENGANTAR.....	ix
DAFTAR ISI	xi
DAFTAR TABEL	xiv
DAFTAR GAMBAR	xv
DAFTAR LAMPIRAN	xvi
BAB I PENDAHULUAN.....	1
A. Latar Belakang	1
B. Rumusan Masalah Penelitian	8
C. Tujuan Penelitian.....	8
1. Tujuan Umum.....	8
2. Tujuan Khusus.....	8
D. Manfaat Penelitian.....	9
1. Manfaat Teoritis	9
2. Manfaat Praktis	9
BAB II TINJAUAN PUSTAKA.....	10
A. Konsep Dasar Hipertensi.....	10
1. Definisi Hipertensi	10
2. Klasifikasi Hipertensi	11
3. Penyebab Hipertensi.....	11
4. Patofisiologi Hipertensi.....	14
5. Fisiologi Tekanan Darah Pada Hipertensi	16
6. Tanda dan Gejala Hipertensi	19
7. Komplikasi Hipertensi.....	19
8. Penatalaksanaan Hipertensi.....	21

B. Konsep Dasar Rendam Kaki Dengan Air Hangat	23
1. Definisi Rendam Kaki Dengan Air Hangat	23
2. Manfaat Rendam Kaki Dengan Air Hangat.....	24
3. Proedur Rendam Kaki Dengan Air Hangat.....	25
4. Prinsip Pemberian Rendam Kaki Dengan Air Hangat.....	25
C. Konsep Dasar Aromaterapi.....	26
1. Definisi Aromaterapi	26
2. Bentuk-Bentuk Aromaterapi.....	26
3. Cara Penggunaan Aromaterapi	28
D. Pengaruh Rendam Kaki Dengan Air Hangat dan Inhalasi Aromaterapi Terhadap Tekanan Darah	29
BAB III KERANGKA KONSEP.....	31
A. Kerangka Konsep	31
B. Variabel dan Definisi Operasional	32
1. Variabel Penelitian.....	32
2. Definisi Operasional	33
C. Hipotesis	34
BAB IV METODE PENELITIAN	35
A. Jenis Penelitian	35
B. Alur Penelitian.....	36
C. Tempat dan Waktu Penelitian	37
D. Populasi dan Sampel.....	37
1. Populasi Penelitian	37
2. Sampel Penelitian	37
3. Jumlah dan Besar Sampel.....	38
E. Teknik Sampling.....	39
F. Jenis dan Metode Pengumpulan Data.....	40
1. Jenis Data Yang Dikumpulkan.....	40
2. Teknik Pengumpulan Data.....	41
3. Instrumen Penelitian	43
G. Pengolahan dan Analisa Data	44
1. Teknik Pengolahan Data	44
2. Teknik Analisa Data.....	45
H. Etika Penelitian.....	47
BAB V HASIL DAN PEMBAHASAN.....	49

A. Hasil Penelitian.....	49
1. Kondisi Tempat Penelitian.....	49
2. Karakteristik Responden Penelitian.....	50
3. Hasil Identifikasi Tekanan Darah Sistole dan Diastole Sebelum Diberikan Rendam Kaki Dengan Air Hangat dan Inhalasi Aromaterapi	52
4. Hasil Identifikasi Tekanan Darah Sistole dan Diastole Setelah Diberikan Rendam Kaki Dengan Air Hangat dan Inhalasi Aromaterapi	53
5. Hasil Analisis Pengaruh Rendam Kaki Dengan Air Hangat dan Inhalasi Aromaterapi Terhadap Tekanan Darah Sistole dan Diastole Pada Lansia Hipertensi.....	54
B. Pembahasan Hasil Penelitian	55
1. Karakteristik Responden Penelitian.....	55
2. Tekanan Darah Sistole dan Diastole Sebelum Diberikan Rendam Kaki Dengan Air Hangat dan Inhalasi Aromaterapi	59
3. Tekanan Darah Sistole dan Diastole Setelah Diberikan Rendam Kaki Dengan Air Hangat dan Inhalasi Aromaterapi	60
4. Pengaruh Rendam Kaki Dengan Air Hangat dan Inhalasi Aromaterapi Terhadap Tekanan Darah Sistole dan Diastole Pada Lansia Hipertensi	62
C. Kelemahan Penelitian	64
BAB VI PENUTUP	65
A. Simpulan.....	65
B. Saran	66
DAFTAR PUSTAKA.....	67
LAMPIRAN.....	71

DAFTAR TABEL

Tabel	Halaman
1 Klasifikasi Derajat Hipertensi Berdasarkan JPC-V AS.....	11
2 Definisi Operasional Pengaruh Rendam Kaki Air Hangat dan Inhalasi Aromaterapi Terhadap Tekanan Darah Pada Lansia Hipertensi di UPT Puskesmas Denpasar Barat 1 Tahun 2023.....	33
3 Distribusi Frekuensi Responden Berdasarkan Usia Pada Penelitian Pengaruh Rendam Kaki Dengan Air Hangat dan Inhalasi Aromaterapi di UPT Puskesmas I Denpasar Barat Tahun 2023.....	51
4 Distribusi Frekuensi Responden Berdasarkan Jenis Kelamin Pada Penelitian Pengaruh Rendam Kaki Dengan Air Hangat dan Inhalasi Aromaterapi di UPT Puskesmas I Denpasar Barat Tahun 2023.....	51
5 Distribusi Frekuensi Responden Berdasarkan Pekerjaan Pada Penelitian Pengaruh Rendam Kaki Dengan Air Hangat dan Inhalasi Aromaterapi di UPT Puskesmas I Denpasar Barat Tahun 2023.....	52
6 Distribusi Frekuensi Tekanan Darah Sistole dan Diastole Sebelum Diberikan Rendam Kaki Dengan Air Hangat dan Inhalasi Aromaterapi.	52
7 Distribusi Frekuensi Tekanan Darah Sistole dan Diastole Setelah Diberikan Rendam Kaki Dengan Air Hangat dan Inhalasi Aromaterapi.	53

\

DAFTAR GAMBAR

Gambar	Halaman
1 Kerangka konsep pengaruh terapi rendam kaki dengan air hangat dan inhalasi aromaterapi terhadap tekanan darah pada lansia hipertensi	31
2 Kerangka Kerja Penelitian Pengaruh Rendam Kaki Dengan Air Hangat dan Inhalasi Aromaterapi Terhadap Tekanan Darah Pada Lansia Hipertensi di UPT Puskesmas I Denpasar Barat Tahun 2023.....	36
3 Pengaruh Rendam Kaki Dengan Air Hangat dan Inhalasi Aromaterapi Terhadap Tekanan Darah Sistole Diastole Sebelum dan Sesudah Perlakuan.....	54

DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran	Halaman
1 Jadwal Kegiatan Penelitian.....	72
2 Realisasi Anggaran Penelitian.....	73
3 Lembar Permohonan Menjadi Responden.....	74
4 Pedoman Wawancara Pasien Hipertensi.....	75
5 <i>Informed Consent</i>	76
6 SOP Pengukuran Tekanan Darah.....	79
7 SOP Terapi Rendam Kaki Air Hangat dan Inhalasi Aromaterapi.....	81
8 Master Tabel.....	83
9 Hasil Ouput SPSS.....	85
10 Lembar Bimbingan SIAK.....	89
11 Dokumentasi Penelitian.....	90