

**SKRIPSI**

**PENGARUH TERAPI RENDAM KAKI DENGAN AIR HANGAT  
(HIDROTERAPI) DAN AROMATERAPI LAVENDER TERHADAP  
PENURUNAN TEKANAN DARAH PADA IBU HAMIL  
HIPERTENSI**

**Studi Dilakukan di Wilayah Kerja UPTD Puskesmas I dan IV Denpasar  
Selatan**



**Kemenkes  
Poltekkes Denpasar**

**Oleh:**

**DEVITA MAUDI AULIA**

**NIM.P07120221030**

**POLTEKKES KEMENKES DENPASAR  
JURUSAN KEPERAWATAN  
PROGRAM STUDI SARJANA TERAPAN  
DENPASAR  
TAHUN 2025**

**SKRIPSI**  
**PENGARUH TERAPI RENDAM KAKI DENGAN AIR HANGAT**  
**(HIDROTERAPI) DAN AROMATERAPI LAVENDER TERHADAP**  
**PENURUNAN TEKANAN DARAH PADA IBU HAMIL**  
**HIPERTENSI**

**Studi Dilakukan di Wilayah Kerja UPTD Puskesmas I dan IV Denpasar**  
**Selatan**

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

**Oleh:**

**DEVITA MAUDI AULIA**  
**NIM. P07120221030**

**POLTEKKES KEMENKES DENPASAR**  
**JURUSAN KEPERAWATAN**  
**PROGRAM STUDI SARJANA TERAPAN KEPERAWATAN**  
**DENPASAR**  
**TAHUN 2025**

**LEMBAR PERSETUJUAN**

**PENGARUH TERAPI RENDAM KAKI DENGAN AIR HANGAT  
(HIDROTERAPI) DAN AROMATERAPI LAVENDER TERHADAP  
PENURUNAN TEKANAN DARAH PADA IBU HAMIL  
HIPERTENSI**

**Studi Dilakukan di Wilayah Kerja UPTD Puskesmas I dan IV Denpasar  
Selatan**

**Diajukan oleh:**

**DEVITA MAUDI AULIA**  
**NIM.P07120221030**

**TELAH MENDAPAT PERSETUJUAN**

**Pembimbing Utama :**



**Dr. Drs. I Dewa Made Ruspawan, S.Kp.,M.Biomed**  
**NIP. 196005151982121001**

**Pembimbing Pendamping :**



**Suratiah, S.Kep.,Ners.,M.Biomed**  
**NIP. 197112281994022001**

**MENGETAHUI**  
**KETUA JURUSAN KEPERAWATAN**  
**POLTEKKES KEMENKES DENPASAR**



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

**LEMBAR PENGESAHAN  
SKRIPSI**

**PENGARUH TERAPI RENDAM KAKI DENGAN AIR HANGAT  
(HIDROTERAPI) DAN AROMATERAPI LAVENDER TERHADAP  
PENURUNAN TEKANAN DARAH PADA IBU HAMIL  
HIPERTENSI**

**Studi Dilakukan di Wilayah Kerja UPTD Puskesmas I dan IV Denpasar  
Selatan**

**Diajukan oleh:**




**DEVITA MAUDI AULIA  
NIM. P07120221030**

**TELAH DIUJI DI HADAPAN TIM PENGUJI**

**PADA HARI: SELASA**

**TANGGAL: 27 MEI 2025**

**TIM PENGUJI:**

1. Ni Nyoman Hartati, S.Kep., Ns., M.Biomed (Ketua)   
NIP. 196211081982122001
2. Dra. I D.A Ketut Surinati, S.Kep., Ns., M.Kes (Anggota)   
NIP. 196412311985032010
3. Ni Luh Ketut Suardani, S.Kep., Ns., M.Kes (Anggota)   
NIP. 197602262001122003

**MENGETAHUI  
KETUA JURUSAN KEPERAWATAN  
POLTEKKES KEMENKES DENPASAR**

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

## SURAT PERNYATAAN BEBAS PLAGIAT

Saya yang bertanda tangan di bawah ini:

Nama : Devita Maudi Aulia  
NIM : P07120221030  
Program Studi : STr. Keperawatan  
Jurusan : Keperawatan  
Tahun Akademik : 2024/2025  
Alamat : Jln. Tukad Buaji Gg XVII No 3, Panjer

Dengan ini menyatakan bahwa :

1. Tugas Akhir dengan judul “Pengaruh Terapi Rendam Kaki Air Hangat (Hidroterapi) dan Aromaterapi Lavender Terhadap Penurunan Tekanan Darah Pada Ibu Hamil Hipertensi” adalah benar **karya sendiri atau bukan plagiat hasil karya orang lain.**
2. Apabila dikemudian hari terbukti bahwa Tugas Akhir ini bukan karya saya sendiri atau plagiat hasil karya orang lain, maka saya sendiri bersedia menerima sanksi sesuai Peraturan Mendiknas RI no.17 Tahun 2010 dan ketentuan perundang-undangan yang berlaku.

Demikian surat pernyataan ini saya buat untuk dipergunakan sebagaimana mestinya.

Denpasar, 6 Maret 2025

Yang membuat pernyataan



Devita Maudi Aulia  
NIM.P07120221030

**PENGARUH TERAPI RENDAM KAKI DENGAN AIR HANGAT  
(HIDROTERAPI) DAN AROMATERAPI LAVENDER TERHADAP  
PENURUNAN TEKANAN DARAH PADA IBU HAMIL  
HIPERTENSI DI WILAYAH KERJA UPTD PUSKESMAS  
I DAN IV DENPASAR SELATAN**

**ABSTRAK**

Hipertensi dalam kehamilan terjadi apabila tekanan darah sistolik mencapai  $\geq 130$  mmHg atau diastolic  $\geq 80$  mmHg setelah kehamilan berumur 20 minggu. Penanganan non-farmakologis seperti rendam kaki dengan air hangat (hidroterapi) dan aromaterapi lavender dapat menjadi alternatif terapi. Tujuan penelitian ini adalah mengetahui Pengaruh Terapi Rendam Kaki dengan Air Hangat (Hidroterapi) dan Aromaterapi Lavender Terhadap Penurunan Tekanan Darah pada Ibu Hamil Hipertensi di Wilayah Kerja UPTD Puskesmas I dan IV Denpasar Selatan. Metode penelitian *pre-eksperimental design* dengan rancangan *One Group Pretest-Posttest Design* dan teknik *purposive sampling*. Sampel sebanyak 30 responden. Hasil menunjukkan nilai selisih tekanan darah setelah diberikan terapi pada tekanan darah sistole sebesar 3,94 mmHg. Kemudian nilai selisih tekanan darah setelah diberikan terapi pada tekanan darah diastole sebesar 5,35 mmHg. Uji statistik *Paired Sample T Test* menunjukkan nilai signifikansi 0,01 ( $p < 0,05$ ) artinya pemberian terapi rendam kaki dengan air hangat (hidroterapi) dan aromaterapi lavender signifikan dalam menurunkan tekanan darah pada ibu hamil hipertensi. Berdasarkan penelitian, terapi rendam kaki dengan air hangat (hidroterapi) dan aromaterapi lavender dapat disarankan sebagai intervensi non-farmakologi untuk menurunkan tekanan darah.

**Kata Kunci:** Hipertensi, Tekanan Darah, Hidroterapi, Aromaterapi Lavender

***The Effect of Foot Bath Therapy with Warm Water (Hydrotherapy) and Lavender Aromatherapy on Blood Pressure Reduction in Hypertensive Pregnant Women in the Working Areas of UPTD Puskesmas I and IV, South Denpasar***

***ABSTRACT***

*Hypertension during pregnancy occurs when systolic blood pressure reaches  $\geq 130$  mmHg or diastolic blood pressure reaches  $\geq 80$  mmHg after 20 weeks of gestation. Non-pharmacological treatments, such as foot soaking with warm water (hydrotherapy) and lavender aromatherapy, can serve as alternative therapies. The purpose of this study was to determine the effect of foot soak therapy with warm water (hydrotherapy) and lavender aromatherapy on blood pressure reduction in hypertensive pregnant women in the working areas of UPTD Puskesmas I and IV, South Denpasar. This study used a pre-experimental design with a One-Group Pretest-Posttest Design and purposive sampling technique. The sample consisted of 30 respondents. The results showed that the difference in systolic blood pressure after the therapy at the first session was 3,94 mmHg. The difference in diastolic blood pressure after the therapy at the first session was 5,35 mmHg. The Paired Sample T-test statistical analysis yielded a significance value of 0.01 ( $p < 0.05$ ), indicating that the provision of foot soak therapy with warm water (hydrotherapy) and lavender aromatherapy significantly reduced blood pressure in hypertensive pregnant women. Based on this study, foot soak therapy with warm water (hydrotherapy) and lavender aromatherapy can be recommended as a non-pharmacological intervention for hypertensive pregnant women.*

***Keywords: Hypertension, Blood Pressure, Hydrotherapy, Lavender Aromatherapy***

**RINGKASAN**  
**PENGARUH TERAPI RENDAM KAKI DENGAN AIR HANGAT**  
**(HIDROTERAPI) DAN AROMATERAPI LAVENDER TERHADAP**  
**PENURUNAN TEKANAN DARAH PADA IBU HAMIL**  
**HIPERTENSI DI WILAYAH KERJA UPTD PUSKESMAS**  
**I DAN IV DENPASAR SELATAN**  
**Oleh: Devita Maudi Aulia (NIM: P07120221030)**

Saat ini hipertensi dikenal sebagai *silent killer*, karena hipertensi merupakan ancaman kesehatan global yang serius dan merupakan salah satu penyebab utama tingginya angka kematian. Tercatat di seluruh dunia, bahwa angka hipertensi dalam kehamilan (HDK) mencapai 3-8%. Hipertensi dalam kehamilan dapat dikatakan apabila kondisi tekanan darah sistolik ibu mencapai atau melebihi 130 mmHg setelah kehamilan berumur 20 minggu atau tekanan darah diastolik mencapai atau melebihi 80 mmHg.

Salah satu contoh terapi nonfarmakologis adalah dengan cara merendam kaki dalam air hangat (hidroterapi). Prinsip kerja terapi rendam kaki menggunakan air hangat bersuhu 40 °C, dilakukan dengan merendam kaki hingga 10-15 cm di atas mata kaki selama 10-20 menit dapat menurunkan tekanan darah, membantu meredakan nyeri & ketegangan otot, dan melebarkan pembuluh darah (Sari & Aisah, 2022).

Terapi non farmakologi yang dapat dimanfaatkan dalam menurunkan tekanan darah adalah pemberian aromaterapi minyak. Aromaterapi minyak lavender dihasilkan melalui distilasi bunga lavender. Lavender memiliki aroma bunga yang lembut dan dikenal sebagai minyak esensial dengan efek menenangkan dan anti-depresi saraf. Aromaterapi lavender mengandung linalool asetat yang mampu melemaskan otot dan system saraf serta memperlancar aliran darah. Menghirup lavender memiliki kegunaan untuk meningkatkan frekuensi gelombang alfa yang berhubungan dengan relaksasi, sehingga dapat membantu mengurangi ketegangan pembuluh darah (Ardianty & Sari, 2023).

Pada penelitian ini, peneliti memberikan terapi non farmakologi yaitu rendam kaki dengan air hangat (hidroterapi) dan aromaterapi lavender yang dilakukan dalam waktu 15 menit selama 2x dalam seminggu. Tujuan penelitian ini adalah mengetahui Pengaruh Terapi Rendam Kaki Dengan Air Hangat

(Hidroterapi) dan Aromaterapi Lavender Terhadap Penurunan Tekanan Darah Pada Ibu Hamil Hipertensi di Wilayah Kerja UPTD Puskesmas I dan IV Denpasar Selatan.

Berdasarkan hasil penelitian hasil menunjukkan bahwa nilai selisih tekanan darah setelah diberikan terapi pada tekanan darah sistole pada pertemuan satu sebesar 4.07 mmHg, sedangkan selisih tekanan darah sistole pada pertemuan 2 sebesar 4.14 mmHg. Kemudian nilai selisih tekanan darah setelah diberikan terapi pada tekanan darah diastole pada pertemuan satu sebesar 6 mmHg, sedangkan selisih tekanan darah sistole pada pertemuan 2 sebesar 4.7 mmHg. Hasil penelitian ini didapatkan dari hasil uji *Paired Sample T-Test*, dapat diketahui nilai signifikansi sebesar 0.01 ( $p < 0,05$ ), sehingga dapat diartikan pemberian terapi rendam kaki dengan air hangat dan aromaterapi lavender berpengaruh dalam menurunkan tekanan darah pada ibu hamil hipertensi di Puskesmas I dan IV Denpasar Selatan.

Hasil penelitian ini diharapkan dapat menjadi acuan atau referensi bagi peneliti selanjutnya dalam melakukan penelitian dengan mempertimbangkan kelemahan dalam penelitian ini. Hasil penelitian ini juga diharapkan dapat dijadikan sebagai materi edukasi mandiri bagi ibu hamil yang menderita hipertensi. Serta memberikan kontribusi informasi kepada masyarakat, khususnya ibu hamil, mengenai pentingnya melakukan pemeriksaan tekanan darah secara teratur selama kehamilan guna menjaga kesehatan ibu dan janin.

## KATA PENGANTAR

Puja dan puji Syukur penulis sampaikan atas kehadiran Allah SWT atau Tuhan Yang Maha Esa. Atas berkat dan Rahmat-Nya, saya dapat menyelesaikan skripsi yang berjudul **“Pengaruh Terapi Rendam Kaki dengan Air Hangat (Hidroterapi) Dan Aromaterapi Lavender Terhadap Penurunan Tekanan Darah pada Ibu Hamil Hipertensi (Studi Dilakukan Di Wilayah Kerja UPTD Puskesmas I dan IV Denpasar Selatan)”** dengan tepat waktu.

Skripsi ini disusun untuk memenuhi salah satu syarat menyelesaikan Pendidikan Program Studi Sarjana Terapan Keperawatan Poltekkes Kemenkes Denpasar Tahun 2025. Atas dukungan dan dorongan dari berbagai pihak, skripsi ini dapat penulis selesaikan, sehingga pada kesempatan ini penulis akan menyampaikan terima kasih kepada:

1. Dr. Sri Rahayu, S.Kep.,Ns.,S.Tr.Keb.,M.Kes selaku Direktur Poltekkes Kemenkes Denpasar
2. I Made Sukarja, S.Kep.,Ners.,M.Kep selaku Ketua Jurusan Keperawatan Poltekkes Kemenkes Denpasar yang telah memberikan izin dalam penyusunan skripsi ini
3. Nengah Runiari, S.Kp.,S.Pd.,M.Kep.,Sp.Mat selaku Kepala Program Studi Sarjana Terapan Keperawatan yang telah memfasilitasi penyusunan skripsi ini
4. Dr. Drs. I Dewa Made Ruspawan, S.Kp.,M.Biomed selaku Dosen Pembimbing Utama yang telah membimbing dari awal penyusunan hingga sidang skripsi
5. Suratiah, S.Kep.,Ners.,M.Biomed selaku Dosen Pembimbing Pendamping yang telah membimbing selama proses penyusunan hingga sidang skripsi

6. Cinta pertama dan panutanku, Bapak Achmad Santoso dan pintu surgaku Ibu Adnyani. Terima kasih atas segala pengorbanan dan tulus kasih yang diberikan. Beliau memang tidak sempat merasakan pendidikan bangku perkuliahan, namun beliau mampu senantiasa memberikan yang terbaik, tak kenal lelah mendoakan, serta memberikan perhatian dan dukungan. Semoga bapak dan ibu sehat, panjang umur dan bahagia selalu.
7. Saudara-saudara tersayang penulis kepada kak Roil dan kak Dewi, sahabat, dan teman-teman yang telah kebersamai dan memberikan dukungan yang tulus dan ikhlas, sehingga penyusunan skripsi ini dapat penulis selesaikan.
8. Devita Maudi Aulia, diri saya sendiri. Apresiasi sebesar-besarnya karena telah berusaha keras, bertanggung jawab dan berjuang sampai sejauh ini. Terima kasih sudah bertahan, tidak pernah memutuskan untuk menyerah sesulit apapun proses penyusunan skripsi ini dengan menyelesaikan sebaik dan semaksimal mungkin, ini merupakan pencapaian yang patut dibanggakan untuk diri sendiri.

Penulis menyadari skripsi ini masih jauh dari kata sempurna baik dari isi maupun penulisannya. Oleh karena itu, penulis mengharapkan kritik dan saran yang bersifat membangun demi kesempurnaan skripsi ini.

Denpasar, 29 April 2025

Penulis

## DAFTAR ISI

HALAMAN SAMPUL .....	i
HALAMAN JUDUL .....	i
LEMBAR PERSETUJUAN .....	ii
LEMBAR PENGESAHAN .....	iii
ABSTRAK.....	iii
ABSTRACT.....	iii
RINGKASAN PENELITIAN.....	iii
KATA PENGANTAR.....	ix
DAFTAR ISI.....	xi
DAFTAR TABEL .....	xiv
DAFTAR GAMBAR .....	xv
DAFTAR LAMPIRAN.....	xvi
BAB I PENDAHULUAN.....	1
A. Latar Belakang Masalah .....	1
B. Rumusan Masalah Penelitian .....	7
C. Tujuan Penelitian .....	7
1. Tujuan umum .....	7
2. Tujuan khusus .....	8
D. Manfaat Penelitian.....	8
1. Manfaat teoritis .....	8
2. Manfaat praktis .....	9
BAB II TINJAUAN PUSTAKA.....	10
A. Konsep Kehamilan .....	10
1. Definisi Kehamilan .....	10
2. Klasifikasi Kehamilan.....	10
3. Perubahan Fisik dan Gejala Kehamilan.....	11
B. Konsep Tekanan Darah .....	14
1. Pengertian tekanan darah .....	14
2. Faktor yang mempengaruhi nilai tekanan darah .....	15
3. Faktor yang mempengaruhi hasil nilai tekanan darah .....	17
C. Konsep Dasar Hipertensi Dalam Kehamilan .....	19
1. Pengertian hipertensi dalam kehamilan .....	19
2. Klasifikasi hipertensi dalam kehamilan .....	20
3. Tanda dan gejala hipertensi dalam kehamilan .....	21

4. Faktor risiko hipertensi dalam kehamilan.....	22
5. Penatalaksanaan hipertensi dalam kehamilan.....	23
6. Komplikasi hipertensi dalam kehamilan.....	25
D. Konsep rendam air hangat (Hidroterapi).....	28
1. Pengertian rendam air hangat (Hidroterapi).....	28
2. Manfaat rendam air hangat (Hidroterapi).....	28
3. Cara melakukan terapi rendam kaki dengan air hangat (Hidroterapi).....	30
E. Konsep Aromaterapi Lavender.....	31
1. Pengertian Aromaterapi.....	31
2. Manfaat aromaterapi.....	31
3. Teknik pemberian aromaterapi.....	31
4. Jenis-jenis dan manfaat aromaterapi.....	33
5. Kandungan aromaterapi lavender.....	33
F. Pengaruh hidroterapi terhadap penurunan tekanan darah.....	35
G. Pengaruh aromaterapi terhadap penurunan tekanan darah.....	36
H. Pengaruh hidroterapi dan aromaterapi lavender terhadap penurunan tekanan darah.....	37
BAB III KERANGKA KONSEP.....	36
A. Kerangka Konsep.....	36
B. Variabel dan definisi operasional variabel.....	37
1. Variabel penelitian.....	37
2. Definisi operasional variabel.....	37
C. Hipotesis.....	40
BAB IV METODE PENELITIAN.....	41
A. Jenis Penelitian.....	41
B. Alur Penelitian.....	42
C. Tempat dan Waktu Penelitian.....	43
1. Tempat penelitian.....	43
2. Waktu penelitian.....	43
D. Populasi dan Sampel Penelitian.....	43
1. Populasi penelitian.....	43
2. Sampel penelitian.....	43
3. Jumlah dan besar sampel.....	45
E. Jenis dan Teknik Pengumpulan Data.....	45

1. Jenis data yang dikumpulkan .....	45
2. Cara pengumpulan data.....	45
F. Pengolahan dan Analisis Data.....	48
1. Pengolahan data .....	48
2. Teknik analisis data.....	50
G. Etika Penelitian .....	51
BAB V HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN .....	53
A. Hasil.....	53
1. Kondisi lokasi penelitian.....	53
1. Karakteristik subyek penelitian.....	54
2. Hasil pengamatan terhadap subyek penelitian berdasarkan variabel penelitian 55	
3. Hasil Analisis Data.....	56
B. Pembahasan .....	58
1. Karakteristik (usia, pendidikan dan pekerjaan) responden yang mengalami hipertensi dalam kehamilan .....	58
1. Tekanan darah sistole dan diastole pada responden hipertensi dalam kehamilan sebelum diberikan terapi rendam kaki dengan air hangat (hidroterapi) dan aromaterapi lavender.....	62
2. Tekanan darah sistole dan diastole pada responden hipertensi dalam kehamilan setelah diberikan terapi rendam kaki dengan air hangat (hidroterapi) dan aromaterapi lavender.....	64
3. Pengaruh terapi rendam kaki dengan air hangat (hidroterapi) dan aromaterapi lavender terhadap penurunan tekanan darah pada ibu hamil hipertensi. ....	66
C. Kelemahan Penelitian.....	68
BAB VI SIMPULAN DAN SARAN.....	69
A. Simpulan .....	69
B. Saran.....	70
DAFTAR PUSTAKA.....	71

## DAFTAR TABEL

Tabel 1 Klasifikasi Hipertensi .....	21
Tabel 2 Perbedaan Hipertensi Kronis, hipertensi gestasional dan pre-eklampsia/eklampsia pada kehamilan .....	21
Tabel 3 Definisi Operasional Variabel Penelitian.....	38
Tabel 4 Distribusi Frekuensi Responden.....	54
Tabel 5 Distribusi Responden Berdasarkan Tekanan Darah Sebelum Diberikan Perlakuan .....	55
Tabel 6 Distribusi Responden Berdasarkan Tekanan Darah Setelah Diberikan Perlakuan .....	56
Tabel 7 Tekanan Darah Responden Sebelum Diberikan Perlakuan .....	58
Tabel 8 Tekanan Darah Responden Setelah Diberikan Perlakuan.....	58
Tabel 9 Penurunan Tekanan Darah Sebelum dan Sesudah Perlakuan.....	59

## DAFTAR GAMBAR

Gambar 1 Kerangka Konsep Penelitian Pengaruh Terapi Rendam Kaki Dengan Air Hangat (Hidroterapi) Dan Aromaterapi Lavender Terhadap Penurunan Tekanan Darah Pada Ibu Hamil Hipertensi .....	36
Gambar 2 Alur Penelitian Pengaruh Terapi Rendam Kaki Dengan Air Hangat (Hidroterapi) Dan Aromaterapi Lavender Terhadap Penurunan Tekanan Darah Pada Ibu Hamil Hipertensi Tahun 2025 .....	42