

KARYA TULIS ILMIAH
STUDI KASUS
PENERAPAN HIDROTERAPI RENDAM KAKI AIR HANGAT
CAMPURAN JAHE MERAH DAN GARAM PADA LANSIA PENDERITA
HIPERTENSI DI WILAYAH KERJA PUSKESMAS KENJERAN
SURABAYA



Oleh:
MEISYA PRAMESTRI UTAMI PUTRI
NIM.20244663040

PROGRAM STUDI PROFESI NERS
FAKULTAS ILMU KESEHATAN
UNIVERSITAS MUHAMMADIYAH SURABAYA
2025

KARYA TULIS ILMIAH
STUDI KASUS
PENERAPAN HIDROTERAPI RENDAM KAKI AIR HANGAT
CAMPURAN JAHE MERAH DAN GARAM PADA LANSIA PENDERITA
HIPERTENSI DI WILAYAH KERJA PUSKESMAS KENJERAN
SURABAYA

Untuk memperoleh Gelar Ners
Pada Program Studi Profesi Ners Fakultas Ilmu Kesehatan
Universitas Muhammadiyah Surabaya



Oleh:
MEISYA PRAMESTRI UTAMI PUTRI
NIM.20244663040

PROGRAM STUDI PROFESI NERS
FAKULTAS ILMU KESEHATAN
UNIVERSITAS MUHAMMADIYAH SURABAYA
2025

SURAT PERTANYAAN TIDAK MELAKUKAN PLAGIASI

Saya yang bertanda tangan dibawah ini:

Nama : Meisya Pramestri Utami Putri

NIM : 20244663040

Program Studi : Profesi Ners

Fakultas : Fakultas Ilmu Kesehatan

Menyatakan bahwa Karya Tulis Ilmiah yang saya tulis ini benar-benar tulisan karya sendiri bukan hasil plagiasi, baik secara sebagian maupun keseluruhan. Bila dikemudian hari terbukti hasil plagiasi, maka saya bersedia menerima sanksi akademik sesuai dengan ketentuan yang berlaku di Universitas Muhammadiyah Surabaya.

Surabaya, 06 Januari 2026

Yang Menyatakan



Meisya Pramestri Utami Putri

NIM. 20244663040

LEMBAR PERSETUJUAN

PERSETUJUAN

Studi kasus ini telah diperiksa dan disetujui isi serta susunannya, sehingga dapat diajukan dalam ujian sidang pada Program Studi Profesi Ners Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas Muhammadiyah Surabaya

Surabaya, 26 September 2025

Menyetujui,

Pembimbing I

Pembimbing II

Retno Sumara, S.Kep., Ns., M.Kep

Dr. Supatmi, S.Kep., Ns., M.Kes

Mengetahui,

Ketua Program Studi

Erfan Rofiqi, S.Kep., Ns., M.Kep

LEMBAR PENGESAHAN

LEMBAR PENGESAHAN

Karya Tulis Ilmiah ini telah dipertahankan dihadapan Tim Penguji Ujian Karya Tulis Ilmiah pada tanggal 1 September 2025 oleh mahasiswa atas nama Meisya Pramestri Utami Putri, NIM 20244663040. Program Studi Profesi Ners Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas Muhammadiyah Surabaya.

TIM PENGUJI

Ketua : Dr. Nur Mukarromah, SKM., M.Kes

Anggota 1 : Retno Sumara, S.Kep., Ns., M.Kep

Anggota 2 : Dr. Supatmi, S.Kep.,Ns., M.Kes

Mengesahkan,
Dekan FIK UMSurabaya



Ilah, S.Kep., Ns., M.Kep

KATA PENGANTAR

Syukur alhamdulillah, penulis panjatkan atas kehadiran Allah SWT karena dengan rahmat karunia, serta taufik dan hidayahnya lah penulis dapat menyelesaikan karya tulis ilmiah sebagai salah satu syarat jenjang Profesi Ners di Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas Muhammadiyah Surabaya. Dalam kesempatan ini, penulis menulis karya tulis ilmiah dengan judul **“Penerapan Hidroterapi Rendam Kaki Air Hangat Campuran Jahe Merah dan Garam pada Lansia Penderita Hipertensi di Wilayah Kerja Puskesmas Kenjeran Surabaya”**.

Dalam penulisan karya tulis ilmiah ini, penulis menyadari bahwa karya tulis ilmiah ini masih jauh dari kesempurnaan, baik dari cara penulisannya, penggunaan tata bahasa, dan dalam penyajiannya. Hal ini disebabkan karena penulis masih dalam tahap belajar. Maka dengan ini penulis dengan segala kerendahan hati menerima kritik dan saran yang bersifat membangun demi kesempurnaan skripsi ini. Selain itu, penulis juga menyadari, banyak rekan-rekan yang telah banyak memberi bantuan, dorongan, motivasi, serta semangat kepada penulis, sehingga penulis dapat menyelesaikan segala masalah yang dihadapi dari awal melakukan penelitian sampai akhirnya penulis dapat menyelesaikan penelitian ini sampai akhirnya selesai menjadi sebuah karya tulis ilmiah. Akhir kata semoga proposal penelitian ini dapat bermanfaat bagi semua.

Surabaya,

Meisya Pramestri Utami Putri

UCAPAN TERIMA KASIH

Alhamdulillah, segala puji bagi Allah SWT yang telah melimpahkan rahmat dan hidayah-Nya sehingga penyusunan karya tulis ilmiah ini terselesaikan. Karya tulis ilmiah ini disusun untuk memenuhi salah satu syarat dalam menempuh ujian akhir Program Studi Profesi Ners Fakultas Ilmu Kesehatan di Universitas Muhammadiyah Surabaya, tahun 2025 dengan judul penelitian “Penerapan Hidroterapi Rendam Kaki Air Hangat Campuran Jahe Merah dan Garam pada Lansia Penderita Hipertensi di Wilayah Kerja Puskesmas Kenjeran Surabaya”. Dalam penyusunan karya tulis ini penulis banyak mendapatkan bimbingan dan dorongan dari berbagai pihak untuk itu perkenankan penulis mengucapkan terima kasih kepada :

1. Dr. Mundakir, S.Kep., Ns. M.Kep., FISQua, selaku Rektor Universitas Muhammadiyah Surabaya.
2. Dr. Dede Nasrullah., S.Kep., Ns., M.Kep, selaku Dekan Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas Muhammadiyah Surabaya.
3. Erfan Rofiqi, S.Kep., Ns., M.Kep, selaku ketua Program Studi Profesi Ners
4. Retno Sumara S.Kep., Ns., M.Kep, selaku pembimbing I yang telah memberikan waktu untuk membimbing saya dengan penuh kesabaran serta selalu memberikan motivasi yang bermanfaat sehingga karya tulis ilmiah ini dapat terselesaikan.
5. Dr. Supatmi, S.Kep.,Ns., M.Kes selaku pembimbing II yang telah meluangkan waktu dalam memberikan bimbingan dengan sabar serta mengarahkan dalam penulisan karya tulis ilmiah ini

6. Dr. Nur Mukarromah, S.KM., M.Kes, selaku ketua penguji yang telah memberikan kritik dan saran untuk membangun dan memperbaiki karya tulis ilmiah ini dengan penuh kesabaran.
7. Seluruh dosen dan staff pengajar di program studi Profesi Ners yang telah ikhlas berbagi ilmu, bimbingan serta nasehat selama saya menempuh pendidikan.
8. Seluruh responden yang telah berkenan dan bersedia meluangkan waktu dalam penelitian ini.
9. Kedua orang tua saya tercinta, Bapak Mochamad Ilham dan Ibu Usfatul Hasanah yang telah memberikan do'a dan dukungan moril maupun materil serta memberikan kasih sayang dengan penuh cinta kepada saya sehingga saya dapat bersemangat menyelesaikan penulisan karya tulis ilmiah ini. Hiduplah lebih lama, ibu dan bapak harus selalu ada di setiap perjalanan dan pencapaian hidup saya.
10. Seluruh keluarga kakak-kakak saya Aprian Ramadhan, Yuli Dwi, Veronica Youryke dan keponakan saya yang lucu-lucu Azka, Erlangga, Kirana, Hana, Nisa yang sudah mendukung, memberi semangat dan menyanyangi penulis dengan tulus.
11. Teman-teman sahabatku Tasya Putri Anggraeni, Rahmawati Maulani, Suci Aurellia Tiffany, dan Nabila Januari Putri yang sudah kebersamaian penulis serta memberikan dukungan, do'a dan motivasi. Terima kasih untuk tangan yang selalu diulurkan, telinga yang siap mendengar, dan ucapan manis yang menenangkan. Terima kasih sudah selalu hadir dalam setiap prosesku.

12. Last but not least, I wanna thank me. I wanna thank me for believing in me, I wanna thank me for doing all this hard work. I wanna thank me for having no days off. I wanna thank me for never quitting.

Semoga amal kebbaikannya diterima disisi Allah SWT dan mendapat imbalan pahala dari Allah SWT,

Akhir kata semoga karya tulis yang sederhana ini dapat bermanfaat bagi perkembangan ilmu pengetahuan khususnya ilmu keperawatan.

Surabaya,

Meisya Pramestri Utami Putri

ABSTRAK

PENERAPAN HIDROTERAPI RENDAM KAKI AIR HANGAT CAMPURAN JAHE MERAH DAN GARAM PADA LANSIA PENDERITA HIPERTENSI DI WILAYAH KERJA PUSKESMAS KENJERAN SURABAYA

Pendahuluan: Pengobatan medis dengan obat antihipertensi memang efektif, tetapi penggunaan jangka panjang sering menimbulkan efek samping serta ketergantungan. Oleh karena itu, pendekatan terapi komplementer kini mulai banyak digunakan untuk membantu mengontrol tekanan darah dengan cara yang lebih alami dan minim efek samping. **Metode:** Dalam penelitian ini menggunakan desain penelitian deskriptif dengan pendekatan studi kasus dengan melakukan rendam kaki air hangat campuran jahe merah dan garam. Penelitian ini mengidentifikasi respon fisik dalam penerapan terapi komplementer hidroterapi. **Hasil dan Pembahasan:** Data menunjukkan bahwa terdapat penurunan nilai rata-rata tekanan darah sistolik maupun diastolik pada Ny. U dengan nilai rata-rata 155,3/92.33 mmHg menjadi 151,66/90 mmHg. Ny. T dengan nilai rata-rata 165.6/99.66 mmHg menjadi 162.33/90.75 mmHg. Sedangkan Ny.H dengan nilai rata-rata 158.6/89.66 mmHg menjadi 157,75/88.66mmHg. Hasil wawancara dari ketiga responden menunjukkan bahwa lansia merespons positif terapi rendam kaki air hangat dengan campuran jahe merah dan garam. **Diskusi:** disimpulkan bahwa terdapat penurunan tekanan darah setelah menjalani hidroterapi selama 3 hari. Respon lansia dalam perubahan fisik menjadi tubuh terasa lebih ringan, tidak cepat lelah, kaki terasa hangat dan rileks, serta kualitas tidur membaik.

Kata kunci: terapi komplementer, hidroterapi, lansia, hipertensi

ABSTRACT

APPLICATION OF HYDROTHERAPY BY SOAKING FEET IN WARM WATER WITH A MIXTURE OF RED GINGER AND SALT ON ELDERLY HYPERTENSION SUFFERERS IN THE WORKING AREA OF THE KENJERAN PUBLIC HEALTH CENTER IN SURABAYA

Introduction: Medical treatment with antihypertensive drugs is effective, but long-term use often causes side effects and dependence. Therefore, complementary therapy approaches are now widely used to help control blood pressure in a more natural way with minimal side effects. **Methods:** This study used a descriptive research design with a case study approach by soaking the feet in warm water mixed with red ginger and salt. This study identified physical responses to the application of complementary hydrotherapy. **Results and Discussion:** The data showed a decrease in the average systolic and diastolic blood pressure values in Mrs. U from an average of 155.3/92.33 mmHg to 151.66/90 mmHg. Mrs. T's average value decreased from 165.6/99.66 mmHg to 162.33/90.75 mmHg. Meanwhile, Mrs. H's average value decreased from 158.6/89.66 mmHg to 157.75/88.66 mmHg. The interview results from the three respondents showed that the elderly responded positively to warm foot bath therapy with a mixture of red ginger and salt. **Discussion:** It was concluded that there was a decrease in blood pressure after undergoing hydrotherapy for 3 days. The elderly responded to physical changes by feeling lighter, less tired, warmer and more relaxed feet, and improved sleep quality.

Keywords: complementary therapy, hydrotherapy, elderly, hypertension

DAFTAR ISI

HALAMAN JUDUL	i
SURAT PERTANYAAN TIDAK MELAKUKAN PLAGIASI	ii
PERSETUJUAN.....	Error! Bookmark not defined.
LEMBAR PENGESAHAN	iv
KATA PENGANTAR.....	v
UCAPAN TERIMA KASIH	vi
ABSTRAK	ix
DAFTAR ISI	xi
DAFTAR TABEL	xivv
DAFTAR GAMBAR	xv
DAFTAR LAMPIRAN	xvi
BAB 1 PENDAHULUAN.....	1
1.1 Latar Belakang.....	1
1.2 Pertanyaan Penelitian.....	6
1.3 Tujuan.....	6
1.3.1 Tujuan Umum	6
1.3.2 Tujuan Khusus	7
1.4 Manfaat penelitian	7
1.4.1 Manfaat Teoritis	7
1.4.2 Manfaat Praktis	8
BAB 2 TINJAUAN PUSTAKA.....	9
2.1 Konsep Lansia	9
2.1.1 Definisi Lansia	9
2.1.2 Batasan Lansia	9
2.1.3 Ciri-Ciri pada Lansia.....	9
2.1.4 Perubahan pada Lansia	10
2.1.5 Tipe Lansia.....	12
2.1.6 Masalah Kesehatan pada Lansia	13
2.2 Konsep Penyakit	14
2.2.1 Konsep Hipertensi pada Lansia	14
2.2.2 Etiologi Hipertensi pada Lansia	15
2.2.3 Manifestasi Klinis atau Tanda dan Gejala Hipertensi pada Lansia	16
2.2.4 Patofisiologi Hipertensi pada Lansia	16
2.2.5 Klasifikasi Hipertensi Menurut WHO-ISH.....	17
2.2.6 Faktor Risiko Hipertensi pada Lansia.....	19
2.2.7 Komplikasi Hipertensi pada Lansia	22
2.2.8 Pencegahan Hipertensi pada Lansia.....	22
2.2.9 Penatalaksanaan Hipertensi pada Lansia	24

2.3	Konsep Terapi Komplementer Hidroterapi	26
2.3.1	Definisi Terapi Komplementer.....	26
2.3.2	Klasifikasi Terapi Komplementer	26
2.4	Konsep Hidroterapi.....	27
2.4.1	Definisi Hidroterapi	27
2.4.2	Manfaat <i>Hydrotherapy</i>	28
2.4.3	Jenis-Jenis <i>Hydrotherapy</i>	29
2.4.4	Prinsip Kerja <i>Hydrotherapy</i>	29
2.5	Respon Fisik, Emosional, dan Psikologis Lansia dalam Perspektif <i>Health Belief Model</i> (HBM).....	30
2.5.1	Pengertian <i>Health Belief Model</i> (HBM).....	30
2.5.2	Pengertian Respon Fisik	31
2.5.3	Respon Emosional	31
2.5.4	Respon Psikologis	31
2.6	Prosedur Rendam Kaki Menggunakan Air Hangat dengan Campuran Jahe Merah dan Garam	32
2.7	Kerangka Teori	35
BAB 3	ANALISIS KASUS	36
3.1	Deskripsi Kasus	36
3.2	Metode Penelitian	38
3.2.1	Desain Penelitian.....	38
3.2.2	Pemilihan Partisipasi Penelitian	38
3.2.3	Waktu dan Lokasi Penelitian	38
3.2.4	Prosedur Pengambilan Data	39
3.2.5	Instrument Penelitian	40
3.3	Analisa Data	40
3.3.1	Unit Analisis	40
3.3.2	Kriteria Interpretasi	41
3.4	Etika Penelitian.....	42
3.4.1	<i>Informed Consent</i>	42
3.4.2	Anonymity (Tanpa Nama)	42
3.4.3	Confidentiality (Kerahasiaan)	43
3.4.4	Beneficence dan <i>Non Maleficence</i>	43
3.4.5	Justice (<i>Keadilan</i>).....	43
BAB 4	HASIL DAN PEMBAHASAN	45
4.1	Hasil Penelitian.....	45
4.1.1	Gambaran Lokasi Penelitian	45
4.1.2	Hasil Nilai Tekanan Darah Sebelum diberikan Penerapan Terapi	
4.1.3	Penerapan Terapi Komplementer Hidroterapi Rendam Kaki Air Hangat dengan Campuran Jahe Merah dan Garam.....	46
4.1.4	Hasil Tekanan Darah Sesudah diberikan Penerapan Terapi Komplementer Hidroterapi Rendam Kaki Air Hangat dengan Campuran Jahe Merah dan Garam.....	49
4.1.5	Respon Fisik, Emosional, dan Psikologis Lansia Selama dan Setelah Menjalani Terapi Rendam Kaki dengan Campuran Jahe Merah dan Garam.....	51
4.2	Pembahasan	53

4.2.1 Hasil Nilai Tekanan Darah Sebelum diberikan Penerapan Terapi Komplemen Hidroterapi Rendam Kaki Air Hangat dengan Campuran Jahe Merah dan Garam.....	53
4.2.2 Penerapan Terapi Komplemen Hidroterapi Rendam Kaki Air Hangat dengan Campuran Jahe Merah dan Garam.....	57
4.2.3 Hasil Tekanan Darah Sesudah diberikan Penerapan Terapi Komplemen Hidroterapi Rendam Kaki Air Hangat dengan Campuran Jahe Merah dan Garam.....	59
4.2.4 Respon Fisik, Emosional, dan Psikologis Lansia Selama dan Setelah Menjalani Terapi Rendam Kaki dengan Campuran Jahe Merah dan Garam.....	63
BAB 5 KESIMPULAN DAN SARAN	69
5.1 Kesimpulan.....	69
5.2 Saran.....	69
DAFTAR PUSTAKA.....	71
LAMPIRAN	75

DAFTAR TABEL

Tabel 2.1 Batasan Usia Lansia	9
Tabel 2.2 Klasifikasi Hipertensi	19
Tabel 2.3 Tabel Standar Operasional Prosedur (SOP)	32
Tabel 4. 1 Hasil Nilai Tekanan Darah Sebelum Penerapan Terapi... ..	46
Tabel 4.2 Hasil Nilai Tekanan Darah Sesudah Penerapan Terapi.....	49
Tabel 4. 3 Persesi Lansia dalam Melakukan Terapi.....	50
Tabel 4. 4 Respon Fisik, Emosional dan Psikologis Lansia Selama dan Setelah Menjalani Terapi	51

DAFTAR GAMBAR

Gambar 4. 1 Grafik Tekanan Darah Sistole Pre dan Post Pemberian Terapi.....	50
Gambar 4. 2 Grafik Tekanan Darah Diastole Pre dan Post Pemberian Terapi	50

DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran 1 Surat Ijin Pengambilan Data Awal.....	75
Lampiran 2 Surat Ijin Penelitian.....	76
Lampiran 3 Surat Ijin Penelitian Dinas Kesehatan.....	77
Lampiran 4 Permohonan Menjadi Responden	79
Lampiran 5 Lembar Persetujuan Menjadi Responden (Informed Consent).....	80
Lampiran 6 Data Demografi Responden.....	84
Lampiran 7 Standar Operasional Prosedur (SOP) Rendam Kaki Air Hangat Dengan Campuran Jahe Dan Garam	85
Lampiran 8 Pertanyaan Wawancara	87
Lampiran 9 Hasil Observasi Rendam Kaki Air Hangat Dengan Campuran Jahe Dan Garam	89
Lampiran 10 Hasil Wawancara	90
Lampiran 11 Dokumentasi	93
Lampiran 12 Lembar Konsultasi	94