

KARYA TULIS ILMIAH
PENERAPAN TERAPI RENDAM KAKI MENGGUNAKAN AIR REBUSAN
SERAI DAN GARAM DALAM PENURUNAN TEKANAN DARAH
TINGGI TERHADAP PENDERITA HIPERTENSI
DI RSU HAJI MEDAN TAHUN 2025



NAMA : WARHAMNI ANNISA
NIM : P07520122042

KEMENTERIAN KESEHATAN REPUBLIK INDONESIA
POLITEKNIK KESEHATAN MEDAN
JURUSAN KEPERAWATAN
PRODI D III KEPERAWATAN MEDAN
TAHUN 2025

KARYA TULIS ILMIAH
PENERAPAN TERAPI RENDAM KAKI MENGGUNAKAN AIR REBUSAN
SERAI DAN GARAM DALAM PENURUNAN TEKANAN DARAH
TINGGI TERHADAP PENDERITA HIPERTENSI
DI RSU HAJI MEDAN TAHUN 2025

Sebagai salah satu syarat untuk menyelesaikan studi dan memperoleh gelar Ahli Madya Keperawatan (A.Md.Kep) pada Program Studi D-III Keperawatan Medan Jurusan Keperawatan Politeknik Kesehatan Kemenkes Medan



NAMA : WARHAMNI ANNISA

NIM : P07520122042

KEMENTERIAN KESEHATAN REPUBLIK INDONESIA

POLITEKNIK KESEHATAN MEDAN

JURUSAN KEPERAWATAN

PRODI D III KEPERAWATAN MEDAN

TAHUN 2025

LEMBAR PERSETUJUAN
KARYA TULIS ILMIAH
PENERAPAN TERAPI RENDAM KAKI MENGGUNAKAN AIR REBUSAN
SERAI DAN GARAM DALAM PENURUNAN TEKANAN DARAH
TINGGI TERHADAP PENDERITA HIPERTENSI
DI RSU HAJI MEDAN TAHUN 2025

Diusulkan Oleh

WARHAMNI ANNISA
P07520122009

Telah Diterima dan Disetujui Untuk Diseminarkan Dihadapan Penguji
Pada tanggal 16 Juni 2025

Pembimbing Utama,



(Sri Siswati, SST, S.Pd, M.Psi)

NIP. 196010201989032001

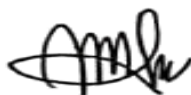
Pembimbing Pendamping



(Elny Lorensi Silalahi, S.Kep, Ns, M.Kes)

NIP.196910081993032001

Ketua Prodi DIII Keperawatan Medan



Masnila, S.Pd, S.Kep,Ns,M.Pd

NIP.197011301993032013

LEMBAR PENGESAHAN
KARYA TULIS ILMIAH
PENERAPAN TERAPI RENDAM KAKI MENGGUNAKAN AIR REBUSAN
SERAI DAN GARAM DALAM PENURUNAN TEKANAN DARAH
TINGGI TERHADAP PENDERITA HIPERTENSI
DI RSU HAJI MEDAN TAHUN 2025

Telah dipersiapkan dan disusun oleh

WARHAMNI ANNISA
P07520122042

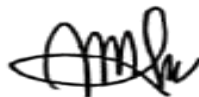
Telah Dipertahankan Didepan Tim Penguji
Pada Tanggal, Medan, 16 Juni 2025

1. Ketua Penguji : Sri Siswati, S.ST, S.Pd, M.Psi ()
2. Penguji I : Suriani Br Ginting, S.Kep,NS, M.Kep ()
3. Penguji II : Solihuddin Harahap, S.Kep, Ns, M.Kep ()

Medan, 16 Juni 2025

Mengetahui

Kaprodi Jurusan Keperawatan Medan



Masnila Siregar, S.Pd.,S.Kep,Ns, MPd
NIP.197011301993032013

PERNYATAAN KEASLIAN PENELITIAN

Yang bertanda tangan di bawah ini saya :

Nama : Warhamni Annisa
NIM : P07520122042
Program Studi : Diploma III
Jurusan : Keperawatan
Perguruan Tinggi : Poltekkes Kemenkes Medan

Menyatakan bahwa saya tidak melakukan kegiatan plagiat dalam penulisan karya tulis ilmiah saya yang berjudul:

PENERAPAN TERAPI RENDAM KAKI MENGGUNAKAN AIR REBUSAN SERAI DAN GARAM DALAM PENURUNAN TEKANAN DARAH TINGGI TERHADAP PENDERITA HIPERTENSI DI RSU HAJI MEDAN TAHUN 2025

Apabila suatu saat nanti terbukti saya melakukan tindakan plagiat, maka saya bersedia menerima sanksi sesuai dengan ketentuan yang berlaku. Demikian surat pernyataan ini saya buat dengan sebenar-benarnya.

Medan, 16 Juni 2025

Penulis



Warhamni Annisa
NIM.P07520122042

BIODATA PENULIS



Nama : Warhamni Annisa

Tempat/Tgl lahir : Rantau prapat, 25 Januari 2003

Jenis Kelamin : Perempuan

Agama : Islam

Alamat Rumah : Jl. Baru, Gg. Surya

No Hp : 082256359491

RIWAYAT PENDIDIKAN

1.SD : SDN 112134 Rantau Prapat

2. SMP : SMPN 1 Rantau Utara

3. SMA/SMK : SMK Kesehatan Imelda Ritonga Rantau Prapat

ABSTRAK

PENERAPAN TERAPI RENDAM KAKI MENGGUNAKAN AIR REBUSAN SERAI DAN GARAM DALAM PENURUNAN TEKANAN DARAH TINGGI TERHADAP PENDERITA HIPERTENSI DI RSU HAJI MEDAN TAHUN 2025

Warhamni Annisa,¹ Sri Siswati,² Elny Lorensi Silalahi³

Politeknik Kesehatan Kemenkes Medan

anisawarhamni@gmail.com

Latar Belakang: Hipertensi merupakan salah satu masalah kesehatan global yang dapat meningkatkan risiko penyakit kardiovaskular dan kematian dini. Pengelolaan hipertensi tidak hanya bergantung pada pengobatan farmakologis, namun juga dapat didukung melalui terapi non-farmakologis, seperti hidroterapi. Salah satu bentuk hidroterapi yang mulai banyak digunakan adalah terapi rendam kaki menggunakan air rebusan serai dan garam. Tujuan penelitian ini adalah untuk mengetahui efektivitas terapi rendam kaki air rebusan serai dan garam dalam menurunkan tekanan darah pada penderita hipertensi.

Tujuan: Penelitian ini menggunakan desain quasi eksperimen dengan pendekatan pretest-posttest pendekatan. Subjek penelitian adalah penderita hipertensi yang memenuhi kriteria inklusi, yang diberi perlakuan berupa rendam kaki selama 15–20 menit menggunakan air rebusan serai dan garam sebanyak 1 kali dalam seminggu selama 1 minggu. Data tekanan darah diukur sebelum dan sesudah intervensi menggunakan tensimeter digital. Analisis data dilakukan menggunakan uji statistik untuk mengetahui perbedaan tekanan darah sebelum dan sesudah.

Hasil: Penelitian menunjukkan adanya penurunan signifikan pada tekanan darah sistolik dan diastolik setelah dilakukan terapi rendam kaki. Hal ini diduga karena kandungan minyak atsiri dalam serai seperti citronellal dan geraniol yang bersifat relaksan serta kandungan natrium klorida dalam garam yang membantu meningkatkan sirkulasi darah dan memberikan efek menenangkan.

Kesimpulan Dan Saran: dari penelitian ini adalah terapi rendam kaki menggunakan air rebusan serai dan garam efektif dalam membantu menurunkan tekanan darah pada penderita hipertensi. Terapi ini dapat dijadikan sebagai metode komplementer yang aman, murah, dan mudah dilakukan untuk mengontrol tekanan darah tinggi.

Kata kunci: hipertensi, rendam kaki, serai, garam, tekanan darah

ABSTRACT

IMPLEMENTATION OF FOOT SOAK THERAPY USING BOILED LEMONGRASS AND SALT WATER TO REDUCE HIGH BLOOD PRESSURE IN HYPERTENSION PATIENTS AT HAJI GENERAL HOSPITAL, MEDAN IN 2025

Warhamni Annisa¹, Sri Siswati², Elny Lorensi Silalahi³
Medan Health Polytechnic of The Ministry of Health
anisawarhamni@gmail.com

Background: Hypertension is a global health problem that can increase the risk of cardiovascular disease and premature death. The management of hypertension doesn't solely rely on pharmacological treatment but can also be supported by non-pharmacological therapies, such as hydrotherapy. One form of hydrotherapy that is gaining popularity is foot soak therapy using boiled lemongrass and salt water. The purpose of this study was to determine the effectiveness of this foot soak therapy in lowering blood pressure in patients.

Objective: This study used a quasi-experimental design with a pretest-posttest approach. The subjects were hypertension patients who met the inclusion criteria and were given a foot soak treatment for 15-20 minutes, once a week for one week, using boiled lemongrass and salt water. Blood pressure data were measured before and after the intervention using a digital tensiometer. Statistical tests were used to analyze the difference in blood pressure before and after the intervention.

Results: The study showed a significant decrease in both systolic and diastolic blood pressure after the foot soak therapy. This is likely due to the essential oil content in lemongrass, such as citronellal and geraniol, which have relaxing properties, and the sodium chloride in salt, which helps improve blood circulation and provides a calming effect.

Conclusion and Recommendations: The conclusion of this study was that foot soak therapy using boiled lemongrass and salt water is effective in helping to lower blood pressure in hypertension patients. This therapy can be used as a safe, affordable, and easy-to-perform complementary method for controlling high blood pressure.

Keywords: Hypertension, Foot Soak, Lemongrass, Salt, Blood Pressure



CONFIRMED HAS BEEN TRANSLATED BY :

Language Laboratory of Medan Health Polytechnic of The
Ministry of Health

KATA PENGANTAR

Puji syukur peneliti ucapkan pada Tuhan Yang Maha Esa atas Kuasa-Nya yang telah memberikan segala nikmat dan kesempatan sehingga penyusunan karya tulis ilmiah yang berjudul **“PENERAPAN TERAPI RENDAM KAKI MENGGUNAKAN AIR REBUSAN SERAI DAN GARAM DALAM PENURUNAN TEKANAN DARAH TINGGI TERHADAP PENDERITA HIPERTENSI DENGAN DI RSUD HAJI MEDAN”** ini dapat terselesaikan. Selanjutnya ucapan terima kasih yang tak terhingga saya sampaikan kepada Ibu Sri Siswati, S.ST, S.Pd, M.Psi selaku pembimbing utama dan Ibu Elni Lorensi, S.Kep, Ns, M.Kes selaku pembimbing pendamping yang penuh kesabaran dan perhatiannya dalam memberikan bimbingan hingga karya tulis ilmiah ini dapat terselesaikan dengan baik.

Dengan terselesaikannya karya tulis ilmiah ini, perkenankan pula saya untuk mengucapkan terima kasih yang sebesar-besarnya kepada:

1. Ibu Tengku Sri Wahyuni, S.SiT., M,Keb selaku PLT. Direktur Politeknik Kesehatan Kemenkes Medan.
2. Ibu Dr.Amira Permata Sari Tarigan, S.Kep.,Ns.,M.Kes selaku ketua Jurusan Politeknik Kesehatan Kemenkes Jurusan Keperawatan Medan.
3. Ibu Masnila, S.Kep.,Ns,M.Pd selaku Ketua Prodi D-III Keperawatan Politeknik Kesehatan Kemenkes Medan.
4. Ibu Sri Siswati, S.Pd, M.Psi selaku pembimbing utama dan Ibu Elni Lorensi, S.Kep, Ns, M.Kes selaku pembimbing II
5. Ibu Suriani Br Ginting, SST, S.Pd, S.Kep, M.Kep selaku penguji I dan Solihuddin Harahap, S.Pd, S.Kep, Ns, M.Kep selaku penguji II.
6. Dosen Jurusan Keperawatan Poltekkes Kemenkes Medan yang telah dengan sabar mendidik dan mengajarkan kami ilmu keperawatan selama 3 tahun terakhir ini serta memberikan pengarahan yang tiada henti-hentinya baik dorongan spiritual maupun material sehingga penulis dapat menyelesaikan proposal karya tulis ilmiah ini.
7. Teristimewa saya sampaikan terimakasih ke dua orang tua saya (Kosim Nasution dan Latifah Pohan) abang dan kakak tersayang (Riswan Hasyim,

Aldi Rivaldi, Yuwansyah Putr, Puji Astuti, Indah, Fitri) dan kak Lisa, Nurul Cantika, Cindi. percayakan melanjutkan perhatiannya serta mendukung saya, memberikan semangat dan doanya serta kasih sayang yang tiada terhitung, serta dukungan baik moral, materi dan spritual sehingga sampai saat ini saya tetap bisa semangat dalam mengikuti perkuliahan dan mampu menyelesaikan karya tulis ilmiah ini dengan baik.

Penulis menyadari sepenuhnya bahwa dalam penyusunan karya tulis ilmiah ini jauh dari kesempurnaan untuk itu penulis mengharapkan kritik dan saran dari para pembaca guna kesempurnaan proposal ini, sehingga karya tulis ilmiah ini dapat disusun dengan sempurna nantinya dan dapat memberikan tambahan ilmu pengetahuan bagi penulis

Harapan penulis semoga karya tulis ilmiah ini dapat bermanfaat bagi pembaca. Akhir kata penulis mengucapkan terimakasih dan sernua pihak yang telah membantu dalam penyusunan karya tulis ilmiah ini.

Medan, 10 Februari 2025

Penulis,



Warhamni Annisa

NIM.P07520122042

DAFTAR ISI

LEMBAR PERSETUJUAN	i
LEMBAR PENGESAHAN	ii
KARYA TULIS ILMIAH	ii
PERNYATAAN KEASLIAN PENELITIAN	iii
BIODATA PENULIS.....	iv
ABSTRAK	v
ABSTRACT	vi
KATA PENGANTAR.....	vii
DAFTAR ISI.....	ix
DAFTAR TABEL	xi
DAFTAR LAMPIRAN	xii
BAB 1	Error! Bookmark not defined.
PENDAHULUAN.....	Error! Bookmark not defined.
A. Latar belakang	Error! Bookmark not defined.
B. Rumusan Masalah.....	Error! Bookmark not defined.
C. Tujuan Studi Kasus.....	Error! Bookmark not defined.
1. Tujuan Umum	Error! Bookmark not defined.
2. Tujuan Khusus	Error! Bookmark not defined.
D. Manfaat Studi Kasus.....	Error! Bookmark not defined.
1. Bagi Subjek Penelitian.....	Error! Bookmark not defined.
2. Bagi Tempat Peneliti	Error! Bookmark not defined.
3. Bagi Institusi Pendidikan	Error! Bookmark not defined.
BAB II	Error! Bookmark not defined.
TINJAUAN PUSTAKA.....	Error! Bookmark not defined.
A.Konsep Dasar Terapi Rendam Kaki	Error! Bookmark not defined.
1. Definisi.....	Error! Bookmark not defined.
2. Jenis – Jenis Terapi Rendam Kaki.....	Error! Bookmark not defined.
3. Manfaat Terapi Rendam Kaki.....	Error! Bookmark not defined.

4. Standar Operasional Prosedur.....	Error! Bookmark not defined.
B. Konsep Dasar Serai dan Garam	Error! Bookmark not defined.
1. Definisi.....	Error! Bookmark not defined.
2. Manfaat	Error! Bookmark not defined.
C. Konsep Dasar Hipertensi	Error! Bookmark not defined.
1. Definisi.....	Error! Bookmark not defined.
2. Penyebab Hipertensi	Error! Bookmark not defined.
3. Patofisiologi Hipertensi	Error! Bookmark not defined.
4. Pathway Hipertensi	Error! Bookmark not defined.
5. Tanda dan Gejala Hipertensi.....	Error! Bookmark not defined.
6. Penatalaksanaan	Error! Bookmark not defined.
BAB III.....	Error! Bookmark not defined.
METODE STUDI KASUS	Error! Bookmark not defined.
A. Rancangan Studi Kasus	Error! Bookmark not defined.
B. Subyek Studi Kasus	Error! Bookmark not defined.
C. Fokus Studi	Error! Bookmark not defined.
D. Definisi Operasional Studi Kasus.....	Error! Bookmark not defined.
E. Instrumen Studi Kasus	Error! Bookmark not defined.
F. Metode Pengumpulan Data	Error! Bookmark not defined.
G. Lokasi dan Waktu.....	Error! Bookmark not defined.
H. Penyajian Data.....	Error! Bookmark not defined.
I. Etika Studi Kasus	Error! Bookmark not defined.
BAB IV	Error! Bookmark not defined.
HASIL DAN PEMBAHASAN	Error! Bookmark not defined.
A. Hasil Studi Kasus	Error! Bookmark not defined.
B. Pembahasan	Error! Bookmark not defined.
BAB V.....	Error! Bookmark not defined.
KESIMPULAN DAN SARAN	Error! Bookmark not defined.
A. Kesimpulan.....	Error! Bookmark not defined.
B. Saran	Error! Bookmark not defined.
DAFTAR PUSTAKA	Error! Bookmark not defined.

DAFTAR TABEL

tabel 1 Definisi Operasional Studi Kasus	Error! Bookmark not defined.
Tabel 2 Karakteristik Responden	Error! Bookmark not defined.
Tabel 3 Intensitas Tekanan Darah Sebelum Dilakukan Rendam Kaki Air Rebusan Serai Dan Garam	Error! Bookmark not defined.
Tabel 4 Evaluasi Hasil Penerapan Terapi Rendam Kaki Menggunakan Air Rebusan Serai Dan Garam Pada Responden 1.....	Error! Bookmark not defined.
Tabel 5 Evaluasi Hasil Penerapan Terapi Rendam Kaki Menggunakan Rebusan Serai dan Garam Pada Responden 2	Error! Bookmark not defined.

DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran 1 Standar Operasional Prosedur (SOP) Terapi Rendam Kaki Menggunakan Air Rebusan Serai Dan Garam	Error! Bookmark not defined.
Lampiran 2 . Surat Permohonan Menjadi Responden	Error! Bookmark not defined.
Lampiran 3 Instrumen Penelitian	Error! Bookmark not defined.
Lampiran 4 Instrumen Penelitian	Error! Bookmark not defined.
Lampiran 5 Lembaran Observasi	Error! Bookmark not defined.
Lampiran 6 Lembar Observasi.....	Error! Bookmark not defined.
Lampiran 7 Surat Persetujuan Menjadi Responden Pasien 1 (Tn. L)	Error! Bookmark not defined.
Lampiran 8 Surat Persetujuan Menjadi Responden Pasien 2 (Ny. S).....	Error! Bookmark not defined.
Lampiran 9 survey awal	Error! Bookmark not defined.
Lampiran 10 surat balasan survey awal	Error! Bookmark not defined.
Lampiran 11 EC	Error! Bookmark not defined.
Lampiran 12 surat izin penelitian.....	Error! Bookmark not defined.
Lampiran 13 Surat balasan izin penelitian	Error! Bookmark not defined.
Lampiran 14 surat izin balas penelitian ruangan...	Error! Bookmark not defined.

.