

**PENGARUH HIDROTERAPI RENDAM KAKI AIR HANGAT DENGAN
PEPPERMINT ESSENTIAL OIL TERHADAP PERUBAHAN TEKANAN
DARAH PADA PENDERITA HIPERTENSI DI WILAYAH KERJA
PUSKESMAS II DENPASAR BARAT**



SKRIPSI

**Diajukan Oleh:
I Gede Surya Juliawan
C1121008**

**PROGRAM STUDI SARJANA ILMU KEPERAWATAN
SEKOLAH TINGGI ILMU KESEHATAN
BINA USADA BALI
2024**

**PENGARUH HIDROTERAPI RENDAM KAKI AIR HANGAT DENGAN
PEPPERMINT ESSENTIAL OIL TERHADAP PERUBAHAN TEKANAN
DARAH PADA PENDERITA HIPERTENSI DI WILAYAH KERJA
PUSKESMAS II DENPASAR BARAT**

SKRIPSI

**Sebagai Salah Satu Syarat Untuk Memperoleh Gelar Sarjana Keperawatan
pada Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan Bina Usada Bali**

Diajukan Oleh:

I Gede Surya Juliawan

NIM. C1121008

PROGRAM STUDI SARJANA ILMU KEPERAWATAN

SEKOLAH TINGGI ILMU KESEHATAN

BINA USADA BALI

2024

SURAT PERNYATAAN KEASLIAN PENELITIAN

Saya yang bertanda tangan dibawah ini

Nama : I Gede Surya Juliawan

NIM : C1121008

Jurusan : Ilmu Keperawatan

Judul Skripsi : pengaruh hidroterapi rendam kaki air hangat dengan *peppermint essential oil* terhadap perubahan tekanan darah pada penderita hipertensi di wilayah kerja puskesmas II Denpasar Barat

Menyatakan dengan sebenarnya bahwa Tugas akhir yang saya tulis benar-benar hasil karya saya sendiri, bukan merupakan pengambilalihan tulisan atau pikiran orang lain yang saya akui sebagai tulisan atau pikiran saya sendiri. Apabila dikemudian hari dapat dibuktikan bahwa Tugas Akhir ini adalah hasil jiplakan, maka saya bersedia menerima sanksi atas perbuatan tersebut.

Mangupura, 29 November 2024

A 10,000 Rupiah Indonesian postage stamp is placed over the signature. The stamp features the Garuda Pancasila emblem and the text '10000', 'METER TEMPEL', and the serial number '49ALX375039828'.

(I Gede Surya Juliawan)

HALAMAN PERSETUJUAN

**PENGARUH HIDROTERAPI RENDAM KAKI AIR HANGAT DENGAN
PEPPERMINT ESSENTIAL OIL TERHADAP PERUBAHAN TEKANAN
DARAH PADA PENDERITA HIPERTENSI DI WILAYAH KERJA
PUSKESMAS II DENPASAR BARAT**

**Diajukan oleh:
I Gede Surya Juliawan
NIM. C1121008**

Badung, 27 November 2024

Telah disetujui oleh dosen pembimbing


Pembimbing I



Ns. I Made Ima Pradana Stella, S.Kep., M.Kes

NIDN: 0813065801

Pembimbing II



Ns. IGAA Sherina Polanahani, S.Kep., M.Kes

NIDN: 0821038001

Mengetahui

Program Studi Sarjana Ilmu Keperawatan



Ketua

Ns. I Putu Ancha Wijaya, S.Kep., M.Kep

NIDN: 0821058603

HALAMAN PENGESAHAN

**PENGARUH HIDROTERAPI RENDAM KAKI AIR HANGAT DENGAN
PEPPERMINT ESSENTIAL OIL TERHADAP PERUBAHAN TEKANAN
DARAH PADA PENDERITA HIPERTENSI DI WILAYAH
KERJA/PUSKESMAS II DNPASAR BARAT**

Tanggal: 30 Januari 2025

Yang terdiri dari:

Ketua Penguji



Ns. Ni Nyoman Suardani, S.Kep., M.M
NIDK: 08863790019

Sekretaris Penguji



Ns. I Made Dwie Pradnya Susila, S.Kep., M.Kes
NIDN: 0813068801

Anggota Penguji



Ns. IGAA Sherlyna Prihandhani, S.Kep., M.Kes
NIDN: 0801038801

Mengetahui

Program Studi Sarjana Ilmu Keperawatan



Ketua



Ns. I Putu Artha Wijaya, S.Kep., M.Kep
NIDN: 0824058603

SEKOLAH TINGGI ILMU KEPERAWATAN

BINA USADA BALI PROGRAM STUDI SARJANA KEPERAWATAN

Skripsi, Desember 2024

I Gede Surya Juliawan

Pengaruh Hidroterapi Rendam Kaki Air Hangat Dengan *Peppermint Essential Oil* Terhadap Perubahan Tekanan Darah Pada Penderita Hipertensi Di Wilayah Kerja Puskesmas II Denpasar Barat

xix + 130 + 14 tabel + 2 gambar + 16 lampiran

Abstrak

Prevalensi hipertensi di Indonesia meningkat dari 25,8% pada 2013 menjadi 34,1% pada 2018. Data Dinas Kesehatan Bali mencatat estimasi penderita hipertensi di Bali meningkat dari 555.184 orang pada 2021 menjadi 562.519 pada 2022, dengan Denpasar sebagai kota dengan jumlah penderita tertinggi ketiga, mencapai 100.569 orang. Hipertensi, ditandai tekanan darah sistolik ≥ 140 mmHg dan diastolik ≥ 90 mmHg, meningkatkan risiko penyakit kardiovaskular. Penanganannya melibatkan terapi farmakologis dan non-farmakologis. Penelitian ini bertujuan menguji pengaruh hidroterapi rendam kaki air hangat dengan *peppermint essential oil* terhadap tekanan darah penderita hipertensi. Desain penelitian menggunakan *Quasi Eksperimental* dengan rancangan *Pretest-Posttest Nonequivalent Control Group* pada 34 responden yang dibagi acak menjadi kelompok perlakuan dan kontrol (masing-masing 17 orang). Intervensi dilakukan selama 15 menit selama 3 hari. Hasil uji Wilcoxon menunjukkan penurunan signifikan tekanan darah pada kelompok perlakuan ($p=0,001$), sementara uji Mann-Whitney U menunjukkan perbedaan signifikan tekanan darah sistolik dan diastolik antara kelompok perlakuan dan kontrol ($p=0,001$). Kesimpulan, hidroterapi rendam kaki air hangat dengan 3 tetes *peppermint essential oil* efektif menurunkan tekanan darah penderita hipertensi. Teknik ini mudah, aman, dan dapat diterapkan untuk mengelola hipertensi.

Kata kunci : Hipertensi, Hidroterapi, Peppermint Essential Oil, Tekanan Darah, Terapi Non-Farmakologis

Daftar Pustaka: 59 (2002-2024)

BINA USADA BALI HEALTH INSTITUTION
BACHELOR DEGREE OF NURSING PROGRAM

Undergraduate thesis, December 2024

I Gede Surya Juliawan

The Effect of Warm Water Foot Soak Hydrotherapy with Peppermint Essential Oil on Blood Pressure Changes in Hypertensive Patients at the Working Area of Puskesmas II West Denpasar

xix + 130 pages + 14 tables + 2 figures + 16 appendices

ABSTRACT

The prevalence of hypertension in Indonesia increased from 25.8% in 2013 to 34.1% in 2018. Data from the Bali Health Office recorded a rise in the estimated number of hypertensive patients in Bali, from 555,184 in 2021 to 562,519 in 2022, with Denpasar being the city with the third-highest number of cases, totaling 100,569. Hypertension, characterized by systolic blood pressure ≥ 140 mmHg and diastolic blood pressure ≥ 90 mmHg, increases the risk of cardiovascular diseases. Its management involves both pharmacological and non-pharmacological therapies. This study aims to examine the effect of warm water foot soak hydrotherapy with peppermint essential oil on blood pressure in hypertensive patients. The study employed a Quasi-Experimental design with a Pretest-Posttest Nonequivalent Control Group approach, involving 34 respondents randomly divided into treatment and control groups (17 each). The intervention consisted of a 15-minute warm water foot soak with three drops of peppermint essential oil, conducted over three days. The Wilcoxon test results showed a significant decrease in blood pressure in the treatment group ($p=0.001$), while the Mann-Whitney U test revealed significant differences in systolic and diastolic blood pressure between the treatment and control groups ($p=0.001$). In conclusion, warm water foot soak hydrotherapy with peppermint essential oil effectively reduces blood pressure in hypertensive patients. This technique is simple, safe, and applicable for hypertension management.

Keywords: Hypertension, Hydrotherapy, Peppermint Essential Oil, Blood Pressure, Non-Pharmacological Therapy

Bibliography: 59 (2002–2024)

KATA PENGANTAR

Syukur dan terima kasih penulis sampaikan kepada Tuhan Yang Maha Esa atas berkat Nya memungkinkan penulis menyelesaikan skripsi berjudul “Pengaruh hidroterapi rendam kaki air hangat dengan *peppermint essential oil* terhadap perubahan tekanan darah penderita hipertensi di wilayah kerja Puskesmas II Denpasar Barat” dengan tepat waktu.

Penulis ingin mengucapkan terimakasih kepada semua pihak yang telah membantu dalam penyusunan proposal ini. Maka pada kesempatan ini izinkan penulis menyampaikan ucapan terima kasih kepada:

1. Dr. Ir I Putu Santika, MM selaku Ketua STIKES Bina Usaha Bali yang telah memberikan kesempatan mengikuti Pendidikan program S1 Keperawatan di STIKES Bina Usaha Bali.
2. Ns. I Putu Artha Wijaya, S.Kep., M.Kep, selaku Ka.Prodi S1 Keperawatan di STIKES Bina Usaha Bali yang telah meluangkan waktunya untuk turut membimbing dan memotivasi dalam menyelesaikan skripsi ini.
3. Ns. I Made Dwie Pradnya Susila, S. Kep., M.Kes, selaku pembimbing I yang telah meluangkan waktu untuk membimbing dalam penyusunan skripsi ini.
4. Ns. IGAA Sherlyna Prihandhani, S.Kep., M.Kes, selaku pembimbing II yang telah meluangkan waktu untuk membimbing dalam penyusunan skripsi ini.

5. Bapak, Ibu dan seluruh keluarga yang selalu setia memberikan dukungan dan semangat baik secara moral dan material dalam menyelesaikan skripsi ini.
6. Teman – teman dan semua pihak yang tidak bisa penulis sebutkan Namanya satu persatu yang telah membantu dalam menyelesaikan skripsi ini.

Penulis menyadari bahwa skripsi ini jauh dari sempurna, dikarenakan keterbatasan pengetahuan yang dimiliki penulis mengharapkan kritik dan saran yang bersifat membangun demi kesempurnaan skripsi ini sehingga dapat bermanfaat.

Mangupura, 29 November 2024

Penulis

DAFTAR ISI

LEMBAR JUDUL	i
SURAT PERNYATAAN BEBAS PLAGIARISEM	ii
LEMBAR PERSETUJUAN.....	iii
LEMBAR PENGESAHAN	iv
KATA PENGANTAR.....	vii
DAFTAR ISI	ix
DAFTAR TABEL.....	xi
DAFTAR GAMBAR	xii
DAFTAR LAMPIRAN	xiii
BAB I: PENDAHULUAN.....	1
A. Latar Belakang	1
B. Rumusan Masalah	5
C. Tujuan.....	5
D. Manfaat	7
E. Keaslian penelitian	8
BAB II: TINJAUAN PUSTAKA	11
A. Konsep Dasar Hipertensi.....	11
B. Konsep Rendam Kaki Air Hangat dengan <i>peppermint essential oil</i> ...	27
C. Kerangka Teori.....	34
BAB III: KERANGKA KONSEP DAN HIPOTESIS PENELITIAN.....	35
A. Kerangka Konsep	35
B. Hipotesis.....	36
C. Definisi Operasional.....	36
BAB IV: METODE PENELITIAN.....	38
A. Rancangan Penelitian	38
B. Populasi dan Sampel	39
C. Tempat Penelitian.....	43
D. Waktu Penelitian	43
E. Etika Penelitian	44
F. Alat Pengumpulan Data	45
G. Prosedur Pengumpulan Data	47

H. Pengolahan Data.....	50
I. Rencana Analisis Data.....	52
BAB V: HASIL PENELITIAN	54
A. Tempat dan Waktu Penelitian.....	54
B. Analisis Univariat.....	55
C. Analisis Bivariat.....	58
BAB VI: PEMBAHASAN.....	61
A. Interpretasi Penelitian	61
B. Keterbatasan Penelitian.....	78
C. Implikasi Terhadap Pelayanan, Pendidikan, dan Penelitian.....	79
BAB VII: PENUTUP.....	82
A. Simpulan	82
B. Saran.....	83

DAFTAR PUSTAKA

LAMPIRAN

DAFTAR TABEL

Tabel 2.1 Klasifikasi Hipertensi menurut Whelton et al. (2018)	12
Tabel 2.2 Klasifikasi Hipertensi menurut Unger et al. (2018)	12
Tabel 3.1 Definisi operasional.....	37
Tabel 4.1 Desain Penelitian.....	38
Tabel 5.1 Distribusi karakteristik responden berdasarkan usia	55
Tabel 5.2 Distribusi karakteristik responden berdasarkan jenis kelamin	55
Tabel 5.3 Distribusi karakteristik responden berdasarkan status pasangan.....	55
Tabel 5.4 Distribusi karakteristik responden berdasarkan riwayat merokok	56
Tabel 5.5 Distribusi karakteristik responden berdasarkan pendidikan	56
Tabel 5.6 Distribusi tekanan darah pada kelompok intervensi sebelum dan sesudah diberikan perlakuan.....	56
Tabel 5.7 Distribusi tekanan darah pada kelompok kontrol sebelum dan sesudah diberikan terapi standar.....	57
Tabel 5.8 Hasil perbedaan tekanan darah sistolik dan diastolik sebelum dan sesudah diberikan intervensi pada kelompok perlakuan	58
Tabel 5.9 Hasil perbedaan tekanan darah sistolik dan diastolik sebelum dan sesudah diberikan terapi standar pada kelompok kontrol.....	58
Tabel 5.10 Hasil analisis perbedaan tekanan darah sistolik dan diastolik pada kelompok intervensi dan kontrol.....	59

DAFTAR GAMBAR

Gambar 2.1 Kerangka Teori	34
Gambar 3.1 Kerangka Konsep	35

DAFTAR LAMPIRAN

- Lampiran 1. Surat Studi Pendahuluan
- Lampiran 2. Surat balasan Dinas Kesehatan Kota Denpasar²
- Lampiran 3. Surat balasan Studi Pendahuluan
- Lampiran 4. Surat permohonan ijin penelitian
- Lampiran 5. Surat rekomendasi penelitian
- Lampiran 6. Surat pernyataan selesai penelitian
- Lampiran 7. Keterangan lolos kaji etik
- Lampiran 8. Lembar observasi
- Lampiran 9. SOP rendam kaki air hangat dengan *peppermint essential oil*
- Lampiran 10. SOP pengukuran tekanan darah
- Lampiran 11. Surat persetujuan menjadi responden
- Lampiran 12. Informed Consent
- Lampiran 13. Jadwal Penelitian
- Lampiran 14. Dokumentasi penelitian
- Lampiran 15. Hasil SPSS
- Lampiran 16. Lembar bimbingan

DAFTAR PUSTAKA

- Alvita, G. W. (2018). Hubungan Pola Diet Dengan Riwayat Hipertensi Pada Lansia Di Desa Tenggeles Kudus. *Jurnal Keperawatan Dan Kesehatan Masyarakat Cendekia Utama*, 7(1), 1. <https://doi.org/10.31596/jcu.v0i0.208>
- Ariani, N., & Noorratri, E. D. (2023). Pengaruh Penerapan Hidroterapi Rendam Kaki Air Hangat terhadap Perubahan Tekanan Darah pada Lansia Hipertensi di RSUD Kota Salatiga. *Jurnal Ilmu Kesehatan Dan Keperawatan*, 1(3), 268–280. <https://doi.org/10.59581/diagnosa-idyakarya.v1i2.1140>
- Arikunto, S. (2013). *Prosedur Penelitian Suatu Pendekatan Praktik*. PT RINEKA CIPTA.
- Artiyaningrum, B., & Azam, M. (2016). Faktro-Faktor Yang Berhubungan Dengan Kejadian Hipertensi Tidak Terkendali Pada Penderita Yang Melakukan Pemeriksaan Rutin. *Public Health Perspective Journal*, 1(1), 12–20.
- Ayu, D., Sinaga, A. F., Syahlan, N., Siregar, S. M., Sofi, S., Zega, R. S., Annisa, A., & Dila, T. A. (2022). Faktor - Faktor Yang Menyebabkan Hipertensi Di Kelurahan Medan Tenggara. *Jurnal Kesehatan Masyarakat (Undip)*, 10(2), 136–147. <https://doi.org/10.14710/jkm.v10i2.32252>
- Ayubbana, S., & Hasanah, U. (2021). Efektifitas aromaterapi peppermint terhadap mual muntah pada pasien kanker payudara yang menjalani kemoterapi. *Holistik Jurnal Kesehatan*, 15(1), 1–7. <https://doi.org/10.33024/hjk.v15i1.3313>
- Basuni, M. (2023). Pengaruh Relaksasi Benson Kombinasi Hidroterapi Terhadap Perubahan Tekanan Darah Pada Pasien Hipertensi: A Systematic Review. *Jurnal Keperawatan*, 15(September), 1255–1264. <http://journal.stikeskendal.ac.id/index.php/Keperawatan%0A>
- Brunner & Suddarth. (2002). *Keperawatan Medikal Bedah*. Lippincott-Raven Publisher.
- Dafriani, P. (2019). Pendekatan Herbal Dalam Menangani Hipertensi. In *Berkah Prima*.
- Dinas Kesehatan Kota Denpasar. (2022). *Profil Dinas Kesehatan Kota Denpasar*. <https://www.dinkes.denpasarkota.go.id/>
- Dinas Kesehatan Provinsi Bali. (2021). *Profil Kesehatan Provinsi Bali*. <https://diskes.baliprov.go.id/profil-kesehatan-provinsi-bali/>
- Dinas Kesehatan Provinsi Bali. (2022). *Profil Kesehatan Provinsi Bali*. <https://diskes.baliprov.go.id/profil-kesehatan-provinsi-bali/>

- Dyah Ratna Ayu Puspita Sari, Ni Luh Gde Mona Monika, Ni Nyoman Ariyanti, P. Y. U. (2023). Pengaruh Pemberian Kombinasi Aromaterapi Lavender dan Peppermint Terhadap Penurunan Nyeri Haid (Dismenore) di Apotek Anggita Dalung. *Jurnal Pharmactive*, 2(1), 1–6. <https://s.id/jurnalpharmactive>
- Falah, M. (2019). Hubungan Jenis Kelamin Dengan Angka Kejadian Hipertensi Pada Masyarakat Di Kelurahan Tamansari Kota Tasikmalaya. *Jurnal Keperawatan & Kebidanan STIKes Mitra Kencana Tasikmalaya*, 3(1), 88.
- Fuad, M., Program, S. H., Magister, S., & Kesehatan, I. (2022). Terapi Non Farmakologi pada Hipertensi. *Jurnal Untuk Masyarakat Sehat (JUKMAS)*, 6(1), 2715–8748. <http://ejournal.urindo.ac.id/index.php/jukmas>
- Pedoman Nasional Pelayanan Kedokteran Tata Laksana Hipertensi Dewasa, 1 (2021). <https://www.kemkes.go.id/eng/pnpg-2021---tata-laksana-hipertensi-dewasa>
- Indrayanti, N. (2021). Desain Interior Pusat Hidroterapi. *Jurnal Vastukara*, 1(2).
- Indriyanti, T. N. A. & N. M. & N. (2021). Efek Aromaterapi Peppermint (*Letha arvensis* L) Pada Penurunan Tekanan Darah. *Proceeding of Mulawarman Pharmaceuticals Conferences, April 2021*, 135–138. <http://prosiding.farmasi.unmul.ac.id/index.php/mpc/article/view/416/399>
- Jumu, L. (2024). *Manajemen Perawatan Komplikasi Hipertensi Pada Lansia* (M. Suhardi (ed.)). Pusat Pengembangan Pendidikan dan Penelitian Indonesia.
- Kadir, A. (2018). Hubungan Patofisiologi Hipertensi dan Hipertensi Renal. *Jurnal Ilmiah Kedokteran Wijaya Kusuma*, 5(1), 15. <https://doi.org/10.30742/jikw.v5i1.2>
- Kansil, M. R., Molintao, W. P., & Papatungan, F. P. (n.d.). *Kecamatan Tahuna Timur Kabupaten Sangihe*. 5, 1–15.
- Lestari, L., Pahrul, D., Fatriansari, A., & Desvitasari, H. (2023). *Pengaruh Terapi Rendam Kaki Air Hangat Terhadap Perubahan Tekanan Darah Pada Penderita Hipertensi The Effect Of Warm Water Foot Sound Therapy On Blood Pressure Changes In Hypertension Patients*. 6(1), 15–22.
- Linda. (2018). the Risk Factors of Hypertension Disease. *Jurnal Kesehatan Prima*, 11(2), 150. <https://doi.org/10.32807/jkp.v11i2.9>
- Lola Fauzia, R., & Ayu Wulandari, D. (2023). Pengaruh Aromaterapi Peppermint Terhadap Mual Muntah Pada Ibu Hamil Trimester I. *Jurnal Bidan Pintar*, 4(1), 425–434.
- Lumbantobing, R., & Rahtriawati, M. A. P. (2021). Pengaruh Stress Terhadap Peningkatan Tekanan Darah Pada Pekerja Sosial Di Balai Rehabilitas Sosial Penyandang Disabilitas Sensorik Rungu Wicara Melati Jakarta. *Medicine*, 12, 1–12. <http://repository.uki.ac.id/id/eprint/5186>

- Malibel, Y. A. A., Elisabeth, H., & Djogo, H. M. A. (2020). Pengaruh Pemberian Hidroterapi (Rendam Kaki Air Hangat) Terhadap Penurunan Tekanan Darah Pada Pasien Hipertensi Di Wilayah Kerja Puskesmas Sikumana Kota Kupang. *CHMK Health Journal*, 4(Januari), 124–131.
- martin, W. (2016). Pengaruh Terapi Meditasi Terhadap Perubahan Tekanan Darah Pada Lansia Yang Mengalami Hipertensi. *Jurnal Iptek Terapan*, 10(4), 211–217. <https://doi.org/10.22216/jit.2016.v10i4.468>
- Masi, G. N. M., & Rottie, J. V. (2019). Pengaruh terapi rendam kaki dengan air hangat terhadap penurunan tekanan darah pada pasien dengan hipertensi di Puskesmas Bahu Manado. *Jurnal Keperawatan UNSRAT*, 5(1), 105810.
- Mirani, N. (2022). Pengaruh Kombinasi Hidroterapi Dan Metode Inhalasi Aromatherapy Neroli Terhadap Penurunan Hipertensi Pada Kehamilan. *Jurnal Ilmiah Kebidanan Imelda*, 8(1), 1–6. <https://doi.org/10.52943/jikebi.v8i1.750>
- Nazaruddin, Yati, M., & Pratiwi, D. S. (2021). Pengaruh Terapi Rendam Kaki Dengan Air Hangat Terhadap Penurunan Tekanan Darah Penderita Hipertensi Di Wilayah Kerja Puskesmas Poasia Kota Kendari. *Jurnal Ilmiah Kesehatan Diagnosis*, 16, 2302–2531.
- Nugroho, P. S., & Sari, Y. (2019). Hubungan Tingkat Pendidikan Dan Usia Dengan Kejadian Hipertensi Di Wilayah Kerja Puskesmas Palaran. *Jurnal Dunia Kesmas*, 8(4), 219–255.
- Nursalam. (2015). *Metodologi Penelitian Ilmu Keperawatan : Pendekatan Praktis*. Salemba Medika.
- Pasaribu, Benny, Atty, Herawati Kabul, Wahyu Utomo, Rizqon, H. S. (2022). *Metodologi Penelitian Untuk Ekonomi dan Bisnis*. Media Edu Pustaka.
- Rahmadhani, M. (2021). Faktor-Faktor Yang Mempengaruhi Terjadinya Hipertensi Pada Masyarakat Di Kampung Bedagai Kota Pinang. *Jurnal Kedokteran STM (Sains Dan Teknologi Medik)*, 4(1), 52–62. <https://doi.org/10.30743/stm.v4i1.132>
- Riamah. (2019). Faktor-Faktor Penyebab Terjadinya Hipertensi Pada Lansia Di UPT PPSW Khusnul Khotimah. *Menara Ilmu*, 13(5), 106–113.
- Rohkuswara, T. D., & Syarif, S. (2017). Hubungan Obesitas dengan Kejadian Hipertensi Derajat 1 di Pos Pembinaan Terpadu Penyakit Tidak Menular (Posbindu PTM) Kantor Kesehatan Pelabuhan Bandung Tahun 2016. *Jurnal Epidemiologi Kesehatan Indonesia*, 1(2), 13–18. <https://doi.org/10.7454/epidkes.v1i2.1805>
- Santosa, W. R. bagus. (2023). Pengaruh Hidroterapi Rendam Air Hangat Pada Kaki Terhadap Tekanan Darah Lansia Penderita Hipertensi. *Jurnal Wiyata: Penelitian Sains Dan Kesehatan*, 10(2), 49. <https://doi.org/10.56710/wiyata.v10i2.730>

- Saras, T. (2023). *DAUN MINT AROMA SEGAR DAN MANFAATNYA*. Tiram Media.
- Sardaniah, S., Nurhasanah, H., & Marlina, F. (2020). Pengaruh Terapi Bekam terhadap Penurunan Tekanan Darah pada Penderita Hipertensi di Pondok Pengobatan Alternatif Miftahusyifa. *Jurnal Vokasi Keperawatan (JVK)*, 3(1), 85–102. <https://doi.org/10.33369/jvk.v2i2.10697>
- Siwi, A. S., & Susanto, A. (2020). Jurnal of Bionursing Analisis Faktor-Faktor Yang Memengaruhi Kejadian Hipertensi. *Jurnal of Bionursing*, 3(2), 164–166.
- Sudarta, I. W. (2013). *Asuhan Keperawatan Klien dengan Gangguan Sistem Kardiovaskuler*. Gosyen Publishing.
- Sugiyono. (2022). *Metode Penelitian Kuantitatif, Kualitatif, dan R&D*. Alfabeta, cv.
- Sumarmi, & Maulida, A. M. (2022). Pengaruh Hydrotherapy Terhadap Penurunan Tekanan Darah Pada Lansia Penderita Hipertensi“ Literature Review.” *Jurnal Ilmu Kedokteran Dan Kesehatan Indonesia*, 2(3), 196–205.
- Sumiyem, S. M. K., Agustina, R., Nugrahanto, I. A., Gita, Y., Jati, S., Hadijaya, G. L., Sakit, R., Antonio, S., Selatan, S., Erlimpex, P. T., & Tengah, J. (2023). Memahami Perilaku Ketidapatuhan Penggunaan Obat Di Kalangan Penderita Penyakit Hipertensi: Aplikasi Teori Health Belief Model. *Jurnal Farmasi Dan Kesehatan Indonesia*, 3(2), 074–091.
- Susanti, E. (2022). Pengaruh Hidroterapi Rendam Kaki Air Hangat Terhadap Tekanan Darah Pada Lansia Penderita Hipertensi Di Palembang. *Media Keperawatan: Politeknik Kesehatan Makassar*, 13(2), 185. <https://doi.org/10.32382/jmk.v13i2.2792>
- Tamara, D. V., Nurhayati, S., & Ludiana. (2021). Penerapan Inhalasi Sederhana Menggunakan Aromaterapi Daun Mint (Mentha Piperita) Terhadap Sesak Nafas Pada Pasien Tb Paru. *Jurnal Cendikia Muda*, 2(1), 40–49.
- Taslim Pinzon, Rizaldy., & Wulaningsih retno Edi, D. (2021). *METODELOGI PENELITIAN KESEHATAN* (1st ed.). Penerbit ANDI.
- Umbas, I. M., Tuda, J., & Numansyah, M. (2019). Hubungan Antara Merokok Dengan Hipertensi Di Puskesmas Kawangkoan. *Jurnal Keperawatan*, 7(1). <https://doi.org/10.35790/jkp.v7i1.24334>
- Unger, T., Borghi, C., Charchar, F., Khan, N. A., Poulter, N. R., Prabhakaran, D., Ramirez, A., Schlaich, M., Stergiou, G. S., Tomaszewski, M., Wainford, R. D., Williams, B., & Schutte, A. E. (2020). *2020 International Society of Hypertension global hypertension practice guidelines*. 38(6). <https://doi.org/10.1097/HJH.0000000000002453>

- Vikantara, I. G. M., Wedri, N. M., Mertha, I. M., Rasdini, I. A., & Rahayu, V. E. S. P. (2023). Kombinasi Aromaterapi dan Hidroterapi dalam Menurunkan Tekanan Darah pada Pasien Hipertensi Primer. *Jurnal Kesehatan*, 14(2), 222–229. <https://doi.org/10.26630/jk.v14i2.3452>
- Whelton, P. K., Carey, R. M., Aronow, W. S., Casey, D. E., Collins, K. J., Himmelfarb, C. D., DePalma, S. M., Gidding, S., Jamerson, K. A., Jones, D. W., MacLaughlin, E. J., Muntner, P., Ovbiagele, B., Smith, S. C., Spencer, C. C., Stafford, R. S., Taler, S. J., Thomas, R. J., Williams, K. A., ... Hundley, J. (2018). 2017 ACC/AHA/AAPA/ABC/ACPM/AGS/APhA/ASH/ASPC/NMA/PCNA guideline for the prevention, detection, evaluation, and management of high blood pressure in adults a report of the American College of Cardiology/American Heart Association Task Force on Clinical pr. In *Hypertension* (Vol. 71, Issue 6). <https://doi.org/10.1161/HYP.0000000000000065>
- Wibowo, D. A., & Purnamasari, L. (2019). Pengaruh Rendam Kaki Air Hangat Terhadap Kualitas Tidur Pada Lansia Di Wilayah Kerja Puskesmas Handapherang Kabupaten Ciamis Tahun 2019. *Jurnal Keperawatan Galuh*, 1(2). <https://doi.org/10.25157/jkg.v1i2.2635>
- Widyarani, L. (2021). Hidroterapi Sebagai Terapi Komplementer Dalam Stadium I Hydrotherapy As a Complementary Therapy To Reduce. *Linda Widyarani*, 3, 26–33.
- Widyaswara, C. D., Hardjanti CB, T. M., & Mahayanti, A. (2022). Pengaruh Hidroterapi Rendam Kaki Air Hangat terhadap Penurunan Tekanan Darah pada Lansia Hipertensi di Dusun Kembangan, Candibinangun, Pakem, Sleman, Yogyakarta. *Jurnal Keperawatan Klinis Dan Komunitas (Clinical and Community Nursing Journal)*, 6(3), 145. <https://doi.org/10.22146/jkkk.75264>
- Wulandari Putri utami, yulis hati, rosanti muchsin. (2024). Pengaruh Hidroterapi Serai Terhadap Tekanan Darah Pada Penderita Hipertensi. *JINTAN: Jurnal Ilmu Keperawatan*, 4(1), 125–132. <https://doi.org/10.37771/nj.v7i1.919>
- Yosali, M. A., & Siswanti, R. (2019). *Terapi Peppermint Terhadap Ibu Hamil*.
- Yulanda, G. (2017). Penatalaksanaan Hipertensi Primer. *Jurnal Majority*, 6(1), 25–33.
- Yuliza, E., Tambunan, N., Keperawatan Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas Indonesia Maju, P., & Vokasi Fakultas Ilmu Kesehatan, P. (2023). Manajemen Hipertensi Dengan Terapi Komplementer: Jahe dan Daun Mint Management of Hypertension with Complementary Therapies: Ginger and Mint. *Jurnal Hasil Kegiatan Pengabdian Masyarakat Indonesia*, 1(3), 224–235. <https://doi.org/10.59024/faedah.v1i3.294>

Zainuddin, R., Ahmad, E. H., Syahrani, S., Mahmud, Y., & Nurbaiti, N. (2022). Efektivitas Terapi Zikir Terhadap Penurunan Tekanan Darah Pada Pasien Hipertensi. *Jurnal Ilmiah Kesehatan Sandi Husada*, 11(1), 255–261. <https://doi.org/10.35816/jiskh.v11i1.745>