

**PENGARUH PEMBERIAN *FOOT HYDROTHERAPY*
DENGAN JAHE MERAH (*ZINGIBER OFFICINALE VAR
RUBRUM*) TERHADAP PENURUNAN TEKANAN DARAH
PADA LANJUT USIA DENGAN HIPERTENSI DI DESA
ABUAN, KECAMATAN KINTAMANI,
KABUPATEN BANGLI**



SKRIPSI

I KADEK AGUS OKA ADNYANA

**PROGRAM STUDI SARJANA ILMU KEPERAWATAN
SEKOLAH TINGGI ILMU KESEHATAN
BINA USADA BALI
2025**

**PENGARUH PEMBERIAN *FOOT HYDROTHERAPY*
DENGAN JAHE MERAH (*ZINGIBER OFFICINALE VAR
RUBRUM*) TERHADAP PENURUNAN TEKANAN DARAH
PADA LANJUT USIA DENGAN HIPERTENSI DI DESA
ABUAN, KECAMATAN KINTAMANI,
KABUPATEN BANGLI**

SKRIPSI

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

I Kadek Agus Oka Adnyana

C1121091

**PROGRAM STUDI SARJANA ILMU KEPERAWATAN
SEKOLAH TINGGI ILMU KESEHATAN
BINA USADA BALI
2025**

HALAMAN PERSETUJUAN

**PENGARUH PEMBERIAN *FOOT HYDROTHERAPY*
DENGAN JAHE MERAH (*ZINGIBER OFFICINALE
VAR RUBRUM*) TERHADAP PENURUNAN TEKANAN
DARAH PADA LANJUT USIA DENGAN HIPERTENSI
DI DESA ABUAN, KECAMATAN KINTAMANI,
KABUPATEN BANGLI**

Diajukan Oleh:

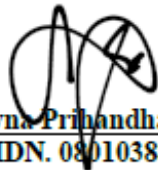
I Kadek Agus Oka Adnyana

NIM. C1121091

Mangupura, 1 Februari 2025

Telah Disetujui oleh Dosen Pembimbing

Pembimbing I



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

Pembimbing II



(Ni Putu Cintya Maseni, SE., MM)
NIDN. 0809029501

Mengetahui,
Program Studi Sarjana Ilmu Keperawatan
Ketua



Ns. I Putu Artha Wijaya, S.Kep., M.Kep
NIDN.0821058603

HALAMAN PENGESAHAN

**SKRIPSI INI TELAH DIPERTAHANKAN DAN
DISAHKAN DI DEPAN DEWAN PENGUJI PROGRAM
STUDI ILMU KEPERAWATAN SEKOLAH TINGGI
ILMU KESEHATAN BINA USADA BALI**

Tanggal: 25 Februari 2025

Yang terdiri dari

Ketua Penguji



(Ns. Putu Widiastuti, S.Kep., MPH)
NIP/NIK. 081325500278

Sekretaris Penguji



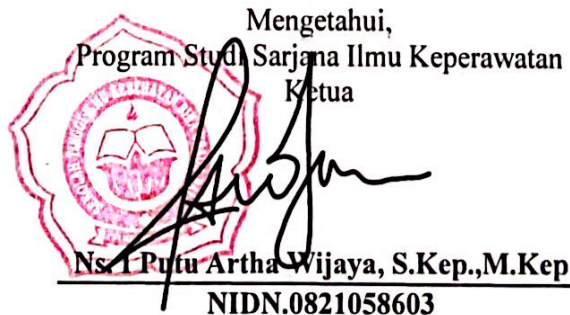
(Ns. IGAA. Sherlyna Prihandhani S.Kep., M.Kes)
NIDN. 0801038801

Anggota Penguji



(Ni Putu Cyntia Maseni, SE., MM)
NIDN. 0809029501

Mengetahui,
Program Studi Sarjana Ilmu Keperawatan
Ketua



Ns. Putu Artha Wijaya, S.Kep., M.Kep
NIDN.0821058603

SURAT PERNYATAAN KEASLIAN PENELITIAN

Saya yang bertanda tangan di bawah ini:

Nama : I Kadek Agus Oka Adnyana

NIM : C1121091

Jurusan : Sarjana Ilmu Keperawatan

Judul Skripsi : Pengaruh Pemberian *Foot Hydrotherapy* dengan Jahe Merah (*Zingiber Officinale Var Rubrum*) terhadap Penurunan Tekanan Darah pada Lanjut Usia dengan Hipertensi di Desa Abuan, Kecamatan Kintamani, Kabupaten Bangli

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, 17 Februari 2025



I Kadek Agus Oka Adnyana

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

Skripsi, Februari 2025

I Kadek Agus Oka Adnyana

Pengaruh Pemberian *Foot Hydrotherapy* dengan Jahe Merah (*Zingiber Officinale Var Rubrum*) terhadap Penurunan Tekanan Darah pada Lanjut Usia dengan Hipertensi di Desa Abuan, Kecamatan Kintamani, Kabupaten Bangli

xiv + 65 halaman + 8 tabel + 1 skema + 1 gambar + 14 lampiran

ABSTRAK

Hipertensi merupakan penyakit kompleks yang menurunkan kualitas hidup pasien dengan akibat terjadinya komplikasi. Penanganan dapat diberikan rendam kaki air hangat dengan jahe merah. Kandungan jahe merah yaitu minyak atsiri dapat memperlebar pembuluh darah yang nantinya berefek menurunkan tekanan darah. Tujuan penelitian untuk mengetahui pengaruh pemberian *foot hydrotherapy* dengan jahe merah (*zingiber officinale var rumbrum*) terhadap penurunan tekanan darah pada lanjut usia dengan hipertensi di Desa Abuan, Kecamatan Kintamani, Kabupaten Bangli.

Penelitian ini menggunakan metode *pre-eksperimen* dengan desain penelitian *one group pre test post test design*. Sampel pada penelitian ini berjumlah 35 lansia, teknik pengambilan sampel pada penelitian ini adalah *purposive sampling*. Instrument pengumpulan data dengan menggunakan SOP rendam kaki air hangat, SOP pemeriksaan tekanan darah serta lembar observasi dan data diuji menggunakan uji *wilcoxon*.

Hasil penelitian didapatkan berdasarkan usia diperoleh data, rata-rata usia lansia adalah 66,40 dengan usia tertinggi yaitu 75 tahun dan terendah 60 tahun, jenis kelamin yang paling banyak adalah perempuan sebanyak 21 responden (60,0%), pekerjaan yang paling banyak adalah petani sebanyak 18 responden (51,4%). Sebelum diberikan *foot hydrotherapy* dengan jahe merah didapatkan tekanan darah sistol dengan rata-rata 150,57 dan tekanan darah diastol dengan rata-rata 89,43, setelah diberikan *foot hydrotherapy* dengan jahe merah didapatkan tekanan darah sistol dengan rata-rata 124,29 dan tekanan darah diastol dengan rata-rata 81,14.

Hasil uji statistik didapatkan *p-value*= 0,001 ($p \leq 0,05$) berarti dapat disimpulkan bahwa ada pengaruh pemberian *foot hydrotherapy* dengan jahe

merah (*zingiber officinale var rumbrum*) terhadap penurunan tekanan darah pada lanjut usia dengan hipertensi di Desa Abuan, Kecamatan Kintamani, Kabupaten Bangli. Diharapkan bagi penderita hipertensi dapat memanfaatkan terapi rendam kaki air hangat jahe sebagai terapi alternatif dalam menurunkan tekanan darah.

Kata Kunci : hipertensi, *foot hydrotheraphy*, jahe merah, lansia
Daftar Pustaka: 56 (2016 -2024)

**BINA USADA BALI HEALTH INSTITUTION
BACHELOR DEGREE OF NURSING PROGRAM**

Undergraduate Thesis, February 2025

I Kadek Agus Oka Adnyana

The Effect of Giving Foot Hydrotherapy with Red Ginger (Zingiber Officinale Var Rubrum) on Reducing Blood Pressure in Elderly with Hypertension in Abuan Village, Kintamani District, Bangli Regency

xiv + 65 pages + 8 tables + 2 schemes + 1 figure + 14 appendices

ABSTRACT

Hypertension is a complicated illness that lowers a patient's quality of life due to complications. Soaking the feet in warm water with red ginger is one way to treat them. Red ginger's constituent essential oils can dilate blood vessels, hence reducing blood pressure. This study aimed to ascertain whether administering red ginger (Zingiber officinale var rumbrum) foot hydrotherapy may lower blood pressure in elderly with hypertension in Abuan Village, Kintamani District, Bangli Regency.

This study used a pre-experimental method with a one-group pre-test post-test design. The sample in this study consisted of 35 elderly people, the sampling technique in this study was purposive sampling. Data collection instruments used warm water foot soaking SOP, blood pressure checking SOP as well as observation sheets, and data were tested using the Wilcoxon test.

Based on the age data collected, the research findings showed that the average age of the elderly was 66.40 years, with the highest age being 75 and the lowest being 60. The most common occupation was farming, with 18 respondents (51.4%) and the most common gender was female, with 21 respondents (60.0%). Prior to receiving red ginger foot hydrotherapy, the average systolic and diastolic blood pressure readings were 150.57 and 89.43, respectively. Following red ginger foot hydrotherapy, an average systolic blood pressure of 124.29 and an average diastolic blood pressure of 81.14 were recorded.

The statistical test results obtained $p\text{-value} = 0.001$ ($p \leq 0.05$), meaning it can be concluded that there is an effect of giving foot hydrotherapy with red ginger (zingiber officinale var rumbrum) on reducing blood pressure in elderly people with hypertension in Abuan Village, Kintamani District, Bangli Regency. Warm ginger water foot soak therapy is intended to be an alternate treatment for hypertension patients in order to reduce blood pressure.

Keywords : hypertension, foot hydrotherapy, red ginger, elderly
Bibliography : 56 (2016 -2024)

KATA PENGANTAR

Puji syukur saya panjatkan kehadapan Ida Sang Hyang Widhi Wasa atau Tuhan Yang Maha Esa, karena berkat Asung Kertha Wara Nugraha-Nyalah peneliti dapat menyelesaikan skripsi ini dengan judul “Pengaruh Pemberian *Foot Hydrotheraphy* dengan Jahe Merah (*Zingiber Officinale Var Rubrum*) terhadap Penurunan Tekanan Darah pada Lanjut Usia dengan Hipertensi di Desa Abuan, Kecamatan Kintamani, Kabupaten Bangli.”

Peneliti menyadari dalam penyusunan skripsi ini tidak akan selesai tanpa bantuan dari berbagai pihak. Karena itu pada kesempatan ini peneliti ingin mengucapkan terima kasih kepada:

1. Dr. Ir. I Putu Santika, MM selaku Ketua STIKES Bina Usaha Bali yang telah memberikan kesempatan mengikuti pendidikan program Ilmu Keperawatan di STIKES Bina Usaha Bali.
2. Ns. I Putu Artha Wijaya, S.Kep., M.Kep selaku Ketua Program Studi Sarjana Ilmu Keperawatan STIKES Bina Usaha Bali yang telah memberikan kesempatan mengikuti pendidikan program sarjana ilmu keperawatan di STIKES Bina Usaha Bali.
3. Ns. IGAA. Sherlyna Prihandhani, S.Kep., M.Kes selaku Pembimbing I saya yang telah banyak memberi masukan, pengetahuan, motivasi, semangat dan bimbingan dalam menyelesaikan skripsi ini.

4. Ni Putu Cyntia Maseni, SE., MM selaku pembimbing II yang turut membantu penelitian dalam memberikan motivasi, semangat, masukan dan saran dalam menyelesaikan skripsi ini.
5. Kepala Desa Abuan yang telah memberikan ijin untuk melakukan penelitian ini.
6. Orang tua dan keluarga saya yang sudah mendukung saya sampai skripsi ini selesai.
7. Sahabat-sahabat saya dan teman-teman seperjuangan yang telah banyak membantu dan memberikan dukungan selama proses penyusunan skripsi ini.
8. Seluruh pihak yang telah berperan penting dalam proses penyusunan usulan skripsi ini.

Peneliti menyadari skripsi ini tidak luput dari berbagai kekurangan. Peneliti mengharapkan saran dan kritik demi kesempurnaan dan perbaikannya sehingga akhirnya skripsi ini dapat memberikan manfaat bagi bidang pendidikan dan penerapan di lapangan serta bisa dikembangkan lagi lebih lanjut.

Mangupura, 17 Februari 2025

Peneliti

DAFTAR ISI

HALAMAN JUDUL	i
HALAMAN PERSETUJUAN	ii
HALAMAN PENGESAHAN	iii
ABSTRAK	v
ABSTRACT	vii
KATA PENGANTAR	ix
DAFTAR ISI	x
DAFTAR TABEL	xi
DAFTAR SKEMA	xiii
DAFTAR LAMPIRAN	xiv
BAB I PENDAHULUAN	
A. Latar Belakang	1
B. Rumusan Masalah	4
C. Tujuan Penelitian	4
D. Manfaat Penelitian	5
E. Keaslian Penelitian	6
BAB II TINJAUAN PUSTAKA	
A. Konsep Lansia	
1. Definisi	11
2. Batasan Lansia	11
3. Perubahan Sistem Kardiovaskuler pada Lansia	12
B. Konsep Hipertensi	
1. Pengertian Hipertensi	14
2. Etiologi Hipertensi	15
3. Klasifikasi Hipertensi	16
4. Tanda dan Gejala Hipertensi	17
5. Faktor-faktor yang Mempengaruhi Terjadinya Hipertensi	17
6. Penatalaksanaan Hipertensi	23

7. Komplikasi Hipertensi	24
C. Konsep <i>Foot Hydrotheraphy</i>	
1. Definisi <i>Foot Hydrotheraphy</i>	25
2. Manfaat <i>Foot Hydrotheraphy</i>	26
3. Mekanisme <i>Foot Hydrotheraphy</i>	27
4. Prosedur <i>Foot Hydrotheraphy</i>	27
D. Konsep Jahe Merah	
1. Definisi	28
2. Manfaat	29
E. Kerangka Teori.....	31

BAB III KERANGKA KONSEP, HIPOTESIS DAN DEFINISI OPERASIONAL

A. Kerangka Konsep.....	33
B. Hipotesis.....	34
C. Definisi Operasional.....	34

BAB IV METODE PENELITIAN

A. Rancangan Penelitian	35
B. Populasi dan Sampel	35
C. Tempat Penelitian.....	38
D. Waktu Penelitian	38
E. Etika Penelitian	38
F. Alat Pengumpulan Data	
1. Instrumen Penelitian	41
2. Validitas dan Reliabilitas	42
G. Prosedur Pengumpulan Data	
1. Prosedur Administrasi.....	42
2. Prosedur Teknis	43
H. Pengolahan Data.....	44
I. Rencana Analisis Data	45

BAB V HASIL

A. Tempat dan Waktu Penelitian	47
--------------------------------------	----

B. Analisis Univariat..... 48

C. Analisis Bivariat..... 50

BAB VI PEMBAHASAN

A. Interpretasi Penelitian 53

B. Keterbatasa Penelitian..... 62

C. Implikasi terhadap Pelayanan, Pendidikan, dan Penelitian..... 63

BAB VII PENUTUP

A. Simpulan 64

B. Saran 65

DAFTAR PUSTAKA

LAMPIRAN

DAFTAR TABEL

Tabel 3.1 Definisi Operasional Pengaruh Pemberian <i>Foot Hydrotheraphy</i> dengan Jahe Merah (<i>Zingiber Officanale Var Rubrum</i>) terhadap Penurunan Tekanan Darah pada Lanjut Usia dengan Hipertensi di Desa Abuan, Kecamatan Kintamani, Kabupaten Bangli	34
Tabel 5.1 Distribusi Frekuensi Responden Berdasarkan Usia Lansia di Desa Abuan, Kecamatan Kintamani	48
Tabel 5.2 Distribusi Frekuensi Responden Berdasarkan Jenis Kelamin Lansia di Desa Abuan, Kecamatan Kintamani	48
Tabel 5.3 Distribusi Frekuensi Responden Berdasarkan Pekerjaan Lansia di Desa Abuan, Kecamatan Kintamani.....	49
Tabel 5.4 Distribusi Frekuensi Tekanan Darah Lansia sebelum Diberikan <i>Foot Hydrotheraphy</i> di Desa Abuan	49
Tabel 5.5 Distribusi Frekuensi Tekanan Darah Lansia setelah Diberikan <i>Foot Hydrotheraphy</i> di Desa Abuan	50
Tabel 5.6 Uji Normalitas	50
Tabel 5.7 Analisis <i>Wilcoxon Sign Rank Test</i>	51

DAFTAR SKEMA

Skema 2.1 Kerangka Teori Pengaruh Pemberian <i>Foot Hydrotheraphy</i> dengan Jahe Merah (<i>Zingiber Officanale Var Rubrum</i>) terhadap Penurunan Tekanan Darah pada Lanjut Usia dengan Hipertensi di Desa Abuan, Kecamatan Kintamani, Kabupaten Bangli	31
--	----

DAFTAR GAMBAR

Gambar 3.1 Kerangka Konsep Pengaruh Pemberian <i>Foot Hydrotheraphy</i> dengan Jahe Merah (<i>Zingiber Officanale Var Rubrum</i>) terhadap Penurunan Tekanan Darah pada Lanjut Usia dengan Hipertensi di Desa Abuan, Kecamatan Kintamani, Kabupaten Bangli.....	33
---	----

DAFTAR LAMPIRAN

- Lampiran 1 Surat Studi Pendahuluan
- Lampiran 2 Surat Balasan Studi Pendahuluan
- Lampiran 3 Surat Ijin Penelitian
- Lampiran 4 Balasan Surat Ijin Penelitian
- Lampiran 5 Berita Acara Etik
- Lampiran 6 Lembar Persetujuan Menjadi Responden
- Lampiran 7 Surat Persetujuan Menjadi Responden
- Lampiran 8 Jadwal Penelitian
- Lampiran 9 SOP Pengukuran Tekanan Darah
- Lampiran 10 SOP *Foot Hydrotheraphy*
- Lampiran 11 Lembar Observasi
- Lampiran 12 Output SPSS
- Lampiran 13 Lembar Bimbingan
- Lampiran 14 Dokumentasi Penelitian

DAFTAR PUSTAKA

- Arsyad. (2019). Jahe Merah (*Zingiber officinale* var. *rubrum*), Bakteri *Staphylococcus aureus*, Penyakit Furuncle (Bisul), Ekstrak, Ekstraksi, Salep Dan Metode Difusi Agar. *BAB 2 Kajian Teori*, 1, 16–72.
- Atti, I. N. V., & Purnawinadi, I. G. (2023). Pengaruh Hidroterapi Terhadap Tekanan Darah Penderita Hipertensi. *Nutrix Journal*, 7(1), 69. <https://doi.org/10.37771/nj.v7i1.919>.
- Azwar. (2023). Penerapan Foot Hydroterapi Dengan Jahe Merah Terhadap Perubahan Tekanan Darah Pada Pasien Lansia Dengan Hipertensi di RSUD Dr. Soedirman Mangun Sumarso Kabupaten Wonogiri Jawa Tengah. *Jurnal Ilmu Kesehatan Mandira Cendikia*, 2, 15.
- Betrix, L. K. (2022). Pengaruh Rendam Kaki Air Hangat Dengan Campuran Garam Terhadap Penurunan Tekanan Darah Pada Pasien Hipertensi Tingkat I Di Sendangmulyo. *Angewandte Chemie International Edition*, 6(11), 951–952., 5–24.
- Chaidir, R., Putri, A., & Yantri, K. (2022). Pengaruh Terapi Rendam Kaki Air Hangat Terhadap Tingkat Kecemasan Ibu Preeklampsia. *Afiyah*, 9(1), 37–44.
- Damanik, S. M., & Hasian. (2019). Modul Bahan Ajar Keperawatan Gerontik. *Universitas Kristen Indonesia*, 26–127.
- Dewi, I. (2020). Pengaruh Rendam Kaki Air Hangat Rebusan Daun Serai Untuk Penurunan Tekanan Darah Pada Lansia Di Desa Tegalrejo Summersai Universitas Alma Ata. <http://elibrary.almaata.ac.id/id/eprint/2097>.
- Dewi, S. U., & Rahmawati, P. A. (2019). Penerapan Terapi Rendam Kaki Menggunakan Air Hangat Dalam Menurunkan Tekanan Darah. *JIKO (Jurnal Ilmiah Keperawatan Orthopedi)*, 3(2), 74–80. <https://doi.org/10.46749/jiko.v3i2.33>.
- Dinas Kesehatan Provinsi Bali. (2022). *Profil Kesehatan Provinsi Bali*.
- Ferayanti, N. M., Erwanto, R., & Sucipto, A. (2017). The Effectiveness Of WarmWater Therapy And Deep Breathing Relaxation In Blood Pressure. *Nurscope : Jurnal Penelitian Dan Pemikiran Ilmiah Keperawatan*, 3(5), 38–45. <https://doi.org/10.30659/nurscope.3.2.38-45>.
- Gea, R. P., Luthfi, A., & Apriza. (2023). Efektivitas Terapi Rendam Kaki Air Jahe Merah Hangat dengan Air Jahe Gajah Hangat terhadap Penurunan Tekanan Darah pada Penderita Hipertensi. *SEHAT: Jurnal Kesehatan Terpadu*, 2(1), 45–59.
- Hardono, & Amirudin, I. (2022). Penerapan Terapi Rendam Kaki Air Jahe Hangat. *Jurnal Inovasi Kesehatan Dan Pengabdian Masyarakat Aisyah (JIKAMAS)*, 1(1), 35–38.

- Harnani, Y., & Axmalia, A. (2017). Soak Feet Warm Water Therapy Effective To Reduce Blood Pressure in the Elderly. *Jurnal Kesehatan Komunitas*, 3(4), 129–132. <https://doi.org/10.25311/keskom.vol3.iss4.127>.
- Hendarsih, E., Adi, A. W., Illahi, M., & Arifah, S. W. (2022). Pengaruh Faktor Perilaku Terhadap Kejadian Hipertensi Di Wilayah Kerja Puskesmas Kanigoro, Kabupaten Blitar. *CoMPHI Journal: Community Medicine and Public Health of Indonesia Journal*, 3(2), 53–57. <https://doi.org/10.37148/comphijournal.v3i2.102>.
- Hidayati, R. N. (2022). *Terapi Rendam Kaki Air Garam Hangat Terhadap Kualitas Tidur Pada Lansia Dengan Gout Arthritis Di Lingkungan Cakarayam Baru*. Perpustakaan Universitas Bina Sehat Ppni.
- Ilkafah. (2016). Perbedaan Penurunan Tekanan Darah Lansia dengan Obat Anti Hipertensi dan Terapi Rendam Air Hangat Di Wilayah Kerja Puskesmas Antara Tamalanrea Makassar. *Jurnal Ilmiah Farmasi-UNSRAT*, 5(2), 228–235.
- Iqbal, M. F., & Handayani, S. (2022). Terapi Non Farmakologi pada Hipertensi. *Jurnal Untuk Masyarakat Sehat (JUKMAS)*, 6(1), 41–51. <https://doi.org/10.52643/jukmas.v6i1.2113>.
- Ismiah, D., Rahmawati, I., & Meuthia Pratiwi, R. (2023). *Pengaruh Range Of Motion (Rom) Dan Rendaman Air Garam Hangat Terhadap Nyeri Sendi Pada Penderita Gout Arthritis Diwilayah Kerja Upt Puskesmas Wringinanom Kabupaten Gresik*.
- Kartika, M., Subakir, S., & Mirsiyanto, E. (2021). Faktor-Faktor Risiko Yang Berhubungan Dengan Hipertensi Di Wilayah Kerja Puskesmas Rawang Kota Sungai Penuh Tahun 2020. *Jurnal Kesmas Jambi*, 5(1), 1–9. <https://doi.org/10.22437/jkmj.v5i1.12396>.
- Kemenkes RI. (2019). Profil Kesehatan Indonesia 2019. In *Pusdatin.Kemenkes.Go.Id*.
- Kusumawati, R., Meilirianta., Rustandi, B. (2018). Hidroterapi Air Hangat terhadap Penurunan Tekanan Darah pada Lansia Penderita Hipertensi di Panti Sosial Tresna Werdha Senjarawi Bandung. *Jurnal Keperawatan Aisyiyah*, 5 (1), 17- 24.
- Malibel, Y. anselmu A., Herwanti, E., & 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 Yustus. *CHMK Health Journal*, 4(1), 124–131.
- Mardianti, F., Rachmawati, D., & Suprajitno. (2022). Risk Factors for Hypertension in Adolescents. *Jurnal Kesehatan Hesti Wira Sakti*, 10(1), 43–55. <https://doi.org/10.47794/jkhws>.

- Milindasaari, P., & Pangesti, D. N. (2022). Pengaruh Terapi Rendam Kaki Dengan Air Jahe Hangat Terhadap Penurunan Tekanan Darah Pada Hipertensi. *Jurnal Keperawatan Bunda Delima*, 4(2), 8–13. <https://doi.org/10.59030/jkbd.v4i2.44>
- Muhammadiyah, M. N.-P. U., & 2022, undefined. (2022). Case Report: Foot Hydrotheraphy dengan rendaman jahe (*Zingiber officinale*) untuk menurunkan Hipertensi. *Prosiding.Umy.Ac.Id*, 138(2), 2–5. <https://prosiding.umy.ac.id/grace/index.php/pgrace/article/download/518/481>
- Nadia, E. A. (2020). Efek Pemberian Jahe Terhadap Tekanan Darah Pada Pasien Hipertensi. *Jurnal Medika Utama*, 02(01), 343–348.
- 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. [file:///C:/Users/Asus/Downloads/472-Article Text-1931-1-10-20210610\(3\).pdf](file:///C:/Users/Asus/Downloads/472-Article%20Text-1931-1-10-20210610(3).pdf)
- Nurpratiwi, & Novari, E. (2021). Pengaruh Rendam Kaki Dengan Air Hangat Terhadap Tekanan Darah Pada Penderita Hipertensi Di Wilayah Sp 4 Setuntung Kecamatan Belitang Kabupaten Sekadau. *Jurnal Inovasi Penelitian*, 2(2), 523–532.
- Panji, N. W. A. A., Sumada, I. M., & Wirata, G. (2023). Evaluasi Pelaksanaan Kebijakan Standar Pelayanan Minimal Kesehatan di Kabupaten Bangli Tahun 2022. *Jurnal Review Pendidikan Dan Pengajaran*, 6, 633–638. <http://journal.universitaspahlawan.ac.id/index.php/jrpp/article/view/20202%0Ahttp://journal.universitaspahlawan.ac.id/index.php/jrpp/article/download/20202/14611>
- Putra, D. P. (2019). Pengaruh Senam Lansia terhadap Kebugaran Kardiorespirasi pada Lansia. The Influences Of Elderly Gymnastics On Cardiorespiration Fitness On The Elderly Dany Pramuno Putra*) *) Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan (STIKes) Ngudia Husada Madura. *Medical*, 1(1), 1–6.
- Rahmawati, I., & Gunawan, I. (2022). Penerapan Rendam Kaki Air Hangat Terhadap Penurunan Tekanan Darah Pada Pasien Hipertensi Di RT 001 RW 002 Desa Leuwibudah Wilayah Kerja PKM Sukaraja. *Healthcare Nursing Journal*, 4(2), 7–12.
- Ramdani, H. T., Rilla, E. V., & Yuningsih, W. (2017). Volume 4 | Nomor 1 | Juni 2017. *Jurnal Keperawatan 'Aisyiyah*, 4(1), 37–45. <https://dinkes.palangkaraya.go.id/wp-content/uploads/sites/19/2021/11/Profil-Kesehatan-Kota-Palangka-Raya-Tahun-2020-1.pdf>

- Seprina, Herlina, & B. (2022). Hubungan Perilaku CERDIK terhadap Pengontrolan Tekanan Darah pada Lansia Hipertensi di Masa Pandemi COVID-19. *Holistic Nursing and Health Science*, 5(1), 66–72.
- Septiadi, M. (2011). *Analisis Tingkat Kesukaan dan Kepuasan Konsumen Produk Jahe Merah "HERBALIST" (Studi Pada Pabrik Herbal Haji Mena Lampung Selatan)*. 11(2), 10–14.
- Silfiyani, L. D., & Khayati, N. (2021). Aplikasi foot hydrotherapy dengan jahe merah (*zingiber officinale var rubrum*) terhadap penurunan tekanan darah pada lanjut usia dengan hipertensi. *Ners Muda*, 2(3), 127. <https://doi.org/10.26714/nm.v2i3.8018>
- Siti zahra, et. al. (2019). Gambaran Peningkatan Pengetahuan Tentang Penggunaan Obat Hipertensi Melalui Video Edukasi Pada Pasien Hipertensi Di Puskesmas Gunung Tanjung 2022. *Jurnal Endurance: Kajian Ilmiah Problema Kesehatan*, 1–5.
- Solehudin, R. H. (2019). Pengalaman Terapi Non Farmakologi Pada Klien Dengan Hipertensi Primer di Puskesmas Pandak, Kabupaten Bantul. *Journal of Chemical Information and Modeling*, 53(9), 1689–1699.
- Sulistiyarini, I. (2017). Terapi Relaksasi untuk Menurunkan Tekanan Darah dan Meningkatkan Kualitas Hidup Penderita Hipertensi. *Jurnal Psikologi*, 40(1), 28–38.
- Suryaningsih, M., & Armiyati, Y. (2021). Penurunan Tekanan Darah Pada Pasien Usia Lanjut Menggunakan Terapi Musik. *Ners Muda*, 2(2), 53. <https://doi.org/10.26714/nm.v2i2.6301>
- Sutria, E., & Insani, A. (2017). Pengaruh Komsumsi Pisang Ambon Terhadap Penurunan Tekanan Darah Pra Lansia Hipertensi. *Journal of Islamic Nursing*, 1(1), 33–41. [journal.uin-alauddin.ac.id/index.php/join/article/download /.../3282](http://journal.uin-alauddin.ac.id/index.php/join/article/download/.../3282). Diakses pada tanggal 5 Februari 2024.
- Ulfa, E. F., Darundiati, Y. H., Setiani, O., & Dewanti, N. A. Y. (2024). Faktor-Faktor Yang Berhubungan Dengan Kejadian Hipertensi Pada Petani Padi Di Desa Prajegan Kecamatan Sukorejo Kabupaten Ponorogo. *Jurnal Kesehatan Masyarakat*, 12(1), 84–90. <https://doi.org/10.14710/jkm.v12i1.39571>
- Veneranda, S., & Kenjaplun, T. Y. (2021). *Pengaruh Terapi Rendam Kaki Air Hangat Terhadap Perubahan Tekanan Darah Pada Penderita Hipertensi Di Kelurahan Woloan Satu*.
- Wardani (2022). *Pengaruh Terapi Rendam Kaki Air Hangat Terhadap Perubahan Tekanan Darah Pada Penderita Hipertensi Di Kelurahan Woloan Satu*.

- Wijaya, A. (2021). Hubungan Kelelahan Kerja dengan Kejadian Hipertensi pada Petani di Kecamatan Panti Kabupaten Jember. *Digital Repository Universitas Jember, September 2019*, 2019–2022.
- Wulandari, N. P. D., Sukmandari, N. M. A., & Riantini, N. K. A. (2024). Relationship Between Physical Activity and Blood Pressure in Hypertensive Elderly at UPTD Puskesmas Susut I. *Jurnal Kesehatan Pasak Bumi Kalimantan*, 6(2), 223. <https://doi.org/10.30872/j.kes.pasmi.kal.v6i2.10216>
- Zahrudin, & Amin, M. (2017). *Perbedaan Efektifitas Teknik Rendam Kaki Air Hangat*, hal. 356 -362. 5(1), 356–362. <http://journal.poltekkes-mks.ac.id/ojs2/index.php/mediakeperawatan/article/view/1336>