

**PENGARUH TERAPI RENDAM KAKI MENGGUNAKAN  
AIR REBUSAN JAHE MERAH TERHADAP PENURUNAN  
TEKANAN DARAH PADA LANSIA DI BANJAR  
TEGALLALANG BANGLI**



**SKRIPSI**

**I GUSTI AYU MADE DIKA TRISNA DEWI**

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

**2026**

**PENGARUH TERAPI RENDAM KAKI MENGGUNAKAN  
AIR REBUSAN JAHE MERAH TERHADAP PENURUNAN  
TEKANAN DARAH PADA LANSIA DI BANJAR  
TEGALLALANG BANGLI**

**SKRIPSI**

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

**Oleh:**

**I GUSTI AYU MADE DIKA TRISNA DEWI**

**C1122006**

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

**2026**

**HALAMAN PERSETUJUAN**

**PENGARUH TERAPI RENDAM KAKI MENGGUNAKAN  
AIR REBUSAN JAHE MERAH TERHADAP PENURUNAN  
TEKANAN DARAH PADA LANSIA DI BANJAR  
TEGALLALANG BANGLI**

**Diajukan Oleh:**

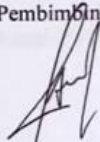
**I Gusti Ayu Made DikaTrisna Dewi**

**C1122006**

**Mangupura, 04 Mei 2026**

**Telah Disetujui oleh Dosen Pembimbing**

**Pembimbing I**



**Ns. I Putu Artha Wijaya, S. Kep., M. Kep**

**NIDN. 0821058603**

**Pembimbing II**



**Ns. Claudia Wuri Prihandini, S. Kep., M. Kep**

**NIDN. 0812018901**

**Mengetahui,**

**Program Studi Sarjana Ilmu Keperawatan**



**Ns. I Putu Artha Wijaya, S. Kep., M. Kep**

**NIDN. 0821058603**

## HALAMAN PENGESAHAN

SKRIPSI INI TELAH DIPERTAHANKAN DAN DISAIHKAN DI DEPAN  
DEWAN PENGUJI PROGRAM STUDI SARJANA ILMU KEPERAWATAN  
SEKOLAH TINGGI ILMU KESEHATAN

BINA USADA BALI

Tanggal: 03 Juni 2026

Yang terdiri dari:

Ketua Penguji



Ns. Ni Nyoman Suardani, S. Kep. MM

NIDN. 8863790019

Sekretaris Penguji



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

NIDN. 0821058603

Anggota Penguji



Ns. Claudia Wuri Prihandini, S. Kep., M. Kep

NIDN. 0812018901

Mengetahui,

Program Studi Sarjana Ilmu Keperawatan



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

NIDN. 0821058603

## SURAT PERNYATAAN PENELITIAN

Saya yang bertanda tangan dibawah ini:

Nama : I Gusti Ayu Made Dika Trisna Dewi  
NIM : C1122006  
Jurusan : Sarjana Ilmu Keperawatan  
Judul Skripsi : Pengaruh Terapi Rendam Kaki Menggunakan Air Rebusan  
Jahe Merah Terhadap Penurunan Tekanan Darah Pada Lansia  
di Banjar Tegallalang 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, 1 Mei 2026



(I Gusti Ayu Made Dika Trisna Dewi)

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

Skripsi, Mei 2026

I Gusti Ayu Made Dika Trisna Dewi

Pengaruh Terapi Rendam Kaki Menggunakan Air Rebusan Jahe Merah Terhadap  
Penurunan Tekanan Darah Pada Lansia Di Banjar Tegallalang Bangli

xv+ 106 + 8 tabel + 3 gambar + 14 lampiran.

**ABSTRAK**

Hipertensi merupakan salah satu penyakit tidak menular yang banyak dialami oleh lansia dan dapat menyebabkan berbagai komplikasi apabila tidak ditangani dengan baik. Selain terapi farmakologis, diperlukan terapi nonfarmakologis yang mudah dilakukan untuk membantu menurunkan tekanan darah. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui pengaruh terapi rendam kaki menggunakan air rebusan jahe merah terhadap penurunan tekanan darah pada lansia di Banjar Tegallalang Bangli.

Desain penelitian ini menggunakan *pra-eksperimental* dengan pendekatan *one-group pre-test post-test*. Melalui teknik *purposive sampling*, diperoleh total 41 responden. Pengukuran tekanan darah dilakukan sebelum dan sesudah intervensi, kemudian dianalisis menggunakan uji *Wilcoxon Signed Rank Test*.

Hasil penelitian menunjukkan bahwa terdapat penurunan tekanan darah pada lansia setelah diberikan terapi rendam kaki menggunakan air rebusan jahe merah. Hasil uji *Wilcoxon* menunjukkan nilai **p-value = 0,000 (<0,05)** yang berarti terdapat pengaruh signifikan terapi rendam kaki menggunakan air rebusan jahe merah terhadap penurunan tekanan darah pada lansia hipertensi. Hasil penelitian ini dapat disimpulkan pemberian terapi rendam kaki menggunakan air rebusan jahe merah dapat mempengaruhi tekanan darah pasien hipertensi. Terapi rendam kaki menggunakan air rebusan jahe merah disarankan agar dilakukan sebagai terapi pendukung dalam pengobatan hipertensi.

**Kata Kunci :** hipertensi, tekanan darah, lansia

**Daftar Pustaka:** 35 (2018-2024)

**SEKOLAH TINGGI ILMU KESEHATAN BINA USADA BALI**  
**BACHELOR'S DEGREE OF NURSING PROGRAM**

Undergraduate thesis, May 2026

I Gusti Ayu Made Dika Trisna Dewi

The Effect of Red Ginger Decoction Foot Soak Therapy on Blood Pressure  
Reduction Among Older Adults in Banjar Tegallalang, Bangli

xv + 106 pages + 8 tables + 3 figures + 14 appendices

**ABSTRACT**

Hypertension is one of the most prevalent non-communicable diseases among older adults and may lead to serious complications if not properly managed. In addition to pharmacological treatment, simple and accessible non-pharmacological interventions are needed to support blood pressure control. One complementary intervention is foot soak therapy using a red ginger (*Zingiber officinale* var. *rubrum*) decoction, which is believed to promote peripheral vasodilation, improve blood circulation, and induce relaxation. This study aimed to determine the effect of red ginger decoction foot soak therapy on blood pressure reduction among older adults in Banjar Tegallalang, Bangli.

This study employed a pre-experimental design using a one-group pretest–posttest approach. A total of 41 older adults were recruited through purposive sampling. Blood pressure measurements were obtained before and after the intervention and analyzed using the Wilcoxon Signed-Rank Test.

The results demonstrated a reduction in blood pressure following the administration of red ginger decoction foot soak therapy. The Wilcoxon Signed-Rank Test yielded a p-value of 0.000 ( $p < 0.05$ ), indicating a statistically significant effect of the intervention on blood pressure reduction among older adults with hypertension.

In conclusion, foot soak therapy using a red ginger decoction is effective in reducing blood pressure among older adults with hypertension. This intervention may be considered a safe, simple, and complementary non-pharmacological therapy to support hypertension management alongside standard medical treatment.

**Keywords:** blood pressure, hypertension, older adults, red ginger foot soak therapy

**References:** 35 (2018-2024)

## **KATA PENGANTAR**

Puji syukur penulis panjatkan kehadapan Tuhan Yang Maha Esa Ida Sang Hyang Widhi Wasa, karena atas berkat Asung Kertha Wara Nugraha Beliau-lah penulis dapat menyelesaikan skripsi penelitian ini dengan judul “Pengaruh Terapi Rendam Kaki Menggunakan Air Rebusan Jahe Merah Terhadap Penurunan Tekanan Darah Pada Lansia di Banjar Tegallalang Bangli” dengan tepat waktu. Skripsi penelitian ini dapat diselesaikan bukanlah semata-mata usaha sendiri, melainkan dorongan dan bantuan dari berbagai pihak. Untuk itu melalui kesempatan ini penulis mengucapkan terimakasih kepada:

1. Dr. Ir. I Putu Santika, MM selaku Ketua STIKES Bina Usada Bali yang telah memberikan kesempatan mengikuti Pendidikan program studi Sarjana Ilmu Keperawatan di STIKES Bina Usada Bali.
2. Ns. I Putu Artha Wijaya, S.Kep., M.Kep selaku Ketua Prodi Sarjana Ilmu Keperawatan di STIKES Bina Usada Bali yang telah meluangkan waktunya untuk turut membimbing dan memotivasi dalam menyelesaikan skripsi penelitian ini.
3. Ns. I Putu Artha Wijaya, S.Kep., M.Kep selaku pembimbing I yang telah meluangkan waktunya dan memberikan bimbingan serta arahan sehingga skripsi penelitian ini dapat tersusun dengan baik.
4. Ns. Claudia Wuri Prihandini, S.kep., M.Kep selaku pembimbing II yang telah meluangkan waktunya dan memberikan bimbingan serta arahan sehingga menyelesaikan skripsi penelitian ini. penelitian ini dapat tersusun dengan baik

5. Orang tua, bapak I Gusti Made Sutarjaya dan ibu saya Sang Ayu Made Suci tercinta yang telah memberikan dukungan menemani serta memberi dorongan dan doa sehingga dapat selesainya proses skripsi penelitian ini.
6. Kakak saya I Gusti Ngurah Trisna Andika yang selalu memberikan dorongan dan dukungan sehingga dapat selesainya proses skripsi penelitian ini.
7. Sahabat saya sedari smp - kuliah yaitu Luh Putu Adeliya Putri dan teman sma - kuliah Ni Ketut Dessy Aprilia Putri terimakasih atas dukungannya dan sudah sealalu menemani saat bimbingan sehingga dapat terselesaikan proses skripsi penelitian ini.
8. Teman kelas Anura dan jembanggu, basecamp12, pengabdi skep yang saya cintai terima kasih sudah selalu memberikan dukungan dan doa sehingga dapat menyelesaikan proses skripsi ini.

Penulis menyadari sepenuhnya bahwa penulisan penelitian ini masih jauh dari kata sempurna. Oleh karena itu penulis dengan terbuka menerima segala kritik dan saran yang bersifat membangun dari semua pihak.

Mangupura, 1 Mei 2026

Penulis

## DAFTAR ISI

|                                            |                              |
|--------------------------------------------|------------------------------|
| HALAMAN PERSETUJUAN .....                  | Error! Bookmark not defined. |
| HALAMAN PENGESAHAN .....                   | ii                           |
| SURAT PERNYATAAN PENELITIAN.....           | ii                           |
| ABSTRAK .....                              | iv                           |
| <i>ABSTRACT</i> .....                      | v                            |
| KATA PENGANTAR.....                        | vi                           |
| DAFTAR ISI .....                           | viii                         |
| DAFTAR TABEL .....                         | xxiii                        |
| DAFTAR GAMBAR .....                        | xixiv                        |
| DAFTAR LAMPIRAN .....                      | xv                           |
| BAB I PENDAHULUAN.....                     | 1                            |
| A. Latar Belakang .....                    | 1                            |
| B. Rumusan Masalah.....                    | 4                            |
| C. Tujuan Penelitian .....                 | 5                            |
| 1. Tujuan Umum.....                        | 5                            |
| 2. Tujuan Khusus.....                      | 5                            |
| D. Manfaat Penelitian .....                | 6                            |
| 1. Bagi Pelayanan Keperawatan.....         | 6                            |
| 2. Bagi Institusi Pendidikan .....         | 6                            |
| 3. Bagi Pengembangan Ilmu Pengetahuan..... | 6                            |
| 4. Bagi Perkembangan Ilmu Keperawatan..... | 6                            |

|                                                                     |           |
|---------------------------------------------------------------------|-----------|
| E. Keaslian Penelitian.....                                         | 6         |
| <b>BAB II TINJAUAN PUSTAKA .....</b>                                | <b>9</b>  |
| A. Konsep Lansia .....                                              | 9         |
| 1. Definisi Lansia.....                                             | 9         |
| 2. Klasifikasi Lansia .....                                         | 10        |
| 3. Permasalahan Pada Lansia.....                                    | 10        |
| 4. Teori Lanjut Usia .....                                          | 11        |
| B. Konsep Hipertensi.....                                           | 13        |
| 1. Definisi Hipertensi .....                                        | 13        |
| 2. Faktor- Faktor Penyebab Terjadinya Hipertensi.....               | 13        |
| 3. Klasifikasi Hipertensi .....                                     | 16        |
| 4. Komplikasi Hipertensi .....                                      | 17        |
| 5. Penatalaksanaan Hipertensi .....                                 | 17        |
| C. Konsep Terapi Rendam Kaki Menggunakan Air Rebusan Jahe Merah ... | 18        |
| 1. Definisi .....                                                   | 18        |
| 2. Manfaat Rendam Kaki Menggunakan Air Rebusan Jahe Merah .....     | 19        |
| 3. Definisi Jahe Merah.....                                         | 20        |
| 4. Kandungan Jahe Merah .....                                       | 20        |
| D. Kerangka Teori .....                                             | 22        |
| <b>BAB III KERANGKA KONSEP, HIPOTESIS DAN DEFINISI</b>              |           |
| <b>    OPERASIONAL .....</b>                                        | <b>23</b> |
| A. Kerangka Konsep.....                                             | 23        |
| B. Hipotesis .....                                                  | 24        |
| C. Definisi Operasional .....                                       | 24        |

|                                                    |           |
|----------------------------------------------------|-----------|
| <b>BAB IV METODE PENELITIAN .....</b>              | <b>26</b> |
| A. Rancangan Penelitian.....                       | 26        |
| B. Populasi dan Sampel .....                       | 27        |
| 1. Populasi Penelitian .....                       | 27        |
| 2. Sampel Penelitian.....                          | 27        |
| C. Tempat Penelitian.....                          | 30        |
| D. Waktu Penelitian .....                          | 30        |
| E. Etika Penelitian .....                          | 30        |
| 1. Nilai Sosial Atau Nilai Klinis.....             | 31        |
| 2. Nilai Ilmiah .....                              | 31        |
| 3. Pemerataan Beban dan Manfaat.....               | 31        |
| 4. Potensi Manfaat dan Risiko.....                 | 32        |
| 5. Bujukan Eksploitasi ( <i>Inducement</i> ) ..... | 32        |
| 6. Rahasia dan <i>Privacy</i> .....                | 32        |
| 7. <i>Informed Consent</i> .....                   | 33        |
| F. Alat Pengumpulan Data .....                     | 33        |
| 1. Instrumen Penelitian.....                       | 33        |
| 2. Validitas dan Reliabilitas .....                | 34        |
| G. Prosedur Pengumpulan Data.....                  | 35        |
| 1. Prosedur Administrasi .....                     | 35        |
| 2. Prosedur Teknis .....                           | 35        |
| H. Pengolahan Data .....                           | 41        |
| I. Rencana Analisis Data .....                     | 42        |
| 1. Analisis Univariat.....                         | 42        |

|                                                                                                                                                         |           |
|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------|
| 2. Analisis Bivariat.....                                                                                                                               | 42        |
| <b>BAB V HASIL PENELITIAN.....</b>                                                                                                                      | <b>44</b> |
| A. Tempat dan Waktu Penelitian.....                                                                                                                     | 44        |
| 1. Tempat Penelitian .....                                                                                                                              | 44        |
| 2. Waktu Penelitian .....                                                                                                                               | 45        |
| B. Hasil Uji Univariat .....                                                                                                                            | 45        |
| 1. Gambaran Karakteristik Responden Berdasarkan Usia .....                                                                                              | 45        |
| 2. Gambaran Karakteristik Responden Berdasarkan Jenis Kelamin.....                                                                                      | 46        |
| 3. Identifikasi Tekanan Darah Sebelum Diberikan Terapi Rendam Kaki<br>Menggunakan Air Rebusan Jahe Merah .....                                          | 46        |
| 4. Identifikasi Tekanan Darah Setelah Diberikan Terapi Rendam Kaki<br>Menggunakan Air Rebusan Jahe Merah .....                                          | 47        |
| C. Uji Normalitas Data .....                                                                                                                            | 48        |
| D. Hasil Uji Bivariat .....                                                                                                                             | 49        |
| <b>BAB VI PEMBAHASAN.....</b>                                                                                                                           | <b>51</b> |
| A. Interpretasi Penelitian .....                                                                                                                        | 51        |
| 1. Karakteristik Responden .....                                                                                                                        | 51        |
| 2. Mengidentifikasi Tekanan Darah Sebelum Diberikan Terapi Rendam<br>Kaki Menggunakan Air Rebusan Jahe Merah .....                                      | 54        |
| 3. Mengidentifikasi Tekanan Darah Setelah Diberikan Terapi Rendam<br>Kaki Menggunakan Air Rebusan Jahe Merah .....                                      | 55        |
| 4. Pengaruh Terapi Rendam Kaki Menggunakan Air Rebusan Jahe<br>Merah Terhadap Penurunan Tekanan Darah Pada Lansia Di Banjar<br>Tegallalang Bangli ..... | 57        |
| B. Keterbatasan Penelitian.....                                                                                                                         | 559       |
| C. Implikasi Terhadap Pelayanan, Penelitian, Pendidikan.....                                                                                            | 60        |

|                                            |           |
|--------------------------------------------|-----------|
| 1. Pelayanan Keperawatan .....             | 60        |
| 2. Penelitian Keperawatan .....            | 60        |
| 3. Pendidikan Keperawatan .....            | 61        |
| <b>BAB VII PENUTUP.....</b>                | <b>62</b> |
| A. Simpulan .....                          | 62        |
| B. Saran .....                             | 63        |
| 1. Bagi Pelayanan Keperawatan.....         | 63        |
| 2. Bagi Institusi Pendidikan .....         | 63        |
| 3. Bagi Masyarakat .....                   | 63        |
| 4. Bagi Perkembangan Ilmu Pengetahuan..... | 63        |

## **DAFTAR PUSTAKA**

## **LAMPIRAN**

## DAFTAR TABEL

|           |                                                                                                                                        |    |
|-----------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----|
| Tabel 2.1 | Klasifikasi Hipertensi menurut JNC 7 .....                                                                                             | 16 |
| Tabel 3.1 | Definisi Operasional Pengaruh Terapi Rendam Kaki Menggunakan Air Rebusan Jahe Merah Terhadap Penurunan Tekanan Darah Pada Lansia ..... | 25 |
| Tabel 5.1 | Karakteristik Responden Penelitian Berdasarkan Usia .....                                                                              | 45 |
| Tabel 5.2 | Karakteristik Responden Penelitian Berdasarkan Jenis Kelamin .....                                                                     | 46 |
| Tabel 5.3 | Tekanan Darah Sebelum.....                                                                                                             | 46 |
| Tabel 5.4 | Tekanan Darah Sesudah .....                                                                                                            | 47 |
| Tabel 5.5 | Hasil Uji Normalitas Data Sebelum Dan Setelah .....                                                                                    | 48 |
| Tabel 5.6 | Hasil Uji Bivariat .....                                                                                                               | 49 |

## DAFTAR GAMBAR

|            |                                                                                                                                  |    |
|------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----|
| Gambar 2.1 | Kerangka Teori.....                                                                                                              | 22 |
| Gambar 3.1 | Kerangka Konsep Pengaruh Terapi Rendam Kaki Menggunakan Air Rebusan Jahe Merah Terhadap Penurunan Tekanan Darah Pada Lansia..... | 23 |
| Gambar 4.1 | Rancangan Penelitian <i>One Group Pre-test Post-test Design</i> ....                                                             | 26 |

## **DAFTAR LAMPIRAN**

|             |                                            |
|-------------|--------------------------------------------|
| Lampiran 1  | Kalender Renacana Penelitian               |
| Lampiran 2  | Surat Permohonan Menjadi Responden         |
| Lampiran 3  | Surat Persetujuan Menjadi Responden        |
| Lampiran 4  | Surat Permohonan Studi Pendahuluan         |
| Lampiran 5  | Surat Jawaban Permohonan Studi Pendahuluan |
| Lampiran 6  | Surat Permohonan Uji Etik                  |
| Lampiran 7  | Surat Ethical Approval                     |
| Lampiran 8  | Surat Izin Penelitian                      |
| Lampiran 9  | Surat Jawaban Penelitian                   |
| Lampiran 10 | Standar Oprasional (SOP)                   |
| Lampiran 11 | Lembar Observasi                           |
| Lampiran 12 | Eksport Data                               |
| Lampiran 13 | Lembar Bimbingan Skripsi                   |
| Lampiran 14 | Dokumentasi Penelitian                     |

## DAFTAR PUSTAKA

- Akbar, A. I., Dewi, S. R., & Suryaningsih, Y. (2024). Hubungan Dukungan Emosional Teman Sebaya Dengan Kualitas Hidup Lansia Di Upt Pelayanan Sosial Tresna Werdha Jember. *ASSYIFA : Jurnal Ilmu Kesehatan*, 2(2), 234–243. <https://doi.org/10.62085/ajk.v2i2.67>
- Amalia, D., Sahabuddin, L., & Atikah, S. (2023). *Karakteristik Demografi Penderita Hipertensi Di Wilayah Kerja Puskesmas Kawatuna Palu Tahun 2022*.
- Apriyani, A., Kesuma Dewi, T., & Keperawatan Dharma Wacana, A. (2025). Implementasi Rendam Kaki Air Hangat Dan Jahe Merah Terhadap Tekanan Darah Pada Pasien Hipertensi Implementation Of Warm Water Foot Bath And Red Ginger On Blood Pressure In Hypertensive. *Jurnal Cendikia Muda*, 5(1)
- Anwar, Y., Fadillah, A., & Syam, M. (2021). Pengaruh Model Project Based Learning Terhadap Hasil Belajar Siswa Kelas X di SMA Negeri 11 Samarinda masalah sebagai langkah awal untuk mendapatkan pengalaman berbasis pengetahuan baru pemecahan masalah dalam materi pelajaran geografi . Project based lea. *Jurnal Pendidikan*, 30(3), 399–408.
- Astutik, M. F., & Mariyam, M. (2021). Hipertensi Lansia. *Holistic Nursing Care Approach*, 1(2), 77.
- 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>
- Berta Afriani, Rini Camelia, & Willy Astriana. (2023). Def Hipertensi. *Jurnal Gawat Darurat*, 5(1), 1–8.
- Christin, N., Revita, T., Manan, A., & Gustomi, M. P. (2024). Efektifitas Rendam Kaki Air Hangat Dan Air Jahe Hangat Terhadap Penurunan Hipertensi Pada Lansia. *Jurnal Penelitian Multidisiplin*, 3(6), 19–26. <https://doi.org/10.58705/jpm.v3i6.360>
- Cristanto, M., Saptiningsih, M., & Indriarini, M. Y. (2021). Hubungan Aktivitas Fisik Dengan Pencegahan Hipertensi Pada Usia Dewasa Muda: Literature Review. *Jurnal Sahabat Keperawatan*, 3(01), 53–65. <https://doi.org/10.32938/jsk.v3i01.937>
- Erika Dewi Noorratri, N. H. D. T. H. (2024). Penerapan Teknik Rendam Kaki Air Hangat Dengan Jahe Merah Terhadap Perubahan Tekanan Darah Di Kelurahan Joyotakan Kota Surakarta. *IJOH: Indonesian Journal of Public Health*, 2(2), 356–368.

- Faridi, A., Susilawaty, A., Rahmiati, B. F., Sianturi, E., Adiputra, I. M. S., Budiastutik, I., ... & Hulu, V. T. (2021). Metodologi penelitian kesehatan.
- Hasnawati, S. (2021). Hipertensi. Penerbit KBM Indonesia.
- Irwina Angelia Silvanasari, Nurul Maurida, T. V. (2022). Peningkatan Pengetahuan Penyakit Tidak Menular: Hipertensi Pada Lansia Increasing. *Jurnal Pengabdian Masyarakat*, 8(5), 221.
- Fatmawati, Z. I., Qorahman Mm, W., & Syahleman, R. (2025). *Hubungan Antara Usia Dengan Kejadian Hipertensi Pada Ibu Rumah Tangga*.
- Haryanti, & Dewi Tri. (2024). Penerapan Teknik Rendam Kaki Air Hangat Dengan Jahe Merah Terhadap Perubahan Tekanan Darah Di Kelurahan Joyotakan Kota Surakarta Pendahuluan Hipertensi Merupakan Keadaan Dimana Seseorang Memiliki Tekanan Darah . *Ijoh: Indonesian Journal Ofpublic Health*.
- Hasanah, U., Fitria, A., Handoko, G., Tinggi, S., Kesehatan, I., Pesantren, H., & Hasan Probolingo, Z. (2023). *Pengaruh Rendam Kaki Dengan Rebusan Jahe Terhadap Tekanan Darah Pada Lansia Penderita Hipertensi Di Puskesmas Kedungjajang*. <https://Journal-Mandiracendikia.Com/Jikmc>
- Kurniati, M. F., & Alfaqih, M. R. (2022). Terapi herbal anti hipertensi. Bogor: Guepedia.
- Lestari, W., & Herawati. (2024). *Pengaruh Pemberian Rendam Kaki Dengan Air Jahe Merah Hangat Terhadap Penurunan Tekanan Darah Pada Tn. S Dengan Diagnosa Hipertensi Di Desa Sungai Alang Kec. Karang Intan 2 Kab. Banjar*.
- Notoatmodjo Soekidjo. (2019). Metodologi Penelitian Kesehatan. Rineka Cipta
- Nugraheni, U., & Sitti Rahma Soleman. (2024). Penerapan Terapi Rendam Kaki Air Jahe Merah Hangat Terhadap Tekanan Darah Pada Lansia Dengan Hipertensi Di Dungklepu, Giritontro, Wonogiri. *Jurnal Rumpun Kesehatan Umum*.
- Ratna Dila, S. (2023). Faktor Penyebab Hipertensi Pada Pasien Dewasa Di Puskesmas Dinoyo Kota Malang. *Sainsbertek Jurnal Ilmiah Sains & Teknologi*, 3(2), 19–27. <https://doi.org/10.33479/sb.v3i2.217>
- Riyada, F., Amanah Fauziah, S., Liana, N., & Hasni, D. (2024). Faktor yang Mempengaruhi Terjadinya Resiko Hipertensi pada Lansia. *Scientific Journal*, 3(1), 27–47. <https://doi.org/10.56260/sciena.v3i1.137>
- Riyada, F., Fauziah, S. A., Liana, N., & Hasni, D. (2024). *Faktor Yang Mempengaruhi Terjadinya Resiko Hipertensi Pada Lansia*. [Http://Journal.Scientic.Id/Index.Php/Sciena/Issue/View/17](http://Journal.Scientic.Id/Index.Php/Sciena/Issue/View/17)

- Sari, S. M., & Effendy, H. V. (2021). Pengaruh Pemberian Rendaman Air Jahe pada Kaki terhadap Penurunan Tekanan Darah pada Lansia. *Journal of Ners Community*, 12(01), 34–42.
- Siregar, F. G. G., Theo, D., Ramadhani, S., Fitrianti, A. D., & Yuniati. (2024). Analisis Faktor Yang Mempengaruhi Kejadian Hipertensi Pada lansia di Pskesmas Rasau Kab. Labuhanbati Selatan. *Termometer: Jurnal Ilmiah Ilmu Kesehatan Dan Kedokteran*, 2(1), 247–263. doi: <https://doi.org/10.55606/termometer.v2i1.2864>
- Sugiyono. (2022). Identifikasi Perilaku Bidang Pengembangan Moral Anak Kelompok B Di Tk It Al-Dhaifullah Desa Betung Kecamatan Abab Kabupaten .... *Alfabeta, Bandung*, 27–44. <https://repository.unsri.ac.id/106058/>
- Sartika, A., Betrianita, B., Andri, J., Padila, P., & Nugrah, A. V. (2020). Senam Lansia Menurunkan Tekanan Darah Pada Lansia. *Journal Of Telenursing (Joting)*, 2(1), 11–20. <https://doi.org/10.31539/Joting.V2i1.1126>
- Silfiyani, L. D., & Khayati, N. (2021). Aplikasi Foot Hydrotheraphy 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>
- Sriyatna, D., & Rahayu, D. A. (2022). Pengaruh Rendam Kaki Air Jahe Merah Hangat Terhadap Penurunan Tekanan Darah Pada Pasien Hipertensi. *Ners Muda*, 3(3). <https://doi.org/10.26714/Nm.V3i3.10473>
- Sulfitra Sultan, K., & Asrina, A. (2025). Hubungan Jenis Kelamin Dan Pekerjaan Dengan Kejadian Hipertensi Pada Pra-Lansia Di Puskesmas Ralla. In *Window Of Public Health Journal* (Vol. 6, Number 6).
- Tunnisaa, A. P. R. P. (2024). MENURUNKAN TEKANAN DARAH PADA LANSIA DENGAN HIPERTENSI Keperawatan , Poltekkes Kemenkes Banten , Jl Kardi , Tangerang , 15121 PENDAHULUAN Tekanan darah tinggi menjadi salah satu faktor utama kematian di dunia yang menyebabkan 10 juta kematian tiap tahunnya. *Jurnal Penelitian Terapan Kesehatan*, 000.
- Ulfa Nugraheni, & Sitti Rahma Soleman. (2024). Penerapan Terapi Rendam Kaki Air Jahe Merah Hangat terhadap Tekanan Darah pada Lansia dengan Hipertensi di Wilayah Kerja Puskesmas Sukoharjo. *Jurnal Praba : Jurnal Rumpun Kesehatan Umum*, 2(3), 136–146. <https://doi.org/10.62027/praba.v2i3.160>
- Warijan, Normawati, A. T., & Cipto. (2022). Analisis Penerapan Otago Exercise. *Jurnal Kesehatan*, 11(2), 101–105. <https://doi.org/10.37048/kesehatan.v11i2.472>
- Wardhani, J. R. K., Zurriyani, & Cahyadi, E. (2024). Hubungan Usia Dan Jenis Kelamin Dengan Kejadian Hipertensi Pada Pasien Rawat Jalan Di Poliklinik Penyakit Dalam Rsud Meuraxa Banda Aceh. *Future Academia : The Journal Of Multidisciplinary*

*Research On Scientific And Advanced*, 2(4), 903–911.  
<https://doi.org/10.61579/Future.V2i4.337>

Wiwini Afifah. (2022). Analisis Faktor Risiko Kejadian Hipertensi Pada Lansia Di Wilayah Kerja Puskesmas Rapak Mahang Kecamatan Tenggarong Kabupaten Kutai Kartanegara. *Wal'afiat Hospital Journal*