

**PERBEDAAN PEMBERIAN TERAPI RENDAM KAKI AIR
HANGAT DAN SENAM JANTUNG SEHAT TERHADAP
PERUBAHAN TEKANAN DARAH PADA LANSIA
HIPERTENSI DI DESA SUMBANG**



SKRIPSI

Diajukan untuk Memenuhi Sebagai Syarat

Mencapai Derajat Sarjana

DESI PRATIWI

1611020024

**PROGRAM STUDI ILMU KEPERAWATAN
FAKULTAS ILMU KESEHATAN
UNIVERSITAS MUHAMMADIYAH PURWOKERTO
2020**

HALAMAN PERNYATAAN ORISINALITAS

Saya yang bertanda tangan di bawah ini:

Nama : Desi Pratiwi
NIM : 1611020024
Program Studi : Keperawatan S1
Fakultas : Ilmu Kesehatan
Perguruan Tinggi : Universitas Muhammadiyah Purwokerto

menyatakan dengan sebenar-benarnya bahwa skripsi ini adalah hasil karya saya dan semua sumber baik yang dikutip maupun dirujuk telah saya nyatakan dengan benar serta bukan hasil penjiplakan dari karya orang lain.

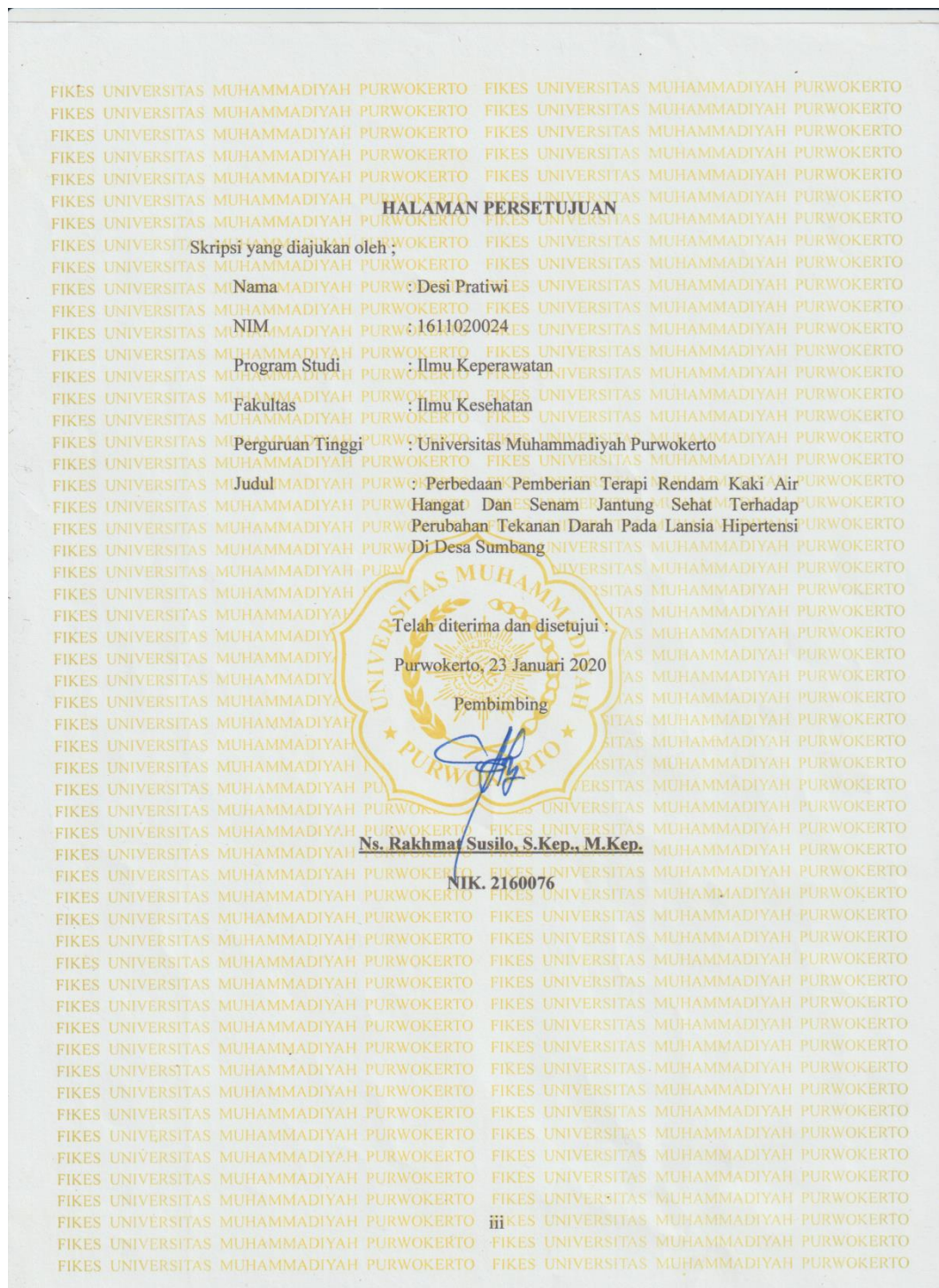
Demikian pernyataan ini saya buat dan apabila kelak kemudian hari terbukti ada unsur penjiplakan, saya bersedia mempertanggungjawabkan sesuai dengan ketentuan yang berlaku.

Purwokerto, 23 Januari 2020

Yang menyatakan



Desi Pratiwi



HALAMAN PENGESAHAN

Skripsi diajukan oleh:

Nama : Desi Pratiwi

NIM : 1611020024

Program Studi : Keperawatan S1

Fakultas : Ilmu Kesehatan

Perguruan Tinggi : Universitas Muhammadiyah Purwokerto

Judul : Perbedaan Pemberian Terapi Rendam Kaki Air Hangat Dan Senam Jantung Sehat Terhadap Perubahan Tekanan Darah Pada Lansia Hipertensi Di Desa Sumbang

Telah berhasil dipertahankan di hadapan Dewan Penguji dan diterima sebagai bagian persyaratan yang diperlukan untuk memperoleh gelar Sarjana Keperawatan (S.Kep) pada Program Studi Ilmu Keperawatan, Fakultas Ilmu Kesehatan, Universitas Muhammadiyah Purwokerto.

DEWAN PENGUJI

Penguji 1 : Mustiah Yulistiani, S. Kp, M. Kep, CWCS

Penguji 2 : Ns.Dyah Yulistika H S.Kep, M.Kep

Penguji 3 : Ns. Rakhmat Susilo, S.Kep., M. Kep

Ditetapkan di: Purwokerto

Tanggal: 23 Januari 2020

Mengetahui:

Dekan FIKES

Dr. Ns. H. Umi Solikhah, S.Pd., S.Kep., M.Kep

NIK: 2160188

HALAMAN PERSEMBAHAN

Dengan mengucapkan syukur kepada Allah SWT, Skripsi ini saya persembahkan untuk:

- 1. Keluargaku tercinta, kedua orang tua ku serta adik ku yang telah memberikan kasih sayang, do'a, dukungan serta motivasi baik secara moril maupun materi. Terimakasih atas semua hal yang kalian berikan kepada saya.*
- 2. Untuk semua sahabat – sahabat saya yang selalu memberikan dukungan dan membantu saya, serta selalu ada untuk saya. Terimakasih sudah menjadi sahabat baik untuk saya*
- 3. Untuk teman-teman seperjuangan terimakasih telah memberikan dukungan untuk saya.*

MOTTO

"Ubah pikiranmu dan kau dapat mengubah duniamu."

-Norman Vincent Peale

"Waktu bagaikan pedang. Jika engkau tidak memanfaatkannya dengan baik (untuk memotong), maka ia akan memanfaatkanmu (dipotong)." (HR. Muslim)

"Man Jadda WaJada"



KATA PENGANTAR

Assalamu'alaikum.wr.wb.

Puji syukur senantiasa tercurah kepada sang Maha Pencipta, Allah SWT yang telah melimpahkan begitu banyak rahmat dan kuasa-Nya, sehingga penulis dapat menyelesaikan skripsi yang berjudul “Perbedaan Pemberian Terapi Rendam Kaki Air Hangat Dan senam Jantung Sehat Terhadap Perubahan Tekanan Darah Pada Lansia Hipertensi Di Desa Sumbang”.

Keberhasilan dalam penyusunan skripsi ini tidak terlepas dari dukungan, dorongan, bantuan dan saran dari berbagai pihak. Pada kesempatan ini peneliti ingin menyampaikan terimakasih kepada semua pihak yang telah membantu dan membimbing sehingga peneliti dapat menyelesaikan penyusunan skripsi ini tepat pada waktunya. Rasa terimakasih ini, terutama peneliti sampaikan kepada yang terhormat:

1. Dr. Anjar Nugroho, M.S.I., M.H.I selaku Rektor Universitas Muhammadiyah Purwokerto
2. Dr. Ns. Hj. Umi Solikhah, S.Pd., S.Kep., M.Kep., selaku dekan Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas Muhammadiyah Purwokerto
3. Ns. Sri Suparti, S.Kep, M.Kep.,selaku Ketua Program Studi Ilmu Keperawatan S1 Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas Muhammadiyah Purwokerto
4. Ns. Rakhmat Susilo, S.Kep., M. Kep selaku pembimbing yang telah meluangkan waktu dengan penuh kesabaran memberikan bimbingan dan arahan yang sangat bermanfaat sehingga skripsi ini dapat selesai dengan baik
5. Mustiah Yulistiani, S. Kp, M. Kep, CWCS selaku penguji 1 yang telah memberikan berbagai pertanyaan untuk menguji kelayakan sebagai sarjana Ilmu Keperawatan

6. Ns. Diah Yulistika H, S. Kep., M. Kep selaku penguji 2 yang telah memberikan berbagai pertanyaan untuk menguji kelayakan sebagai sarjana Ilmu Keperawatan
7. Kedua Orangtua dan orang-orang terkasih yang telah memberikan semangat dan do'a dalam penyusunan skripsi ini.
8. Seluruh Dosen dan staf Akademik Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas Muhammadiyah Purwokerto, terima kasih atas ilmu dan pengetahuan yang telah disalurkan selama ini.
9. Semua pihak yang tidak dapat saya sebutkan satu persatu, yang telah banyak membantu selama penyusunan dan penulisan skripsi ini.

Akhir kata, Semoga Allah SWT memberikan balasan atas segala kebaikan semua pihak yang telah membantu. Semoga Skripsi ini membawa manfaat bagi pengembangan ilmu. Amin.

Purwokerto, 23 Januari 2020

Peneliti

HALAMAN PERNYATAAN PERSETUJUAN PUBLIKASI

SKRIPSI UNTUK KEPENTINGAN AKADEMIS

Sebagai civitas akademika Universitas Muhammadiyah Purwokerto dan demi pengembangan ilmu pengetahuan, saya yang bertanda tangan dibawah ini:

Nama : Desi Pratiwi
NIM : 1611020024
Program Studi : Keperawatan S1
Fakultas : Ilmu Kesehatan
Perguruan Tinggi : Universitas Muhammadiyah Purwokerto
Jenis Karya : Skripsi

menyetujui untuk memberikan Hak Bebas Royalti Noneksklusif (Non-exclusive Royalty-Free Right) kepada Universitas Muhammadiyah Purwokerto karya ilmiah saya yang berjudul:

“Perbedaan Pemberian Terapi Rendam Kaki Air Hangat Dan senam Jantung Sehat Terhadap Perubahan Tekanan Darah Pada Lansia Hipertensi Di Desa Sumbang”

Dengan Hak Bebas Royalti Noneksklusif ini Universitas Muhammadiyah Purwokerto berhak menyimpan, mengalihmedia/ mengalihformatkan, mengelola dalam bentuk pangkalan data (*database*), merawat, dan mempublikasikan tugas akhir saya dengan tetap mencantumkan nama saya sebagai penulis/pencipta dan sebagai pemilik Hak Cipta.

Pernyataan ini saya buat dengan sebenarnya.

Dibuat di : Purwokerto

Pada tanggal: 23 Januari 2020

Yang menyatakan,


Desi Pratiwi

Desi Pratiwi

PERBEDAAN PEMBERIAN TERAPI RENDAM KAKI AIR HANGAT DAN SENAM JANTUNG SEHAT TERHADAP PERUBAHAN TEKANAN DARAH PADA LANSIA HIPERTENSI DI DESA SUMBANG

Desi Pratiwi¹ Rakhmat Susilo²

ABSTRAK

Latar Belakang: Hipertensi merupakan masalah besar, tidak hanya dinegara barat tapi juga di Indonesia. Terapi obat telah lama menjadi penatalaksanaan hipertensi, namun terapi komplementer juga dapat menurunkan tekanan darah seperti terapi rendam kaki air hangat dan senam jantung sehat.

Tujuan: Mengetahui perbedaan pemberian terapi rendam kaki air hangat dan senam jantung sehat terhadap perubahan tekanan darah pada lansia Hipertensi di desa Sumbang

Metode: Jenis penelitian adalah deskriptif kuantitatif dengan menggunakan metode *Quasi Eksperiment*. Populasi penelitian ini adalah lansia Hipertensi di Desa Sumbang. Teknik sampling yang digunakan adalah *simple random sampling* sebanyak 32 responden. Analisis yang digunakan uji statistik *independent t test*.

Hasil Penelitian: Pada penelitian ini di dapatkan hasil jumlah responden pada kelompok terapi rendam kaki air hangat sebanyak 16 responden perempuan (100%). Sedangkan pada kelompok senam jantung sehat dengan 1 orang laki-laki (6,2%) dan 15 orang perempuan (93,8%). Uji *independent t test* diperoleh tekanan darah sistolik pada kedua kelompok $<0,05$, sedangkan tekanan darah diastolic pada kedua kelompok $>0,05$.

Kesimpulan: Ada perbedaan yang signifikan pada tekanan darah sistolik dan diastolic pada pemberian terapi rendam kaki air hangat dan senam jantung sehat terhadap perubahan tekanan darah pada lansia hipertensi di Desa Sumbang.

Kata Kunci: hipertensi, lansia, tekanan darah.

¹Mahasiswa Progam Studi Ilmu Keperawatan Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas Muhammadiyah Purwokerto

²Dosen Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas Muhammadiyah Purwokerto

THE DIFFERENCE OF GIVING HOT WATER FOOT BATH THERAPY AND HEALTHY HEART EXERCISES TOWARD THE CHANGES IN BLOOD PRESSURE OF ELDERLY WITH HYPERTENSION IN SUMBANG VILLAGE.

Desi Pratiwi¹ Rakhmat Susilo²

ABSTRACT

Background: Hypertension is a big problem, not only in western countries but also in Indonesia. Drug therapy has long been a treatment of hypertension; however, complementary therapies like hot water foot bath therapy and healthy heart exercises can also reduce blood pressure.

Objective: This research aimed to find out the difference of giving hot water foot bath therapy and healthy heart exercises toward the changes in blood pressure of the elderly with hypertension in Sumbang Village.

Method: This was a quantitative descriptive research using the Quasi-Experimental method. The population of this research was the elderly with hypertension in Sumbang Village. 32 respondents were taken as the sample using simple random sampling technique. The data obtained were analyzed statistically using independent t test.

Results: In the hot water foot bath therapy group there were 16 female respondents (100%), whereas in the healthy heart exercises group, there was one man (6.2%) and 15 women (93.8%). Based on the independent t test, the systolic and diastolic blood pressure in both groups was 0.05.

Conclusion: After being treated with hot water foot bath therapy and healthy heart exercises, there was a significant difference in systolic and diastolic blood pressure of elderly with hypertension in Sumbang Village.

Keywords: hypertension, elderly, blood pressure

¹Students of Nursing Study Program Faculty of Health Sciences Muhammadiyah University Purwokerto

²Lecturer at the Faculty of Health Muhammadiyah University Purwokerto

DAFTAR ISI

HALAMAN JUDUL	i
HALAMAN PERNYATAAN ORISINALITAS	ii
HALAMAN PERSETUJUAN	iii
HALAMAN PENGESAHAN	iv
HALAMAN PERSEMBAHAN	v
MOTTO	vi
KATA PENGANTAR.....	vii
HALAMAN PERSETUJUAN PUBLIKASI	viii
ABSTRAK	x
ABSTRACT	x
DAFTAR ISI.....	xi
DAFTAR TABEL	xiv
DAFTAR BAGAN.....	xv
DAFTAR LAMPIRAN	xvi
BAB I PENDAHULUAN.....	1
A. Latar Belakang	1
B. Rumusan Masalah	4
C. Tujuan Penelitian	4
D. Manfaat Penelitian	5
BAB II TINJAUAN PUSTAKA.....	6
A. Hasil Penelitian Terdahulu	6
B. Konsep Hipertensi	11
C. Konsep Lanjut Usia	24
D. Konsep Keperawatan Komunitas	26
E. Konsep Terapi Rendam Kaki Air Hangat	28
F. Konsep Senam Jantung Sehat	35
G. Kerangka Teori.....	40
H. Kerangka Konsep	41
I. Hipotesis.....	41

BAB III METODE PENELITIAN	42
A. Desain Penelitian.....	42
B. Populasi, Sample, dan Sampling.....	42
C. Waktu dan Tempat Penelitian	45
D. Variabel Penelitian	45
E. Definisi Operasional.....	46
F. Instrumen Penelitian.....	46
G. Teknik Pengumpulan Data.....	47
H. Tahap Pengolahan Data.....	47
I. Analisis Data	49
J. Alur Penelitian	50
K. Etika Penelitian	51
BAB IV HASIL DAN PEMBAHASAN	53
A. Hasil Penelitian	53
B. Pembahasan.....	58
C. Keterbatasan Penelitian	73
BAB V KESIMPULAN DAN SARAN	74
A. Kesimpulan	74
B. Saran	75
DAFTAR PUSTAKA	
LAMPIRAN	

DAFTAR TABEL

Table 2. 1 Hasil Penelitian Terdahulu.....	6
Table 2.2 Klasifikasi Tekanan Darah.....	12
Table 3.1 Definisi Operasional	46
Tabel 4.1 Distribusi Uji Normalitas Shapiro Wilk	53
Tabel 4.2 Karakteristik Responden	54
Tabel 4.3 Distribusi frekuensi tekanan darah Terapi rendam kaki	55
Tabel 4.4 Distribusi frekuensi tekanan darah Senam jantung sehat.....	56
Tabel 4.5 Perbedaan Terapi rendam kaki dan Senam jantung sehat	57



DAFTAR BAGAN

Bagan 2.1 Kerangka Teori	40
Bagan 2.2 Kerangka Konsep.....	41



DAFTAR LAMPIRAN

- Lampiran 1 Lembar SOP Terapi Rendam Kaki Air Hangat
- Lampiran 2 Lembar SOP Senam Jantung Sehat
- Lampiran 3 Lembar Observasi Terapi Rendam Kaki Air Hangat
- Lampiran 4 Lembar Observasi Senam Jantung Sehat
- Lampiran 5 Lembar Permohonan Menjadi Responden
- Lampiran 6 Lembar Persetujuan Menjadi Responden
- Lampiran 7 Surat Pemberitahuan Pendidikan Kesehatan
- Lampiran 8 Lembar Konsultasi Proposal
- Lampiran 9 Lembar Konsultasi Skripsi
- Lampiran 10 Lembar Persetujuan Perbaikan Proposal
- Lampiran 11 Lembar Persetujuan Perbaikan Skripsi
- Lampiran 12 Lembar Permohonan Studi Pendahuluan
- Lampiran 13 Lembar Permohonan Izin Penelitian
- Lampiran 14 Surat Izin Penelitian Kantor Kesatuan Bangsa dan Politik
- Lampiran 15 Surat Izin Penelitian Dinas Kesehatan
- Lampiran 16 Lembar Izin Etik Penelitian
- Lampiran 17 Surat Selesai Penelitian
- Lampiran 18 Surat Pengesahan Terjemahan Judul Skripsi
- Lampiran 19 Dokumentasi
- Lampiran 20 Hasil Output SPSS