

**IMPLEMENTASI TERAPI RENDAM KAKI DENGAN AIR
HANGAT REBUSAN SERAI DAN GARAM TERHADAP
TEKANAN DARAH PADA LANSIA**



**Universitas
Harkat Negeri**

TUGAS AKHIR

Oleh:

ROSA DWI MAULIDDINA

23130062

**PROGRAM STUDI DIPLOMA III KEPERAWATAN
SEKOLAH VOKASI
UNIVERSITAS HARKAT NEGERI
2026**

**IMPLEMENTASI TERAPI RENDAM KAKI DENGAN AIR
HANGAT REBUSAN SERAI DAN GARAM TERHADAP
TEKANAN DARAH PADA LANSIA**



**Universitas
Harkat Negeri**

TUGAS AKHIR

Diajukan Sebagai Salah Satu Syarat untuk Menyelesaikan Studi
Pada Program Studi Diploma Tiga Keperawatan

Oleh:

NAMA : ROSA DWI MAULIDDINA

NIM : 23130062

**PROGRAM STUDI DIPLOMA III KEPERAWATAN
SEKOLAH VOKASI
UNIVERSITAS HARKAT NEGERI**

2026

UNIVERSITAS HARKAT NEGERI	Kode/No :
	Tanggal :
FORMULIR LEMBAR PERSETUJUAN TUGAS AKHIR	Revisi :
	SEKOLAH VOKASI

HALAMAN PERSETUJUAN TUGAS AKHIR (TA)

IMPLEMENTASI TERAPI RENDAM KAKI DENGAN AIR HANGAT REBUSAN SERAI DAN GARAM TERHADAP TEKANAN DARAH PADA LANSIA

Sebagai Salah Satu Syarat Untuk Melaksanakan Tugas Akhir

Oleh:

Nama : ROSA DWI MAULIDDINA

NIM : 23130062

Tegal, 7 Juli 2026

Menyetujui,

PEMBIMBING I



Ng. Ardhi Henda Kamandika. M.Kep
NIDN. 0615029303

PEMBIMBING II



Adevia Maulidya Chikmah, S.ST, M.Kes
NIDN. 0606118802

UNIVERSITAS HARKAT NEGERI	Kode/No :
	Tanggal :
FORMULIR LEMBAR PENGESAHAN TUGAS AKHIR	Revisi :
	SEKOLAH VOKASI

HALAMAN PENGESAHAN TUGAS AKHIR (TA)

IMPLEMENTASI TERAPI RENDAM KAKI DENGAN AIR HANGAT REBUSAN SERAI DAN GARAM TERHADAP TEKANAN DARAH PADA LANSIA

Oleh:

Nama : Rosa Dwi Mauliddina

NIM : 23130062

Telah berhasil dipertahankan dihadapan Tim Penguji dan diterima sebagai bagian persyaratan yang diperlukan untuk memperoleh gelar Ahli Madya Keperawatan pada Program Studi Diploma III Keperawatan, Universitas Harkat Negeri.

Tim Penguji,

Ketua Penguji : Ns. Candra Andodo, M.Kep
NIDN. 0012018903

Anggota Penguji I : Ns. Nanda Bachtiar, M.Kep
NIDN. 0623139601

Anggota Penguji II : Ns. Ardhi Henda Karmandika, M.Kep
NIDN. 0615029303

()
()
()

Tegal, 8 Oktober 2026
Menyetujui,

Sekolah Vokasi Dekan

Program Studi Diploma III Keperawatan
Ketua Program Studi

 

Dr. Apt. Heru Nurcahyo, S.Farm., M.Sc
NIPY. 10.007.038

 

Ns. Ardhi Henda Karmandika, M.Kep
NIPY. 09.020.452

HALAMAN PERNYATAAN ORISINALITAS

Tugas Akhir ini adalah hasil karya saya sendiri,
dan semua sumber baik yang dikutip maupun yang dirujuk
telah saya nyatakan dengan benar.

NAMA : ROSA DWI MAULIDDINA

NIM : 23130062

Tanda Tangan :



Tanggal : 5 Agustus 2026

**HALAMAN PERNYATAAN PERSETUJUAN PUBLIKASI
TUGAS AKHIR UNTUK KEPENTINGAN AKADEMIS**

Sebagai sivitas akademika Universitas Harkat Negeri, saya yang bertandatangan di bawah ini:

Nama : Rosa Dwi Mauliddina
NIM : 23130062
Program Studi : Diploma III Keperawatan
Jenis Karya : Tugas Akhir
Skim TA : KTI

Demi pengembangan ilmu pengetahuan, menyetujui untuk memberikan kepada UNIVERSITAS HARKAT NEGERI **Hak Bebas Royalti Noneksklusif** (*None-exclusive Royalty Free Right*) atas karya ilmiah saya yang berjudul : Implementasi Terapi Rendam Kaki Dengan Air Hangat Rebusan Serai Dan Garam Terhadap Tekanan Darah Pada Lansia.

Beserta perangkat yang ada (jika diperlukan). Dengan Hak Bebas Royalti/Noneksklusif ini UNIVERSITAS HARKAT NEGERI berhak menyimpan, mengalihmedia/formatkan, mengelola dalam bentuk pangkalan data (database), merawat dan mempublikasikan karya ilmiah saya selama tetap mencantumkan nama saya sebagai penulis/pencipta dan pemilik Hak Cipta.

Demikian pernyataan ini saya buat dengan sebenarnya.

Dibuat di : Tegal

Pada Tanggal : 5 Agustus 2026

Yang menyatakan



Rosa Dwi Mauliddina

NIM.23130062

MOTTO DAN PERSEMBAHAN

MOTTO

“Allah tidak membebani seseorang diluar batas kemampuannya.”

(QS. Al-Baqarah: 286)

“Semua akan sampai, pada waktu terbaik menurut-Nya.”

(QS. Al-An'an: 67)

“Besok dan seterusnya adalah rahasiaku, tidak perlu ditebak dan tidak perlu gelisah, hiduplah sebaik-baiknya hari ini”

(disimpulkan dari QS. Al-Luqman ayat 34)

“Semua jatuh bangunmu hal yang biasa, angan dan pertanyaan waktu yang menjawabnya, berikan tenggat waktu bersedihlah secukupnya, rayakan perasaanmu sebagai manusia”

Baskara Putra-Hindia

“kalau hidupnya banyak wishlist, doa dan usahanya ga boleh sedikit”

PERSEMBAHAN

Diantara seluruh halaman dalam tugas akhir ini, lembar persembahan adalah halaman yang paling bermakna, karena disinilah penulis menitipkan rasa terima kasih yang tidak mampu terucap oleh kata-kata. Dengan mengucapkan puji dan syukur kepada Tuhan Yang Maha Esa atas segala Rahmat, kasih, dan karunianya, sehingga tugas akhir ini dapat diselesaikan dengan baik. Tugas akhir ini penulis persembahkan kepada:

1. Kedua orang tua tercinta, Bapak Syafrudin DM, S.H dan Ibu Romi Yanti Puji Rahayu, S.E dengan penuh rasa sayang, cinta, dan syukur karya ilmiah ini penulis persembahkan sebagai ungkapan terima kasih yang mendalam atas segala kasih sayang, doa, perhatian, pengorbanan, serta dukungan yang tiada henti diberikan selama perjalanan hidup dan proses pendidikan penulis. Perjalanan hidup kita sebagai satu keluarga utuh memang tidak mudah, tetapi segala hal yang telah dilalui memberikan penulis pelajaran yang sangat berharga tentang arti menjadi seorang perempuan yang kuat, bertanggung jawab, dan mandiri. Semoga dengan adanya tugas akhir ini dapat membuat bapak dan ibu lebih bangga karena telah berhasil menjadikan anak perempuan keduanya ini menyandang gelar ahli madya. Setiap perjuangan, kerja keras, dan ketulusan yang telah bapak dan ibu berikan menjadi sumber kekuatan, semangat, dan motivasi bagi penulis sehingga penulis mampu menyelesaikan tugas akhir ini. Besar harapan penulis semoga bapak dan ibu selalu sehat jasmani dan rohani, panjang umur, selalu dilancarkan dalam segala urusan serta rezekinya, dan bisa melihat keberhasilan lainnya yang akan penulis raih di masa yang akan datang.
2. Kepada kakak laki-laki saya, Shildam Tamir Adani yang selalu membuat penulis termotivasi untuk bisa terus belajar menjadi sosok adik yang dapat memberikan pengaruh positif, baik dalam akademik maupun non-akademik. Penulis mengucapkan terima kasih atas kasih sayang, doa, serta dukungan yang telah diberikan selama perjalanan pendidikan hingga terselesaikannya tugas akhir ini. Setiap nasihat dan dorongan, serta kepedulian yang diberikan menjadi penyemangat bagi penulis untuk tetap berusaha dan menyelesaikan setiap

tahapan dengan penuh tanggung jawab. Semoga Tuhan Yang Maha Esa senantiasa melimpahkan kesehatan, kebahagiaan, dan keberkahan dalam setiap langkah kehidupan.

3. Kepada keluarga besar tersayang, penulis mengucapkan terima kasih yang sebesar-sebesarnya atas segala bentuk dukungan, baik berupa doa, nasihat, perhatian, maupun bantuan yang telah diberikan kepada penulis selama ini. Semoga tali silaturahmi dalam keluarga selalu terjalin dengan baik, serta Tuhan Yang Maha Esa senantiasa memberikan kesehatan, kebahagiaan, dan perlindungan kepada seluruh keluarga besar. Semoga segala kebaikan yang telah diberikan kepada penulis memperoleh balasan yang berlipat ganda dari Tuhan Yang Maha Esa.
4. Kepada almameter tercinta, Universitas Harkat Negeri Kota Tegal, universitas yang telah menjadi tempat menimba ilmu, membentuk karakter, serta mengembangkan kemampuan akademik maupun nonakademik selama masa perkuliahan. Terima kasih atas kesempatan, pengalaman, serta lingkungan pembelajaran yang kondusif sehingga saya dapat bertumbuh menjadi pribadi yang lebih berpengetahuan, bertanggung jawab, dan siap menghadapi berbagai rintangan di masa yang akan datang. Ucapan terima kasih saya sampaikan kepada seluruh sivitas akademika yang telah memberikan dedikasi dalam menciptakan suasana pendidikan yang berkualitas. Semoga karya sederhana ini dapat menjadi salah satu bentuk kontribusi akademik yang bermanfaat bagi pengembangan ilmu pengetahuan serta menjadi bagian dari upaya menjaga nama baik dan kehormatan almameter.
5. Kepada dosen pembimbing 1 dan dosen pembimbing 2 yang saya hormati, Bapak Ns. Ardhi Henda Karmandika, M.Kep dan Ibu Adevia Maulidya Chikmah, S.ST, M.Kes yang telah meluangkan waktu, tenaga, pemikiran, serta perhatian dalam membimbing penulis selama proses penyusunan tugas akhir ini. Bimbingan, arahan, kritik, serta berbagai masukan yang diberikan menjadi bekal yang sangat berharga bagi penulis dalam menyelesaikan setiap tahapan penelitian hingga tersusunnya karya ilmiah ini.

6. Kepada teman-teman satu angkatan, yang telah menjadi bagian dari perjalanan akademik selama menempuh pendidikan, penulis mengucapkan terima kasih atas semangat kebersamaan, kerja sama, motivasi, serta saling membantu yang telah terjalin selama masa perkuliahan. Berbagai pengalaman, ilmu, serta nilai-nilai kebersamaan yang diperoleh selama berinteraksi dengan teman-teman menjadi bagian penting dalam proses pembentukan karakter, pengembangan kemampuan akademik, dan penyelesaian tugas akhir ini. Penulis berharap semoga ilmu yang diperoleh selama masa perkuliahan dapat menjadi bekal untuk memberikan kontribusi yang nyata bagi masyarakat, bangsa, dan negara.
7. Kepada teman-teman dekat saya selama perkuliahan, yaitu Windi Sartika, Yenni Setiawati, Windiyarti Dian Lestari, dan Dwi Indah Meylani Gunawan yang sudah menjadi bagian penting dalam perjalanan akademik penulis. Terima kasih atas diskusi, berbagi pengetahuan, bertukar pengalaman, dukungan, perhatian, serta memberikan bantuan dan masukan selama proses perkuliahan. Semoga tali silaturahmi dan pertemanan yang telah dibangun tetap terjaga meskipun perjalanan akademik telah berakhir.
8. Kepada Kayla Sabrina, orang yang telah banyak membantu saya selama menjalani masa perkuliahan. Terima kasih sudah hadir sebagai teman berbagi cerita, bertukar pikiran, dukungan, motivasi, nasihat, bantuan, serta kebersamaan yang telah diberikan, baik dalam suka maupun duka. Semoga segala kebaikan yang telah diberikan mendapatkan balasan yang berlipat ganda, dan pertemanan yang sudah terjalin tetap berjalan dengan baik, meskipun nanti kita melangkah pada jalan dan tujuan masing-masing.
9. Terakhir kepada diri saya sendiri, Rosa Dwi Mauliddina yang telah memilih untuk bertahan di setiap proses, meskipun tidak selalu mudah untuk dijalani. Terima kasih atas keberanian untuk terus melangkah ketika menghadapi keraguan, kelelahan, tekanan, serta berbagai tantangan selama menempuh pendidikan hingga penyusunan tugas akhir ini. Terima kasih karena tidak menyerah pada keadaan dan tetap berusaha memberikan yang terbaik dalam setiap kesempatan.

KATA PENGANTAR

Puji Syukur kehadiran Tuhan Yang Maha Esa yang telah melimpahkan Rahmatnya dan karunia-Nya, sehingga penulis dapat menyelesaikan Tugas Akhir dengan judul “IMPLEMETASI TERAPI RENDAM KAKI DENGAN AIR HANGAT REBUSAN SERAI DAN GARAM UNTUK TERHADAP TEKANAN DARAH PADA LANSIA”

Karya Tulis Ilmiah ini merupakan Tugas Akhir yang disusun untuk memenuhi persyaratan dalam menyelesaikan studi pada program D-III Keperawatan, Dalam kesempatan ini penulis juga mengucapkan terima kasih kepada semua pihak yang secara langsung maupun tidak langsung telah membantu dalam penulisan Karya Tulis Ilmiah ini, antara lain:

1. Bapak Sudirman Said, Ak., M.B.A. selaku direktur Universitas Harkat Negeri Tegal.
2. Bapak Ns. Ardhi Henda Karmandhika, M.Kep selaku ketua prodi keperawatan Universitas Harkat Negeri Tegal.
3. Bapak Ns. Ardhi Henda Karmandhika, M.Kep. sebagai dosen pembimbing 1 dan Ibu Adevia Maulidya Chikmah, S.ST, M.Kes sebagai dosen pembimbing 2 telah membantu memberikan arahan kepada penulis dan memberi pemahaman dalam penyusunan tugas akhir ini.
4. Segenap dosen dan staf Prodi D3 Keperawatan Universitas Harkat Negeri Kota Tegal.

ABSTRAK

IMPLEMENTASI TERAPI RENDAM KAKI DENGAN AIR HANGAT REBUSAN SERAI DAN GARAM TERHADAP PENURUNAN TEKANAN DARAH PADA LANSIA DENGAN HIPERTENSI

Mauliddina, Rosa Dwi; Karmandika, Ardhi Henda; Chikmah, Adevia
Maulidya

Latar Belakang: Hipertensi merupakan penyakit kronis yang banyak dialami lansia dan dapat meningkatkan risiko komplikasi kardiovaskular apabila tidak ditangani dengan baik. Selain terapi farmakologis, terapi nonfarmakologis seperti rendam kaki menggunakan air hangat rebusan serai dan garam dapat menjadi alternatif untuk membantu menurunkan tekanan darah melalui efek vasodilatasi, relaksasi otot, dan peningkatan sirkulasi darah. **Tujuan:** Studi kasus ini bertujuan untuk mendeskripsikan implementasi terapi rendam kaki dengan air hangat rebusan serai dan garam dalam menurunkan tekanan darah pada lansia dengan hipertensi. **Metodologi:** Penelitian ini menggunakan desain deskriptif dengan pendekatan studi kasus pada satu orang lansia penderita hipertensi. Penelitian dilaksanakan selama tiga hari berturut-turut di Kelurahan Panggung, Kecamatan Tegal Timur, Kota Tegal. Pengumpulan data dilakukan melalui wawancara, observasi, pemeriksaan fisik, dan pengukuran tekanan darah menggunakan tensimeter digital sebelum dan sesudah intervensi. Terapi rendam kaki diberikan satu kali sehari selama 15–20 menit dengan suhu air 38–40°C. **Hasil:** Setelah dilakukan implementasi terapi selama tiga hari, terjadi penurunan tekanan darah dari 154/93 mmHg sebelum intervensi menjadi 125/75 mmHg pada evaluasi akhir. Selain itu, keluhan nyeri kepala berkurang, kualitas tidur meningkat, dan kondisi umum klien menunjukkan perbaikan. **Rekomendasi:** Terapi rendam kaki dengan air hangat rebusan serai dan garam dapat dijadikan sebagai terapi komplementer nonfarmakologis yang mudah diterapkan untuk membantu mengontrol tekanan darah pada lansia dengan hipertensi, dengan tetap disertai pemantauan tekanan darah secara berkala dan kepatuhan terhadap terapi medis yang dianjurkan.

Kata kunci: hipertensi, lansia, terapi rendam kaki, air hangat, serai, garam, tekanan darah.

ABSTRACT

IMPLEMENTATION OF A FOOT SOAK THERAPY USING WARM WATER WITH LEMONGRASS DECOCTION AND SALT TO REDUCE BLOOD PRESSURE IN ELDERLY PATIENTS WITH HYPERTENSION

Mauliddina, Rosa Dwi; Karmandika, Ardhi Henda; Chikmah, Adevia Maulidya

Background: Hypertension is one of the most common chronic diseases among the elderly and is a major risk factor for cardiovascular complications if not properly managed. In addition to pharmacological treatment, non-pharmacological interventions such as warm water foot soak therapy with lemongrass and salt decoction have been widely used to help lower blood pressure by promoting vasodilation, improving peripheral blood circulation, and providing a relaxing effect. **Objective:** This case study aimed to describe the implementation of warm water foot soak therapy with lemongrass and salt decoction in reducing blood pressure among elderly patients with hypertension. **Methods:** This study employed a descriptive case study design involving one elderly patient diagnosed with hypertension. The study was conducted over three consecutive days in Panggung Village, East Tegal District, Tegal City. Data were collected through interviews, direct observation, physical examination, and blood pressure measurements using a digital sphygmomanometer before and after the intervention. The intervention consisted of a warm water foot soak with lemongrass and salt decoction for 15–20 minutes once daily at a water temperature of 38–40°C. **Results:** Following three days of intervention, the patient's blood pressure decreased from 154/93 mmHg before the intervention to 125/75 mmHg at the final evaluation. In addition, the patient reported reduced headaches, improved sleep quality, and an overall improvement in physical comfort. **Recommendation:** Warm water foot soak therapy with lemongrass and salt decoction may be considered a simple, safe, and effective complementary non-pharmacological intervention to assist in controlling blood pressure among elderly patients with hypertension. This therapy should be accompanied by regular blood pressure monitoring and adherence to prescribed medical treatment.

Keywords: hypertension, elderly, warm water foot soak therapy, lemongrass, salt, blood pressure

DAFTAR ISI

	Halaman
HALAMAN SAMPUL	i
HALAMAN JUDUL.....	ii
HALAMAN PERSETUJUAN TUGAS AKHIR (TA)	iii
HALAMAN PENGESAHAN TUGAS AKHIR (TA)	iv
HALAMAN PERNYATAAN ORISINALITAS	v
HALAMAN PERNYATAAN PERSETUJUAN PUBLIKASI	vi
MOTTO DAN PERSEMBAHAN	vii
KATA PENGANTAR.....	xi
ABSTRAK	xii
<i>ABSTRACT</i>	xiii
DAFTAR ISI	xiv
DAFTAR TABEL.....	xviii
DAFTAR GAMBAR	xix
DAFTAR LAMPIRAN	xx
BAB I PENDAHULUAN	1
A. Latar Belakang.....	1
B. Rumusan Masalah.....	5
C. Tujuan Penelitian	5
1. Tujuan Umum	5
2. Tujuan Khusus	5
D. Manfaat Studi Kasus.....	6
1. Bagi Masyarakat	6
2. Bagi Pengembangan Ilmu dan Teknologi Keperawatan	6
3. Bagi Penulis	6
BAB II TINJAUAN TEORI	7

A. Konsep Hipertensi	7
1. Definisi Hipertensi	7
2. Etiologi Hipertensi	7
3. Jenis Hipertensi	8
4. Klasifikasi Hipertensi	9
5. Faktor Risiko Hipertensi	9
6. Patofisiologi Hipertensi	13
7. Tanda dan Gejala Hipertensi	14
8. Penatalaksanaan Hipertensi	15
9. Pemeriksaan Penunjang	16
10. Pathway Hipertensi	17
B. Konsep Lansia	18
1. Definisi Lansia	18
2. Klasifikasi Lansia	18
3. Proses Menua Pada Lansia	18
4. Perubahan Yang Terjadi Pada Lansia	19
C. Konsep Terapi Rendam Kaki Dengan Air Hangat Rebusan Serai Dan Garam	21
1. Definisi Terapi Rendam Kaki Air Hangat	21
2. Manfaat Terapi Rendam Kaki Air Hangat	22
3. Serai	22
4. Garam	26
5. Indikasi dan Kontraindikasi	28
6. Standar Operasional Prosedur Terapi Rendam Kaki Dengan Air Hangat	29
7. Hubungan Terapi Rendam Kaki Dengan Air Hangat Rebusan Serai Dan Garam Terhadap Tekanan Darah	29
D. Konsep Asuhan Keperawatan	30
1. Pengkajian keperawatan	30
2. Diagnosis Keperawatan	34
3. Intervensi Keperawatan	35
5. Evaluasi Keperawatan	41

BAB III METODE PENELITIAN.....	42
A. Desain Penelitian	42
B. Subyek Penelitian	42
1. Kriteria Inklusi	42
2. Kriteria Ekslusi	42
C. Fokus Penelitian	42
D. Definisi Operasional	43
E. Instrumen Penelitian	45
1. Format Pengkajian	45
2. Lembar Observasi	45
3. Alat Pengukuran Tekanan Darah	45
F. Tempat dan Waktu Penelitian	46
G. Metode Pengumpulan Data	46
H. Analisis Data.....	47
I. Etika Penelitian.....	48
BAB IV HASIL STUDI KASUS DAN PEMBAHASAN.....	50
A. HASIL STUDI KASUS	50
1. Pengkajian Keperawatan.....	50
2. Diagnosa Keperawatan	52
3. Intervensi Keperawatan	53
4. Implementasi Keperawatan	54
5. Evaluasi Keperawatan	56
B. PEMBAHASAN.....	58
1. Pengkajian Keperawatan	58
2. Diagnosa Keperawatan	60
4. Implementasi Keperawatan	62
5. Evaluasi Keperawatan	63
BAB V KESIMPULAN DAN SARAN.....	66
A. Kesimpulan.....	66
B. Saran	67

DAFTAR PUSTAKA	68
LAMPIRAN	72
I. PENGKAJIAN	83

DAFTAR TABEL

Tabel 2.1 Pola aktivitas dan latihan.....	32
Tabel 2.2 Intervensi Keperawatan.....	35
Tabel 3.1 Definisi Operasional.....	43
Tabel 3.2 Lembar observasi	45

DAFTAR GAMBAR

Gambar 2. 1 Pathway	17
Gambar 2.2 Serai.....	22
Gambar 2.3 Garam	26

DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran 1 Surat Izin Penelitian/Pengambilan Data	73
Lampiran 2 Surat Balasan Izin Penelitian.....	74
Lampiran 3 SOP dan/atau Instrumen Penelitian.....	75
Lampiran 4 Cheklist.....	77
Lampiran 5 Surat Keterangan Bebas Plagiarisme/ <i>Similarity Check</i>	79
Lampiran 6 Jadwal Pelaksanaan Penelitian	80
Lampiran 7 Lembar Persetujuan Responden (<i>Informed Consent</i>).....	81
Lampiran 8 Data Hasil Penelitian/Pengkajian	82
Lampiran 9 Asuhan Keperawatan	83
Lampiran 10 Dokumentasi Kegiatan Penelitian	136
Lampiran 11 Lembar Bimbingan Tugas Akhir	137
Lampiran 12 Lembar Revisi Bimbingan Tugas Akhir	138