

**SKRIPSI**

**PENGARUH TERAPI RENDAM KAKI DENGAN AIR JAHE  
TERHADAP PENURUNAN TEKANAN DARAH IBU HAMIL  
DENGAN HIPERTENSI DI KECAMATAN BUNGURSARI  
KOTA TASIKMALAYA TAHUN 2026**



**LISNA SEPTYANINGRUM**

**NIM. P20624325022**

**PRODI SARJANA TERAPAN KEBIDANAN  
JURUSAN KEBIDANAN  
POLITEKNIK KESEHATAN KEMENTERIAN  
KESEHATAN TASIKMALAYA  
TAHUN 2026**

**SKRIPSI**

**PENGARUH TERAPI RENDAM KAKI DENGAN AIR JAHE  
TERHADAP PENURUNAN TEKANAN DARAH IBU HAMIL  
DENGAN HIPERTENSI DI KECAMATAN BUNGURSARI  
KOTA TASIKMALAYA TAHUN 2026**

Diajukan sebagai salah satu syarat untuk memperoleh  
gelar Sarjana Terapan Kebidanan



**LISNA SEPTYANINGRUM**

**NIM. P20624325022**

**PRODI SARJANA TERAPAN KEBIDANAN  
JURUSAN KEBIDANAN  
POLITEKNIK KESEHATAN KEMENTERIAN  
KESEHATAN TASIKMALAYA  
TAHUN 2026**

## KATA PENGANTAR

Puji dan Syukur penulis panjatkan kehadirat Allah SWT, karena atas rahmat dan karunia-Nya, yang telah dilimpahkan kepada penulis, sehingga penulis dapat menyelesaikan skripsi yang berjudul “Pengaruh Terapi Rendam Kaki dengan Air Jahe Terhadap Penurunan Tekanan Darah Ibu Hamil dengan Hipertensi di Kecamatan Bungursari Tahun 2026”.

Dalam penyusunan skripsi ini, penulis telah mendapatkan banyak bimbingan dan bantuan baik dari segi tenaga, gagasan/ide, maupun pemikiran dari berbagai pihak. Untuk itu, pada kesempatan ini penulis ingin mengucapkan terimakasih kepada :

1. Dr. Dini Mariani, S.Kep.,Ners.,M.Kep selaku Direktur Politeknik Kesehatan Kementerian Kesehatan Tasikmalaya.
2. Dr. Yati Budiarti, SST.,M.Keb, selaku Ketua Jurusan Kebidanan Politeknik Kesehatan Kementerian Kesehatan Tasikmalaya.
3. Dede Gantini, SST.,M.Keb, selaku Ketua Program Studi Sarjana Terapan Kebidanan dan Profesi Bidan Politeknik Kesehatan Kementerian Kesehatan Tasikmalaya.
4. Hj. Ani Radiati, S.Pd.,M.Kes, selaku Pembimbing Utama yang telah meluangkan waktu, tenaga dan pikiran untuk memberikan bimbingan dan pengarahan dengan penuh kesabaran kepada penulis dalam penyusunan skripsi ini.
5. Qanita Wulandara, S.ST.,M.Keb, selaku Pembimbing Pendamping yang telah meluangkan waktu, tenaga dan pikiran untuk memberikan bimbingan dan pengarahan dengan penuh kesabaran kepada penulis dalam penyusunan skripsi ini.
6. Dita Eka Mardiani, SST.,M.Keb, selaku Pembimbing Akademik yang telah memberikan bimbingan dan dukungan dalam penyusunan skripsi penelitian.
7. Seluruh Dosen dan Staf Akademik Program Studi Kebidanan Poltekkes Kemenkes Tasikmalaya yang telah memberikan ilmu dan pengalaman kepada penulis.

8. Kedua orang tua penulis, Papap dan Mama yang telah menjadi penyemangat penulis, yang senantiasa mendukung, mendo'akan dan memberi perhatian yang tiada hentinya.
9. Suami dan Keluarga besar yang telah memberikan kasih sayang, dukungan, do'a dan motivasi dalam penulisan skripsi ini. Terimakasih telah menjadi bagian awal dari perjalanan kuliah penulis hingga sekarang.
10. H. Tedy Setyadi, S.KM.,M.Si, selaku Kepala UPTD Puskesmas Bantar sekaligus pimpinan penulis yang telah memberikan dukungan dan izin kepada penulis untuk melanjutkan pendidikan.
11. Rekan Sejawat Bidan Kelurahan di Wilayah Kecamatan Bungursari yang telah banyak memberikan informasi dan bantuan dalam penyelesaian skripsi ini.
12. Sahabat-sahabat tercinta penulis serta semua pihak yang tidak dapat disebutkan satu persatu yang senantiasa memberikan dukungan, semangat, do'a dan bantuan dalam penyelesaian skripsi ini.

Kesempurnaan hanya milik Allah SWT. Oleh karena itu, penulis mengharapkan kritik dan saran yang membangun demi perbaikan skripsi ini. Akhir kata, semoga Allah SWT membalas kebaikan semua pihak yang telah membantu serta semoga skripsi ini dapat memberikan manfaat bagi pengembangan ilmu kebidanan khususnya dan ilmu kesehatan pada umumnya.

Tasikmalaya, 25 Mei 2026

Penulis

**PENGARUH TERAPI RENDAM KAKI DENGAN AIR JAHE  
TERHADAP PENURUNAN TEKANAN DARAH  
PADA IBU HAMIL DENGAN HIPERTENSI  
DI KECAMATAN BUNGURSARI KOTA TASIKMALAYA  
TAHUN 2026**

**Lisna Septyaningrum**  
**Politeknik Kesehatan Tasikmalaya**  
**Program Studi Sarjana Terapan Kebidanan**  
**Email: [lisnaseptyaningrum.29@gmail.com](mailto:lisnaseptyaningrum.29@gmail.com)**

**ABSTRAK**

Hipertensi dalam kehamilan merupakan salah satu penyebab utama morbiditas dan mortalitas ibu serta janin. Berdasarkan data Dinas Kesehatan Kota Tasikmalaya, prevalensi hipertensi pada ibu hamil tahun 2025 sebesar 4,08%, sedangkan di Kecamatan Bungursari lebih tinggi yaitu 6,04% atau 55 kasus dari 910 ibu hamil. Tingginya angka kejadian tersebut menunjukkan bahwa Kecamatan Bungursari merupakan wilayah dengan risiko hipertensi kehamilan yang cukup tinggi sehingga memerlukan penanganan khusus untuk mencegah komplikasi serius pada ibu maupun janin. Salah satu terapi nonfarmakologis yang dapat digunakan adalah terapi rendam kaki dengan air jahe. Jahe diketahui berpotensi menurunkan tekanan darah melalui efek vasodilatasi dan relaksasi. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui pengaruh terapi rendam kaki dengan air jahe terhadap penurunan tekanan darah pada ibu hamil dengan hipertensi.

Penelitian ini menggunakan metode kuantitatif dengan desain *quasi experiment pretest-posttest with control group design*. Sampel penelitian berjumlah 20 responden yang dibagi ke dalam kelompok intervensi dan kelompok kontrol, masing-masing 10 responden. Teknik pengambilan sampel menggunakan *purposive sampling*. Intervensi dilakukan dengan merendam kaki menggunakan air jahe hangat bersuhu 37–39°C selama 15–20 menit, satu kali sehari selama 5 hari berturut-turut. Pengukuran tekanan darah dilakukan sebelum dan sesudah intervensi menggunakan *sphygmomanometer* digital. Analisis data menggunakan uji Mann-Whitney dengan tingkat signifikansi  $p < 0,05$ .

Hasil penelitian menunjukkan kelompok intervensi mengalami penurunan rerata tekanan darah sistolik dari 150,90 menjadi 134,40 mmHg dan diastolik dari 102,30 menjadi 85,60 mmHg. Hasil uji Mann-Whitney menunjukkan perbedaan signifikan pada sistolik ( $p = 0,007$ ) dan diastolik ( $p = 0,002$ ). Dengan demikian, terapi rendam kaki dengan air jahe berpengaruh signifikan terhadap penurunan tekanan darah pada ibu hamil dengan hipertensi di Kecamatan Bungursari Kota Tasikmalaya Tahun 2026.

**Kata kunci:** air jahe, hipertensi kehamilan, ibu hamil, rendam kaki, tekanan darah.

***THE EFFECT OF FOOT SOAKING THERAPY  
WITH GINGER WATER ON REDUCING BLOOD PRESSURE  
IN PREGNANT WOMEN WITH HYPERTENSION  
IN BUNGURSARI DISTRICT TASIKMALAYA CITY 2026***

**Lisna Septyaningrum**  
**Politeknik Kesehatan Tasikmalaya**  
**Bachelor of Applied Midwifery Program**  
**Email: [lisnaseptyaningrum.29@gmail.com](mailto:lisnaseptyaningrum.29@gmail.com)**

***ABSTRACT***

*Hypertension during pregnancy is one of the leading causes of maternal and fetal morbidity and mortality. Based on data from the Tasikmalaya City Health Office, the prevalence of hypertension among pregnant women in 2025 was 4.08%, while in Bungursari District the prevalence was higher at 6.04%, or 55 cases out of 910 pregnant women. This high prevalence indicates that Bungursari District is an area with a considerable risk of pregnancy-related hypertension, requiring special management to prevent serious complications for both mother and fetus. One non-pharmacological therapy that can be used is ginger water foot soak therapy. Ginger is known to have the potential to reduce blood pressure through vasodilation and relaxation effects. This study aimed to determine the effect of ginger water foot soak therapy on reducing blood pressure in pregnant women with hypertension.*

*This study used a quantitative method with a quasi-experimental pretest-posttest with control group design. The sample consisted of 20 respondents divided into two groups, namely the intervention group and the control group, with 10 respondents in each group. The sampling technique used was purposive sampling. The intervention was carried out by soaking the feet in warm ginger water at a temperature of 37–39°C for 15–20 minutes, once daily for 5 consecutive days. Blood pressure measurements were taken before and after the intervention using a digital sphygmomanometer. Data were analyzed using the Mann-Whitney test with a significance level of  $p < 0.05$ .*

*The results showed that the intervention group experienced a decrease in mean systolic blood pressure from 150.90 to 134.40 mmHg and diastolic blood pressure from 102.30 to 85.60 mmHg. The Mann-Whitney test showed significant differences in systolic ( $p = 0.007$ ) and diastolic ( $p = 0.002$ ) blood pressure. Therefore, ginger water foot soak therapy had a significant effect on reducing blood pressure in pregnant women with hypertension in Bungursari District, Tasikmalaya City, in 2026.*

***Keywords:*** *blood pressure, foot soak, ginger water, hypertension in pregnancy, pregnant women.*

## DAFTAR ISI

	Halaman
HALAMAN JUDUL.....	i
HALAMAN PERSETUJUAN PEMBIMBING .....	ii
HALAMAN PENGESAHAN.....	iii
HALAMAN PERNYATAAN ORISINALITAS .....	iv
HALAMAN PERNYATAAN PERSETUJUAN PUBLIKASI SKRIPSI UNTUK KEPENTINGAN AKADEMIS.....	v
KATA PENGANTAR.....	vi
ABSTRAK .....	viii
<i>ABSTRACT</i> .....	ix
DAFTAR ISI .....	x
DAFTAR GAMBAR .....	xii
DAFTAR TABEL.....	xiii
DAFTAR LAMPIRAN .....	xiv
<b>BAB I PENDAHULUAN.....</b>	<b>1</b>
A. Latar Belakang .....	1
B. Rumusan Masalah .....	5
C. Tujuan Penelitian.....	5
D. Ruang Lingkup.....	6
E. Manfaat Penelitian.....	7
F. Keaslian Penelitian.....	8
<b>BAB II TINJAUAN PUSTAKA.....</b>	<b>11</b>
A. Telaah Pustaka .....	11
1. Konsep Dasar Kehamilan.....	11
2. Konsep Dasar Hipertensi Pada Kehamilan .....	17
3. Konsep Dasar Terapi Air Hangat .....	23
4. Konsep Dasar Jahe .....	28
B. Kerangka Teori .....	36
C. Kerangka Konsep .....	37

D. Hipotesis.....	37
<b>BAB III METODE PENELITIAN .....</b>	<b>39</b>
A. Jenis dan Desain Penelitian.....	39
B. Populasi dan Sampel .....	40
C. Waktu dan Tempat Penelitian.....	41
D. Variabel Penelitian.....	41
E. Definisi Operasional.....	42
F. Instrumen dan Bahan Penelitian.....	43
G. Prosedur Penelitian.....	43
H. Manajemen Data .....	46
I. Analisis Data .....	47
J. Etika Penelitian .....	48
K. Kelemahan Penelitian.....	49
<b>BAB IV HASIL DAN PEMBAHASAN.....</b>	<b>51</b>
A. Hasil Penelitian .....	51
B. Pembahasan.....	59
<b>BAB V KESIMPULAN DAN SARAN .....</b>	<b>66</b>
A. Kesimpulan.....	66
B. Saran.....	67
DAFTAR PUSTAKA .....	69
LAMPIRAN	

## DAFTAR GAMBAR

	Halaman
Gambar 1. <i>Pathway</i> Mekanisme Rendam Kaki Air Hangat .....	25
Gambar 2. Macam-macam Jahe .....	31
Gambar 3. Kerangka Teori .....	36
Gambar 4. Kerangka Konsep .....	37

## DAFTAR TABEL

	Halaman
Tabel 1. Keaslian Penelitian.....	9
Tabel 2. Perbedaan hipertensi kronis, hipertensi gestasional dan pre-eklampsia / eklampsia pada kehamilan.....	22
Tabel 3. Rancangan <i>pre-test and post-test with control group design</i> .....	39
Tabel 4. Definisi Operasional.....	42
Tabel 5. Rata-rata Tekanan Darah Sistolik Kelompok Intervensi.....	51
Tabel 6. Rata-rata Tekanan Darah Diastolik Kelompok Intervensi.....	52
Tabel 7. Rata-rata Tekanan Darah Sistolik Kelompok Kontrol.....	52
Tabel 8. Rata-rata Tekanan Darah Diastolik Kelompok Kontrol.....	53
Tabel 9. Analisis Rerata Perubahan Tekanan Darah Kelompok Intervensi.....	53
Tabel 10. Analisis Rerata Perubahan Tekanan Darah Kelompok Kontrol .....	54
Tabel 11. Hasil Uji Normalitas.....	55
Tabel 12. Uji Mann Whitney Perubahan Tekanan Darah Sistolik .....	56
Tabel 13. Uji Mann Whitney Perubahan Tekanan Darah Diastolik.....	57

## DAFTAR LAMPIRAN

	Halaman
Lampiran 1. Rencana Anggaran Penelitian.....	69
Lampiran 2. Jadwal Penelitian .....	70
Lampiran 3. Naskah PSP .....	71
Lampiran 4. Informed Consent .....	72
Lampiran 5. Form Identitas Responden .....	73
Lampiran 6. Lembar Observasi.....	74
Lampiran 7. SOP Rendam Kaki Air Jahe.....	75
Lampiran 8. SOP Pengukuran Tekanan Darah .....	77
Lampiran 9. Surat Permohonan Izin Penelitian .....	79
Lampiran 10. Surat Keterangan Layak Etik .....	82
Lampiran 11. Surat Keterangan Selesai Penelitian .....	83
Lampiran 12. Dokumentasi Penelitian.....	84
Lampiran 13. Pengolahan Data SPSS .....	89