

**PENGARUH TERAPI KOMBINASI RENDAM KAKI
AIR HANGAT JAHE MERAH DAN AKUPRESUR
TITIK LV3 (*TAICHONG*) TERHADAP TEKANAN
DARAH PADA LANSIA HIPERTENSI DI UPTD GRIYA
WREDA JAMBANGAN SURABAYA**

SKRIPSI



OLEH:
Dinda Elok Permatasari
NRP: 9103021038

**FAKULTAS KEPERAWATAN
UNIVERSITAS KATOLIK WIDYA MANDALA SURABAYA
SURABAYA
2025**

**PENGARUH TERAPI KOMBINASI RENDAM KAKI
AIR HANGAT JAHE MERAH DAN AKUPRESUR
TITIK LV3 (*TAICHONG*) TERHADAP TEKANAN
DARAH PADA LANSIA HIPERTENSI DI UPTD GRIYA
WREDA JAMBANGAN SURABAYA**

SKRIPSI

Diajukan kepada
Fakultas Keperawatan Universitas Katolik Widya Mandala Surabaya
untuk Memenuhi Sebagai Persyaratan Memperoleh
Gelar Sarjana Keperawatan



OLEH:

Dinda Elok Permatasari

NRP: 9103021038

**FAKULTAS KEPERAWATAN
UNIVERSITAS KATOLIK WIDYA MANDALA SURABAYA
SURABAYA**

2025

SURAT PERNYATAAN

Dengan ini, saya

Nama : Dinda Elok Permatasari

NRP : 9103021038

Menyatakan dengan sesungguhnya bahwa hasil skripsi berjudul:

**PENGARUH TERAPI KOMBINASI RENDAM KAKI AIR HANGAT
JAHE MERAH DAN AKUPRESUR TITIK LV3 (*TAICHONG*) TERHADAP
TEKANAN DARAH PADA LANSIA HIPERTENSI DI UPTD GRIYA
WREDA JAMBANGAN SURABAYA**

Benar-benar merupakan hasil karya sendiri. Apabila di kemudian hari ditemukan bukti bahwa skripsi tersebut ternyata merupakan hasil plagiat dan/atau hasil manipulasi data, maka saya bersedia menerima sanksi berupa pembatalan kelulusan dan/atau pencabutan gelar akademik yang telah diperoleh, serta menyampaikan permohonan maaf pada pihak-pihak terkait.

Demikian surat pernyataan ini dibuat dengan sesungguhnya dan penuh kesadaran.

Surabaya, 4 Juli 2025

Yang membuat pernyataan,



Dinda Elok

PERNYATAAN PERSETUJUAN PUBLIKASI KARYA ILMIAH

Demi perkembangan ilmu pengetahuan, saya sebagai mahasiswa Universitas Katolik Widya Mandala Surabaya:

Nama : Dinda Elok Permatasari

NRP : 9103021038

Menyetujui skripsi/karya ilmiah saya:

Judul:

Pengaruh Terapi Kombinasi Rendam Kaki Air Hangat Jahe Merah dan Akupresur Titik LV3 (*Taichong*) terhadap Tekanan Darah Pada Lansia Hipertensi Di UPTD Griya Wreda Jambangan Surabaya

Untuk dipublikasikan atau ditampilkan di internet atau media lain (*Digital Library* Universitas Katolik Widya Mandala Surabaya) untuk kepentingan akademik sebatas sesuai dengan undang-undang hak cipta.

Demikian pernyataan persetujuan publikasi karya ilmiah ini dibuat dengan sebenarnya.

Surabaya, 16 Agustus 2025

Yang Membuat Pernyataan



The image shows an official stamp of Universitas Katolik Widya Mandala Surabaya. The stamp is rectangular and contains the university's name in Indonesian and English, along with a logo. Overlaid on the stamp is a handwritten signature in black ink.

Dinda Elok Permatasari

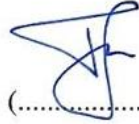
HALAMAN PENGESAHAN

SKRIPSI

PENGARUH TERAPI KOMBINASI RENDAM KAKI AIR HANGAT JAHE
MERAH DAN AKUPRESUR TITIK LV3 (*TAICHONG*) TERHADAP
TEKANAN DARAH PADA LANSIA HIPERTENSI DI UPTD GRIYA WREDA
JAMBANGAN SURABAYA

Skripsi yang ditulis oleh Dinda Elok Permatasari NRP. 9103021038 telah di uji
dan disetujui oleh Tim Penguji Skripsi pada tanggal 15 Juli 2025 dan telah
dinyatakan lulus oleh,

Tim Penguji

1. Ketua : Yesiana Dwi Wahyu W, S.Kep., Ns., M.Kep (.....)
2. Sekertaris : Ira Ayu Maryuti S.Kep., Ns., M.Kep (.....)
3. Anggota : Ninda Ayu Prabasari P, S.Kep., Ns., M.Kep (.....)
4. Anggota : Maria Theresia Arie Lilyana, S.Kep., Ns.,
M.Kep.,Sp. Kep.M.B (.....)

Mengesahkan
Dinda Elok Permatasari
Dekan Fakultas Keperawatan



Yesiana Dwi Wahyu W, S.Kep., Ns., M.Kep
NIK. 911.06.0600

HALAMAN PERSEMBAHAN

Skripsi ini saya persembahkan kepada:

Allah SWT yangtelah memberikan kekuatan, kemampuan, kesejahteraan, ketenangan, kedamaian dan sukacita, sehingga penulis mampu menyelesaikan skripsi ini dengan baik.

Orang tua saya yakni Ibu Sunarti, kakak Cristin, dan seluruh keluarga penulis yang selalu memberikan dukungan baik doa, fisik, materi, motivasi dan semangat tanpa batas kepada penulis.

HALAMAN MOTTO

“Jika aku menyerah sekarang, aku akan menyesalinya nanti”

(Monkey D. Luffy)

“Maka bersabarlah, sesungguhnya janji Allah itu benar dan janganlah sampai orang-orang yang tidak yakin meremehkan (janji-Nya)”

(QS. Ar-Rum: 60)

“Maka sesungguhnya bersama kesulitan itu ada kemudahan. Sesungguhnya bersama kesulitan itu ada kemudahan”

(QS. Al-Insyirah, 94:5-6)

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

(Baskara Putra – Hindia)

KATA PENGANTAR

Segala puji bagi Allah SWT yang telah memberikan berkat dan rahmat-Nya, sehingga peneliti dapat menyusun skripsi ini dengan judul “Pengaruh Terapi Kombinasi Rendam Kaki Air Hangat Jahe Merah dan Akupresur Titik LV3 (*Taichong*) terhadap Tekanan Darah pada Lansia Hipertensi di UPTD Griya Wreda Jambangan Surabaya”. Skripsi ini disusun sebagai salah satu syarat dalam menyelesaikan pendidikan S1 Keperawatan di Universitas Katolik Widya Mandala Surabaya.

Selama penyelesaian skripsi ini peneliti menerima banyak dukungan, arahan serta petunjuk dari berbagai pihak. Maka dari itu, peneliti mengucapkan terimakasih sebesar-besarnya kepada:

1. Ibu Yesiana Dwi Wahyu Werdani, S.Kep., Ns., M.Kep., selaku Dekan Fakultas Keperawatan Universitas Katolik Widya Mandala Surabaya dan Ketua Penguji yang memberikan motivasi, arahan serta masukan dalam menyelesaikan skripsi.
2. Ibu Ninda Ayu Prabasari P, S.Kep., Ns., M.Kep., selaku Pembimbing Utama atas kesabarannya telah memberikan waktu, bimbingan, arahan, masukan, saran serta dukungan selama penyusunan skripsi.
3. Ibu M.T Arie Lilyana, M. Kep. Sp. Kep.M.B. selaku Pembimbing Pendamping atas kesabarannya telah memberikan waktu, bimbingan, arahan, masukan, saran serta motivasi selama penyusunan skripsi.
4. Ibu Ira S.Kep., Ns., M.Kep., selaku Sekretaris Penguji yang memberikan masukan pada peneliti serta memberikan motivasi dan dukungan pada peneliti.

5. Kepada responden lanjut usia hipertensi UPTD Griya Wreda Jambangan Surabaya yang telah meluangkan waktu dan dengan tulus menjadi responden pada penelitian ini.
6. Kepala UPTD Griya Wreda Jambangan Surabaya dan perawat yang telah memberikan izin dilakukan penelitian dan memberikan semangat.
7. Bapak atau Ibu Dosen Fakultas Keperawatan UKWMS yang dengan ikhlas memberikan ilmu, dan motivasi semasa perkuliahan serta penyusunan skripsi.
8. *Staff* TU Fakultas Keperawatan yang telah membantu dalam proses administrasi selama penyusunan skripsi.
9. Orang tua penulis, Ibu (Sunarti) orang hebat yang tak henti-hentinya memberikan kasih sayang, nasihat, pengertian, dukungan dan doa yang tulus kepada penulis, sehingga penulis bisa sampai di titik ini.
10. Kakak Cristin, orang hebat yang tak henti-hentinya memberikan kasih sayang, menanggung biaya awal masuk SD hingga saat ini, memberi nasihat, pengertian, dukungan dan doa yang tulus kepada penulis, sehingga penulis bisa sampai di titik ini.
11. Nenek, Tante Lastri, Om Nur Yudiana, Kak Ade dan Adek Eka serta keluarga lainnya yang telah memberikan doa dan dukungan kepada penulis.
12. Sahabat-sahabat tercinta penulis Adinda Kurnia dan Maria Jesica, terima kasih telah mendengarkan keluh kesah penulis, berkontribusi dalam penulisan skripsi ini, yang telah mendukung, memberikan hiburan dan motivasi, serta memberi semangat kepada penulis
13. Seluruh rekan Angkatan 2021 yang memberikan bantuan, dukungan, motivasi, dan tawa selama penyusunan skripsi.

14. Saingan penulis selama proses penyelesaian skripsi ini, Zaki Ramadhan beserta keluarga yang selalu mendukung, menyemangati, serta doa untuk penulis dalam proses menyelesaikan skripsi ini.
15. Untuk seluruh kru mugiwara terutama Monkey D. Luffy dan Roronoa Zoro yang kehadirannya memberikan kisah hidupnya telah membangkitkan semangat dan motivasi bagi penulis untuk selalu bekerja keras dan berusaha semaksimal mungkin.
16. Semua pihak yang tidak dapat penulis sebutkan satu-persatu yang telah memberikan dukungan dan doa kepada penulis.
17. *Last but not least, I wanna thank me, I wanna thank me for believing in me, I wanna thank me for doing all this hard work, I wanna thank me for having no days off, I wanna thank me for, for never quitting, I wanna thank me for always being a giver, And tryna give more than I receive, I wanna thank me for tryna do more right than wrong, I wanna thank me for just being me at all times.*

Peneliti menyadari bahwa skripsi ini masih memiliki kekurangan. Oleh karena itu, penulis sangat mengharapkan kritik dan saran yang membangun demi penyempurnaan karya ini. Akhir kata, penulis berharap semoga skripsi ini dapat memberikan manfaat bagi pembaca, khususnya dalam pengembangan ilmu keperawatan gerontic dan praktik klinis terkait hipertensi pada lansia.

DAFTAR ISI

	Halaman
HALAMAN JUDUL.....	i
SURAT PERNYATAAN	iii
PERNYATAAN PERSETUJUAN PUBLIKASI KARYA ILMIAH.....	iv
HALAMAN PENGESAHAN.....	v
HALAMAN PERSEMBAHAN	vi
HALAMAN MOTTO	vii
KATA PENGANTAR.....	viii
DAFTAR ISI	xi
DAFTAR TABEL.....	xv
DAFTAR GAMBAR	xvi
DAFTAR LAMPIRAN	xviii
DAFTAR ISI ARTIKEL ILMIAH HASIL PENELITIAN	xix
ABSTRAK	xx
<i>ABSTRACT</i>	xxi
 BAB 1 PENDAHULUAN.....	 1
1.1 Latar Belakang Masalah	1
1.2 Rumusan Masalah.....	7
1.3 Tujuan Penelitian	7
1.3.1 Tujuan Umum	7
1.3.2 Tujuan Khusus	7
1.4 Manfaat Penelitian	7
1.4.1 Manfaat Teoritis	7
1.4.2 Manfaat Praktis	8
 BAB 2 TINJAUAN PUSTAKA	 9
2.1 Konsep Terapi Rendam Kaki Air Hangat Jahe Merah	9
2.1.1 Definisi Terapi Rendam Kaki Air Hangat Jahe Merah	9
2.1.2 Indikasi dan Kontraindikasi Terapi Rendam Kaki Air Hangat Jahe Merah	10
2.1.3 Manfaat Terapi Rendam Kaki Air Hangat Jahe Merah.....	10
2.1.4 Mekanisme Terapi Rendam Kaki Air Hangat Jahe Merah	11
2.1.5 Prosedur Terapi Rendam Kaki Air Hangat Jahe Merah	11
2.2 Konsep Terapi Akupresur Titik LV3 (<i>Taichong</i>).....	13

2.2.1	Definisi Terapi Akupresur Titik LV3 (<i>Taichong</i>)	13
2.2.2	Manfaat Terapi Akupresur Titik LV3 (<i>Taichong</i>)	14
2.2.3	Indikasi dan Kontraindikasi Titik LV3 (<i>Taichong</i>)	14
2.2.4	Mekanisme Terapi Akupresur Titik LV3 (<i>Taichong</i>)	15
2.2.5	Prosedur Terapi Akupresur Titik LV3 (<i>Taichong</i>).....	16
2.3	Konsep Lanjut Usia.....	16
2.3.1	Definisi Lanjut Usia	16
2.3.2	Batasan Lanjut Usia	16
2.3.3	Klasifikasi Lanjut Usia	17
2.3.4	Karakteristik Lanjut Usia	17
2.3.5	Perubahan Pada Lanjut Usia	18
2.4	Konsep Tekanan Darah	20
2.4.1	Definisi Tekanan Darah	20
2.4.2	Klasifikasi Tekanan Darah	20
2.4.3	Jenis-Jenis Alat Ukur Tekanan Darah	21
2.4.4	Teknik Pengukuran Tekanan Darah	22
2.5	Konsep Hipertensi.....	23
2.5.1	Definisi Hipertensi	23
2.5.2	Klasifikasi Hipertensi.....	24
2.5.3	Penyebab Hipertensi	24
2.5.4	Faktor Resiko Hipertensi	25
2.5.5	Tanda dan Gejala Hipertensi	27
2.5.6	Patofisiologi Hipertensi	27
2.5.7	Penatalaksanaan Hipertensi	29
2.5.8	Komplikasi Hipertensi	33
BAB 3 KERANGKA KONSEPTUAL dan HIPOTESIS		34
3.1	Kerangka Konseptual.....	34
3.2	Pengaruh Terapi Kombinasi Rendam Kaki Air Hangat Jahe Merah dan Akupresur Titik LV3 (<i>Taichong</i>) Terhadap Tekanan Darah Pada Lansia Hipertensi	35
3.3	Hipotesis	36
BAB 4 METODE PENELITIAN		37
4.1	Desain Penelitian	37
4.2	Identifikasi Variabel Penelitian	38

4.2.1	Variabel Independen.....	38
4.2.2	Variabel Dependen	38
4.3	Definisi Operasional Variabel Penelitian	38
4.4	Populasi, Sampel dan Teknik Pengambilan Sampel	40
4.4.1	Populasi.....	40
4.4.2	Sampel.....	40
4.4.3	Teknik Pengambilan Sampel.....	41
4.5	Kerangka Kerja Penelitian	42
4.6	Metode Pengumpulan Data.....	43
4.6.1	Pengumpulan Data	43
4.6.2	Instrument Penelitian	47
4.6.3	Waktu dan Lokasi Penelitian.....	48
4.7	Validitas dan Reabilitas Alat Ukur	48
4.7.1	Uji Validitas	48
4.7.2	Uji Reliabilitas	48
4.8	Teknik Analisis Data	48
4.8.1	<i>Editing</i>	48
4.8.2	<i>Tabulating</i>	49
4.8.3	Uji Hipotesis	49
4.9	Etika Penelitian	49
4.9.1	Menghormati Harkat Martabat Manusia.....	50
4.9.2	Berbuat Baik (<i>Beneficence</i>) dan Tidak Merugikan	50
4.9.3	Keadilan	50
BAB 5 HASIL PENELITIAN.....		51
5.1	Karakteristik Lokasi Penelitian.....	51
5.2	Hasil Penelitian	53
5.2.1	Data Umum.....	53
5.2.2	Data Khusus	58
BAB 6 PEMBAHASAN		62
6.1	Tekanan Darah Sebelum Dilakukan Rendam Kaki Air Hangat Jahe Merah dan Akupresur Titik LV3 (<i>Taichong</i>).....	62
6.2	Tekanan Darah Sesudah Dilakukan Rendam Kaki Air Hangat Jahe Merah dan Akupresur Titik LV3 (<i>Taichong</i>).....	67

6.3	Pengaruh Terapi Kombinasi Rendam Kaki Air Hangat Jahe Merah dan Akupresur LV3 (<i>Taichong</i>) Terhadap Tekanan Darah Pada Lansia Hipertensi	70
6.4	Keterbatasan Penelitian.....	72
BAB 7 KESIMPULAN dan SARAN.....		74
7.1	Kesimpulan	74
7.2	Saran	74
7.2.1	Bagi Lanjut Usia dengan Hipertensi	74
7.2.2	Bagi panti wreda	75
7.2.3	Bagi keperawatan gerontik	75
7.2.4	Bagi Peneliti Selanjutnya	75
DAFTAR PUSTAKA.....		76
LAMPIRAN.....		87
ARTIKEL PENELITIAN.....		116

DAFTAR TABEL

	Halaman
Tabel 2.1 Penggolongan Hipertensi berdasarkan ESH dan ESC	24
Tabel 4.1 Desain Penelitian Pengaruh Terapi Kombinasi Rendam Kaki Air Hangat Jahe Merah dan Akupresur Titik LV3 (<i>Taichong</i>) terhadap Tekanan Darah pada Lansia Hipertensi	37
Tabel 4.2 Definisi Operasional Variabel Penelitian	38
Tabel 5.1 Jadwal Kegiatan Lanjut usia di UPTD Griya Wreda Jambangan Surabaya	51
Tabel 5.2 Jadwal Kegiatan Perawat di UPTD Griya Wreda Jambangan Surabaya	52
Tabel 5.3 Distribusi Tekanan Darah Sistolik dan Tekanan Diastolik <i>Pretest</i> dan <i>Posttest</i> Setelah dilakukan Rendam Kaki Air Hangat Jahe Merah dan Akupresur Titik LV3 (<i>Taichong</i>)	59
Tabel 5.4 Hasil Uji Normalitas.....	60
Tabel 5.5 Hasil Uji Hipotesis <i>Wilcoxon</i> Tekanan Darah Sistolik dan Diastolik ..	61

DAFTAR GAMBAR

	Halaman
Gambar 2. 1 Jahe Merah.....	10
Gambar 2. 2 Rendam Kaki Air Hangat Jahe Merah.....	12
Gambar 2. 3. Termometer air	12
Gambar 2. 4 Rendam Kaki Air Hangat Jahe Merah Menggunakan Handuk	12
Gambar 2. 5 Titik Akupresur LV3 (<i>Taichong</i>)	14
Gambar 2. 6 Titik Akupresur LV3 (<i>Taichong</i>)	16
Gambar 2. 7 Tensimeter air raksa.....	21
Gambar 2. 8 Tensimeter aneroid	21
Gambar 2. 9 Tensimeter digital	22
Gambar 3. 1 Kerangka Konseptual Terapi Kombinasi Rendam Kaki Air Hangat Jahe Merah dan Akupresur Titik LV3 (<i>Taichong</i>) terhadap Tekanan Darah pada Lansia Hipertensi	34
Gambar 4. 1 Kerangka Kerja Penelitian Rendam Kaki Air Hangat Jahe Merah dan Akupresur Titik LV3 (<i>Taichong</i>) terhadap Tekanan Darah pada Lansia Hipertensi	42
Gambar 5. 1 Karakteristik Responden Berdasarkan Usia UPTD Griya Wreda Jambangan Surabaya tanggal 16-20 April 2025.....	53
Gambar 5. 2 Karakteristik Responden Berdasarkan Jenis Kelamin UPTD Griya Wreda Jambangan Surabaya tanggal 16 - 20 April 2025	54
Gambar 5. 3 Karakteristik Responden Berdasarkan Riwayat Merokok UPTD Griya Wreda Jambangan Surabaya tanggal 16 - 20 April 2025	54
Gambar 5. 4 Karakteristik Responden Berdasarkan Riwayat Mengkonsumsi Alkohol UPTD Griya Wreda Jambangan Surabaya tanggal 16 - 20 April 2025.....	55
Gambar 5. 5 Karakteristik Responden Berdasarkan Riwayat Mengkonsumsi Kopi UPTD Griya Wreda Jambangan Surabaya tanggal 16 - 20 April 2025.....	55

Gambar 5. 6	Karakteristik Responden Berdasarkan Lama Hipertensi UPTD Griya Wreda Jambangan Surabaya tanggal 16 - 20 April 2025	56
Gambar 5. 7	Karakteristik Responden Berdasarkan Riwayat Penyakit Lain UPTD Griya Wreda Jambangan Surabaya tanggal 16 - 20 April 2025.....	57
Gambar 5. 8	Karakteristik Responden Berdasarkan Konsumsi Obat Hipertensi UPTD Griya Wreda Jambangan Surabaya tanggal 16 - 20 April 2025.....	57
Gambar 5. 9	Karakteristik Responden Berdasarkan Riwayat Keluarga Hipertensi UPTD Griya Wreda Jambangan Surabaya tanggal 16 - 20 April 2025.....	58

DAFTAR LAMPIRAN

	Halaman
Lampiran 1. Lembar Persetujuan Menjadi Responden	87
Lampiran 2. Lembar Persetujuan Menjadi Responden	89
Lampiran 3. Lembar Data Demografi	90
Lampiran 4. SOP Rendam Kaki Air Hangat Jahe Merah	91
Lampiran 5. SOP Akupresur Titik LV3 (<i>Taichong</i>)	93
Lampiran 6. SOP Pengukuran Tekanan Darah	95
Lampiran 7. Lembar Observasi <i>Pretest</i> dan <i>Posttest</i>	96
Lampiran 8. Agenda Kegiatan	97
Lampiran 9. Surat Pengantar Fakultas ke Dinas Sosial Kota Surabaya	99
Lampiran 10. Surat Pengantar Fakultas ke Panti Griya Wreda Jambangan Surabaya	100
Lampiran 11. Surat Balasan dari Dinas Sosial Kota Suraba	101
Lampiran 12. Surat Keterangan Penelitian dari UPTD Griya Wreda Jambangan Surabaya	102
Lampiran 13. Sertifikat Kalibrasi Termometer Digital	103
Lampiran 14. Sertifikat Kalibrasi Termometer Air	106
Lampiran 15. Hasil Uji Normalitas	109
Lampiran 16. Hasil Uji <i>Wilcoxon Pre-Post</i> Intervensi	110
Lampiran 17. Rekapitulasi Data Penelitian	111
Lampiran 18. Hasil Observasi Tekanan Darah <i>Pre-Post</i>	113
Lampiran 19. Dokumentasi Penelitian	114

DAFTAR ISI ARTIKEL ILMIAH HASIL PENELITIAN

HALAMAN JUDUL	116
HALAMAN PERSETUJUAN	117
DAFTAR ISI ARTIKEL ILMIAH HASIL PENELITIAN.....	118
ABSTRAK	119
<i>ABSTRACT</i>	120
PENDAHULUAN.....	121
METODE PENELITIAN	121
HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN.....	122
SIMPULAN DAN SARAN	128
KEPUSTAKAAN.....	129
BIODATA PENULIS.....	132

ABSTRAK

PENGARUH RENDAM KAKI AIR HANGAT JAHE MERAH DAN AKUPRESUR TITIK LV3 (*TAICHONG*) TERHADAP TEKANAN DARAH PADA LANSIA HIPERTENSI DI GRIYA WREDA JAMBANGAN SURABAYA

Oleh: Dinda Elok P.

Hipertensi pada lansia terjadi akibat perubahan sistem kardiovaskular khususnya aterosklerosis yang menyebabkan pembuluh darah kaku sehingga tekanan darah meningkat. Terapi non-farmakologi seperti rendam kaki air hangat jahe merah dan akupresur titik LV3 (*taichong*) dapat menjadi pilihan untuk menurunkan tekanan darah. Penelitian ini bertujuan untuk membuktikan pengaruh terapi kombinasi rendam kaki air hangat jahe merah dan akupresur LV3 (*taichong*) terhadap perubahan tekanan darah pada lansia. Desain penelitian *pre-experimental one-group pretest-posttest design*, populasi berjumlah 38 lansia hipertensi di UPTD Griya Wreda Jambangan Surabaya. Variabel independen: terapi rendam kaki air hangat jahe merah dan akupresur titik LV3 (*taichong*) dan variabel dependen tekanan darah. Teknik *sampling* menggunakan *purposive sampling* dengan 30 responden yang memenuhi kriteria inklusi dan eksklusi. Instrumen yaitu SOP terapi rendam kaki air hangat jahe merah dan akupresur titik LV3 (*taichong*), tensimeter digital, dan lembar observasi. Intervensi berupa kombinasi terapi rendam kaki air hangat jahe merah (15 menit) dan akupresur titik LV3 (*taichong*) (30 menit) diberikan selama 3 hari berturut-turut. Hasil penelitian menunjukkan penurunan rata-rata tekanan darah sistolik sebesar $8,4 \text{ mmHg} \pm 2,97$ dan diastolik $5,7 \text{ mmHg} \pm 2,11$ setelah intervensi. Uji *wilcoxon* ($p < 0,000$) ada pengaruh terapi kombinasi rendam kaki air hangat jahe merah dan akupresur titik LV3 (*taichong*) pada lansia hipertensi. Rendam kaki air hangat jahe merah yang mengandung gingerol, merangsang baroreseptor dan aktivasi saraf parasimpatis sehingga terjadi vasodilatasi. Akupresur LV3 merangsang sistem saraf parasimpatik sehingga terjadi vasodilatasi dan terjadi penurunan tekanan darah. Kombinasi keduanya efektif menurunkan tekanan darah dengan cara vasodilatasi pembuluh darah pada lansia hipertensi.

Kata Kunci: Hipertensi, Lansia, Rendam Kaki Air Hangat Jahe Merah, Akupresur Titik LV3 (*Taichong*)

ABSTRACT

THE EFFECT OF RED GINGER WARM WATER FOOT SOAK AND ACUPRESSURE POINT LV3 (TAICHONG) ON BLOOD PRESSURE IN HYPERTENSIVE ELDERLY IN GRIYA WREDA JAMBANGAN SURABAYA

By: Dinda Elok Permatasari

Hypertension in the elderly occurs due to changes in the cardiovascular system, particularly atherosclerosis, which causes blood vessels to stiffen, leading to increased blood pressure. Non-pharmacological therapies such as soaking feet in warm ginger water and acupressure at the LV3 (taichong) point can be options for lowering blood pressure. This study aims to demonstrate the effect of combined therapy involving warm ginger foot soaks and LV3 (Taichong) acupressure on blood pressure changes in the elderly. The study design is a pre-experimental one-group pretest-posttest design, with a population of 38 hypertensive elderly individuals at the UPTD Griya Wreda Jambangan in Surabaya. The independent variables were red ginger warm foot soak therapy and LV3 (Taichong) acupressure, and the dependent variable was blood pressure. Sampling technique: purposive sampling with 30 respondents who met the inclusion and exclusion criteria. The instruments used were the SOP for red ginger warm foot soak therapy and acupressure at the LV3 (taichong) point, a digital sphygmomanometer, and an observation sheet. The intervention consisted of a combination of red ginger warm foot soak therapy (15 minutes) and acupressure at the LV3 (taichong) point (30 minutes), administered for three consecutive days. The study results showed a decrease in average systolic blood pressure of $8.4 \text{ mmHg} \pm 2.97$ and diastolic blood pressure of $5.7 \text{ mmHg} \pm 2.11$ after the intervention. The Wilcoxon test ($p < 0.000$) indicated that the combination therapy of red ginger warm foot soak and LV3 (taichong) acupressure had an effect on elderly hypertensive patients. Warm ginger foot soaks, which contain gingerol, stimulate baroreceptors and activate the parasympathetic nervous system, leading to vasodilatation. LV3 acupressure stimulates the parasympathetic nervous system, resulting in vasodilatation and a decrease in blood pressure. The combination of both is effective in lowering blood pressure through vasodilatation of blood vessels in elderly hypertensive patients.

Keywords: Hypertension, Elderly, Red Ginger Warm Water Foot Soak, LV3 Point Acupressure (Taichong)