



**PENGARUH TERAPI *HAND AND FOOT MASSAGE* DENGAN  
MINYAK SEREH TERHADAP TEKANAN DARAH PADA  
PENDERITA HIPERTENSI DI WILAYAH KERJA  
PUSKESMAS GETASAN**

**SKRIPSI**

Diajukan Untuk Memenuhi Sebagian Persyaratan Mencapai Gelar  
Sarjana Keperawatan (S.Kep)

Oleh :

**TRIFENA CINDY VIVILIA**

**011211004**

**PROGRAM STUDI S1 KEPERAWATAN**

**FAKULTAS KESEHATAN**

**UNIVERSITAS NGUDI WALUYO**

**2025**

Universitas Ngudi Waluyo  
Program Studi S1 Keperawatan  
Skripsi, Januari 2025  
Trifena Cindy Vivilia  
011211004

**Pengaruh Terapi *Hand and Foot Massage* dengan Minyak Sereh terhadap Tekanan Darah pada Penderita Hipertensi Di Wilayah Kerja Puskesmas Getasan.**

#### ABSTRAK

**Latar Belakang** : Tingginya prevalensi hipertensi secara global yang mencapai angka signifikan setiap tahunnya, diperlukan terapi suportif seperti terapi *hand and foot massage* sebagai upaya penanganan hipertensi

**Tujuan** : Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui pengaruh terapi *hand and foot massage* dengan minyak sereh terhadap penurunan tekanan darah pada penderita hipertensi

**Metode** : Desain penelitian menggunakan *Quasi Eksperimental* dengan pendekatan *pretest and posttest with non equivalent control group design*. Populasi penelitian ini penderita hipertensi di wilayah kerja Puskesmas Getasan berjumlah 632 orang dengan usia 21-60 tahun. Sampel yang digunakan yaitu total kuota di Desa Kopeng yang berjumlah 124, kemudian dipilih secara *purposive sampling* dengan total 74 responden yang memenuhi kriteria inklusi, setelah itu responden dibagi menjadi kelompok intervensi dan kelompok kontrol dengan menggunakan teknik *simple random sampling*.

**Hasil** : Dengan menggunakan analisis uji *independent t-test* didapatkan hasil nilai *p value* tekanan darah sistolik (0,000) dan tekanan darah diastolik (0,002) yang mana nilai kedua *p value* <  $\alpha$  (0,05).

**Kesimpulan** : Terdapat pengaruh terapi *hand and foot massage* dengan minyak sereh terhadap penurunan tekanan darah pada penderita hipertensi di wilayah kerja Puskesmas Getasan.

**Saran** : Terapi ini dapat sebagai terapi suportif dalam upaya penanganan hipertensi

**Kata Kunci** : *Hand and Foot Masaage*, Tekanan Darah, Hipertensi

Ngudi Waluyo University  
Bachelor of Nursing Program  
Thesis, January 2025  
Trifena Cindy Vivilia  
011211004

**The Effect of Hand and Foot Massage Therapy with Lemongrass Oil on Blood Pressure in Hypertensive Patients in the Working Area of Getasan Public Health Center**

#### ABSTRACT

**Background:** The high global prevalence of hypertension, which reaches significant numbers each year, necessitates supportive therapies such as hand and foot massage therapy as an effort to manage hypertension.

**Objective:** This study aims to determine the effect of hand and foot massage therapy with lemongrass oil on reducing blood pressure in hypertensive patients.

**Method:** This research employed a Quasi-Experimental design with a pretest and posttest with non-equivalent control group approach. The study population consisted of 632 hypertensive patients aged 21-60 years in the working area of the Getasan Public Health Center. The sample was taken using a total quota sampling method in Kopeng village, amounting to 124 participants. A purposive sampling technique selected 74 respondents who met the inclusion criteria. These respondents were then divided into an intervention group and a control group using simple random sampling.

**Results:** Using independent t-test analysis, the p-value for systolic blood pressure (0.000) and diastolic blood pressure (0.002) was found to be less than  $\alpha$  (0.05).

**Conclusion:** Hand and foot massage therapy with lemongrass oil has a significant effect on reducing blood pressure in hypertensive patients in the working area of the Getasan Public Health Center.

**Recommendation:** This therapy can serve as a supportive treatment in the management of hypertension

**Keywords:** Hand and Foot Massage, Blood Pressure, Hypertension

**HALAMAN PERSETUJUAN**

Skripsi berjudul :

**PENGARUH TERAPI *HAND AND FOOT MASSAGE* DENGAN MINYAK  
SERAH TERHADAP TEKANAN DARAH PADA PENDERITA  
HIPERTENSI DI WILAYAH KERJA PUSKESMAS GETASAN**

Oleh :

**TRIFENA CINDY VIVILIA**

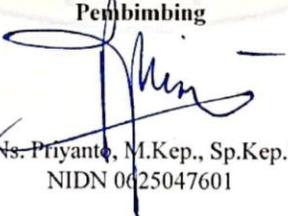
**011211004**

**PROGRAM STUDI S1 KEPERAWATAN  
FAKULTAS KESEHATAN  
UNIVERSITAS NGUDI WALUYO**

Telah diperiksa dan disetujui oleh pembimbing serta telah  
diperkenankan untuk diujikan

Ungaran, 17 Januari 2025

**Pembimbing**

  
Dr. Ns. Priyanto, M.Kep., Sp.Kep.MB  
NIDN 0625047601

**HALAMAN PENGESAHAN**

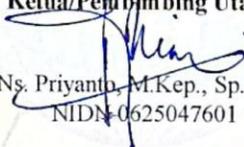
Skripsi berjudul :  
**PENGARUH TERAPI *HAND AND FOOT MASSAGE* DENGAN MINYAK  
SEREH TERHADAP TEKANAN DARAH PADA PENDERITA  
HIPERTENSI DI WILAYAH KERJA PUSKESMAS GETASAN**

Oleh :  
**TRIFENA CINDY VIVILIA**  
**011211004**

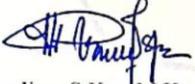
Telah di pertahankan dan diujikan didepan Tim Penguji Skripsi  
Program Studi Keperawatan Universitas Ngudi Waluyo, pada :

Hari : Selasa  
Tanggal : 25 Febuari 2025

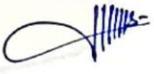
Tim Penguji:  
**Ketua/Pembimbing Utama**

  
Dr. Ns. Priyanto, M.Kep., Sp.Kep.MB  
NIDN. 0625047601

**Anggota/Penguji I**

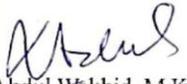
  
Rosalina, S.Kp., M.Kes  
NIDN. 0621127102

**Anggota/Penguji II**

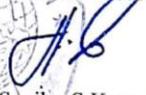
  
Ns. Umi Setyoningrum, S.Kep., M.Kep  
NIDN. 0612118002

Mengetahui,

**Ketua Program Studi Keperawatan**

  
Dr. Ns. Abdul Wahid, M.Kep., Sp.Kep.J  
NIDN. 0602027901

**Dekan Fakultas Kesehatan**

  
Ns. Eko Susilo, S.Kep., M.Kep  
NIDN. 0627097501

## PERNYATAAN ORISINALITAS

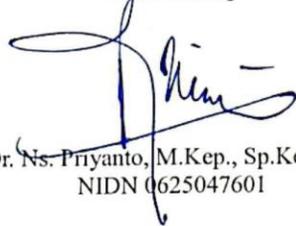
Yang bertanda tangan dibawah ini saya,

Nama : Trifena Cindy Vivilia  
NIM : 011211004  
Program Studi/Fakultas : S1 Keperawatan

Dengan ini menyatakan bahwa:

1. Skripsi berjudul "**Pengaruh Terapi *Hand and Foot Massage* dengan Minyak Sereh Terhadap Tekanan Darah Pada Penderita Hipertensi Di Wilayah Kerja Puskesmas Getasan**" adalah karya ilmiah asli dan belum pernah diajukan untuk mendapatkan gelar akademik apapun di perguruan tinggi manapun.
2. Skripsi ini merupakan ide dan hasil karya murni saya yang dibimbing dan dibantu oleh pembimbing dan narasumber.
3. Skripsi ini tidak memuat karya atau pendapat orang lain yang telah dipublikasikan kecuali secara tertulis dicantumkan dalam naskah sebagai acuan dengan menyebutkan nama pengarang dan judul asal serta dicantumkan dalam daftar pustaka.
4. Pernyataan ini saya buat sesungguhnya dan apabila di kemudian hari terdapat penyimpangan dan ketidakbenaran di dalam penelitian ini, saya bersedia menerima sanksi akademik berupa pencabutan gelar yang sudah saya peroleh dan sanksi lain sesuai dengan norma yang berlaku di Universitas Ngudi Waluyo

Pembimbing



Dr. Ns. Priyanto, M.Kep., Sp.Kep.MB  
NIDN 0625047601

Ungaran, 17 Januari 2025  
Yang membuat pernyataan



Trifena Cindy Vivilia.  
NIM. 011211004

## PERNYATAAN KESEDIAAN PUBLIKASI

Yang bertanda tangan di bawah ini saya:

Nama : Trifena Cindy Vivilia

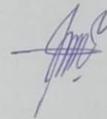
NIM : 01121004

Mahasiswa : Progran Studi S1 Keperawatan, Fakultas Kesehatan  
Universitas Ngudi Waluyo

Menyatakan memberi kewenangan kepada Universitas Ngudi Waluyo untuk menyimpan, mengalih media/formatkan, merawat, mempublikasikan skripsi saya berjudul **“Pengaruh Terapi *Hand and Foot Massage* Dengan Miryak Sereh Terhadap Tekanan Darah Pada Penderita Hipertensi Di Wilayah Kerja Puskesmas Getasan”** untuk kepentingan akademik.

Ungaran, 17 Januari 2025

Yang membuat pernyataan



Trifena Cindy Vivilia  
NIM. 011211004

## DAFTAR RIWAYAT HIDUP

Nama : Trifena Cindy Vivilia  
NIM : 011211004  
Jenis Kelamin : Perempuan  
Agama : Kristen  
Tempat, Tanggal lahir : Kab. Semarang, 03 Maret 2003  
Alamat : Sidomukti RT 01/ RW 05, Ds. Kopeng, Kec. Getasan,  
Kab. Semarang

### Riwayat Pendidikan

1. TK : TK Ngudi Rahayu 02
2. SD : SD Negeri Mangunsari 01 Salatiga
3. SMP : SMP N 3 Salatiga
4. SMA : SMA N 2 Salatiga
5. Universitas : Universitas Ngudi Waluyo

### Data Orang Tua

Nama Ayah : Kuswoyo  
Nama Ibu : Kristini  
Pekerjaan : Wiraswasta  
Alamat : Sidomukti RT 01/ RW 05, Ds. Kopeng, Kec. Getasan,  
Kab. Semarang

## KATA PENGANTAR

Puji Syukur ke hadirat Tuhan Yang Maha Esa atas segala kasih dan penyertaan-Nya sehingga saya dapat menyelesaikan skripsi saya mengenai “Pengaruh Terapi *Hand and Foot Massage* Dengan Minyak Sereh Terhadap Tekanan Darah Pada Penderita Hipertensi Di Wilayah Kerja Puskesmas Getasan” dengan baik. Skripsi ini disusun sebagai salah satu syarat untuk memperoleh gelar Sarjana Keperawatan di Universitas Ngudi Waluyo. Pada kesempatan ini, saya ingin menyampaikan rasa terima kasih yang tulus kepada berbagai pihak yang telah mendukung dan membantu saya dalam proses penyelesaian skripsi ini:

1. Prof. Dr. Subyantoro, M.Hum, selaku Rektorat Universitas Ngudi Waluyo
2. Ns. Eko Susilo, S.Kep., M.Kep, selaku Dekan Fakultas Kesehatan Universitas Ngudi Waluyo
3. Dr. Ns. Abdul Wakhid, M.Kep., Sp.Kep.J., selaku Ketua Program Studi S1 Keperawatan Universitas Ngudi Waluyo
4. Dr. Ns. Priyanto, M.Kep., Sp.Kep.MB selaku pembimbing utama yang telah meluangkan waktu untuk memberikan bimbingan, arahan, dan masukan hingga skripsi ini selesai
5. Seluruh dosen dan sttaf pengajar Program Studi S1 Keperawatan Universitas Ngudi Waluyo yang telah memberikan ilmu serta arahan dalam menyelesaikan seluruh kegiatan perkuliahan
6. Juruselamat penulis, Tuhan Yesus Kristus yang selalu ada di setiap langkah penulis dalam menyelesaikan skripsi ini. Terimakasih untuk selalu memberikan harapan dan mujizat di waktu yang tepat di tengah keputusasaan penulis.
7. Kedua orangtua penulis, Bapak Kuswoyo dan Ibu Kristini yang tidak pernah berhenti memberikan doa, dukungan moral maupun material, serta semangat di setiap langkah penulis. Terimakasih atas pengorbanan yang tidak terhitung, atas kerja keras yang kalian lakukan demi pendidikan penulis. Skripsi ini penulis persembahkan sebagai wujud kecil rasa

terimakasih penulis. Dan untuk adik penulis, Naomi terimakasih sudah selalu bersedia untuk direpotkan

8. Kepada sahabat-sahabat penulis yang menemani sejak awal perkuliahan hingga saat ini, terimakasih sudah menjadi keluarga kedua dalam perjalanan perkuliahan ini yang membuat penulis tidak pernah merasa berjalan sendirian, terimakasih sudah mau direpotkan selama perkuliahan ini
  9. Sahabat penulis, Anna, terimakasih sudah selalu menjadi pendengar yang baik dan selalu memberikan support untuk setiap langkah penulis
  10. Seluruh teman-teman PSIK Angkatan 2021 yang telah memberikan semangat dan motivasinya, semoga sama-sama dilancarkan sampai akhir perjuangan
  11. Seseorang yang saat ini sedang bersama penulis, terimakasih untuk dukungan, motivasi, dan semangat yang tiada henti dalam proses penyelesaian skripsi ini
  12. Untuk diri saya sendiri, Tiifena Cindy Vivilia, terimakasih karena telah bertahan dan terus berjuang sampai saat ini, terimakasih karena tidak menyerah meskipun banyak tantangan yang harus dihadapi. Tetap semangat dan selalu andalkan Tuhan dalam setiap langkahmu
  13. Dan kepada seluruh pihak yang telah banyak membantu penulis dalam menyusun skripsi ini, yang tidak dapat penulis sebutkan satu persatu
- Penulis menyadari bahwa dalam penyusunan skripsi ini masih jauh dari kata sempurna, oleh sebab itu penulis mengharapkan kritik yang membangun serta saran demi tercapainya kesempurnaan skripsi ini.

Ungaran, 17 Januari 2025

Trifena Cindy Viilia

## DAFTAR ISI

	Halaman
SKRIPSI.....	i
SKRIPSI.....	ii
HALAMAN PERSETUJUAN .....	iii
HALAMAN PENGESAHAN.....	iv
PERNYATAAN ORISINALITAS.....	v
PERNYATAAN KESEDIAAN PUBLIKASI.....	vi
DAFTAR RIWAYAT HIDUP .....	vii
ABSTRAK .....	viii
ABSTRACT .....	ix
KATA PENGANTAR.....	x
DAFTAR ISI .....	xii
DAFTAR GAMBAR .....	xiv
DAFTAR TABEL .....	xv
DAFTAR LAMPIRAN .....	xvi
<b>BAB I</b> .....	1
<b>PENDAHULUAN</b> .....	1
A. Latar Belakang.....	1
B. Rumusan Masalah.....	6
C. Tujuan .....	6
D. Manfaat .....	7
<b>BAB II</b> .....	8
<b>TINJAUAN PUSTAKA</b> .....	8
A. Tinjauan Teoritis .....	8
1. Tekanan Darah .....	8
2. Hipertensi.....	8
3. Upaya Mengontrol Tekanan Darah.....	19
4. <i>Hand and Foot Massage</i> .....	20
5. Minyak Sereh.....	25
6. Hubungan antara <i>Hand and Foot Massage</i> dengan Minyak Sereh terhadap Hipertensi .....	26

B. Kerangka Teoritis.....	27
C. Kerangka Konsep/ Kerangka Berpikir .....	28
D. Hipotesis .....	28
<b>BAB III.....</b>	<b>29</b>
<b>METODE PENELITIAN .....</b>	<b>29</b>
A. Desain Penelitian .....	29
B. Lokasi Penelitian .....	30
C. Subjek Penelitian .....	30
D. Variabel penelitian .....	33
E. Pengumpulan data.....	34
F. Etika Peneitian.....	40
G. Pengolahan data .....	42
H. Analisis data .....	44
<b>BAB IV .....</b>	<b>49</b>
<b>HASIL DAN PEMBAHASAN .....</b>	<b>49</b>
A. Hasil Penelitian.....	49
B. Pembahasan .....	54
C. Keterbatasan .....	69
<b>BAB V.....</b>	<b>70</b>
<b>KESIMPULAN DAN SARAN .....</b>	<b>70</b>
A. Kesimpulan .....	70
B. Saran .....	71
<b>DAFTAR PUSTAKA.....</b>	<b>72</b>
<b>LAMPIRAN.....</b>	<b>77</b>

## DAFTAR GAMBAR

	Halaman
Gambar 2.1 Klasifikasi Tekanan Darah.....	12
Gambar 2.2 Kerangka Teori .....	27
Gambar 2.3 Kerangka Konsep .....	28

## DAFTAR TABEL

	Halaman
Tabel 3.1 Definisi Operasional.....	33
Tabel 3.2 Uji Normalitas.....	45
Tabel 3.3 Uji Homogenitas.....	46
Tabel 4.1 Gambaran tekanan darah sebelum intervensi <i>hand and foot massage</i> dengan minyak sereh pada kelompok intervensi dan kelompok kontrol.....	49
Tabel 4.2 Gambaran tekanan darah setelah intervensi <i>hand and foot massage</i> dengan minyak sereh pada kelompok intervensi dan kelompok kontrol.....	50
Tabel 4.3 Perbedaan tekanan darah sebelum dan sesudah pemberian intervensi <i>hand and foot massage</i> dengan minyak sereh pada kelompok intervensi.....	51
Tabel 4.4 Perbedaan tekanan darah sebelum dan sesudah pemberian intervensi <i>hand and foot massage</i> dengan minyak sereh pada kelompok kontrol.....	52
Tabel 4.5 Pengaruh terapi <i>hand and foot massage</i> dengan minyak sereh terhadap tekanan darah pada penderita hipertensi di wilayah kerja Puskesmas Getasan.....	53

## DAFTAR LAMPIRAN

	Halaman
Lampiran 1. Surat Ijin Studi Pendahuluan .....	78
Lampiran 2. Surat Balasan Studi Pendahuluan .....	79
Lampiran 3. Surat <i>Ethical Clearance</i> (EC) .....	80
Lampiran 4. Surat Ijin Mencari Data.....	82
Lampiran 6. Lembar Penjelasan Responden .....	84
Lampiran 7. Lembar Persetujuan Responden.....	86
Lampiran 8. Instrumen Penelitian .....	88
Lampiran 9. Surat Kompetensi Pijat .....	96
Lampiran 10. Sertifikat Kalibrasi Alat .....	97
Lampiran 11. Tabulasi Data .....	99
Lampiran 12. Hasil Analisa Data.....	103
Lampiran 13. Hasil Uji Normalitas .....	106
Lampiran 14. Hasil Uji Dependent Test dan Independent T-Test.....	108
Lampiran 15. Dokumentasi Penelitian .....	112