



**IMPLEMENTASI TERAPI RENDAM KAKI DENGAN AIR
HANGAT UNTUK MENGATASI GANGGUAN POLA TIDUR
PADA PASIEN HIPERTENSI DI WILAYAH PUSKESMAS
CILACAP UTARA 2**

KARYA TULIS ILMIAH

Oleh :
EGA ANGGRAENI
NIM. 106122047

**PROGRAM STUDI D3 KEPERAWATAN
FAKULTAS ILMU KESEHATAN
UNIVERSITAS AL-IRSYAD CILACAP**

2025



**IMPLEMENTASI TERAPI RENDAM KAKI DENGAN AIR
HANGAT UNTUK MENGATASI GANGGUAN POLA TIDUR
PADA PASIEN HIPERTENSI DI WILAYAH PUSKESMAS
CILACAP UTARA 2**

KARYA TULIS ILMIAH

Diajukan dalam rangka penyelesaian pendidikan
D3 Keperawatan Universitas Al-Irsyad Cilacap
2024/2025

Oleh :

EGA ANGGRAENI

NIM. 106122047

**PROGRAM STUDI D3 KEPERAWATAN
FAKULTAS ILMU KESEHATAN
UNIVERSITAS AL-IRSYAD CILACAP**

2025

LEMBAR BEBAS PLAGIARISME

Saya menyatakan dengan hasil karya tulis (KTI) yang saya susun sebagai syarat untuk menyelesaikan program studi D3 Keperawatan di Universitas Al-Irsyad Cilacap seluruhnya merupakan hasil karya saya sendiri. Adapun bagian-bagian tertentu dalam penulisan karya tulis KTI yang saya kutip dari hasil karya orang lain telah dituliskan dalam sumbernya secara jelas sesuai dengan norma, kaidah, dan etika penulisan karya ilmiah. Apabila di kemudian hari ditemukan seluruh atau sebagian karya tulis KTI ini bukan hasil karya saya sendiri atau adanya plagiasi dalam bagian-bagian tertentu, saya bersedia menerima sanksi, sesuai dengan perundang-undangan yang berlaku.

Cilacap, Rabu 2 Juli 2025

Ega Anggraeni

**HALAMAN PERNYATAAN ORISINALITAS LEMBAR KEASLIAN KTI
STUDI KASUS**

Yang memberi pernyataan di bawah ini:

Nama : Ega Anggraeni

NIM : 106 122 047

Dengan ini saya menyatakan bahwa Karya Tulis Ilmiah (KTI) ini adalah karya saya sendiri dan bukan merupakan karya orang lain, baik sebagian atau seluruhnya, kecuali dalam bentuk kutipan yang telah di sebutkan sumbernya. Apabila kemudian ditemukan adanya pelanggaran terhadap etika keilmuan dalam karya ini atau ada klaim pihak lain terhadap keaslian karya saya maka saya siap menanggung resiko/ sanksi yang berlaku.

Cilacap, Rabu 2 Juli 2025

Ega Anggraeni

(.....)

HALAMAN PERSETUJUAN

IMPLEMENTASI TERAPI RENDAM KAKI DENGAN AIR HANGAT UNTUK
MENGATASI GANGGUAN POLA TIDUR PADA PASIEN HIPERTENSI
DI PUSKESMAS CILACAP UTARA 2

KTI

Disusun Oleh

EGA ANGGRAENI

NIM. 106 122 047

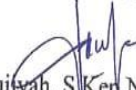
KTI telah disetujui

Tanggal Rabu 2 Juli 2025



Pembimbing Utama: Yuni Sapto Edhy Rahayu, M.Kep.,Ns

NIDN : 0620067501



Pembimbing Pendamping: Pujiyah, S.Kep.Ns

NIP : 197901302009042003

Mengetahui,

Ketua Program Studi D3 Keperawatan



Sodikin, M.Kep, Ns., Sp.Kep.MB

NIDN. 0616067504

SURAT PERNYATAAN

Berdasarkan hasil evaluasi selama proses bimbingan serta kelengkapan sebagai Karya Tulis Ilmiah (KTI), maka dengan ini pembimbing memberikan pertimbangan bahwa:

Nama Mahasiswa : EGA ANGGRAENI
NIM : 106122047
Judul KTI : IMPLEMENTASI TERAPI RENDAM KAKI
DENGAN AIR HANGAT UNTUK MENGATASI
GANGGUAN POLA TIDUR PADA PASIEN
HIPERTENSI DI WILAYAH PUSKESMAS
CILACAP UATARA 2

Dinyatakan layak untuk diujikan di hadapan Dewan Penguji Ujian hasil KTI Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas Al-Irsyad Cilacap, Tahun Akademik 2024/2025.

Cilacap, Rabu 2 Juli 2025

Pembimbing Utama



Yuni Sapto Edhy Rahayu, M.Kep., Ns.

NIDN : 0620067501

Pembimbing Pendamping



Pujiyah S.Kep., Ns.

NIP : 197901302009042003

HALAMAN PENGESAHAN

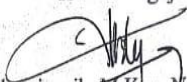
Karya Tulis Ilmiah (KTI) ini telah dipertahankan di hadapan Dewan Penguji
Ujian Karya Tulis Ilmiah (KTI) Program Studi D3 Keperawatan Fakultas Ilmu
Kesehatan Universitas Al-Irsyad Cilacap (UNAIC)

Pada hari : Rabu

Tanggal : 2 Juli 2025

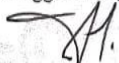
Dewan Penguji

Ketua Penguji


Widyoningsih, M.Kep.,Ns.Sp.Kom

NIDN : 0627047701

Anggota Penguji I


Yuni Sapto Edhy Rahayu, M.Kep.,Ns

NIDN : 0620067501

Anggota Penguji II


Pujiyah, S.Kep.Ns

NIP : 197901302009042003

Mengesankan,

Dekan Fakultas Kesehatan
Universitas Al-Irsyad Cilacap


Sohiman, SST, M.Keb.
NIDN : 0610117701

KATA PENGANTAR

Segala puji penulis panjatkan ke hadirat Allah SWT atas limpahan rahmat dan karunia-Nya, sehingga penulis dapat menyelesaikan hasil karya tulis ilmiah ini sebagai salah satu syarat kelulusan dalam Program Diploma III Keperawatan. karya tulis ilmiah berjudul "Implementasi Terapi Rendam Kaki dengan Air Hangat untuk Mengatasi Gangguan Pola Tidur pada Pasien Hipertensi di Wilayah Puskesmas Cilacap Utara 2" ini disusun sebagai bentuk penerapan ilmu yang telah penulis pelajari selama menempuh pendidikan, khususnya di bidang keperawatan keluarga. Penulis menyadari bahwa penyusunan karya tulis ini tidak akan tercapai tanpa bantuan, arahan, dan dukungan dari berbagai pihak. Oleh karena itu, penulis mengucapkan terima kasih yang sebesar-besarnya kepada:

1. Bapak Sarwa, AMK., S.Pd., M.Kes. Selaku Rektor Universitas Al-Irsyad Cilacap.
2. Sohimah SST., M.Keb. Selaku Dekan Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas Al-Irsyad Cilacap.
3. Bapak Sodikin, M.Kep., Sp.Kep.M.B. Selaku Ketua Program Studi D3 Keperawatan
4. Bapak Yuni Sapto Edhy Rahayu, M.Kep.,Ns selaku dosen pembimbing pertama terima kasih atas bimbingan, masukan, serta semangat yang telah diberikan selama proses penyusunan karya tulis ini.

5. Ibu Pujiyah, S.Kep.Ns selaku pembimbing lahan terima kasih atas bimbingan, masukkan, serta semangat yang telah diberikan selama proses penyusunan karya tulis ilmiah ini.
6. Bapak-Ibu Dosen dan jajaran karyawan Universitas Al-Irsyad Cilacap yang tidak dapat penulis sebutkan satu persatu.
7. Kepala Puskesmas Cilacap Utara 2 beserta seluruh staf atas izin dan dukungan selama pelaksanaan penelitian.
8. Para responden yang telah bersedia meluangkan waktu untuk berpartisipasi dalam penelitian ini.
9. Sebagai ungkapan terima kasih kepada orang tua tercinta yang selalu memberikan dukungan, serta do'a yang tiada henti dan motivasi dengan penuh keikhlasan yang tak terhingga.
10. Rekan-rekan seperjuangan Mahasiswa Universitas Al-Irsyad Cilacap Program Studi D3 keperawatan angkatan 2022, penulis mengucapkan terima kasih atas dukungan dan bantuan yang telah diberikan.
11. Kepada diri sendiri terima kasih sudah bertahan dan menyelesaikan karya tulis ilmiah dengan sebaik-baiknya.

Penulis menyadari bahwa karya ini masih jauh dari sempurna, sehingga kritik dan saran yang membangun sangat diharapkan demi penyempurnaan di masa mendatang. Semoga hasil karya tulis ilmiah ini bermanfaat dalam pengembangan ilmu keperawatan, khususnya sebagai referensi dalam penerapan terapi non farmakologis bagi pasien hipertensi.

Cilacap, 7 Juli 2025

Ega Anggraeni

DAFTAR ISI

LEMBAR BEBAS PLAGIARISME	iii
HALAMAN PERNYATAAN ORISINALITAS	iv
HALAMAN PERSETUJUAN	Error! Bookmark not defined.
SURAT PERNYATAAN	Error! Bookmark not defined.
HALAMAN PENGESAHAN	Error! Bookmark not defined.
KATA PENGANTAR.....	viii
DAFTAR BAGAN	xvi
DAFTAR TABEL	xvii
BAB 1 PENDAHULUAN	1
A. LATAR BELAKANG	1
B. RUMUSAN MASALAH.....	3
C. TUJUAN PENELITIAN	3
D. MANFAAT PENELITIAN	4
BAB II TINJAUAN PUSTAKA.....	5
A. KONSEP GANGGUAN POLA TIDUR	5
1. Pengertian Gangguan Pola Tidur	5
2. Penyebab	5
3. Tanda dan gejala	6
4. Kebutuhan Waktu Tidur.....	8
5. Penatalaksanaan Gangguan Pola Tidur	9
B. KONSEP HIPERTENSI	9
1. Pengertian Hipertensi	9
2. Etiologi Hipertensi	9
3. Patofisiologi Hipertensi.....	10
4. Manifestasi klinis Hipertensi.....	10
5. Tekanan Darah Normal berdasarkan Usia	10
6. Klasifikasi Hipertensi	11
7. Komplikasi Hipertensi	11

8. Penatalaksanaan Hipertensi.....	12
C. KONSEP RENDAM KAKI DENGAN AIR HANGAT.....	13
D. PATHWAYS	16
F. KONSEP KELUARGA	17
1. Definisi Keluarga.....	17
2. Fungsi Keluarga	17
3. Tipe Keluarga	17
4. Struktur Keluarga.....	18
5. Sasaran Keperawatan Keluarga.....	20
6. Tugas kesehatan keluarga	20
G. KONSEP ASUHAN KEPERAWATAN KELUARGA.....	20
1. Pengkajian Keperawatan Keluarga	20
2. Perumusan Diagnosa Keperawatan	21
3. Intervensi Keperawatan	21
4. Implementasi Keperawatan	25
5. Evaluasi Keperawatan	25
BAB III METODE STUDI KASUS	26
A. RENCANA STUDI KASUS.....	26
B. SUBJEK STUDI KASUS	26
C. FOKUS STUDI KASUS.....	27
D. DEFINISI OPERASIONAL	27
E. INSTRUMEN SRUDI KASUS	27
F. METODE PENGUMPULAN DATA	28
G. LANGKAH LANGKAN PELAKSANAAN STUDI KASUS.....	29
H. LOKASI DAN WAKTU STUDI KASUS.....	30
I. ANALISA DATA DAN PENYAJIAN DATA	30
J. ETIKA STUDI KASUS PENULIS	30
BAB IV HASIL STUDI KASUS	33
A. HASIL STUDI KASUS	33
B. PEMBAHASAN	50
C. KETERBATASAN STUDI KASUS.....	53

BAB V KESIMPULAN DAN SARAN	54
A. KESIMPULAN	54
B. SARAN.....	58
DAFTAR PUSTAKA	60
LAMPIRAN.....	64

DAFTAR BAGAN

Bagan 2.1 Pathway

DAFTAR TABEL

Tabel 2.1 Tekanan darah berdasarkan usia

Tabel 2.2 Klasifikasi hipertensi

Tabel 3.1 Definisi operasional