

**PENERAPAN INTERVENSI RENDAM KAKI AIR HANGAT UNTUK
MENURUNKAN TEKANAN DARAH PADA NY.L DI WILAYAH KERJA
PUSKESMAS PANDAK 1 BANTUL**

Daffa Dzaky Musthofa¹, Novita Nirmalasari², Ani Rahmawati³, Dwi Kartika R⁴

Program Studi Profesi Ners Fakultas Kesehatan Universitas Jenderal Achmad
Yani Yogyakarta, Jl. Brawijaya, Gamping, Sleman, Daerah Istimewa
Yogyakarta(55294), Indonesia

E-mail : daffadzaky121719@gmail.com

ABSTRAK

Latar Belakang : Hipertensi adalah masalah kesehatan global dengan prevalensi yang terus meningkat, termasuk di Indonesia. Terapi komplementer seperti rendam kaki menggunakan air hangat, menjadi salah satu alternatif non farmakologi yang efektif dalam menurunkan tekanan darah.

Tujuan : Untuk memahami pengkajian, diagnosa keperawatan, intervensi, implementasi, dan evaluasi penerapan terapi rendam kaki air hangat pada pasien hipertensi.

Metode : Penulisan ini menggunakan metode observasi, wawancara, dan dokumentasi. Data dikumpulkan dari pasien hipertensi melalui pengkajian langsung serta literatur yang relevan. Terapi rendam kaki air hangat dilakukan selama tiga hari berturut-turut dengan pengukuran tekanan darah sebelum dan sesudah terapi.

Hasil : Hasil menunjukkan adanya penurunan tekanan darah pada setiap hari pelaksanaan terapi. Pada hari pertama, tekanan darah turun dari 155/110 mmHg menjadi 150/90 mmHg. Hari kedua menunjukkan penurunan dari 147/107 mmHg menjadi 146/94 mmHg, dan hari ketiga dari 160/100 mmHg menjadi 150/91 mmHg. Penurunan tekanan darah ini didukung oleh mekanisme vasodilatasi akibat energi panas dari air hangat yang meningkatkan sirkulasi darah. Temuan ini sejalan dengan berbagai penelitian sebelumnya yang menunjukkan efektivitas terapi rendam kaki air hangat dalam menurunkan tekanan darah.

Kesimpulan : Terapi rendam kaki air hangat merupakan intervensi keperawatan yang efektif dan dapat diterapkan sebagai tindakan kemandirian untuk menurunkan tekanan darah pada pasien hipertensi serta klien dan keluarganya dalam menangani hipertensi secara holistik.

Kata Kunci : Terapi Rendam Kaki, Hipertensi, Tekanan Darah

¹Mahasiswa Profesi Ners, Universitas Jenderal Achmad Yani Yogyakarta

²Dosen Profesi Ners, Universitas Jenderal Achmad Yani Yogyakarta

**THE APPLICATION OF WARM FOOT SOAKING THERAPY TO
LOWER BLOOD PRESSURE IN MRS.L IN THE WORKING AREA OF
PANDAK 1 PUBLIC HEALTH CENTER BANTUL**

Daffa Dzaky Musthofa¹, Novita Nirmalasari², Ani Rahmawati³, Dwi Kartika R⁴

Study Program of Professional Nursing, Faculty of Health, Jenderal Achmad Yani
University Yogyakarta, Jl. Brawijaya, Gamping, Sleman, Special Region of
Yogyakarta (55294), Indonesia

E-mail : daffadzaky121719@gmail.com

ABSTRACT

Introduction : Hypertension is a global health issue with a continuously increasing prevalence, including in Indonesia. supplementary therapies, such as warm foot soaking, have become an effective non-pharmacological alternative for lowering blood pressure.

Objective : This study aims to explore the assessment, nursing diagnosis, intervention, implementation, and evaluation of warm foot soaking therapy in hypertensive patients.

Methods : The study employed observation, interviews and documentation methods. Data were collected from hypertensive patients through direct assessments and relevant literature. Warm foot soaking therapy was administered over three consecutive days, with blood pressure measurements taken before and after each session.

Results : The results indicated a reduction in blood pressure on each day of the therapy. On the first day, blood pressure decreased from 155/110 mmHg to 150/90 mmHg. The second day showed a reduction from 147/107 mmHg to 146/94 mmHg, and on the third day, it decreased from 160/100 mmHg to 150/91 mmHg. This blood pressure reduction is attributed to the vasodilation mechanism induced by the heat energy from warm water, which enhances blood circulation. These findings align with previous studies demonstrating the effectiveness of warm foot soaking therapy in reducing blood pressure.

Conclusion : Warm foot soaking therapy is an effective nursing intervention that can be implemented as an independent measure to lower blood pressure in hypertensive patients. These findings provide benefits for the nursing profession, healthcare institutions, and their families in managing hypertension holistically.

Keywords : Foot Soaking Therapy, Hypertension, Blood Pressure

¹Nursing Profession Student, Jenderal Achmad Yani University Yogyakarta

²Nursing Profession Lecturer, Jenderal Achmad Yani University Yogyakarta