

**PENERAPAN INTERVENSI RENDAM KAKI MENGGUNAKAN AIR
HANGAT UNTUK MENURUNKAN TEKANAN DARAH PADA KLIEN
DENGAN HIPERTENSI DI DUSUN DALEM KELURAHAN
TAMANMARTANI KALASAN**

Trias Wati¹, Ike Wuri Winanghyu Sari², Sriyati Sipora³
Email: triaswatty@gmail.com

INTISARI

Latar Belakang: Tekanan darah sistolik seseorang jika lebih dari 140 mmHg dan tekanan darah diastolik bernilai lebih dari 90 mmHg, maka individu tersebut terdiagnosis hipertensi. Sebesar 22% populasi orang di dunia hidup dengan hipertensi dan dua per tiga dari populasi tersebut tinggal dilingkungan tidak sehat dan berpenghasilan rendah. Indonesia mengalami peningkatan angka kejadian hipertensi sebesar 34,1% dibandingkan pada tahun 2013 berdasarkan laporan Kemenkes sebesar 13%. Penatalaksanaan hipertensi terbagi menjadi dua yaitu farmakologi dan nonfarmakologi. Salah satu terapi komplementer yang diterapkan pada penderita hipertensi adalah hidroterapi. Hidroterapi merupakan serangkaian terapi pengobatan yang menggunakan air sebagai media utamanya. Secara ilmiah sirkulasi darah tubuh dapat diperlancar menggunakan air hangat. Hal terjadi karena adanya proses konduksi atau perpindahan dari air ke tubuh. Penderita gangguan sirkulasi seperti tekanan darah tinggi dapat menggunakan terapi rendam kaki air hangat untuk penurunan tekanan darah.

Tujuan: Mengetahui efektivitas terapi rendam menggunakan air hangat untuk menurunkan tekanan darah pada klien hipertensi.

Metode: Penelitian ini menggunakan metode deskriptif studi kasus dengan menggunakan pendekatan asuhan keperawatan terhadap 1 responden. Terapi rendam kaki menggunakan air hangat dilakukan selama 3 hari berturut-turut dengan durasi 15 menit setiap kali pertemuan..

Hasil: Berdasarkan penerapan terapi rendam kaki menggunakan air hangat secara berkala selama 3 hari didapatkan hasil mean tekanan darah sistolik sebelum dilakukan terapi yaitu 138,3 mmHg dan tekanan darah diastolik 88,3 mmHg. Hasil mean tekanan darah sistolik sesudah terapi adalah 125 mmHg dan tekanan darah diastolik adalah 80 mmHg. Setelah memberikan terapi rendam kaki pasien mengatakan sangat nyaman dan merasa lebih rileks.

Kesimpulan: Intervensi rendam kaki menggunakan air hangat dapat menurunkan tekanan darah pada klien dengan hipertensi.

Kata Kunci: Hipertensi , Rendam kaki air hangat, Asuhan Keperawatan

¹Mahasiswa Program Studi Profesi Ners Universitas Jenderal Achmad Yani Yogyakarta

²Dosen Program Studi Profesi Ners Universitas Jenderal Achmad Yani Yogyakarta

³Perawat Puskesmas Kalasan

APPLICATION OF FOOT SOAK INTERVENTION USING WARM WATER TO REDUCE BLOOD PRESSURE IN CLIENTS WITH HYPERTENSION IN DUSUN DALEM KELURAHAN TAMANMARTANI KALASAN

Trias Wati¹, Ike Wuri Winanghyu Sari², Sriyati Sipora³
Email: triaswatty@gmail.com

ABSTRACT

Background: If an individual's systolic blood pressure is more than 140 mmHg and diastolic blood pressure is more than 90 mmHg, individual is diagnosed with hypertension. As much as 22% of the world's population lives in unhealthy and low-income environments. Indonesia experienced an increase in the incidence of hypertension by 34,1% compared to 2013 based on the Ministry of Health Report of 13%. The management of hypertension is divided into two, namely pharmacology and nonpharmacology. One of the complementary therapies applied to people with hypertension is hydrotherapy. Hydrotherapy is a series of treatment therapies that use water as the main medium. Scientifically, the body's blood circulation can be accelerated using warm water. This occurs due to the process of conduction or transfer from water to the body. Patients with circulation disorders such as high blood pressure can use warm water foot bath therapy to reduce blood pressure.

Objective: To determine the effectiveness of foot bath therapy using warm water to reduce blood pressure in hypertensive clients.

Methods: This study uses a descriptive case study method using a nursing approach to one respondent. Foot soak therapy using warm water is carried out for 3 consecutive days with a duration of 15 minutes each meeting.

Results: Based on the application of foot bath therapy using warm water periodically for 3 days, the mean systolic blood pressure before therapy was 138,3 mmHg and diastolic blood pressure was 88,3 mmHg. The mean systolic blood pressure after therapy was 125 mmHg and diastolic blood pressure was 80 mmHg. After giving foot bath therapy, patients said they were very comfortable and felt more relaxed.

Conclusion: Foot bath intervention using warm water can reduce blood pressure in clients with hypertension.

Keywords: Hypertension, Warm Water foot bath, Nursing care.

¹Student of Nursing Profession Study Program Universitas Jenderal Achmad Yani Yogyakarta

²Lecturer of Nursing Profession Study Program Universitas Jenderal Achmad Yani Yogyakarta

³Kalasan Health Center Nurse