

# **PENERAPAN INTERVENSI RENDAM KAKI DENGAN AIR HANGAT DAN GARAM TERHADAP PENURUNAN TEKANAN DARAH PADA PENDERITA HIPERTENSI DI PUSKESMAS GAMPING 1**

Rani Harlynd\*<sup>1</sup>, Sujono Riyadi\*<sup>2</sup>, Asri Rimbawani\*<sup>3</sup>

e-mail :

raniharlynd@gmail.com

## **INTISARI**

**Latar Belakang :** Hipertensi merupakan kondisi dimana proses meningkatnya tekanan darah sistolik dan diastolik. Jika tekanan darah sistolik lebih dari 140 mmHg dan tekanan darah diastolik kurang dari 90 atau lebih, apabila tidak ditangani secara tepat dan ditangani sejak dini, akan berisiko tinggi. Untuk mengurangi risiko hipertensi dapat dilakukan dengan terapi rendam kaki dengan air hangat dan garam untuk menurunkan tekanan darah.

**Tujuan :** Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui penerapan intervensi rendam kaki dengan air hangat dan garam untuk menurunkan tekanan darah pada penderita hipertensi.

**Metode :** Studi ini merupakan laporan kasus dengan pasien perempuan usia 60 tahun yang didiagnosa medis hipertensi. Diagnosa keperawatan dan implementasi yang diberikan pada risiko perfusi perifer tidak efektif dengan terapi rendam kaki air hangat dan garam, pada manajemen kesehatan keluarga tidak efektif berupa edukasi pengetahuan dan diet hipertensi.

**Hasil :** Penerapan intervensi rendam kaki dengan air hangat dan garam efektif memiliki pengaruh untuk mengatasi tekanan darah, dibuktikan dengan berkurangnya tekanan darah pada diagnosa risiko perfusi perifer tidak efektif. Pada diagnosa manajemen kesehatan keluarga tidak efektif berupa edukasi pengetahuan dan diet hipertensi teratasi.

**Kesimpulan :** Penerapan intervensi rendam kaki dengan air hangat dan garam efektif memiliki pengaruh untuk mengatasi tekanan darah.

**Kata Kunci :** Hipertensi, Rendam kaki air hangat dan garam, Ekstremitas bawah.

---

<sup>1</sup>Mahasiswa Program Studi Keperawatan, Universitas Jenderal Achmad Yani Yogyakarta

<sup>2</sup>Dosen Program Studi Keperawatan, Universitas Jenderal Achmad Yani Yogyakarta

<sup>3</sup>Perawat Puskesmas Kasihan II Yogyakarta

# **IMPLEMENTATION OF FOOT SOAK INTERVENTION WITH WARM WATER AND SALT TO REDUCE BLOOD PRESSURE IN HYPERTENSION PATIENTS AT PUSKESMAS GAMPING 1**

Rani Harlynd\*<sup>1</sup>, Sujono Riyadi\*<sup>2</sup>, Asri Rimbawani\*<sup>3</sup>  
e-mail : raniiharlynd@gmail.com

## **ABSTRAK**

**Background :** Hypertension is a condition where the systolic and diastolic blood pressure increases. If the systolic blood pressure is more than 140 mmHg and the diastolic blood pressure is less than 90 or more, if not treated properly and treated early, there will be a high risk. To reduce the risk of hypertension, you can do foot soak therapy with warm water and salt to lower blood pressure.

**Objective:** This study aims to determine the application of foot soaking interventions with warm water and salt to reduce blood pressure in people with hypertension.

**Method :** This study is a case report with a 60 year old female patient who was medically diagnosed with hypertension. The nursing diagnosis and implementation given on the risk of ineffective peripheral perfusion with warm water and salt foot soak therapy, on ineffective family health management in the form of education on hypertension knowledge and diet.

**Result :** The application of foot soaking intervention with warm water and salt has an effective effect on controlling blood pressure, as evidenced by the reduction in blood pressure in the diagnosis of risk of ineffective peripheral perfusion. In the diagnosis of ineffective family health management in the form of education, knowledge and diet, hypertension is resolved.

**Conclusion :** Applying foot soaking interventions with warm water and salt has an effective effect on controlling blood pressure.

**Keywords :** Hypertension, Soak feet in warm water and salt, Lower extremities.

---

<sup>1</sup>Student Of Nursing Study Program, Jenderal Achmad Yani University Of Yogyakarta

<sup>2</sup>Doctor Of Nursing Study Program, Jenderal Achmad Yani University Of Yogyakarta

<sup>3</sup>Nurse Of Puskesmas Kasihan II Yogyakarta