

POLTEKKES KEMENKES TANJUNG KARANG
JURUSAN KEPERAWATAN PROGRAM STUDI DIII KEPERAWATAN
KOTABUMI

Karya Tulis Ilmiah, April 2025

Adinda Niza Pramudita

PENERAPAN RENDAM KAKI AIR HANGAT TERHADAP TEKANAN
DARAH PADA LANSIA HIPERTENSI DI WILAYAH KERJA PUSKESMAS
KOTABUMI II LAMPUNG UTARA

xiv+49 halaman+10 tabel+2 gambar +4 lampiran

ABSTRAK

Hipertensi merupakan salah satu masalah kesehatan utama pada lansia yang dapat memicu komplikasi serius seperti stroke dan gagal jantung apabila tidak dikendalikan dengan baik. Salah satu gejala yang sering muncul adalah nyeri kepala akibat peningkatan tekanan darah. Intervensi non-farmakologi seperti rendaman kaki air hangat dinilai efektif dan aman untuk menurunkan tekanan darah secara alami. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui pengaruh rendam kaki air hangat terhadap penurunan tekanan darah dan skala nyeri pada lansia hipertensi. Subjek dalam studi ini adalah seorang lansia berusia 62 tahun dengan tekanan darah awal 170/100 mmHg dan skala nyeri 6. Intervensi dilakukan menggunakan rendam kaki air hangat selama 20–30 menit satu kali sehari selama tiga hari. Hasil evaluasi menunjukkan adanya penurunan tekanan darah dari 170/100 mmHg menjadi 120/80 mmHg dan penurunan skala nyeri dari 6 menjadi 1. Terapi ini terbukti efektif dan dapat dijadikan sebagai salah satu alternatif dalam asuhan keperawatan bagi lansia penderita hipertensi. Hendaknya terapi rendam kaki air hangat ini sebagai bagian dari intervensi dalam praktik keperawatan, serta memberikan edukasi yang berkelanjutan mengenai pentingnya intervensi non-farmakologi dalam pengendalian hipertensi.

Kata kunci : lansia, hipertensi, rendam kaki air hangat, tekanan darah, nyeri akut

Daftar bacaan : 21(2017-2025)

POLYTECHNIC OF HEALTH, MINISTRY OF HEALTH, TANJUNG KARANG
NURSING DEPARTMENT
DIPLOMA III NURSING STUDY PROGRAM
KOTABUMI

Scientific Paper, April 2025
Adinda Niza Pramudita

*THE APPLICATION OF WARM WATER FOOT SOAKS ON BLOOD PRESSURE
IN ELDERLY PATIENTS WITH HYPERTENSION IN THE WORKING AREA OF
KOTABUMI II PUBLIC HEALTH CENTER, NORTH LAMPUNG*

xiv+49 pages+10 tables+2 pictures +4 appendices

ABSTRACT

Hypertension is one of the major health problems in the elderly, which can lead to serious complications such as stroke and heart failure if not properly controlled. One common symptom is headaches caused by increased blood pressure. Non-pharmacological interventions, such as warm foot baths, are considered effective and safe for naturally lowering blood pressure. This study aims to determine the effect of warm foot baths on reducing blood pressure and pain levels in elderly individuals with hypertension. The subject of the study was a 62-year-old individual with an initial blood pressure of 170/100 mmHg and a pain scale of 6. The intervention involved soaking the feet in warm water for 20–30 minutes once a day for three days. The evaluation results showed a reduction in blood pressure from 170/100 mmHg to 120/80 mmHg and a decrease in pain scale from 6 to 1. This therapy has proven to be effective and can be considered as an alternative in nursing care for elderly individuals with hypertension. It is recommended that warm foot bath therapy be incorporated as part of nursing interventions and that continuous education be provided on the importance of non-pharmacological interventions in managing hypertension.

Keywords: elderly, hypertension, warm water foot soaking, blood pressure, acute pain

References: 21 (2017-2025)