

Abstrak

UNIVERSITAS MUHAMMADIYAH JEMBER
PROGRAM STUDI DIII KEPERAWATAN
FAKULTAS ILMU KESEHATAN

Karya Tulis Ilmiah, 2025
Bagas Arief Setiawan

Penerapan Hydrotherapy (Rendam Kaki Air Hangat) Terhadap Penurunan Tekanan Darah
Pada Pasien Hipertensi Di Klinik Fanda Berkat Medika Panti

Xi + 38 Halaman + 11 Tabel + 9 Lampiran

ABSTRAK

Latar Belakang: Hipertensi merupakan salah satu penyakit degeneratif yang umum terjadi pada lansia dan menjadi faktor risiko utama penyakit kardiovaskular. Salah satu terapi non-farmakologis yang dapat digunakan adalah *hydrotherapy* rendam kaki air hangat, terutama jika dikombinasikan dengan jahe yang memiliki efek vasodilator alami. **Metode:** Penelitian ini merupakan studi kasus deskriptif yang dilakukan pada satu pasien dengan riwayat hipertensi. Intervensi dilakukan selama tiga hari berturut-turut dengan metode *hydrotherapy* berupa rendam kaki air hangat dicampur jahe selama 15 menit setiap hari. Pengukuran tekanan darah dilakukan sebelum dan sesudah intervensi. **Hasil:** Hasil menunjukkan adanya penurunan tekanan darah setelah dilakukan intervensi. Tekanan darah hari pertama sebelum intervensi 169/94 mmHg menjadi 166/104 mmHg, hari kedua dari 159/108 mmHg menjadi 152/99 mmHg, dan hari ketiga dari 152/108 mmHg menjadi 151/101 mmHg. Penurunan lebih konsisten terjadi pada tekanan diastolik. **Kesimpulan:** *Hydrotherapy* rendam kaki air hangat dengan jahe terbukti memberikan efek penurunan tekanan darah, terutama tekanan diastolik, melalui mekanisme vasodilatasi dan relaksasi. Terapi ini aman, mudah dilakukan, serta berpotensi menjadi alternatif intervensi non-farmakologis dalam pengelolaan hipertensi pada lansia.

Kata kunci: Air Hangat, Hipertensi, *Hydrotherapy*

Abstract

MUHAMMADIYAH UNIVERSITY OF JEMBER
ASSOCIATE'S DEGREE OF NURSING STUDY PROGRAM
FACULTY OF HEALTH SCIENCES

Scientific Paper, 2025
Bagas Arief Setiawan

Application of Hydrotherapy (Warm Water Foot Soak) to Reduce Blood Pressure in Hypertension Patients at the Fanda Berkat Medika Panti Clinic

Xi + 38 Pages + 11 Tables + 9 Attachments

ABSTRACT

Background: Hypertension is one of the most common degenerative diseases among the elderly and a major risk factor for cardiovascular disease. One non-pharmacological therapy that can be applied is hydrotherapy using warm foot soaking, especially when combined with ginger, which has natural vasodilatory effects. **Methods:** This research is a descriptive case study conducted on a patient with a history of hypertension. The intervention involved warm ginger foot soaking for 15 minutes over three consecutive days. Blood pressure was measured before and after each session. **Results:** The intervention showed a gradual decrease in blood pressure. On the first day, blood pressure decreased from 169/94 mmHg to 166/104 mmHg; on the second day, from 159/108 mmHg to 152/99 mmHg; and on the third day, from 152/108 mmHg to 151/101 mmHg. The reduction was more consistent in diastolic pressure. **Conclusion:** Warm foot soaking hydrotherapy with ginger effectively reduces blood pressure, especially diastolic pressure, through vasodilation and relaxation mechanisms. This therapy is safe, easy to implement, and has the potential to be an effective non-pharmacological intervention for managing hypertension in the elderly.

Keywords: Hydrotherapy, Hypertension, Warm Water