ABSTRAK

Reza Fawwaz Septian (2026). *Gambaran Pelaksanaan Terapi Rendam Kaki Air Hangat Pada Lansia Dengan Hipertensi Di Wilayah Kerja Puskesmas Cisadea Kota Malang*. Karya Tulis Ilmiah Studi Kasus, Program Studi DIII Keperawatan Malang, Jurusan Keperawatan, Politeknik Kesehatan Kemenkes Malang. Pembimbing: Dr. Ni Luh Putu Eka Sudiwati, S.Kp., M.Kes.

Hipertensi merupakan salah satu penyakit tidak menular yang banyak dialami oleh lansia dan dapat menyebabkan berbagai komplikasi apabila tidak dikontrol dengan baik. Salah satu terapi nonfarmakologis yang dapat digunakan untuk membantu menurunkan tekanan darah adalah terapi rendam kaki air hangat. Terapi ini memberikan efek relaksasi dan membantu melancarkan sirkulasi darah sehingga dapat membantu menurunkan tekanan darah pada penderita hipertensi. Tujuan penelitian ini adalah untuk mengetahui gambaran pelaksanaan terapi rendam kaki air hangat pada lansia dengan hipertensi di wilayah kerja Puskesmas Cisadea Kota Malang. Penelitian ini menggunakan metode deskriptif studi kasus dengan 1 subyek penelitian. Pengumpulan data dilakukan melalui wawancara, observasi, pemeriksaan tekanan darah, dan dokumentasi. Terapi rendam kaki air hangat dilakukan selama 7 hari berturut-turut dengan suhu air 37–40°C selama 15–20 menit. Data disajikan dalam bentuk narasi dan tabel hasil observasi. Hasil penelitian menunjukkan bahwa sebelum dilakukan terapi, tekanan darah subyek berada pada rentang 140–160 mmHg sistolik dan 80–90 mmHg diastolik dengan tekanan darah tertinggi sebesar 160/90 mmHg. Setelah dilakukan terapi rendam kaki air hangat, tekanan darah subyek mengalami penurunan bertahap hingga mencapai 140/80 mmHg. Selain itu, subyek juga menyatakan tubuh terasa lebih rileks, nyaman, serta keluhan pusing dan pundak kaku mulai berkurang. Kesimpulan penelitian ini menunjukkan bahwa terapi rendam kaki air hangat dapat membantu menurunkan tekanan darah dan memberikan efek relaksasi pada lansia dengan hipertensi.

Kata Kunci: Hipertensi, Lansia, Rendam Kaki Air Hangat