

**ANALISIS PENERAPAN TEKNIK HIDROTERAPI: RENDAM KAKI AIR
HANGAT UNTUK MENURUNKAN TEKANAN DARAH PADA
PENDERITA HIPERTENSI DI WILAYAH KERJA PUSKESMAS
PENGASINAN KOTA BEKASI**

Farah Zhafirah Syarafina

NIM.202206022

ABSTRAK

Latar belakang: Prevalensi hipertensi di Kota Bekasi setiap tahunnya mengalami kenaikan sejak tahun 2014-2019 dan pada tahun 2020 prevalensi hipertensi juga meningkat menjadi 72.189 orang penderita. Peningkatan prevalensi ini terjadi karena beberapa faktor seperti riwayat keluarga, kegemukan, dan pola hidup. Selain terapi farmakologi, untuk mengatasi hipertensi bisa menggunakan teknik non farmakologi yang salah satunya adalah menggunakan teknik rendam kaki air hangat. Tujuan dalam penelitian ini adalah untuk mengetahui efektifitas rendam kaki air hangat terhadap penurunan tekanan darah pada penderita hipertensi di wilayah kerja Puskesmas Pengasinan. **Metode penelitian:** Penelitian ini menggunakan metode deskriptif dalam bentuk studi kasus yang dilakukan di wilayah kerja Puskesmas Pengasinan dari bulan Maret 2023 – April 2023 dengan intervensi 3 hari berurut-turut selama 15-30 menit. Sampel penelitian ini berjumlah 3 responden yang sesuai dengan kriteria inklusi penderita hipertensi, dewasa madya (40-60 tahun), mengkonsumsi obat hipertensi amlodipin 5mg, tinggal di wilayah kerja Puskesmas Pengasinan Kota Bekasi, bersedia menjadi responden dan kooperatif. Kriteria Eksklusi mempunyai luka pada area kaki, mempunyai penyakit kardiovaskuler berat, mempunyai penyakit penyerta (gagal ginjal, gagal jantung, stroke dan osteoarthritis). **Hasil Penelitian:** Hasil penelitian ini adalah pada ketiga keluarga didapatkan diagnosa keperawatan keluarga yang sama yaitu manajemen keluarga tidak efektif dan setelah diberikan intervensi pada hari ke 1 terdapat perbedaan dengan selisih 16,6/3,4 mmHg, lalu hari ke 2 sebesar 10.00/10.00 mmHg, kemudian untuk hari ke 3 sebesar 10.00/14.00 mmHg, dengan rerata penurunan sistolik sebesar 12,2 mmHg dan pada tekanan darah diastolik juga mengalami penurunan sebesar 9,13 mmHg. **Kesimpulan:** Adanya perbedaan tekanan darah sebelum dan sesudah diberikan terapi rendam kaki air hangat.

Kata kunci: “hipertensi”, “keluarga”, “rendam kaki air hangat”, “tekanan darah”

ABSTRACT

Background: The prevalence of hypertension in Bekasi City has increased every year since 2014-2019 and in 2020 the prevalence of hypertension has also increased to 72,189 sufferers. This increase in prevalence occurs due to several factors such as family history, obesity, and lifestyle. In addition to pharmacological therapy, non-pharmacological techniques can be used to treat hypertension, one of which is the warm water foot soak technique. The purpose of this study was to determine the effectiveness of warm water foot soaks on reducing blood pressure in hypertensive patients in the working area of the Pengasinan Health Center. **Research method:** This study used a descriptive method in the form of a case study conducted in the working area of the Salting Health Center from March 2023 – April 2023 with 3 consecutive days of intervention for 15-30 minutes. The sample of this study consisted of 3 respondents who fit the inclusion criteria of hypertension sufferers, middle adults (40-60 years), taking the hypertensive drug amlodipine 5 mg, living in the working area of the Pengasinan Health Center in Bekasi City, willing to be respondents and cooperative. Exclusion criteria have wounds on the feet, have severe cardiovascular disease, have comorbidities (kidney failure, heart failure, stroke and osteoarthritis). **Research Results:** The results of this study were that in the three families the same family nursing diagnosis was found, namely ineffective family management and after being given intervention on day 1 there was a difference of 16.6/3.4 mmHg, then day 2 of 10.00/10.00 mm Hg, then for day 3 of 10.00/14.00 mm Hg, with an average decrease in systolic of 12.2 mmHg and on diastolic blood pressure also decreased by 9.13 mmHg. **Conclusion:** There are differences in blood pressure before and after being given warm water foot soak therapy.

Keywords: "hypertension", "family", "warm foot bath", "blood pressure".