

Annisaturrahmah Pare22

KTI ANNISATURRAHMAH semhas.doc

-  KTI KMB I
-  KTI KMB I 2025
-  Politeknik Kesehatan Kemenkes Makassar

Document Details

Submission ID

trn:oid:::1:3264126978

Submission Date

May 30, 2025, 12:25 PM GMT+7

Download Date

Jun 1, 2025, 1:59 AM GMT+7

File Name

KTI_ANNISATURRAHMAH_semhas.doc

File Size

535.5 KB

51 Pages**6,987 Words****44,064 Characters**

23% Overall Similarity

The combined total of all matches, including overlapping sources, for each database.

Filtered from the Report

- Bibliography
- Quoted Text
- Small Matches (less than 30 words)

Exclusions

- 8 Excluded Sources
- 4 Excluded Matches

Top Sources

- 17%  Internet sources
 - 4%  Publications
 - 13%  Submitted works (Student Papers)
-

Top Sources

17% Internet sources
4% Publications
13% Submitted works (Student Papers)

Top Sources

The sources with the highest number of matches within the submission. Overlapping sources will not be displayed.

1	Student papers	Poltekkes Kemenkes Pontianak	3%
2	Internet	journal.arikesi.or.id	3%
3	Internet	es.scribd.com	2%
4	Internet	repository.pkr.ac.id	2%
5	Internet	journal.ppnijateng.org	2%
6	Student papers	Universitas Muhammadiyah Purwokerto	1%
7	Internet	ejurnal.politeknikpratama.ac.id	<1%
8	Internet	pdfs.semanticscholar.org	<1%
9	Internet	download.garuda.kemdikbud.go.id	<1%
10	Internet	repository.stikes-bhm.ac.id	<1%
11	Student papers	LL DIKTI IX Turnitin Consortium Part II	<1%

12	Internet	repository.stikesdrsoebandi.ac.id	<1%
13	Internet	repo.stikesicme-jbg.ac.id	<1%
14	Publication	Runggu Retno J Napitupulu, Jenny Ria Sihombing, Maruatas Silalahi, Maikel Pasar...	<1%
15	Internet	journal.uwhs.ac.id	<1%
16	Internet	digilib.itskesicme.ac.id	<1%
17	Student papers	St. Ursula Academy High School	<1%
18	Internet	jurnal.upertis.ac.id	<1%
19	Internet	repository.stikesyarsi-pontianak.ac.id	<1%
20	Student papers	Universitas Nasional	<1%
21	Student papers	Universitas Andalas	<1%
22	Student papers	Universitas Jenderal Soedirman	<1%

**PROPOSAL
KARYA TULIS ILMIAH**

**PENERAPAN HYDROTHERAPY RENDAMAN KAKI AIR
GARAM HANGAT UNTUK MENURUNKAN TEKANAN
DARAH PADA PENDERITA HIPERTENSI DI RSUD
ANDI MAKKASAU KOTA PAREPARE
TAHUN 2025**



**ANNISATURRAHMAH
PO71320221006**

**KEMENTERIAN KESEHATAN REPUBLIK INDONESIA
POLITEKNIK KESEHATAN MAKASSAR
JURUSAN KEPERAWATAN MAKASSAR
PRODI KEPERAWATAN PAREPARE
2025**

PERNYATAAN KEASLIAN TULISAN

Saya yang bertanda tangan di bawah ini:

Nama : ANNISATURRAHMAH

NIM : PO.71.3.202.22.1.006

Program Studi : D-III Keperawatan Parepare

Institusi : Politeknik Kesehatan Kementerian Makassar

Menyatakan dengan sebenarnya bahwa Karya Tulis Ilmiah yang saya tulis ini adalah benar-benar merupakan hasil karya sendiri dan bukan merupakan pengambil alihan tulisan atau pikiran orang lain yang saya akui sebagai hasil tulisan atau pikiran orang lain yang saya akui sebagai hasil tulisan ataupun pikiran saya sendiri.

Apabila dikemudian hari terbukti atau dapat dibuktikan Karya Tulis Ilmiah ini hasil jiplakan, maka saya bersedia menerima sanksi atas perbuatan tersebut.

Parepare, Februari 2025

ANNISATURRAHMAH

PO.71.3.202.22.1.006

Pembimbing Utama

Pembimbing Pendamping

H. Muhammad Asikin, S.Pd, S.iT, M.Si, M.Kes

Nip. 19641231 198502 1 003

Muhammad Nuralamsyah.S.Kep, s.M.Kes.

Nip. 197601022002121002

HALAMAN PERSETUJUAN

Hasil Penelitian oleh ANNISATURRAHMAH NIM PO713202221006 dengan judul **“PENERAPAN HYDROTHERAPY RENDAM KAKI AIR GARAM HANGAT UNTUK MENURUNKAN TEKANAN DARAH PADA PENDERITA HIPERTENSI KOTA PAREPARE TAHUN 2025”** telah diperiksa dan disetujui untuk diujikan pada seminar Hasil Program Studi Keperawatan Parepare, Jurusan Keperawatan Poltekkes Kemenkes Makassar.

Parepare, Februari 2025

Pembimbing Utama

Pembimbing Pendamping

H. Muhammad Asikin, S.Pd, S.iT, M.Si, M.Kes

Nip. 19641231 198502 1 003

Muhammad Nuralamsyah.S.Kep, s.M.Kes.

Nip. 197601022002121002

HALAMAN PENGESAHAN

Hasil Penelitian oleh ANNISATURRAHMAH NIM PO713202221006 dengan Judul **“PENERAPAN HYDROTHERAPY RENDAM KAKI AIR GARAM HANGAT UNTUK MENURUNKAN TEKANAN DARAH PADA PENDERITA HIPERTENSI KOTA PAREPARE TAHUN 2025”** telah dipertahankan didepan Tim penguji Program Studi Keperawatan Parepare, Jurusan Keperawatan Poltekkes Kemenkes Makassar pada tanggal,....Februari 2025 dan disetujui untuk penelitian.

Tim Penguji

Penguji Utama : Syamsir, S.SiT, M.Kes (.....)

Penguji Pendamping I : Muhammad Nuralamsyah, S. Kep., M.Kes (.....)

Penguji Pendamping II: H.Muhammad Asikin, S.Pd., S.SiT., M.Si., M.Kes (.....)

Mengetahui:

Ketua Program Studi Keperawatan Parepare

Poltekkes Kemenkes Makassar

H. Muhammad Asikin, S.Pd, S.iT, M.Si, M.Kes

Nip. 19641231 198502 1 003

KATA PENGANTAR

Puji Syukur penulis panjatkan kehadiran Allah SWT karena atas berkat Rahmat dan Taufiq-Nyalah sehingga Hasil ini dapat diselesaikan sebagai salah satu syarat untuk memperoleh gelar Ahli Madya Keperawatan (A.Md.Kep) pada Politeknik Kesehatan Kemenkes Makassar Program Studi Keperawatan Parepare dengan judul " Penerapan Hydrotherapy Rendam Kaki Air Garam Hangat Untuk Menurunkan Tekanan Darah Pada Penderita Hipertensi Kota Parepare ". Saya menyadari sepenuhnya bahwa Karya Tulis Ilmiah ini masih jauh dari kata sempurna akibat kekurangan yang ada pada diri saya.

Pada kesempatan ini, saya ingin mengucapkan rasa terima kasih yang tiada hentinya kepada pihak-pihak yang telah membantu saya dalam penyusunan Karya Tulis Ilmiah ini. Ucapkan terima kasih kepada:

1. Bapak Dr. Rusli, Apt. SpFRS, selaku Direktur Poltekkes Kesehatan Kemenkes Makassar yang telah memberikan waktu dan kesempatan dalam penulisan Hasil Karya Tulis Ilmiah ini.
2. Bapak Iwan, S.KP., M.Kes, selaku Ketua Jurusan Keperawatan Politeknik Kesehatan Makassar yang telah memberikn waktu dan kesempatan dalam penulisan Hasil Karya Tulis Ilmiah ini.
3. Bapak H. Muhammad Asikin, S.Pd, S.iT, M.Si, M.Kes, selaku ketua Program Studi Keperawatan Parepare Politeknik Kesehatan Kemenkes Makassar yang telah memberikan kesempatan dan waktunya dalam penulisan Hasil Karya Tulis Ilmiah Ini.

4. Bapak Muhammad Nuralamsyah.S.Kep, s.M.Kes, selaku pembimbing II yang telah banyak meluangkan waktu, memberikan arahan, saran, ilmu dan bimbingannya sehingga Hasil Karya Tulis Ilmiah ini dapat tersusun.
5. Bapak Syamsir, S.SiT, M.Kes, selaku penguji saya yang telah meluangkan waktunya serta meluangkan pikirannya dalam memberikan bantuan, saran dan nasihat dalam Hasil Karya Tulis Ilmiah ini.
6. Seluruh Dosen dan Staf Akademik Prodi Keperawatan Parepare yang telah memberikan petunjuk serta dorongan selama penulis mengikuti pendidikan dibangku perkuliahan.
7. Untuk kedua orangtua saya Bapak Muhammad Idris, Kartiah yang tidak henti-hentinya memberikan do'a, baik moral maupun material, kasih sayang dan perhatiannya kepada saya untuk selalu bersabar dan semangat dalam menyelesaikan pendidikan D.III Keperawatan saya.
8. Rekan-rekan mahasiswa angkatan 2022 khususnya kelas A atas segala kerjasamanya dalam kegiatan perkuliahan maupun dalam penyelesaian Karya Tulis Ilmiah ini.
9. Semua pihak yang tidak dapat penulis sebutkan satu persatu, yang telah membantu dalam menyumbangkan pendapat, saran ataupun kritikan baik secara langsung maupun tidak langsung sehingga memberikan kelancaran penyusunan Karya Tulis Ilmiah ini, secara khusus penulis mengucapkan terima kasih.

Hanya kepada Allah SWT jugalah penulis berharap semoga segala bantuan yang diberikan dapat bernilai ibadah di sisi-Nya, dan semoga

Hasil Karya Tulis Ilmiah yang sederhana ini dapat bermanfaat bagi pembaca sekalian.

ABSTRAK

Penerapan hydrotherapy rendaman kaki air garam hangat untuk menurunkan tekanan darah pada penderita hipertensi di RSUD Andi makkasau kota parepare.

(Annisaturrahmah, 2025).

Program Studi Keperawatan Parepare Jurusan Keperawatan Politeknik Kesehatan Kementrian Kesehatan Makassar. Dibimbing oleh: H.Muhammad Asikin, S.Pd., S.SiT., M.Si., M.Kes dan Muhammad Nuralamsyah, S. Kep., M.Kes.

Hipertensi sering tidak disadari sehingga dikenak dengan silent killer. Pengobatan pada pasien hipertensi secara farmakologi dapat memberikan efek samping berbeda dengan pengobatan non farmakologi yang minim akan efek samping salah satunya Hydrotherapy rendam kaki air garam hangat. Tujuan dari karya tulis ilmiah studi kasus ini adalah untuk menerapkan hydrotherapy rendam kaki air garam hangat untuk menurunkan tekanan darah pada penderita hipertensi. Metode yang digunakan adalah penelitian deskriptif kooperatif dengan membandingkan 2 subjek. Pelaksanaan hydrotherapy rendam kaki air garam hangat dilakukan dengan mengukur tekanan darah sebelum dan sesudah diberikan hidroterapi. Hasil studi kasus ini didapatkan penurunan tekanan darah pada subyek 1 tekanan darah awal 160/100 mmHg menjadi 130/60 mmHg, subyek 2 tekanan darah awal 150/90 mmHg menurun menjadi 130/80 mmHg. Hidroterapi rendam kaki air garam hangat secara rutin dapat menurunkan tekanan darah, karena efek dari menggunakan air hangat yang dapat memperlancar peredaran darah.

Kata Kunci : Garam, Hidroterapi, Hipertensi dan Tekanan Darah

DAFTAR ISI

	Halaman
SAMPUL.....	i
PERNYATAAN KEASLIAN TULISAN	ii
HALAMAN PERSETUJUAN	iii
HALAMAN PENGESAHAN.....	iv
KATA PENGANTAR.....	v
DAFTAR ISI.....	ix
DAFTAR SINGKATAN.....	x
DAFTAR TABEL	xiii
DAFTAR LAMPIRAN	xiii
BAB I PENDAHULUAN.....	1
A. Latar Belakang Masalah	1
B. Rumusan Masalah.....	4
C. Tujuan	4
D. Manfaat.....	4
BAB II TINJAUAN PUSTAKA.....	6
A. Konsep Dasar Hipertensi	6
B. Konsep Terapi Rendam Kaki Air Garam Hangat	14
BAB III METODOLOGI PENELITIAN	21
A. Jenis dan Desain Studi Kasus	21
B. Subjek Studi Kasus	21
C. Fokus Studi Kasus	xiii
D. Definisi Operasional.....	xiii

E. Instrumen Studi Kasus	xiii
F. Metode Pengumpulam Data	xiii
G. Lokasi dan Waktu Studi Kasus.....	xiv
H. Analisa Data dan Penyajian Data	xiv
I. Etika studi kasus.....	xv
DAFTAR PUSTAKA.....	xxviii
Lampiran 1	xxviii
Lampiran 2	xxix

DAFTAR SINGKATAN

NO	ISTILAH	SINGKATAN
1.	WHO	: <i>World Health Organization</i>
2.	IPTEK	: <i>Ilmu Dan Teknologi Keperawatan</i>
3.	ISHWG	: <i>International Society Of Hypertension Working Group</i>
4.	Kementrian RI	: Kementrian Republik Indonesia
5.	RSUD	: Rumah Sakit Umum Daerah

DAFTAR TABEL

Tabel 2.1 Klasifikasi Hipertensi Berdasarkan WHO-ISHWG

DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran 1 : Barcode Terapi Rendam Kaki Air Hangat

Lampiran 2 : Lembar Observasi

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang Masalah

Hipertensi adalah kondisi di mana tekanan darah sistolik mencapai 140 mmHg atau lebih, atau tekanan darah diastolik mencapai 90 mmHg atau lebih, berdasarkan dua kali pengukuran atau lebih. Perkembangan hipertensi cenderung meningkat seiring waktu. Penyakit ini sering disebut sebagai “pembunuh diam” karena seringkali berjalan tanpa gejala yang jelas. Penderita baru menyadari adanya masalah ketika mulai mengalami gejala seperti mudah lelah, telinga berdenging (tinitus), mimisan, atau penglihatan kabur akibat kerusakan pada otak, mata, jantung, dan ginjal. (Dewi & Rahmawati, 2019).

Menurut (Kurnia, 2020) Hipertensi adalah gangguan yang melibatkan masalah pada sistem kardiovaskular yang kompleks. Kondisi ini tidak hanya mempengaruhi pengukuran tekanan darah yang melebihi batas normal, tetapi juga terkait dengan adanya faktor risiko hipertensi, kerusakan pada organ, serta dapat memicu kelainan fisiologis dalam sistem kardiovaskular akibat hipertensi itu sendiri.

Hipertensi adalah salah satu penyakit tidak menular yang menjadi penyebab utama kematian di Indonesia. Perkembangan hipertensi cenderung meningkat seiring waktu, angka kematian akibat hipertensi di negara ini mencapai 427. 218 jiwa (Marlita, Lestari and Ningsih, 2022).

Salah satu cara yang efektif untuk menurunkan tekanan darah adalah dengan merendam kaki dalam air hangat. Metode ini, yang umum digunakan dalam hidroterapi, dapat memberikan manfaat jika dilakukan secara rutin. Secara ilmiah, air hangat memiliki dampak fisiologis yang positif bagi tubuh. Pertama, air hangat dapat memperlancar sirkulasi darah melalui efek pemanasan pada pembuluh darah. Kedua, faktor pembebanan dalam air dapat membantu menguatkan otot-otot, yang pada gilirannya berpengaruh pada kesehatan sendi tubuh (Lalage, Zerlina.2019).

21

Berdasarkan data yang dikeluarkan oleh WHO (2019) menunjukkan bahwa sekitar 26,4% penduduk dunia mengalami hipertensi dengan perbandingan 26,6% pria dan 26,1% wanita. Sebanyak kurang lebih 60% penderita hipertensi berada di negara berkembang, termasuk Indonesia.

Prevalensi hipertensi di Indonesia, yang teridentifikasi melalui kuesioner oleh tenaga kesehatan, mencapai 9,4%. Di sisi lain, angka kematian akibat hipertensi di Indonesia mencatatkan angka 47,18, di mana 20,7% di antaranya adalah responden yang memiliki tekanan darah normal tetapi sedang mengonsumsi obat hipertensi. Dengan demikian, prevalensi hipertensi secara keseluruhan di Indonesia adalah sebesar 26,5%. (Dilianti, LE, & Candrawati, E (2019).

Prevalensi hipertensi di Sulawesi Selatan yang diukur pada individu berusia 18 tahun ke atas tercatat sebesar 28,1%. Angka ini paling tinggi ditemukan di Enrekang sebesar 31,3%, diikuti oleh Bulukumba yang mencapai 30,8%, Sinjai dengan 30,4%, dan Gowa sebesar 29,2%. Sementara

itu, prevalensi hipertensi di Sulawesi Selatan berdasarkan kuesioner yang diisi dan didiagnosis oleh tenaga kesehatan diketahui sebesar 10,5%, dengan 0,2% di antaranya menggunakan obat-obatan secara mandiri.(Dilianti, I.E., & Candrawati, E. (2019).

Khususnya di kota Parepare mengalami angka kejadian hipertensi dengan peningkatan kasus yang signifikan terjadi di tahun 2022 sebesar 3x dibandingkan tahun 2021 dan merupakan PTM pertama terjadinya di Kota Parepare berdasarkan jumlah kasus tertinggi prevalensi kasus sebesar 22.33% dari hasil pengukuran untuk usia penduduk ≥ 18 tahun yang terjadi di Sulawesi Selatan. Berdasarkan data Dinas Kesehatan Kota Parepare. Puskesmas Lumpue, merupakan angka kejadian hipertensi tertinggi ke-4 diantara 8 Puskesmas yang ada di Kota Parepare. Dari data catatan rekam medik yang telah didapatkan di RSUD Andi Makkasau Kota Parepare tahun 2024 ada 1.195 orang, yang Dimana laki-laki terdapat 409 orang dan Perempuan 786 orang.

Berdasarkan hasil penelitian Fildayanti (2020) & Ambarwati (2020) perendaman kaki dengan kaki air hangat dicampur dengan garam dirasa sangat bisa menjadi solusi yang efektif untuk menurunkan tekanan darah tinggi, dengan menggunakan metode ini diharapkan dapat menurunkan efek dari ketergantungan obat penurun tekanan darah dan menjadi terapi non farmakologi bagi penderita hipertensi. Di samping itu dengan menggunakan metode perendaman air hangat lebih efisien, ekonomis, dan lebih aman untuk menurunkan Hipertensi.

Berdasarkan fenomena latar masalah di atas maka, penulis tertarik melakukan pengkajian penelitian dengan judul ” penerapan hydrotherapy rendaman kaki air garam hangat untuk menurunkan tekanan darah pada penderita hipertensi di RSUD Andi Makkasau Kota Parepare Tahun 2025”.

B. Rumusan Masalah

Berdasarkan latar belakang yang telah diuraikan diatas, maka yang menjadi rumusan masalah pada studi kasus ini yaitu Bagaimana implementasi penerapan hydrotherapy rendaman kaki air garam hangat untuk menurunkan tekanan darah pada penderita hipertensi di RSUD Andi Makkasau Kota Parepare.

C. Tujuan

Meningkatkan penerapan hydrotherapy rendaman kaki air garam hangat untuk menurunkan tekanan darah pada penderita hipertensi di RSUD Andi Makkasau Kota Parepare.

D. Manfaat

1. Masyarakat

Melalui penelitian ini diharapkan masyarakat dapat memahami dan penerapan hydrotherapy rendaman kaki air garam hangat untuk menurunkan tekanan darah pada penderita hipertensi.

2. Pengembangan ilmu dan teknologi keperawatan (IPTEK)

Melalui penelitian ini diharapkan nantinya bisa jadi bahan pengembangan ilmu kesehatan dan teknologi keperawatan, dan dapat dijadikan sebagai bahan pembelajaran.

3. Penulis

Memperluas wawasan dan pengetahuan penulis mengenai manfaat menerapkan hydrotherapy rendaman kaki air garam hangat untuk menurunkan tekanan darah pada penderita hipertensi, dan merupakan sebuah pengalaman berharga dalam mencoba mengaplikasikan ilmu yang diperoleh selama di perguruan tinggi.

BAB II

TINJAUAN PUSTAKA

A. Konsep Dasar Hipertensi

1. Definisi Hipertensi

Hipertensi, atau yang dikenal sebagai penyakit tekanan darah, adalah gangguan pada pembuluh darah yang mengakibatkan terhambatnya suplai oksigen dan nutrisi yang dibawa oleh darah. Kondisi ini sering disebut sebagai "pembunuh diam" (silent killer) karena sering kali tidak menunjukkan gejala yang jelas. Ketika gejala muncul, biasanya dianggap sebagai masalah kesehatan yang sepele. (Hastuti, 2019).

Menurut (Fildayanti, 2020) Hipertensi adalah penyakit yang terkait dengan kelainan jantung dan pembuluh darah, ditandai dengan peningkatan tekanan darah. Kondisi ini, yang sering disebut sebagai tekanan darah tinggi, mencerminkan perubahan kronis di mana tekanan darah mengalami peningkatan secara terus-menerus. Secara umum, hipertensi dapat dianggap sebagai suatu gejala, yang menunjukkan adanya tekanan yang abnormal tinggi di dalam arteri.

2. Etiologi Hipertensi

Berdasarkan pendapat (Saputra & Huda, 2023) penyebab dari terjadinya hipertensi pada seseorang terbagi atas dua, yakni :

a. Hipertensi primer

Hipertensi primer merupakan sekitar 90% dari seluruh kasus hipertensi esensial yang didefinisikan sebagai peningkatan

17 tekanan darah tanpa penyebab yang jelas atau idiopatik. Beberapa faktor yang diduga berkontribusi terhadap perkembangan hipertensi esensial meliputi faktor keturunan, usia, jenis kelamin, dan ras. Selain faktor-faktor tersebut, terdapat juga faktor lain yang berperan dalam terjadinya hipertensi primer, seperti gaya hidup yang kurang sehat, contohnya merokok, konsumsi minuman beralkohol, serta penggunaan obat-obatan tertentu yang dapat menyebabkan peningkatan tekanan darah.

b. Hipertensi sekunder

Hipertensi jenis ini dapat diketahui penyebabnya. Prevalensi hipertensi sekunder ini kurang dari 10%. Penyebab umum dari hipertensi sekunder adalah karena adanya penyakit lain yang mendasarinya ataupun akibat dari penggunaan obat-obatan tertentu, dan penyebabnya dapat berupa penyakit diantaranya:

1) DM

Diabetes dapat memicu hipertensi melalui beberapa mekanisme. Ini meliputi penurunan elastisitas pembuluh darah, peningkatan volume cairan tubuh, serta perubahan dalam regulasi insulin.

2) Ginjal

Salah satu penyebab utama hipertensi sekunder adalah gangguan pada fungsi ginjal. Ketika ginjal menghasilkan hormon renin dalam jumlah yang berlebihan, tekanan darah dapat

meningkat. Fenomena ini biasanya disebabkan oleh adanya gangguan aliran darah menuju ginjal.

3) Koarktasio Aorta

Koarktasio aorta adalah kondisi di mana terjadi penyempitan pada aorta abdominal. Penyempitan ini menyebabkan peningkatan tekanan darah di atas area yang terkena.

4) Penggunaan Kontrasepsi

Alat kontrasepsi hormonal yang mengandung estrogen dan progesteron dapat berisiko menyebabkan hipertensi.

5) Kehamilan

Selama masa kehamilan, detak jantung cenderung meningkat akibat adanya peningkatan aliran darah antara ibu dan janin. Hal ini menyebabkan jantung bekerja lebih keras untuk memompa darah yang cukup guna memenuhi kebutuhan kedua belah pihak, yaitu ibu dan janin.

6) Gangguan Endokrin

Jika kelenjar adrenal memproduksi terlalu banyak aldosterone, kortisol, atau hormon serupa adrenalin, hal ini dapat menyebabkan terjadinya hipertensi.

3. Manifestasi klinis

Pada pemeriksaan fisik, seringkali tidak ditemukan kelainan lain selain tingginya tekanan darah, yang menjadi satu-satunya gejala yang teridentifikasi. Banyak individu dengan hipertensi mungkin tidak

menunjukkan gejala apa pun selama bertahun-tahun. Namun, jika gejala muncul, hal itu dapat menandakan adanya kerusakan pada pembuluh darah, dengan manifestasi khas yang terkait dengan sistem organ yang dipengaruhi oleh pembuluh darah tersebut.

Berikut tanda dan gejala hipertensi menurut (Unger *et al.*, 2020) yaitu:

- a. Sakit kepala (biasanya pada pagi hari sewaktu bangun tidur)
- b. Bising (bunyi “nging”) di telinga
- c. Jantung berdebar-debar
- d. Pengelihatn kabur
- e. Mimisan
- f. Tidak ada perbedaan tekanan darah walaupun berubah posisi

4. Klasifikasi Hipertensi

Klasifikasi Hipertensi menurut WHO (World Health Organisatio) dan ISHWG (International Society Of Hypertension Working Group) mengemukakan bahwa hipertensi dibagi dalam beberapa tipe yaitu: optimal, normal, normal-tinggi, hipertensi ringan, hipertensi sedang serta hipertensi berat, dapat dilihat seperti tabel dibawah ini:

Tabel 2.1 Klasifikasi Hipertensi Berdasarkan WHO-ISHWG

KATEGORI	SISTOLIK	DIASTOLIK
Optimal Normal	< 120	< 80
Normal	< 130	< 85
Tinggi	130 - 139	85- 89
Tingkat 1 (Hipertensi Ringan)	140 – 159	90 – 99
Sub-group : perbatasan	140 - 149	90 - 94
Tingkat 2 (Hipertensi Sedang)	160 - 179	100 - 109
Tingkat 3 (Hipertensi Berat)	>180	>110

5. Patofisiologi

Mekanisme yang mengontrol kontraksi dan pelebaran pembuluh darah terletak di pusat *vasomotor*, di *medula oblongata*. Dari pusat *vasomotor* ini, muncul saraf *simpatis*, berjalan menuruni sumsum tulang belakang dan perut. Stimulasi pusat *vasomotor* dilakukan dalam bentuk impuls yang berpindah dari sistem saraf *simpatis* ke *ganglia simpatis*. Pada titik ini, *neuron preganglionik* melepaskan *asetilkolin*, yang merangsang serabut saraf *postganglionik* ke pembuluh darah, tempat *norepinefrin* dilepaskan, menyebabkan pembuluh darah berkontraksi. Berbagai faktor seperti kecemasan dan ketakutan dapat mempengaruhi respon pembuluh darah terhadap rangsangan *vasokonstriksi*. Individu dengan hipertensi sangat *sensitive* terhadap *norepinefrin*, meskipun tidak diketahui dengan jelas mengapa hal tersebut bisa terjadi, kesehatan lansia memerlukan perhatian khusus dikarenakan banyak perubahan yang terjadi sehingga kondisinya tidak lagi seperti manusia dewasa. Perubahan-perubahan itu seringkali mendorong lansia untuk menjadi lebih rapuh dibanding anak-anak ataupun manusia dewasa. Perubahan yang terjadi ini merupakan fisiologis usia tua (Utami, 2021).

Pada saat bersamaan dimana *system simpatis* merangsang pembuluh darah sebagai respon rangsangan emosi. Kelenjar *adrenal* juga terangsang, mengakibatkan tambahan aktivitas *vasokonstriksi*. *Medulla adrenal* mensekresi *epinefrin*, yang menyebabkan *vasokonstriksi*. *Korteks adrenal* mensekresi *kortisol* dan *stereoid* lainnya, yang dapat memperkuat

respon *vasokonstriktor* pembuluh darah. *Vasokonstriksi* yang mengakibatkan penurunan aliran darah ke ginjal, mengakibatkan pelepasan *renin*. *Renin* merangsang pembentukan *angiotensin* yang kemudian diubah menjadi *angiotensin 2*, saat *vasokonstriktor* kuat, yang pada gilirannya merangsang sekresi *aldosteron* oleh *korteks adrenal*. Hormon ini menyebabkan *retensi natrium* dan air di *tubulus* ginjal, menyebabkan peningkatan volume *intravaskuler*. Semua faktor tersebut cenderung mengakibatkan keadaan hipertensi.

6. Komplikasi

Hipertensi yang tidak teratasi, dapat menimbulkan komplikasi yang berbahaya menurut (Unger *et al.*, 2020) adalah sebagai berikut :

a. Stroke

Apabila tekanan darah meningkat secara berlebihan, pembuluh darah yang telah melemah dapat mengalami pecah. Jika pecahnya terjadi pada pembuluh darah di otak, hal ini bisa mengakibatkan perdarahan intraserebral yang berpotensi fatal. Selain itu, stroke juga dapat disebabkan oleh adanya sumbatan akibat gumpalan darah yang terbentuk di pembuluh darah yang menyempit.

b. Payah jantung

Suatu keadaan di mana jantung tidak lagi mampu memompa darah untuk memenuhi kebutuhan tubuh. Hal ini bisa terjadi akibat kerusakan pada otot jantung atau gangguan pada sistem kelistrikan jantung.

c. Kerusakan ginjal

Penyempitan dan penebalan aliran darah menuju ginjal akibat hipertensi dapat mengganggu fungsi ginjal, sehingga proses penyaringan cairan menjadi berkurang dan kotoran malah kembali masuk ke dalam darah.

d. Kerusakan penglihatan

Pecahnya pembuluh darah di mata akibat hipertensi dapat menyebabkan pandangan menjadi kabur. Selain itu, kerusakan yang terjadi pada organ lain juga dapat berdampak pada kesehatan penglihatan.

Hipertensi dapat menyebabkan kerusakan pada organ-organ tubuh, baik secara langsung maupun tidak langsung. Akibat dari komplikasi yang ditimbulkan oleh hipertensi ini dapat mengurangi kualitas hidup penderita. Dalam kasus yang paling parah, hipertensi dapat berujung pada kematian akibat komplikasi yang ditimbulkannya.

7. Penatalaksanaan medis

Penatalaksanaan pada pasien hipertensi menurut (Saputra & Huda, 2023) dibedakan menjadi dua yakni terapi farmakologis dan nonfarmakologis

a. Terapi farmakologis

1) Golongan diuretik:

Obat antihipertensi thiazide merupakan diuretik yang bisa menurunkan tekanan darah. Fungsinya membantu ginjal untuk

mengeluarkan garam dan air sehingga cairan di dalam tubuh dapat dikurangi.

2) penghambat adrenergic:

Obatnya yang terdiri dari, beta-blocker dan alfa-beta bloker, yang mempengaruhi sistem simpatis dengan merespon secara cepat.

3) ACE inhibitor:

Obat ini umumnya diberikan kepada pasien yang menderita gagal jantung atau penyakit ginjal kronis.

4) Angiotensin II blocker:

Cara kerjanya mirip dengan ACE inhibitor dalam menurunkan tekanan darah.

5) Antagonis kalsium:

Obatnya bisa digunakan bagi pasien yang merasakan keluhan detak jantung cepat, nyeri dada serta migrain.

6) Vasodilator:

Obat ini paling sering digunakan untuk obat anti hipertensi. Yang cara kerjanya dengan melebarkan pembuluh darah.

b. Terapi non farmakologis

1) Terapi relaksasi

Terapi relaksasi adalah jenis terapi bagi seseorang yang diinstruksikan untuk melakukan suatu gerakan yang bertujuan untuk menenangkan pikiran dan merilekskan anggota tubuh. Ada beberapa

jenis terapi relaksasi, antara lain : relaksasi otot progresif, relaksasi autogenic, relaksasi benson.

2) Olahraga senam

Senam arobik, senam ergonomic dan senam hipertensi merupakan senam yang dapat membantu dalam menurunkan tekanan darah.

3) Pembatasan konsumsi garam

Mengurangi asupan garam dapat memperbaiki tekanan darah. Kebanyakan garam dapat mengganggu keseimbangan cairan pada pasien hipertensi.

B. Konsep Terapi Rendam Kaki Air Garam Hangat

1. Definisi

Rendam air hangat atau *hidrotherapy* adalah bentuk dari terapi latihan yang menggunakan modalitas air hangat didalam kolam. Air menjadi media yang tepat untuk pemulihan cedera dan dapat meringankan gejala-gejala regular seperti gangguan persendian kronis.

Hidroterapi kaki adalah suatu cara dari hidroterapi dengan menggunakan air hangat yang dicampur garam. Air hangat adalah salah satu media terapi yang bisa mencegah dan memulihkan seseorang dari penyakit hipertensi. Dasar utama penggunaan air hangat untuk pengobatan dalam hidroterapi ini adalah efek hidrostatik dan hidrodinamik, secara ilmiah air hangat memiliki dampak fisiologis bagi tubuh seperti mengurangi beban pada sendi-sendi penopang berat badan sehingga efek tersebut memiliki dampak pada pembuluh

15 darah dimana dengan hangatnya air dapat membuat sirkulasi darah menjadi lancar. Prinsip kerja dari hidroterapi ini yaitu dengan menggunakan air hangat yang bersuhu sekitar 40,5-43°C secara konduksi dimana terjadi perpindahan panas dari air hangat ke tubuh sehingga akan menyebabkan pelebaran pembuluh darah dan dapat menurunkan ketegangan otot (Uliya & Ambarwati, 2020).

2 Prinsip kerja hidroterapi rendam air hangat yaitu secara konduksi akan terjadi peralihan antara panas atau hangat dari air hangat ke tubuh yang dapat membantu melebarkan pembuluh darah dan menurunkan ketegangan otot sehingga dapat memperlancar peredaran darah dan akan mempengaruhi tekanan arteri oleh baroreseptor pada sinus kortikus dan arkus aorta yang akan menyampaikan impuls yang dibawa serabut saraf yang membawa isyarat dari semua bagian tubuh untuk memberitahukan pada otak mengenai tekanan darah (Arifin, 2022).

6 Metode berdasarkan hasil penelitian Fildayanti (2020) & Ambarwati (2020) perendaman kaki dengan kaki air hangat dicampur dengan garam dirasa sangat bisa menjadi solusi yang efektif untuk menurunkan tekanan darah tinggi, dengan menggunakan metode ini diharapkan dapat menurunkan efek dari ketergantungan obat penurun tekanan darah dan menjadi terapi non farmakologi bagi penderita hipertensi. Di samping itu dengan menggunakan metode perendaman air hangat lebih efisien, ekonomis, dan lebih aman untuk menurunkan

Hipertensi. Berdasarkan uraian di atas maka peneliti tertarik ingin mengetahui pengaruh rendam kaki air hangat garam dapat menurunkan tekanan darah pada penderita hipertensi.

2. Manfaat Air Garam Hangat

7 Garam adalah kumpulan senyawa kimia dengan penyusun terbesar adalah natrium klorida (NaCl). Secara normal tubuh dapat menjaga keseimbangan antara natrium diluar sel dan kalium didalam sel jika kadar natrium tersebut didalam tubuh. Hormon aldosteron menjaga agar konsentrasi natrium di dalam darah pada nilai normal. Keseimbangan cairan juga akan terganggu bila seseorang kehilangan natrium dan air akan memasuki sel untuk mengencerkan natrium dalam sel sehingga cairan ekstraseluler akan menurun.

3 Merendam bagian tubuh ke dalam air hangat dicampuri garam dapat meningkatkan sirkulasi, mengurangi edema, meningkatkan relaksasi otot. rendam kaki pada air garam hangat mempunyai banyak manfaat diantaranya :

- a. Mendilatasi pembuluh darah, melancarkan peredaran darah, memicu syaraf yang ada pada telapak kaki untuk bekerja. Syaraf yang ada pada telapak kaki menuju ke organ vital tubuh diantaranya menuju ke jantung, paru-paru, lambung dan pancreas.
- b. Berdampak pada pembuluh darah dengan hangatnya air membuat sirkulasi darah menjadi lancar.

2 Garam digunakan karena memiliki zat natrium dan sodium yang

bermanfaat melindungi kestabilan pH dalam tubuh, memelihara kestabilan air pada tubuh, memelihara tekanan osmosa cairan tubuh, bertindak terhadap kesensitifan syaraf tubuh, dan sebagai mineral yang dibutuhkan oleh tubuh manusia.

Selain itu, garam digunakan dalam terapi ini karena dipercaya dapat membantu dalam menurunkan tekanan darah yang diperoleh dari kandungan-kandungan senyawa kimia di dalam garam. Garam digunakan karena memiliki zat natrium dan sodium yang bermanfaat menjaga keseimbangan pH tubuh, memelihara tekanan osmosa cairan tubuh, bertindak terhadap sensibilitas syaraf perangsang tubuh, dan menjadi mineral yang diperlukan oleh tubuh manusia.

Air garam hangat juga memberikan efek ketenangan bagi tubuh sehingga keseimbangan dalam tubuh dapat tercapai dengan baik. Faktor pembebanan di dalam air akan menguatkan otot-otot dan ligamen yang mempengaruhi sendi tubuh serta latihan didalam air ini berdampak positif terhadap otot jantung dan paru-paru karena membuat sirkulasi pernafasan menjadi baik.

3. Tujuan Terapi Rendam Kaki Air Garam Hangat

Terapi rendam kaki dengan air hangat yang dicampur garam alami memiliki berbagai manfaat yang signifikan. Terapi ini bertujuan untuk meningkatkan sirkulasi darah, mengurangi edema, serta membantu merelaksasi otot. Selain itu, terapi ini juga baik untuk kesehatan jantung, dapat mengendurkan otot-otot, serta mengurangi

18

stres dan nyeri otot. Dengan meningkatkan permeabilitas kapiler, terapi ini memberikan kehangatan pada tubuh, sehingga sangat bermanfaat dalam menurunkan tekanan darah pada penderita hipertensi. Prinsip kerja dari terapi ini adalah perpindahan panas dari air hangat ke tubuh, yang menyebabkan pelebaran pembuluh darah dan mengurangi ketegangan otot (Ismatul & Ambarwati, 2020).

Selain itu, merendam kaki dalam air hangat yang dicampur garam juga memberikan manfaat kesehatan. Kegiatan ini dapat membantu mengurangi nyeri dan pembengkakan akibat encok. Disarankan untuk merendam kaki selama 20 menit setiap hari, disertai pijatan lembut di area yang terasa nyeri.

Merendam kaki memiliki berbagai manfaat, salah satunya adalah mengatasi kondisi kaki yang pecah-pecah serta merawat kuku kaki. Aktivitas ini efektif dalam merelaksasi otot-otot kaki, memberikan efek menenangkan yang sangat dibutuhkan. Selain itu, merendam kaki juga dapat membantu mencegah insomnia, berkat kandungan magnesium sulfat dalam garam yang berperan dalam mengatasi gangguan tidur. Proses ini turut berkontribusi pada kelancaran aliran darah, mengurangi stres, dan meredakan pegal-pegal yang sering dialami di kaki. Tak hanya itu, merendam kaki juga membantu mengatasi infeksi jamur serta luka lecet yang dapat muncul pada kaki.

4. Prosedur Rendam Kaki Menggunakan Air Garam Hangat

Prosedur rendam kaki menggunakan air hangat dengan campuran garam. Menurut Yolandari, R. (2018) dalam artikelnya menjelaskan alat dan bahan serta prosedur rendam kaki adalah sebagai berikut :

Alat dan bahan :

- a. Baskom atau ember bersih
- b. 1 buah handuk besar
- c. Thermometer air
- d. Air hangat 2 liter
- e. Garam epsom 1 sendok
- f. Sghmomanometer
- g. Stetoskop
- h. Lembar observasi

Prosedur Kerja :

- 1) Ukur terlebih dahulu tekanan darah klien sebelum melakukan intervensi rendam kaki menggunakan tensimeter dan catat hasilnya pada lembar observasi.
- 2) Siapkan baskom atau ember bersih besar dan lebar. Pastikan dasar baskom cukup menampung dua telapak kaki.
- 3) Masukkan air hangat sebanyak 2 liter sampai bisa merendam setidaknya semata kaki, lalu masukkan
- 4) dengan garam sebanyak 1 sendok
- 5) Air hangat yang digunakan untuk merendam kaki bersuhu sekitar

38-40 °C ukur suhu air menggunakan thermometer air.

- 6) Berikan posisi yang nyaman pada klien dengan keadaan duduk santai dan nyaman.
- 7) Rendam selama 15-20 menit.
- 8) Setelah selesai merendam lap kaki klien dengan menggunakan handuk.
- 9) Ukur kembali tekanan darah setelah dilakukan intervensi rendam kaki dengan menggunakan tensimeter sphygmomanometer dan catat hasil tekanan darah pada lembar observasi.

BAB III

METODOLOGI PENELITIAN

A. Jenis dan Desain Studi Kasus

Pada kasus ini menggunakan metode studi kasus dengan pendekatan deskriptif komparatif. Penelitian deskriptif merupakan penelitian yang berupaya untuk menggambarkan sifat-sifat dan fakta-fakta suatu populasi tertentu menjadi objek penelitian (Hasan, E. 2022). Metode komparatif dilaksanakan pada dua peristiwa yang terjadi kemudian di gambarkan secara sistematis dan membandingkan kondisi klien sebelum dan sesudah penerapan tindakan sesuai dengan kasus hipertensi dengan menerapkan hydrotherapy rendam kaki air garam hangat untuk menurunkan tekanan darah selama seluruh proses keperawatan di RSUD Andi Makkasau Kota Parepare.

B. Subjek Studi Kasus

Adapun subjek penelitian ini melibatkan dua klien yang mengalami hipertensi di RSUD Andi Makkasau Kota Parepare :

1. Kriteria Inklusi berupa
 - a. Klien yang dirawat inap hipertensi dengan tekaanan darah < 120/80 mmHg.
 - b. Klien yang tidak memiliki luka dietelapak kaki.
 - c. Klien yang kemampuan komunikasihnya baik dan kooperatif
 - d. Klien yang bersedia berpartisipasi sebagai responden

2. Kriteria Eksklusi berupa

- a. Klien yang kesulitan berkomunikasi dan tidak kooperatif
- b. Klien yang tidak bersedia menjadi responden
- c. Klien yang kesadaran menurun

C. Fokus Studi Kasus

Fokus studi kasus ini adalah terapi rendam kaki air garam hangat untuk menurunkan tekanan darah pada pasien hipertensi.

D. Definisi Operasional

1. Hipertensi adalah meningkatnya tekanan darah melebihi batas normal yaitu lebih dari 120/80 mmHg yang disebabkan adanya gangguan pada sistem peredaran darah .
2. Hydroterapi rendam kaki air garam hangat adalah terapi air yang dilakukan dengan merendam kaki dalam air hangat yang di campur garam.

E. Instrumen Studi Kasus

Adapun instrumen yang digunakan penulis dalam mengumpulkan data adalah lembar observasi, wawancara, dokumentasi dan tindakan penerapan rendam kaki air garam hangat untuk menurunkan tekanan darah.

F. Metode Pengumpulam Data

1. Wawancara

Wawancara adalah metode pengumpulan data dimana pasien ditanyai secara langsung. Pada studi kasus ini, wawancara digunakan

untuk mengidentifikasi keluhan utama, riwayat keluhan utama, dan kebiasaan sehari-hari.

2. Observasi

Observasi merupakan suatu metode pengumpulan informasi dengan cara mengamati pasien secara langsung untuk mengidentifikasi perubahan yang akan diteliti. Pada studi kasus ini, penulis menggunakan metode observasional untuk mengetahui tekanan darah pasien dengan metode inspeksi dan palpasi.

3. Dokumentasi

Dokumentasi merupakan metode pengumpulan data yang berasal dari dokumen asli. Pada studi kasus ini penulis menggunakan metode dokumentasi untuk mengetahui identitas pasien, nomor rekam medik dan lain sebagainya.

G. Lokasi dan Waktu Studi Kasus

1. Lokasi

Studi kasus ini akan dilakukan di RSUD Andi Makkasau Parepare

2. Waktu

Studi kasus ini direncanakan mulai pada bulan April-Mei 2025

H. Analisa Data dan Penyajian Data

Dalam penelitian ini analisis data yang peneliti perlu lakukan di lapangan yaitu dari awal pengumpulan data hingga semua data yang terkumpul. Dengan mengemukakan fakta, lalu membandingkan teori selanjutnya dituangkan dalam opini di pembahasan. Peneliti menggunakan

teknik analisis yaitu menarasikan jawaban yang diperoleh saat wawancara dengan pasien hingga dapat digunakan untuk menjawab rumusan masalah.

I. Etika studi kasus

1. Informed consent

Sebelum melakukan penelitian maka diedarkan lembar persetujuan untuk menjadi responden, dengan tujuan agar subjek mengerti maksud dan tujuan penelitian, serta mengetahui dampaknya. Jika subjek bersedia, maka responden harus menandatangani lembar persetujuan dan jika responden tidak bersedia maka penelitian ini harus mengormati hak responden.

2. Anonymity (tanpa nama)

Untuk menjaga kerahasiaan, penelitian tidak akan mencantumkan nama responden, tetapi lembar tersebut hanya diberi kode tertentu

3. Confidentialiy (Kerahasiaan)

Kerahasiaan informasi yang telah dikumpulkan dari subjek dijamin oleh peneliti.

BAB 1V

HASIL STUDI KASUS DAN PEMBAHASAN

A. Lokasi Studi Kasus

1. Gambaran Umum Lokasi Studi Kasus

Penelitian studi kasus dilaksanakan di RSUD Andi Makkasau Kota Parepare yang beralamat di Jl. Nurussamawati No. 9 Bumi Harapan, Kecamatan Bacukiki Barat, Kota Parepare. Penelitian ini dilakukan di ruangan Anggrek 2 dan ruangan Teratai. Dalam penelitian studi kasus ini membahas tentang penerapan hidrotherapy rendam kaki air garam hangat untuk menurunkan tekanan darah pada pasien hipertensi yang dilaksanakan pada tanggal 20 sampai dengan 22 April 2025.

Adapun subjek dari penelitian studi kasus ini terdiri dari dua responden yaitu Ny. H di Ruangan anggrek dan Ny. S Di Ruangan Teratai dengan diagnosa penyakit yang sama yaitu Hipertensi.

2. Data Umum Subjek Penelitian

1) Klien 1

Pengkajian dilakukan pada tanggal 20 April 2025 didapatkan data identitas responden. Responden 1 bernama Ny. H, berusia 62 tahun, jenis kelamin Perempuan, beragama islam, beralamat di Jl. Bacukiki barat, Pendidikan terakhir SMA, bekerja sebagai Ibu rumah tangga. Ny. H masuk rumah sakit pada tanggal 20 April 2025 dan dirawat di ruangan Anggrek 2 dengan diagnosa hipertensi. Penanggung jawab Ny. H adalah Tn. D, berusia 35

tahun, bekerja sebagai wiraswasta dan hubungan dengan responden yaitu anak.

2) Klien 2

Responden 2 bernama Ny. S, berusia 58 tahun, jenis kelamin Perempuan, beragama islam, beralamat di Jl. Bau Massepe, Pendidikan terakhir SMP, bekerja sebagai Ibu rumah tangga. Ny. S masuk rumah sakit pada tanggal 20 April 2025 dan dirawat di ruangan Teratai dengan diagnosa Hipertensi. penanggung jawab Ny. S adalah Ny. N berumur 58 tahun dan hubungan dengan klien adalah saudara kandung.

3. Implementasi Keperawatan

Implementasi terapi rendam kaki air garam hangat dilakukan pada Ny. H dan Ny. S dalam 3 hari dengan penerapan 1 kali dalam 1 hari dengan durasi 20 menit. Pada hari senin 20 April 2025, peneliti melakukan implementasi hari pertama pada responden pertama Ny. H di ruangan Anggrek 2 pada jam 10.00 WITA. Sebelum dilakukan terapi rendam kaki air garam hangat terlebih dahulu dilakukan pengukuran tekanan darah Ny. H dan didapatkan tekanan darah 160/100 mmHg. Selanjutnya dilakukan implementasi terapi rendam kaki air garam hangat sesuai dengan prosedur tindakan, dimulai dari menginstruksikan pasien untuk duduk dan tenang, rendam kaki di air garam hangat dari jari-jari kaki sampai ke mata kaki kemudian tunggu 15 menit, setelah dilakukan terapi rendam kaki air garam hangat

dilakukan kembali pengukuran tekanan darah dan didapatkan tekanan darah Ny,H 160/90 mmHg.

Pada hari kedua 21 April 2025, peneliti melanjutkan implementasi terapi rendam kaki air garam hangat selama 15 menit pada jam 10.00 WITA. Dari tindakan yang dilakukan didapatkan hasil tekanan darah Ny.H sebelum diberikan terapi rendam kaki air garam hangat 160/90 mmHg dan setelah dilakukan terapi rendam kaki air garam hangat didapatkan 140/80 mmHg.

Pada hari ketiga 22 April 2025, peneliti melanjutkan implementasi terapi rendam kaki air garam hangat sesuai prosedur selama 15 menit pada jam 10.00 WITA. Dari tindakan yang dilakukan diperoleh hasil tekanan darah Ny. H sebelum diberikan terapi rendam kaki air garam hangat 130/90 mmHg dan setelah dilakukan terapi rendam kaki air garam hangat didapatkan 130/60 mmHg.

Responden kedua Ny. S pada tanggal 20 April 2025, peneliti melakukan implementasi hari pertama di ruangan Anggrek 2 pada jam 10.00 WITA. Sebelum dilakukan terapi rendam kaki air garam hangat, terlebih dahulu dilakukan pengukuran tekanan darah Ny. S dan didapatkan tekanan darah 150/90 mmHg. Selanjutnya dilakukan implementasi terapi rendam kaki air garam hangat sesuai dengan prosedur tindakan, dimulai dari menginstruksikan pasien untuk duduk dan tenang, rendam kaki di air garam hangat dari jari-jari kaki sampai ke mata kaki kemudian tunggu 15 menit, setelah dilakukan terapi

rendam kaki air garam hangat dilakukan kembali pengukuran tekanan darah dan didapatkan tekanan darah 150/80 mmHg.

Pada hari kedua 21 April 2025, peneliti melanjutkan implementasi terapi rendam kaki air garam hangat sesuai prosedur (SOP) selama 15 menit pada jam 10.00 WITA. Dari tindakan yang dilakukan diperoleh hasil tekanan darah Ny. S sebelum dilakukan terapi rendam kaki air garam hangat 150/100 mmHg dan setelah dilakukan terapi rendam kaki air garam hangat didapatkan 140/90 mmHg.

Pada hari ketiga 22 April 2025, peneliti melanjutkan implementasi terapi rendam kaki air garam hangat sesuai prosedur selama 15 menit pada jam 10.00 WITA. Dari tindakan yang dilakukan diperoleh hasil tekanan darah Ny. S sebelum diberikan terapi rendam kaki air garam hangat 140/100 mmHg dan setelah dilakukan terapi rendam kaki air garam hangat didapatkan 130/80 mmHg.

4. Evaluasi Keperawatan

Setelah 3 hari dilakukan implementasi rendam kaki air garam hangat selama 15 menit pada dua orang responden, diperoleh tekanan darah responden 1 mengalami penurunan dari 160/100 mmHg menjadi 130/60 mmHg. Sedangkan Responden 2 juga mengalami penurunan tekanan darah yaitu 150/90 mmHg menjadi 130/80 mmHg.

B. Pembahasan

Berdasarkan hasil studi kasus yang dilakukan yaitu terapi rendam kaki air garam hangat didapatkan kedua responden mengalami

penurunan tekanan darah sistolik dan diastolik setelah tiga hari berturut-turut dilakukan rendam kaki air garam hangat.

Hasil studi kasus ini sejalan dengan penelitian Destia, umi & Priyanto (2022) tentang perbedaan tekanan darah sebelum dan sesudah diberikan terapi rendam kaki air garam hangat selama 3 hari diperoleh tekanan darah kedua responden menurun. Responden 1 tekanan darah sebelum terapi rendam kaki air garam hangat 160/100 mmHg dan menurun menjadi 130/60 mmHg setelah pemberian terapi rendam kaki air garam hangat. Sementara itu, pada responden 2 tekanan darah sebelum terapi adalah 150/90 mmHg menurun menjadi 130/80 mmHg setelah terapi.

Berdasarkan penelitian yang dilakukan oleh Yessi, H. & Astri,A, (2020) menunjukkan bahwa Teknik rendam kaki di air garam hangat mampu menurunkan tekanan darah pada pasien hipertensi, dikarenakan rendam kaki di air garam hangat dapat melebarkan pembuluh darah sehingga darah dapat mengalir cepat yang mendukung rasa lemas yang dirasakan oleh responden dapat berkurang. Selain itu faktor yang mendukung keberhasilan Teknik rendam kaki di air hangat guna untuk menurunkan tekanan darah adalah tahapan relaksasi rendam kaki di air garam hangat yang baik dan benar, tingkat konsentrasi individu dan lingkungan yang nyaman, Teknik rendam kaki di air garam hangat dengan merendam kaki secara teratur sesuai instruksi dan dapat memberikan perasaan rileks atau nyaman yang pada akhirnya akan

meningkatkan toleransi persepsi responden dalam menurunkan tekanan darah yang dialami.

8 Hasil studi kasus ini sesuai dengan teori Tilog (2020), yang menyatakan bahwa merendam kaki dalam air hangat adalah prosedur yang sederhana namun efektif efeknya terhadap sirkulasi darah dalam tubuh. Dengan membesarkan pembuluh-pembuluh darah pada kaki dan tungkai, maka merendam kaki dalam air panas itu dapat melancarkan aliran darah dan meredakan sumbatan-sumbatan di bagian tubuh yang lain. Merendam kaki ke dalam air garam hangat dapat meningkatkan sirkulasi, mengurangi edema, meningkatkan relaksasi otot. Merendam juga dapat disertai dengan pembungkusan bagian tubuh dengan balutan membasahnya dengan larutan hangat.

9 Hal ini sesuai dengan teori Harani & Axmalia (2020) rendam kaki menggunakan air garam hangat yang dilakukan secara rutin maka dapat terjadi perubahan tekanan darah, karena efek dari rendam kaki menggunakan air garam hangat menghasilkan energi kalor yang bersifat mendilatasi dan melancarkan peredaran darah juga merangsang saraf yang ada pada kaki untuk mengaktifkan saraf parasimpatis, sehingga menyebabkan perubahan tekanan darah.

5 Terapi rendam kaki air garam hangat merupakan bentuk terapi yang menggunakan media air garam atau di sebut dengan hidroterapi ini adalah metode pengobatan menggunakan air garam untuk mengobati penyakit atau meringankan kondisi yang menyakitkan. Keuntungan

dari hidroterapi ini antara lain untuk mengurangi nyeri dan kekakuan otot, meningkatkan relaksasi otot dan mempercepat penyembuhan (Inayah & Anonim, 2021). Selain itu, air hangat pada terapi rendam kaki air hangat dapat memperlancar sirkulasi darah, aliran darah menjadi stabil dan faktor pembebanan di dalam air akan menguatkan otot-otot serta kerja jantung dan ligamen dapat mempengaruhi sendi tubuh. Terapi rendam kaki air hangat dapat membuat tubuh terasa rileks, mengurangi beban pada sendi dan bisa mengurangi penompang berat badan serta dapat melancarkan sirkulasi paru-paru (Ummiyanti,M, 2020).

16 Dalam penelitian (Ambarsari et al., 2020) menyebutkan bahwa rendam kaki pada air garam hangat menghasilkan kalor yang bersifat melebarkan dan melancarkan pembuluh darah, serta merangsang saraf yang berada di kaki untuk merangsang saraf parasimpatis, sehingga menyebabkan penurunan tekanan darah.

10 Menurut penelitian dari Wulandari(2020), yang berpendapat bahwa terapi rendam kaki menggunakan air garam hangat merupakan salah satu terapi non farmakologis yang mudah dan murah yang dapat digunakan untuk menurunkan tekanan darah pada penderita hipertensi. Pengobatan secara non farmakologis dapat dilakukan dengan mengubah gaya hidup yang lebih sehat dan melakukan terapi dengan rendam kaki menggunakan air garam hangat yang bisa dilakukan setiap saat.

C. Keterbatasan studi kasus

Studi kasus mengenai penerapan hidrotherapy rendam kaki air garam hangat untuk menurunkan tekanan darah pada penderita hipertensi di RSUD Andi Makkasau Kota Parepare dilaksanakan selama 3 hari berturut-turut.

Penulis mengalami beberapa hambatan selama melakukan studi kasus diantaranya yaitu:

1. Terbatasnya waktu studi kasus sehingga penyusunannya karya tulis ilmiah ini masih kurang maksimal dalam pengambilan dan pengolahan dan penyajian data sehingga penyajian laporan masih jauh dari kata sempurna.
2. Keterbatasan yang terjadi dalam meminta persetujuan menjadi klien atau keluarga pasien tidak ingin dijadikan sebagai klien.
3. Keterbatasan dalam komunikasi sehingga terkadang terdapat kalimat yang sulit dimengerti oleh klien.
4. Keterbatasan didalam pengumpulan data dengan menggunakan teknik observasi dan teknik wawancara yang memungkinkan klien menjawab pertanyaan-pertanyaan yang dimaksud, sehingga hasilnya tidak dapat menjamin kebenaran atas jawaban klien selama pelaksanaan studi kasus ini.

BAB V

KESIMPULAN DAN SARAN

A. Kesimpulan

Berdasarkan hasil studi kasus, terapi rendam kaki air garam hangat terbukti bermanfaat dalam penurunan tekanan darah pada kedua responden. Oleh karena itu, terapi rendam kaki air garam hangat membantu penderita hipertensi dapat menurunkan tekanan darah.

B. Saran

1. Bagi Masyarakat

Diharapkan Masyarakat mendapatkan tambahan pengalaman dan informasi mengenai hidrotherapy rendam kaki air garam hangat untuk membantu menurunkan tekanan darah dengan memperhatikan teknik yang sesuai dengan prosedur.

2. Bagi Pengembangan Ilmu dan Teknologi Keperawatan

Hasil studi kasus ini diharapkan dapat meningkatkan mutu Pendidikan dimasa yang akan datang dan diharapkan sebagai acuan untuk meningkatkan pengetahuan dan memahami implementasi terapi rendam kaki untuk menurunkan tekanan darah pada pasien hipertensi.

3. Bagi Penulis

Penulis berharap studi kasus ini dapat menjadi bahan dan masukan penelitian lebih lanjut mengenai implementasi terapi rendam kaki air garam hangat untuk membantu menurunkan tekanan

darah pada pasien hipertensi.

DAFTAR PUSTAKA

- (Arifin, 2022). Penerapan Terapi Rendam Kaki Air Hangat Campur Garam dan Serai Pada Pasien Hipertensi di Panti Werdha Dharma Bhakti Palembang. *Jurnal Ilmu Kesehatan Umum, Psikolog, Keperawatan* 2(3)
- Arafah, S. (2019). Pengaruh Terapi Rendam kaki air Hangat Terhadap Penurunan Tekanan Darah pada Hipertensi di Wilayah Kerja Puskesmas Pattallassang Kab.Takalar. *Media Keperawatan: Politeknik Kesehatan Makassar*.
- Biahimo, N.U.I., Mulyono, S. and Herlinah, L. (2020) 'Perubahan Tekanan Darah Lansia Hipertensi Melalui Terapi Rendam Kaki Menggunakan Air Hangat', 5(1)
- Dewi, S. U., & Rahmawati, P. A. (2019). Penerapan Terapi Rendam Kaki Menggunakan Air Hangat Dalam Menurunkan Tekanan Darah. *JIKO (Jurnal Ilmiah Keperawatan Orthopedi)*, 3(2)
- Destia., Damayanti., Umi., Priyanto. (2014). Perbedaan Tekanan Darah Sebelum dan Sesudah dilakukan Hidroterapi Rendam Hangat pada Penderita Hipertensi. *Jurnal Kesehatan Ngudi Waluyo Ungaran*
- Fika, (2022). Pengaruh Rendam Kaki Dengan Air Rebusan Serai Dan Garam Terhadap Penurunan Tekanan Darah Pada Penderita Hipertensi. *Jurnal Medika Utama*. 3(3).
- Fildayanti. (2020). Pengaruh Pemberian Rendam Kaki Air Dengan Air Hangat Campuran Garam Terhadap Penurunan Tekanan Darah Pada Penderita Hipertensi. *Jurnal Ilmiah Karya Kesehatan*, 0(1)
- Hastuti, A. P. (2019). Hastuti, A. P. (2019). Hipertensi (I Made Ratih (ed.); I). Lakeisha. Hipertensi (I Made Ratih (ed.); I). Lakeisha.
- Hasaini, Pengaruh Rendam Kaki Air Hangat Garam dengan Penurunan Tekanan Darah Pada Penderita Hipertensi. *Journal of Intan Nursing* 2(1)
- Ismatul & Ambarwati,(2020) Pengaruh Terapi Rendam Kaki Air Hangat dengan Garam dan Serai terhadap Tekanan Darah pada Lansia Hipertensi
- Kemenkes RI. (2019). Hipertensi penyakit paling banyak diidap masyarakat.
- Loke, Klaudia Betrix. (2020). Pengaruh Rendam Kaki Air Hangat dengan Campuran Garam terhadap Penurunan Tekanan Darah pada Pasien Hipertensi di Tingkat I di Sendang Mulyo. *Proceeding Widya Husada Nursing Conference*, 3(1)

- Marlita, M., Lestari, R. M., & Ningsih, F. (2022). Hubungan Gaya Hidup (Lifestyle) dengan Kejadian Hipertensi pada Usia Produktif. *Jurnal Surya Medika*, 8 (2)
- Nurhidayati (2022) 'Pengaruh Terapi Rendam Kaki Air Hangat terhadap Penurunan Tekanan Darah dan Penurunan Tingkat Depresi dengan Hipertensi di Panti Sosial Lanjut Usia Harapan Kita Palembang Tahun 2022', 5(2)
- Pangestu, (2023). Asuhan Keperawatan Gerontik Pada Ny.K Dengan Masalah Keperawatan Utama Nyeri Akut Dengan Diagnosa Medis Hipertensi Di Uptd Griya Wreda Jambangan Surabaya. *Progam Studi Pendidikan D3 Keperawatan Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan Hang Tuah Surabaya*
- Saputra, S., & Huda, S. A. (2023). Penurunan nyeri kepala melalui Teknik relaksasi autogenic pada penderita hipertensi. 14(1)
- Suro'iyah, (2023). Pengaruh Terapi Rendam Kaki Air Hangat Terhadap Penurunan Tekanan. *Program Studi S1 Ilmu Keperawatan Fakultas Kesehatan Institut Teknologi Sain Dan Kesehatan Insan Cendekia Medika Jombang*
- Tilong, A.D. (2020) Dasyatnya air putih.Yogjakarta: 15(1)
- (Unger *et al.*, 2020) Pengaruh Terapi Rendam Kaki Air Hangat Terhadap Penurunan Tekanan Darah Pada Lansia Hipertensi, *Program Studi S1 Ilmu Keperawatan Fakultas Kesehatan Institut Teknologi Sain Dan Kesehatan Insan Cendekia Medika Jombang*
- (Utami, 2021) Pengaruh Terapi Rendam Kaki Air Hangat Terhadap Penurunan Tekanan Darah Pada Lansia Hipertensi, *Program Studi S1 Ilmu Keperawatan Fakultas Kesehatan Institut Teknologi Sain Dan Kesehatan Insan Cendekia Medika Jombang*
- Yolandari, R. (2018). Pengaruh rendam kaki air hangat dengan jahe terhadap penurunan tekanan darah pada lansia penderita hipertensi di Posyandu Lansia Sehat Sejahtera. [Proposal & skripsi]. Surakarta: Stikes Aisyiyah
- Yessi, H.& Astri, A. (2020). Terapi Rendam Kaki Menggunakan Air Hangat Efektif Menurunkan Tekanan Darah Pada Usia Lanjut. *Jurnal Kesehatan Komunitas*;3(4):

Lampiran 1

TERAPI RENDAM KAKI AIR HANGAT



Sumber : <https://youtu.be/aq8opQf0LuE>

Lampiran 2

LEMBAR OBSERVASI TEKANAN DARAH PENDERITA HIPERTENSI

Nama :

Umur :

Jenis Kelamin :

Pekerjaan :

Pendidikan :

Alamat :

Riwayat Penyakit :

No	Hari/ Tanggal	Sebelum terapi rendam kaki air garam hangat		Sesudah terapi rendam kaki air garam hangat		Kesimpulan
		Sistol	Diastol	Sistol	Diastol	