

ABSTRAK

Puspa Fajra Salsabila (2025). *Penerapan Terapi Rendam Kaki Air Hangat dengan Campuran Garam Epsom untuk Menurunkan Tekanan Darah Pada Penderita Hipertensi di Wilayah Kerja Puskesmas Simpang Tiga*. Karya Tulis Ilmiah Studi Kasus, Program Studi DIII Keperawatan, Jurusan Keperawatan, Politeknik Kesehatan Kemenkes Riau. Pembimbing (I) Ns. Yoza Misra Fatmi, M.Kep., Sp.Kep.M.B. (II) Dr. Ibnu Rusdi, S.Kep, M.Kep.

Hipertensi merupakan penyakit tidak menular yang dapat menyebabkan komplikasi serius seperti stroke, gagal ginjal, dan penyakit jantung. Terapi non-farmakologis seperti rendam kaki air hangat dengan campuran garam *Epsom* dapat digunakan dalam menurunkan tekanan darah. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui penerapan terapi rendam kaki air hangat dengan garam *Epsom* dalam menurunkan tekanan darah pada penderita hipertensi di wilayah kerja Puskesmas Simpang Tiga. Metode yang digunakan adalah studi kasus deskriptif terhadap dua orang subyek dengan hipertensi derajat 1. Intervensi dilakukan selama tujuh hari berturut-turut, masing-masing selama 15 menit setiap hari. Hasil pengukuran menunjukkan adanya penurunan tekanan darah sistolik dan diastolik pada kedua subyek. Pada subyek 1, rata-rata tekanan darah sebelum penerapan yaitu 140/88 mmHg dan rata-rata setelah penerapan 127/81 mmHg. Sedangkan pada subyek 2, rata-rata tekanan darah sebelum penerapan adalah 151/95 mmHg, dan rata-rata tekanan darah setelah penerapan turun menjadi 138/90 mmHg. Terapi ini terbukti memberikan efek positif dalam menurunkan tekanan darah dan dapat dijadikan sebagai alternatif penanganan hipertensi secara mandiri di rumah. Penelitian ini juga menegaskan pentingnya menjaga pola hidup sehat sebagai penunjang keberhasilan terapi.

Kata Kunci: Hipertensi, Terapi Rendam Kaki, *Epsom*

ABSTRACT

Puspa Fajra Salsabila (2025). *Application of Warm Water Foot Soaking Therapy with Epsom Salt Mixture to Lower Blood Pressure in Hypertensive Patients in the Working Area of the Simpang Tiga Health Center*. Scientific Paper Case Study, DIII Nursing Study Program, Department of Nursing, Health Polytechnic of the Ministry of Health, Riau. Supervisor (I) Ns. Yoza Misra Fatmi, M.Kep., Sp.Kep.M.B. (II) Dr. Ibnu Rusdi, S.Kep, M.Kep.

Hypertension is a non-communicable disease that can cause serious complications such as stroke, kidney failure, and heart disease. Non-pharmacological therapies such as soaking feet in warm water with a mixture of *Epsom* salts can be used in lowering blood pressure. This study aims to determine the application of soaking feet in warm water with *Epsom* salt in lowering blood pressure in hypertensive patients in the working area of the Simpang Tiga Health Center. The method used was a descriptive case study of two subjects with grade 1 hypertension. The intervention was carried out for seven consecutive days, for 15 minutes each day. The measurement results showed a decrease in systolic and diastolic blood pressure in both subjects. In subject 1, the mean blood pressure before application was 140/88 mmHg and the mean after application was 127/81 mmHg. Meanwhile, in subject 2, the average blood pressure before application was 151/95 mmHg, and the average blood pressure after application dropped to 138/90 mmHg. This therapy has been proven to have a positive effect in lowering blood pressure and can be used as an alternative to treating hypertension independently at home. This research also emphasizes the importance of maintaining a healthy lifestyle to support the success of therapy.

Keywords: hypertension, foot soaking therapy, *Epsom*