

**PENERAPAN TERAPI RENDAM KAKI MENGGUNAKAN
AIR HANGAT DENGAN GARAM PADA LANSIA
PENDERITA HIPERTENSI DI PSTW
EMBUN KEHIDUPAN BANGSA**

KARYA TULIS ILMIAH STUDI KASUS



**RAHMAWATI SAFITRI
NIM. P032214401028**

**KEMENTERIAN KESEHATAN REPUBLIK INDONESIA
POLITEKNIK KESEHATAN KEMENKES RIAU
PRODI D-III KEPERAWATAN
PEKANBARU
2025**

**PENERAPAN TERAPI RENDAM KAKI MENGGUNAKAN
AIR HANGAT DENGAN GARAM PADA LANSIA
PENDERITA HIPERTENSI DI PSTW
EMBUN KEHIDUPAN BANGSA**

Karya Tulis Ilmiah Studi Kasus ini disusun Sebagai Salah Satu Syarat
Menyelesaikan Program Pendidikan Diploma III Keperawatan



**RAHMAWATI SAFITRI
NIM. P032214401028**

**KEMENTERIAN KESEHATAN REPUBLIK INDONESIA
POLITEKNIK KESEHATAN KEMENKES RIAU
PRODI D-III KEPERAWATAN
PEKANBARU
2025**

RIWAYAT HIDUP PENULIS



Nama : Rahmawati Safitri
TTL : Pekanbaru, 14 Desember 2003
Agama : Islam
Alamat : Jl. Besi No.5 Tampan Permai

Nama Orang Tua

Ayah : Zulfahmi
Ibu : Hj. Yulinar, S.Pd

Riwayat Pendidikan

No	Jenjang Pendidikan	Tempat Pendidikan	Tahun Tamat
1	SD	SDN 183 Pekanbaru	2016
2	SMP	SMPN 40 Pekanbaru	2019
3	SMA	SMAN 4 Tanjungpinang	2022
4	Program Diploma III	Poltekkes Kemenkes Riau	2025

HALAMAN PERNYATAAN KEASLIAN TULISAN

HALAMAN PERNYATAAN KEASLIAN TULISAN

Saya yang bertanda tangan dibawah ini:

Nama : Rahmawati Safitri

NIM : P032214401028

Program studi : D3 Keperawatan

Institusi : Kemenkes Poltekkes Riau

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

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

Pekanbaru, 23 Mei 2025
Pembuat Pernyataan



Rahmawati Safitri
P032214401028

Mengetahui:

Pembimbing Utama

Dr. Ibnu Rusdi, S.Kp., M.Kes
NIP.197011232003121002

Pembimbing Pendamping

Dr. Ns. Dewi Sartika, M.Kep
NIP. 198410272015032002

HALAMAN PERSETUJUAN

HALAMAN PERSETUJUAN

**KARYA TULIS ILMIAH INI TELAH
DISETUIJUI UNTUK DIUJIKAN
TANGGAL 26 MEI 2025**

Oleh

Pembimbing Utama



Dr. Ibnu Rusdi, S.Kp., M.Kes
NIP.197011232003121002

Pembimbing Pendamping



Dr. Ns. Dewi Sartika, M.Kep
NIP.198410272015032002

HALAMAN PENGESAHAN

HALAMAN PENGESAHAN

**KARYA TULIS ILMIAH PENERAPAN TERAPI RENDAM KAKI
MENGUNAKAN AIR HANGAT DENGAN GARAM
PADA LANSIA PENDERITA HIPERTENSI
DI PSTW EMBUN KEHIDUPAN BANGSA**

Telah Diuji

Pada Tanggal 26 Mei 2025

Tim Penguji

Ketua Penguji

Dr. Ibnu Rusdi, S.Kp., M.Kes
NIDN. 4023117001

(..... )

Anggota Penguji Penguji Anggota I

Ns. Sari Anggela, M.Kep., Sp.Kep.A
NIDN. 4008108601

(..... )

Penguji Anggota II

Ns. Syafrisar Meri Agritubella, M.Kep
NIDN. 1019028703

(..... )

Mengetahui,

Ketua
Jurusan Keperawatan
Kemenkes Poltekkes Riau


Ns. Yulianto, S.Kep., M.Pd., MPH
NIP.197207141992031003

Ketua
Prodi DIII Keperawatan
Kemenkes Poltekkes Riau


Ns. Syafrisar Meri Agritubella, M.Kep
NIP.198702192018012001

KATA PENGANTAR

Puji Syukur peneliti panjatkan kehadiran Tuhan Yang Maha Esa karena atas rahmat-Nya peneliti dapat menyelesaikan Karya Tulis Ilmiah Studi Kasus ini dengan baik. Karya Tulis Ilmiah Studi Kasus ini disusun sebagai salah satu syarat untuk memenuhi tugas akhir dan sebagai salah satu persyaratan dalam menempuh ujian akhir di Program Studi Diploma III Keperawatan Jurusan Keperawatan Kemenkes Poltekkes Riau.

Atas terselesaikannya Karya Tulis Ilmiah ini, peneliti mengucapkan terima kasih kepada :

1. Ibu Rully Hevriani, SST., Bdn., M.Keb., MH selaku Direktur Kemenkes Poltekkes Riau yang telah memberikan kesempatan kepada peneliti untuk memperoleh ilmu di Kampus Kemenkes Poltekkes Riau.
2. Bapak Ns. Yulianto, S.Kep., M.Pd., MPH selaku ketua jurusan keperawatan Kemenkes Poltekkes Riau yang telah memberikan dukungan kepada peneliti dalam menyelesaikan Karya Tulis Ilmiah ini.
3. Ibu Ns. Syafrisari Meri Agritubella, M.Kep sebagai Ketua Program Studi Diploma III Keperawatan Kemenkes Poltekkes Riau dan sekaligus anggota penguji II yang telah memberikan arahan, kritikan dan saran dalam menyelesaikan Karya Tulis Ilmiah ini.
4. Bapak Dr. Ibnu Rusdi, S.Kp., M.Kes selaku Pembimbing I yang telah meluangkan waktu, tenaga dan pikiran untuk membimbing, memberi motivasi, dorongan dan semangat kepada peneliti sehingga peneliti dapat menyelesaikan Karya Tulis Ilmiah ini.

5. Ibu Dr. Ns. Dewi Sartika, M.Kep selaku pembimbing pendamping yang telah berkenan memberikan arahan dalam kesesuaian penulisan Karya Tulis Ilmiah ini.
6. Anggota penguji I Ibu Ns. Sari Anggela, M.Kep., Sp.Kep.A yang telah memberikan arahan, kritikan dan saran yang membangun dalam proses menyelesaikan Karya Tulis Ilmiah ini.
7. Bapak R. Sakhnan, SKM, M.Kes selaku pembimbing akademik yang telah meluangkan waktu dan tenaga dalam memberikan semangat, arahan serta bimbingan kepada peneliti selama berkuliah.
8. Teristimewa untuk pintu surgaku Ibunda tercinta Almh. Hj. Yulinar, S.Pd serta kepada saudara dan saudariku yang telah memberikan motivasi, semangat, doa dan kasih sayang yang tidak didapatkan dimanapun.
9. Kepada teman-teman seperjuangan Nasywa Raihanah Fatra, Era Maudy Valentin, Ester Elsariayah, Ivana Aliya Paramita, Tasya Amalia, Maulika Azzahra, Yunita Ilsa Faulina, terimakasih telah memberikan semangat, motivasi serta masukan kepada peneliti.

Peneliti menyadari dalam penyusunan Karya Tulis Ilmiah ini masih belum sempurna, sehingga kritik dan saran sangat diharapkan untuk penyempurnaan Karya Tulis Ilmiah ini.

Pekanbaru, 19 Mei 2025

Rahmawati Safitri

ABSTRAK

Rahmawati Safitri (2025). Penerapan Terapi Rendam Kaki Menggunakan Air Hangat dengan Garam di PSTW Embun Kehidupan Bangsa. Karya Tulis Ilmiah Studi Kasus, Program Studi D3 Keperawatan Pekanbaru, Jurusan Keperawatan, Kementerian Kesehatan Politeknik Kesehatan Riau. Pembimbing (I) Dr. Ibnu Rusdi, S.Kp., M.Kes (II) Dr. Ns. Dewi Sartika, M.Kep.

Lansia adalah mereka yang berusia di atas 60 tahun yang cenderung lebih rentan terhadap berbagai penyakit. Penyakit kronis yang umum dialami oleh lansia antara lain diabetes, penyakit jantung, hipertensi, dan gangguan paru-paru. Hipertensi merupakan kondisi kronis yang ditandai dengan peningkatan tekanan darah pada dinding arteri. Salah satu metode non-farmakologis yang dapat diterapkan adalah terapi alternatif komplementer, seperti hidroterapi dengan merendam kaki dalam air garam hangat tidak hanya memberikan efek relaksasi dan membantu mengurangi stres. Terapi rendam kaki dengan air hangat memiliki efek fisiologis pada beberapa organ tubuh, termasuk jantung. Tekanan hidrostatik dari air membantu mendorong aliran darah dari kaki ke arah rongga dada, sehingga darah terkumpul di pembuluh darah utama jantung. Tujuan dari karya tulis ilmiah ini adalah untuk mendeskripsikan bagaimana pengaruh penerapan terapi rendam kaki menggunakan air hangat dengan garam pada lansia penderita hipertensi. Metode yang digunakan dalam penelitian ini adalah deskriptif dengan menggunakan pendekatan studi kasus dengan 2 subjek. Hasil penelitian ini menunjukkan keefektifan terapi rendam kaki dengan air garam untuk menurunkan tekanan darah pada subjek 1 menunjukkan perubahan tekanan darah awal 163/102 mmHg menjadi 146/70 mmHg, pada subjek 2 juga mengalami penurunan tekanan darah dari 160/108 mmHg menjadi 126/79 mmHg. Kesimpulan dari studi kasus ini menyatakan bahwa terapi rendam kaki menggunakan air hangat dengan garam terbukti efektif dan memberikan perubahan tekanan darah. Saran dari studi kasus ini, agar terapi rendam kaki menggunakan air hangat dengan garam dapat dijadikan sebagai terapi non-farmakologi untuk tetap menjaga kesehatan dan mengontrol tekanan darah dalam batas normal.

Kata Kunci: Hipertensi, Lansia, Penyakit Kronis, Tekanan Hidrostatik , Terapi Air Hangat Garam.

ABSTRACT

Rahmawati Safitri (2025). Application of Warm Salt Water Foot Soak Therapy at PSTW Embun Kehidupan Bangsa. Case Study Scientific Paper, Diploma III Nursing Program, Department of Nursing, Ministry of Health, Riau Health Polytechnic. Advisors: (I) Dr. Ibnu Rusdi, S.Kp., M.Kes. (II) Dr. Ns. Dewi Sartika, M.Kep.

Elderly individuals are those aged over 60 years, who tend to be more vulnerable to various diseases. Common chronic illnesses experienced by the elderly include diabetes, heart disease, hypertension, and respiratory disorders. Hypertension is a chronic condition characterized by increased blood pressure on the walls of the arteries. One non-pharmacological method that can be applied is complementary alternative therapy, such as hydrotherapy by soaking the feet in warm salt water, which not only provides a relaxing effect but also helps reduce stress. Warm foot soaking therapy has physiological effects on several organs of the body, including the heart. The hydrostatic pressure from the water helps push blood flow from the feet toward the chest cavity, causing blood to accumulate in the heart's major blood vessels. The purpose of this scientific paper is to describe the effects of applying warm salt water foot soak therapy on elderly individuals with hypertension. The method used in this study is descriptive, employing a case study approach with two subjects. The results of this study demonstrate the effectiveness of foot soak therapy with salt water in lowering blood pressure. Subject 1 showed a decrease in blood pressure from an initial reading of 163/102 mmHg to 146/70 mmHg, while Subject 2 also experienced a reduction from 160/108 mmHg to 126/79 mmHg. The conclusion of this case study indicates that warm salt water foot soak therapy has proven to be effective and results in changes in blood pressure. The recommendation from this case study is that warm salt water foot soak therapy can be used as a non-pharmacological treatment to help maintain overall health and regulate blood pressure within normal limits.

Keywords: Chronic Disease, Elderly, Hydrostatic Pressure, Hypertension, Warm Water Therapy Salt.

DAFTAR ISI

HALAMAN SAMPUL DEPAN	i
HALAMAN SAMPUL DALAM.....	ii
RIWAYAT HIDUP PENULIS.....	iii
HALAMAN PERNYATAAN KEASLIAN TULISAN	iv
HALAMAN PERSETUJUAN	v
HALAMAN PENGESAHAN.....	v
KATA PENGANTAR.....	vii
ABSTRAK	ix
ABSTRACT	x
DAFTAR ISI.....	xi
DAFTAR TABEL	xiii
DAFTAR GAMBAR.....	xiv
DAFTAR LAMPIRAN	xv
BAB 1 PENDAHULUAN	1
1.1 Latar Belakang.....	1
1.2 Rumusan Masalah	5
1.3 Tujuan Penelitian.....	5
1.3.1 Tujuan Umum	5
1.3.2 Tujuan Khusus	5
1.4 Manfaat.....	6
1.4.1 Bagi Masyarakat	6
1.4.2 Bagi Pengembangan Ilmu Pengetahuan dan Teknologi Keperawatan.....	6
1.4.3 Bagi Penulis	6
BAB 2 TINJAUAN PUSTAKA.....	7
2.1 Konsep Hipertensi.....	7
2.1.1 Definisi Hipertensi	7
2.1.2 Klasifikasi	7
2.1.3 Patofisiologi	8
2.1.4 Tanda dan Gejala	9
2.1.5 Faktor Risiko	10
2.1.6 Komplikasi	12
2.1.7 Penatalaksanaan	13
2.2 Kosep Dasar Lansia	16

2.2.1	Definisi.....	16
2.2.2	Klasifikasi	16
2.3	Konsep Terapi Rendam Kaki Air Hangat.....	17
2.3.1	Pengertian.....	17
2.3.2	Manfaat	17
2.3.3	Prinsip Kerja Rendam Kaki Air Hangat Campur Garam	17
2.3.4	Indikasi dan Kontraindikasi	18
2.3.5	Prosedur Rendam Kaki Air Hangat Campur Garam.....	18
BAB 3	METODE PENELITIAN	21
3.1	Jenis dan Desain Studi Kasus	21
3.2	Subyek Studi Kasus	21
3.2.1	Kriteria Inklusi Subjek	21
3.2.2	Kriteria Eksklusi Subjek	22
3.3	Fokus Studi	22
3.4	Definisi Operasional	22
3.5	Instrumen Studi Kasus	23
3.6	Metode Pengumpulan Data.....	23
3.7	Lokasi dan Waktu Studi Kasus	24
3.8	Analisa Data dan Penyajian Data.....	25
3.9	Etika Studi Kasus.....	25
BAB 4	HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN	27
4.1	Hasil Penelitian	27
4.1.1	Gambaran dan Lokasi Penelitian	27
4.1.2	Gambaran umum Subjek	28
4.1.3	Pemaparan Fokus Studi Kasus.....	29
4.2	Pembahasan.....	32
4.3	Keterbatasan Studi Kasus	35
BAB 5	KESIMPULAN DAN SARAN	36
5.1	Kesimpulan.....	36
5.2	Saran.....	37
5.2.1	Bagi Institusi Pendidikan	37
5.2.2	Bagi PSTW Embun Kehidupan Bangsa	37
5.2.3	Bagi Penderita Hipertensi	37
DAFTAR PUSTAKA		38
LAMPIRAN.....		41

DAFTAR TABEL

Tabel 2.1	Klasifikasi tekanan darah	8
Tabel 4.1	Karakteristik Subyek.....	28
Tabel 4.2	Hasil pengukuran tekanan darah pada subyek 1 dan 2 sebelum diberikan terapi.....	29
Tabel 4.3	Hasil Pengukuran tekanan darah sebelum dan setelah terapi ...	30

DAFTAR GAMBAR

Gambar 4.1 Grafik Tekanan Darah Sistolik.....	31
---	----

DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran 1	Lembar Pengajuan Judul	41
Lampiran 2	Lembar Kesiediaan Pembimbing I	42
Lampiran 3	Lembar Kesiediaan Pembimbing II.....	43
Lampiran 4	Surat Izin Penelitian Kemenkes Poltekkes Riau	44
Lampiran 5	Kaji Etik.....	45
Lampiran 6	<i>Log Book</i> Karya Tulis Ilmiah	46
Lampiran 7	SOP Pengukuran Tekanan Darah	50
Lampiran 8	SOP Hidroterapi Rendam Kaki Air Garam Hangat	53
Lampiran 9	Lembar Persetujuan Responden	56
Lampiran 10	Lembar Observasi.....	58
Lampiran 11	Dokumentasi Kegiatan	59