

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.