

ABSTRAK

Deariani (2025) Penerapan Rendam Kaki Dengan Air Hangat Campuran Garam Untuk Menurunkan Tekanan Darah Pada Klien 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. Idayanti, S.Pd., S.Kep., M.Kes (II) Ns. Wiwiek, Delvira., S.Kep., M.Kep

Hipertensi sering tidak menimbulkan gejala yang jelas sehingga dijuluki sebagai *Silent Killer*. Penatalaksanaan hipertensi dapat dilakukan dengan dua cara yaitu farmakologis dan non farmakologis. Penatalaksanaan farmakologi merupakan pengobatan yang menggunakan obat golongan diuretik. Sedangkan non-farmakologi tindakan non medis salah satunya rendam kaki dengan air hangat campuran garam. **Tujuan** dari karya tulis ilmiah studi kasus ini untuk menerapkan penerapan rendam kaki dengan air hangat campuran garam untuk menurunkan tekanan darah pada klien hipertensi. **Metode** yang digunakan adalah penelitian deskriptif studi kasus dengan 2 subyek. Penatalaksanaan Penerapan rendam kaki dengan air hangat campuran garam dilakukan dengan mengukur tekanan darah pre dan post diberikan rendam kaki air hangat yang dilaksanakan dalam waktu 15-20 menit selama 6 hari berturut-turut, garam halus sebanyak 20 mg dengan suhu air 38-40°C kepada klien hipertensi di Wilayah Kerja Puskesmas Simpang Tiga Pekanbaru pada 19-24 Maret 2025. **Hasil** studi kasus ini didapatkan penurunan tekanan darah pada subyek 1 tekanan darah awal 146/99 mmHg menjadi 126/84 mmHg, subyek 2 tekanan darah awal 153/99 mmHg menurun menjadi 134/82 mmHg. Rendam kaki air garam hangat secara rutin dapat menurunkan tekanan darah, karena efek dari menggunakan air hangat yang dapat mempelebar peredaran darah.

Kata Kunci: Rendam Kaki Dengan Air Hangat, Hipertensi, Garam.

ABSTRACT

Deariani (2025). *The Application of Warm Salt Water Foot Soaks to Reduce Blood Pressure in Hypertensive Clients in the Working Area of Simpang Tiga Public Health Center*. Case Study Scientific Paper, Diploma III Nursing Program, Department of Nursing, Health Polytechnic of the Ministry of Health, Riau. Supervisors: (I) Ns. Idayanti, S.Pd., S.Kep., M.Kes (II) Ns. Wiwiek Delvira, S.Kep., M.Kep

Hypertension often does not present with clear symptoms, which is why it is known as the “Silent Killer.” The management of hypertension can be carried out in two ways: pharmacological and non-pharmacological. Pharmacological management involves the use of medications such as diuretics. In contrast, non-pharmacological management includes non-medical interventions, one of which is foot soaking in warm salt water. The purpose of this case study scientific paper is to apply warm salt water foot soaks as a method to lower blood pressure in hypertensive clients. The method used is a descriptive case study involving two subjects. The foot soak procedure was conducted by measuring the clients’ blood pressure before and after the intervention. The foot soaking was performed for 15–20 minutes daily over six consecutive days using 20 mg of fine salt in water at a temperature of 38–40°C. The study took place in the working area of Simpang Tiga Public Health Center, Pekanbaru, from March 19 to 24, 2025. The results showed a decrease in blood pressure in both subjects. Subject 1’s blood pressure dropped from 146/99 mmHg to 126/84 mmHg, while Subject 2’s dropped from 153/99 mmHg to 134/82 mmHg. Regular foot soaking in warm salt water can help reduce blood pressure due to the effect of warm water, which promotes vasodilation and improves blood circulation.

Keywords: Warm Water Foot Soak, Hypertension, Salt.