



UNIVERSITAS SRIWIJAYA

**PENERAPAN TERAPI RENDAM KAKI DENGAN AIR HANGAT TERHADAP
PENURUNAN TEKANAN DARAH PADA LANSIA PENDERITA HIPERTENSI
DI PANTI LANJUT USIA HARAPAN KITA INDRALAYA**

KARYA ILMIAH AKHIR

OLEH :

Miloni Mardhotillah, S. Kep

NIM: 04064882427013

**PROGRAM STUDI PENDIDIKAN PROFESI NERS
BAGIAN KEPERAWATAN
FAKULTAS KEDOKTERAN
UNIVERSITAS SRIWIJAYA
INDRALAYA 2025**



UNIVERSITAS SRIWIJAYA

**PENERAPAN TERAPI RENDAM KAKI DENGAN AIR HANGAT TERHADAP
PENURUNAN TEKANAN DARAH PADA LANSIA PENDERITA HIPERTENSI
DI PANTI LANJUT USIA HARAPAN KITA INDRALAYA**

KARYA ILMIAH AKHIR

OLEH :

Miloni Mardhotillah, S. Kep

NIM: 04064882427013

**PROGRAM STUDI PENDIDIKAN PROFESI NERS
BAGIAN KEPERAWATAN
FAKULTAS KEDOKTERAN
UNIVERSITAS SRIWIJAYA
INDRALAYA 2025**

LEMBAR PERNYATAAN

Saya yang bertanda tangan di bawah ini:

Nama : Miloni Mardhotillah, S. Kep

NIM : 04064822427013

Dengan sebenarnya menyatakan bahwa karya ilmiah akhir ini saya susun tanpa tindakan plagiarisme sesuai dengan ketentuan yang berlaku di Program Studi Profesi Ners Fakultas Kedokteran Universitas Sriwijaya. Jika dikemudian hari ternyata saya melakukan tindakan plagiarisme, saya bertanggung jawab sepenuhnya dan menerima sanksi yang dijatuhkan Oleh Universitas Sriwijaya kepada saya.

Indralaya, Mei 2025



Miloni Mardhotillah S. Kep

LEMBAR PERSETUJUAN KARYA ILMIAH AKHIR

NAMA : MILONI MARDHOTILLAH
NIM : 04064882427013
**JUDUL : PENERAPAN TERAPI RENDAM KAKI DENGAN AIR
HANGAT TERHADAP PENURUNAN TEKANAN
DARAH PADA LANSIA PENDERITA HIPERTENSI DI
PANTI LANJUT USIA HARAPAN KITA INDRALAYA**

Indralaya, 15 Mei 2025

PEMBIMBING KARYA ILMIAH AKHIR:

Fuji Rahmawati, S. Kep., Ns., M. Kep

NIP.198901272018032001

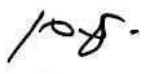
(.....)

Mengetahui,


Ketua Bagian Keperawatan

Fuji Rahmawati, S.Kep., Ns., M.Kep
NIP. 1976022020021222001

Koordinator Prodi Profesi Ners


Dhona Andhini, S.Kep., Ns., M.Kep
NIP. 198306082008122002

UNIVERSITAS SRIWIJAYA
FAKULTAS KEDOKTERAN
BAGIAN KEPERAWATAN
PROGRAM STUDI PROFESI NERS

LEMBAR PENGESAHAN KARYA ILMIAH AKHIR

NAMA : MILONI MARDHOTILLAH
NIM : 04064882427013
JUDUL : PENERAPAN TERAPI RENDAM KAKI DENGAN AIR
HANGAT TERHADAP PENURUNAN TEKANAN DARAH
PADA LANSIA PENDERITA HIPERTENSIDI PANTI LANJUT
USIA HARAPAN KITA INDRALAYA

Laporan Karya Ilmiah Akhir ini telah dipertahankan dihadapan Tim Penguji Bagian Keperawatan Fakultas Kedokteran Universitas Sriwijaya dan telah diterima guna memenuhi salah satu syarat memperoleh gelar Ners.

Indralaya, Mei 2025

Pembimbing

Fuji Rahmawati, S. Kep., Ns., M. Kep

NIP.198901272018032001

(..........)

Penguji 1

Jaji, S. Kep., Ns., M. Kep

NIP. 197605142009121001

(..........)

Penguji 2

Ns. Sukmah Fitriani, S.Kep., M.Kep., Sp.Kep.Kom

NIP.198802282023212041

(..........)

Mengetahui,



Koordinator Prodi Profesi Ners


Dhona Andhini, S.Kep., Ns., M.Kep
NIP. 198306082008122002

**UNIVERSITAS SRIWIJAYA
FAKULTAS KEDOKTERAN
BAGIAN KEPERAWATAN
PROGRAM STUDI PROFESI NERS**

Penerapan Terapi Rendam Kaki Dengan Air Hangat Terhadap Penurunan Tekanan Darah Pada Lansia Penderita Hipertensi Di Panti Lanjut Usia Harapan Kita Indralaya

Xii+ 298 hal+ 5 tabel + 7 lampiran

ABSTRAK

Latar Belakang: Lanjut usia adalah individu yang memiliki usia 60 tahun yang mengalami proses penuaan serta perubahan pada dirinya. Salah satu perubahan yang sering terjadi pada lansia yaitu perubahan pada pembuluh darah yang dapat mengakibatkan terjadinya hipertensi. Dampak hipertensi tidak dikontrol yaitu dapat menyebabkan komplikasi seperti gagal jantung, stroke, gagal ginjal dan lain lain. Salah satu upaya untuk mengontrol tekanan darah pada lansia yaitu memberikan terapi rendam kaki dengan air hangat. **Tujuan:** Memberikan gambaran asuhan keperawatan gerontik pada lansia dengan hipertensi, serta memberikan informasi mengenai terapi rendam kaki dengan air hangat untuk menurunkan tekanan darah pada penderita hipertensi. **Metode:** Metode yang digunakan adalah deskriptif kualitatif dengan pendekatan studi kasus pada 3 lansia yang menderita hipertensi. **Hasil:** Karya ilmiah ini telah dilakukan pengkajian pada ketiga lansia didapatkan diagnosis keperawatan utama yaitu perfusi perifer tidak efektif. Intervensi dan implementasi keperawatan dilakukan berdasarkan telaah jurnal yaitu terapi rendam kaki dengan air hangat, pada evaluasi didapatkan hasil perifer meningkat dan perubahan penurunan tekanan darah setelah dilakukan terapi rendam kaki dengan air hangat selama 3 hari. **Kesimpulan:** Terapi rendam kaki dengan air hangat dapat melebarkan pembuluh darah sehingga aliran darah menjadi lancar yang berdampak pada penurunan tekanan darah. Terapi rendam kaki dengan air hangat ini dapat digunakan sebagai salah satu terapi non-farmakologis yang dapat dilakukan secara mandiri untuk menurunkan tekanan darah pada lansia penderita hipertensi.

Kata Kunci : Lansia, Rendam Kaki Air Hangat, Tekanan Darah, Terapi,
Daftar Pustaka : 45 (2014-2024)

Mengetahui,

Koor Prodi Profesi Ners

Pembimbing



Dhona Andhini, S.Kep., Ns., M.Kep
NIP. 198306082008122002



Fuji Rahmawati, S.Kep., Ns., M.Kep
NIP. 198901272018032001

**SRIWIJAYA UNIVERSITY
FACULTY OF MEDICINE
NURSING DEPARTEMENT
NERS PROFESSION STUDY PROGRAM**

**Final Scientific Papers, Mei 2024
Miloni Mardhotillah, S.Kep**

**Application of Warm Water Foot Soak Therapy to Reduce Blood Pressure in Elderly Patients with Hypertension at Harapan Kita Indralaya Elderly Home
Xii + 298 pages + 5 tables + 7 attachments**

ABSTRACT

Background: Elderly people are individuals who are 60 years old who experience the aging process and changes in themselves. One of the changes that often occurs in the elderly is changes in the blood vessels which can lead to hypertension. The impact of uncontrolled hypertension can cause complications such as heart failure, stroke, kidney failure and others. One effort to control blood pressure in the elderly is to provide warm water foot soak therapy. **Objective.** To provide an overview of geriatric nursing care for the elderly with hypertension, and to provide information on warm water foot soak therapy to lower blood pressure in hypertension patients **Method:** The method used is descriptive qualitative with a case study approach on 3 elderly people suffering from hypertension **Results:** This scientific work has been conducted on the three elderly people, the main nursing diagnosis was obtained, namely ineffective peripheral perfusion. Nursing interventions and implementations were carried out based on journal reviews, namely foot souk therapy with warm water the eval uation showed increased peripheral results and changes in blood pressure after foot soak therapy with warm water for 3 days. **Conclusion:** Foot soak therapy with warm water can dilate blood vessels so that blood flow becomes smooth which has an impact on lowering blood pressure. This foot soak therapy with warm water can be used as one of the non-pharmacological therapies that can be done independently to lower blood pressure in elderly people with hypertension.

**Keywords : Elderly, Blood Pressure, Therapy, Warm Foot Soak Therapy
Bibliography : 42 (2014-2024)**

Mengetahui,

Koor Prodi Profesi Ners

Pembimbing



**Dhona Andhini, S.Kep., Ns., M.Kep
NIP. 198306082008122002**



**Fuji Rahmawati, S.Kep., Ns., M.Kep
NIP. 198901272018032001**

KATA PENGANTAR

Assalamu'alaikum Wr. Wb

Alhamdulillah, puji syukur penulis panjatkan atas kehadiran Allah SWT karena berkat rahmat dan hidayah-Nyalah, penulis akhirnya dapat menyelesaikan penulisan karya ilmiah akhir yang berjudul **"Penerapan Terapi Rendam Kaki Dengan Air Hangat Terhadap Penurunan Tekanan Darah Pada Lansia Penderita Hipertensi Di Panti Lanjut Usia Harapan Kita"**. Sholawat serta salam semoga tetap tercurahkan kepada junjungan Nabi Besar Muhammad SAW, keluarga, sahabat, serta umat muslim yang mengikuti ajaran hingga akhir zaman.

Dalam penyusunan karya ilmiah akhir ini penulis banyak mengalami hambatan, namun berkat bantuan, bimbingan, dan kerjasama dari berbagai pihak akhirnya karya ilmiah akhir ini dapat terselesaikan dengan baik. Sehingga dengan penuh kerendahan hati dan rasa hormat penulis mengucapkan terimakasih kepada:

1. Ibu Hikayati, S. Kep., Ns., M. Kep. Ketua Bagian Keperawatan FK UNSRI.
2. Ibu Dhona Andhini, S. Kep., Ns., M. Kep. Koordinator Program Pendidikan Profesi Ners FK UNSRI.
3. Ibu Fuji Rahmawati, S. Kep., Ns., M. Kep, Selaku pembimbing yang telah memberikan bimbingan, saran serta pengarahan dalam menyelesaikan karya ilmiah akhir ini.
4. Bapak Jaji, S. Kep., Ns., M. Kep Sebagai penguji I yang sudah ikut serta dalam menyempurnakan laporan karya ilmiah akhir ini.
5. Sukmah Fitriani S. Kep., M. Kep., Sp. Kep. Kom, Sebagai penguji II yang sudah ikut serta dalam menyempurnakan laporan karya ilmiah akhir ini.
6. Ibu Nurna ningsih, S.Kp., M.Kes sebagai dosen PA yang sudah banyak memberikan arahan dan dukungan mulai dari awal perkuliahan sampai sekarang.
7. Kedua orang tua (Ali Imran dan Listri Sumaini) dan keluarga tercinta yang selalu mendoakan, mendukung, dan memberikan kasih sayang kepada penulis.
8. Saudara- saudara (Milona Mardhotillah, Revaline Mardhotillah dan Reghina Mardhotillah) yang selalu mendukung penulis.

9. Pasien kelolaan (Ny. M, Ny.S dan Tn.A) yang telah memberikan informasi dalam membantu menyelesaikan karya ilmiah akhir ini
10. Seluruh Dosen, Staff Administrasi, dan Keluarga Besar Bagian Keperawatan FK UNSRI yang telah memberikan bimbingan dan bantuan selama ini.
11. Teman-teman yang telah menyemangati penulis, menjadi tempat berkeluh kesah, memberikan saran dan motivasi penulis dalam menyelesaikan karya ilmiah akhir ini.
12. *Someone special*(VM) yang telah membantu dan menyemangati penuli

Penulis menyadari bahwa karya ilmiah akhir ini masih jauh dari kata sempurna. Oleh karena itu kritik dan saran yang bersifat membangun sangat diharapkan guna melengkapi segala kekurangan dan keterbatasan dalam penyusunan skripsi ini. Akhir kata semoga skripsi ini memberikan manfaat bagi pengembangan ilmu pengetahuan. Wassalamu'alaikum, Wr. Wb.

Indralaya, Mei 2025



Miloni Mardhotillah

DAFTAR ISI

LEMBAR PERNYATAAN	iii
LEMBAR PERSETUJUAN KARYA ILMIAH AKHIR	iv
LEMBAR PENGESAHAN KARYA ILMIAH AKHIR	Error! Bookmark not defined.
ABSTRAK	vi
ABSTRACT	vii
KATA PENGANTAR	viii
DAFTAR ISI	x
DAFTAR TABEL	xii
DAFTAR LAMPIRAN.....	xiii
BAB I	1
PENDAHULUAN	1
A. Latar Belakang.....	1
B. Tujuan Penulisan	5
1. Tujuan Umum	5
2. Tujuan Khusus	5
C. Manfaat Penulisan	6
1. Manfaat Teoritis.....	6
2. Manfaat Praktis	6
D. Metode Penulisan	7
BAB II.....	8
TINJAUAN PUSTAKA.....	8
A. Konsep Lanjut Usia	8
B. Konsep Hipertensi	14
C. Konsep Terapi	22
D. Konsep Terapi Rendam Kaki dengan Air Hangat	23
E. Konsep Asuhan Keperawatan Gerontik.....	26
F. Way Of Caution	44
G. Penelitian Terkait.....	47
BAB III.....	55

GAMBARAN ASUHAN KEPERAWATAN.....	55
A. Gambaran Hasil Pengkajian Keperawatan.....	55
B. Gambaran Hasil Diagnosis Keperawatan	60
C. Gambaran Hasil Intervensi dan Implementasi	62
D. Gambaran Hasil Evaluasi Keperawatan.....	67
BAB IV	71
PEMBAHASAN.....	71
A. Pembahasan Kasus Berdasarkan Teori dan Hasil Penelitian Terkait Aplikasi Jurnal yang Digunakan.....	71
B. Implikasi Keperawatan	79
C. Dukungan dan Hambatan Selama Profesi.....	80
BAB V.....	81
PENUTUP.....	81
A. Kesimpulan.....	81
B. Saran	83
DAFTAR PUSTAKA	84
LAMPIRAN	88

DAFTAR TABEL

Tabel 2. 1 Klasifikasi Hipertensi	17
Tabel 2. 2 pedoman suhu air	25
Tabel 2. 3 Tabel PICO	47
Tabel 3 1 Gambaran Hasil Pengkajian Keperawatan	55
Tabel 3 2 Hasil Pengukuran Tekanan Darah Sebelum dan Sesudah Intervensi.....	67

DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran 1 Manuskrip.....	89
Lampiran 2 Asuhan Keperawatan Kasus 1	12
Lampiran 3 Asuhan Keperawatan Kasus 2	44
Lampiran 4 Asuhan Keperawatan Kasus 3	167
Lampiran 5 Dokumentasi	195
Lampiran 6 Standar Prosedur Operasional Terapi Rendam Kaki dengan Air Hangat	205
Lampiran 7 Lembar Konsul	207
Lampiran 8 Form Similarity	208
Lampiran 9 Abstrak Lembaga Bahasa	209
Lampiran 10 Turnitin.....	210

DAFTAR RIWAYAT HIDUP



A. Data Pribadi

Nama : Miloni Mardhotillah
Tempat Tanggal Lahir : Prabumulih, 04 Desember 2000
Jenis Kelamin : Perempuan
Alamat : Jln Mayor Iskandar Gg Arena RT07/RW015
Kecamatan Prabumulih Utara
Email : milonimrd@gmail.com
Nama Ayah : Ali Imran
Nama Ibu : Listri Sumaini
Nama Saudara : Milona Mardhotillah
: Revaline Mardhotillah
: Regina Mardhotillah

B. Riwayat Pendidikan

TK Aisyah 01 Prabumulih : 2006 - 2007
SD Negeri 13 Prabumulih : 2007 - 2013
SMP Negeri 2 Prabumulih : 2013 - 2016
SMA Negeri 3 Prabumulih : 2016 - 2019
PSIK FK Universitas Sriwijaya : 2019 - 2024
Profesi Ners Universitas Sriwijaya : 2024 - 2025

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Lanjut usia adalah seseorang yang sudah memasuki usia 60 tahun keatas. Perubahan baik secara fisik, mental maupun sosial sering dialami oleh lansia. Lansia termasuk dalam golongan atau populasi yang memiliki resiko (population at risk) yang jumlahnya mengalami peningkatan setiap tahunnya (WHO, 2022). Menurut WHO, jumlah penduduk lanjut usia secara global diperkirakan akan meningkat dari sekitar 600 juta menjadi 2 miliar orang pada tahun 2050, dengan wilayah Asia menjadi kawasan yang mengalami lonjakan terbesar. Dalam kurun waktu sekitar 25 tahun ke depan, populasi lansia diproyeksikan bertambah sekitar 82% (Lumowa & Rusiana, 2024). Data dari Badan Pusat Statistik (BPS) menunjukkan bahwa pada tahun 2022, persentase lansia di Indonesia mencapai 10,48%, dan naik menjadi 11,7% pada tahun 2023. Di Provinsi Sumatera Selatan sendiri, jumlah lansia diperkirakan mencapai 9,84% dari total penduduk, atau sekitar 860.682 jiwa (Badan Pusat Statistik, 2023).

Secara umum, lanjut usia akan mengalami proses penuaan yang bersifat degeneratif, yang menyebabkan berbagai perubahan, tidak hanya secara fisik, tetapi juga dalam aspek kognitif, emosional, sosial, dan seksual. Penurunan kondisi fisik pada lansia turut memengaruhi daya tahan tubuh mereka terhadap berbagai penyakit. Seiring bertambahnya usia, risiko terkena berbagai penyakit juga meningkat, terutama gangguan pada jantung dan pembuluh darah. Salah satu gangguan kesehatan yang umum dialami oleh lansia adalah hipertensi atau tekanan darah tinggi (Nurapian M. F., 2021).

Hipertensi merupakan suatu kondisi di mana tekanan darah sistolik melebihi 140 mmHg dan tekanan diastolik melampaui 90 mmHg. Pada lanjut usia, hipertensi sering disebut sebagai "pembunuh diam-diam" karena tidak menunjukkan gejala jelas, namun dapat memicu gangguan jantung serius jika

tidak segera ditangani. Proses penuaan secara alami menyebabkan perubahan struktur pada jantung dan sistem kardiovaskular, sehingga menurunkan efisiensi kerjanya. Pada lansia, tekanan darah tinggi bisa terjadi akibat perubahan struktural dan fungsional pada jantung serta pembuluh darah. Aorta dan arteri perifer menjadi lebih kaku, tidak lagi lurus, dan kehilangan sifat elastisnya. Selain itu, peningkatan tekanan darah juga bisa disebabkan oleh vasokonstriksi, yaitu penyempitan arteri kecil (arteriola) akibat rangsangan saraf atau hormon dalam darah, yang memicu lonjakan tekanan darah (Wahyuni, 2023).

Peningkatan tekanan darah merupakan salah satu komponen utama dari penyakit jantung dan pembuluh darah (kardiovaskular), yang menjadi penyebab kematian terbanyak baik di negara maju maupun berkembang. Menurut data dari World Health Organization (WHO), sekitar satu miliar orang di dunia mengalami hipertensi, dengan dua pertiga penderitanya berada di negara berkembang berpendapatan rendah hingga menengah. Angka kejadian hipertensi diperkirakan akan terus meningkat, dan pada tahun 2025, diproyeksikan sekitar 29% populasi dewasa di seluruh dunia akan mengalami kondisi ini. Hipertensi bertanggung jawab atas sekitar delapan juta kematian setiap tahunnya, termasuk 1,5 juta kematian di kawasan Asia Tenggara, di mana sepertiga dari jumlah penduduknya menderita hipertensi (Lakhsmi & Annisa, 2021).

Hipertensi termasuk dalam kategori penyakit tidak menular (PTM) yang menjadi penyebab sekitar 70% kematian secara global. Berdasarkan data dari Profil Kesehatan Provinsi Sumatera Selatan, jumlah penderita hipertensi berusia 15 tahun ke atas di wilayah tersebut mencapai 49,5% atau sekitar 987.295 orang pada tahun 2021. Angka ini mengalami peningkatan signifikan pada tahun 2022, dengan prevalensi mencapai 74,9% atau sebanyak 1.979.134 orang (Dinas Kesehatan Provinsi Sumatera Selatan, 2022).

Jika hipertensi pada lansia tidak ditangani dengan baik, dampaknya bisa sangat serius hingga berujung pada kematian. Hal ini disebabkan oleh terjadinya pengapuran pada dinding pembuluh darah jantung, yang mengakibatkan aliran darah ke beberapa bagian otot jantung menjadi terganggu. Tekanan darah yang

terus-menerus tinggi memaksa jantung bekerja lebih keras dalam memompa darah ke seluruh tubuh. Kondisi ini menyebabkan otot jantung menebal, yang pada akhirnya menurunkan kemampuan jantung dalam memompa darah secara efektif. Akibatnya, dapat terjadi gagal jantung, kerusakan pada pembuluh darah, serta gagal ginjal (Wahyuni, 2023).

Untuk mencegah dampak serius dari hipertensi, dapat dilakukan dua jenis pendekatan, yaitu terapi farmakologis dan non-farmakologis. Terapi farmakologis melibatkan penggunaan obat-obatan atau tindakan medis, sedangkan terapi non-farmakologis mencakup alternatif pengobatan yang tidak melibatkan konsumsi obat antihipertensi. Salah satu metode alternatif yang mudah diterapkan, praktis, berbiaya rendah, dan bisa dilakukan secara mandiri di rumah oleh penderita hipertensi adalah terapi rendam kaki dengan air hangat, yang bermanfaat untuk membantu menurunkan tekanan darah (Dewi et al., 2023).

Terapi rendam kaki dengan air hangat merupakan salah satu bentuk pengobatan yang memanfaatkan air untuk meredakan rasa sakit atau ketegangan dengan mengandalkan respons alami tubuh terhadap air (Biahimo, 2020). Secara teoritis, metode ini dapat memberikan efek relaksasi melalui pelebaran pembuluh darah, pengurangan kekentalan darah, penurunan ketegangan otot, serta peningkatan permeabilitas kapiler, yang secara keseluruhan dapat memengaruhi tekanan darah. Efek ini mirip dengan mekanisme kerja obat vasodilator, yang bekerja dengan melemaskan otot-otot di dinding arteri maupun vena, sehingga pembuluh darah tidak menyempit dan tekanan darah pun menurun (Syamsudin, 2021).

Penelitian yang dilakukan oleh Catur Putri Ardina dan Wasis Eko Kurniawan (2023) berjudul “Penerapan Terapi Rendam Kaki Air Hangat Untuk Menurunkan Tekanan Darah” menunjukkan bahwa merendam kaki dalam air hangat bersuhu 38–40 °C selama 20–30 menit dapat menyebabkan pembuluh darah melebar dan mengurangi ketegangan otot. Proses ini merangsang produksi hormon endorfin, menekan sekresi hormon adrenalin, dan akhirnya menurunkan

tekanan darah—terutama bila dilakukan secara teratur dan dengan kesadaran penuh. Hasil penelitian tersebut membuktikan bahwa terapi rendam kaki dengan air hangat efektif dalam menurunkan tekanan darah pada individu yang mengalami hipertensi (Ardina & Wasis, 2024).

Penelitian oleh Sali M. Papeti, Zainar Kasim, dan Ismawati (2023) berjudul “Pengaruh Terapi Rendam Kaki Air Hangat Terhadap Tekanan Darah Pada Penderita Hipertensi di Puskesmas Bailang Kota Manado” menunjukkan bahwa terapi rendam kaki dengan air hangat dapat dijadikan sebagai alternatif perawatan mandiri di rumah bagi penderita hipertensi, sebagai pelengkap pengobatan farmakologis. Metode ini tergolong mudah dilakukan, aman, dan tidak menimbulkan efek samping yang merugikan bagi kesehatan. Hasil penelitian menyatakan bahwa merendam kaki dalam air bersuhu 38–40°C efektif dalam menurunkan tekanan darah (Papeti et al., 2023).

Penelitian yang dilakukan oleh Tari Nurapiani dan Mohamad Fatkhul Mubin (2021) berjudul “*Rendam Kaki Menggunakan Air Hangat pada Lansia dengan Hipertensi*” menunjukkan bahwa terapi rendam kaki dengan air hangat efektif dalam menurunkan tekanan darah pada lansia. Sebelum intervensi, tekanan darah rata-rata peserta tercatat sebesar 166 mmHg untuk sistolik, 87 mmHg untuk diastolik, dan 113 mmHg untuk tekanan darah rata-rata (MAP). Setelah menjalani terapi rendam kaki dengan air hangat selama tiga hari berturut-turut, terjadi penurunan tekanan darah dengan rata-rata penurunan sistolik sebesar 10,5 mmHg, diastolik 7 mmHg, dan MAP turun sebesar 8,5 mmHg (Nurapiani & Mohamad, 2021).

Berdasarkan hasil Wawancara dan observasi di Panti Sosial Harapan Kita Indralaya pada tanggal 5 Maret 2025 menunjukkan bahwa sebagian lansia penderita darah tinggi tidak merasakan keluhan apapun. Kemudian sebagian lansia juga menderita nyeri di kepala bagian belakang, kelelahan, dan sebagian besar mengalami peningkatan tekanan darah diatas 140/90 mmHg. Dari hasil wawancara dan observasi penulis terhadap 10 lansia, diperoleh hasil bahwa 7 dari 10 lansia menderita penyakit darah tinggi.

Berdasarkan data di atas dan banyaknya lansia yang menderita hipertensi, maka penulis tertarik dengan melakukan studi kasus “Penerapan terapi rendam kaki dengan air hangat i untuk menurunkan tekanan darah pada lansia dengan hipertensi di Panti Asuhan Harapan Kita Indralaya”.

B. Tujuan Penulisan

1. Tujuan Umum

Tujuan umum karya ilmiah ini adalah untuk menggambarkan Asuhan Keperawatan pada lansia hipertensi menggunakan terapi rendam kaki dengan air hangat di Panti Lanjut Usia Harapan Kita Indralaya.

2. Tujuan Khusus

- a. Menyampaikan hasil pengkajian asuhan keperawatan gerontik yang dilakukan pada lansia penderita hipertensi di Panti Lanjut Usia Harapan Kita Indralaya.
- b. Menyampaikan hasil diagnosis keperawatan yang muncul pada asuhan keperawatan gerontik pada lansia penderita hipertensi di Panti Lanjut Usia Harapan Kita Indralaya.
- c. Menyampaikan hasil intervensi keperawatan yang akan dilakukan pada asuhan keperawatan gerontik pada lansia penderita hipertensi di Panti Lanjut Usia Harapan Kita Indralaya.
- d. Menyampaikan hasil implementasi keperawatan yang dilakukan pada asuhan keperawatan gerontik pada lansia penderita hipertensi di Panti Lanjut Usia Harapan Kita Indralaya.
- e. Menyampaikan hasil evaluasi keperawatan yang dilakukan pada asuhan keperawatan gerontik pada lansia penderita hipertensi di Panti Lanjut Usia Harapan Kita Indralaya.
- f. Menyampaikan hasil telaah *evidence based nursing* terapi rendam kaki air hangat terhadap penurunan tekanan darah pada lansia penderita hipertensi di Panti Lanjut Usia Harapan Kita Indralaya.

C. Manfaat Penulisan

1. Manfaat Teoritis

Karya tulis ilmiah ini dapat bermanfaat untuk proses keperawatan, proses pembelajaran dalam pendidikan keperawatan serta untuk memberikan asuhan keperawatan pada lansia penderita hipertensi.

2. Manfaat Praktis

a. Bagi Penderita Hipertensi

Karya tulis ilmiah ini diharapkan dapat memberikan informasi kepada lansia penderita hipertensi mengenai manfaat terapi rendam kaki dengan air hangat sebagai terapi alternatif untuk menurunkan tekanan darah pada lansia penderita hipertensi.

b. Bagi Mahasiswa Keperawatan

Karya tulis ilmiah ini diharapkan dapat dijadikan sebagai sumber referensi teoritis untuk profesi keperawatan dalam memberikan asuhan keperawatan pada lansia penderita hipertensi.

c. Bagi Instansi Pendidikan

Karya tulis ilmiah ini diharapkan dapat menambah pengetahuan dan pemahaman mahasiswa keperawatan mengenai konsep dan penatalaksanaan hipertensi secara *non farmakologi* dengan terapi rendam kaki dengan air hangat.

d. Bagi Pelayanan Keperawatan

Karya tulis ilmiah ini diharapkan dapat dijadikan sebagai laporan pengajaran asuhan keperawatan gerontik yang informatif dan komprehensif bagi mahasiswa dan institusi pendidikan terutama pada mata kuliah keperawatan gerontik.

D. Metode Penulisan

Laporan ini menggunakan metode deskriptif kualitatif dengan pendekatan studi kasus melalui beberapa tahapan, diantaranya:

1. Pemilihan tiga kasus dengan kriteria klien lanjut usia penderita hipertensi di Panti Lanjut Usia Hrapan Kita Indralaya.
2. Analisis teori menggunakan literatur dan artikel penelitian untuk memahami permasalahan klien dengan tepat serta memberikan asuhan keperawatan yang tepat.
3. Menyusun rencana asuhan keperawatan sesuai dengan proses keperawatan yaitu pengkajian, diagnosis, intervensi, implementasi hingga evaluasi keperawatan sesuai dengan ketentuan yang berlaku di Program Profesi Ners FK Unsri.
4. Penegakkan diagnosis keperawatan menggunakan panduan Standar Diagnosis Keperawatan Indonesia, perencanaan menggunakan Standar Intervensi Keperawatan Indonesia dan penetapan tujuan dan kriteria hasil menggunakan Standar Luaran Keperawatan Indonesia
5. Pelaksanaan asuhan keperawatan diawali dengan pengkajian sampai dengan evaluasi
6. Melakukan asuhan keperawatan kepada lansia dengan hipertensi yang berfokus pada penerapan terapi rendam kaki dengan air hangat terhadap penurunan tekanan darah pada lansia penderita hipertensi berdasarkan pada hasil telaah literatur pada 10 artikel.

Daftar Pustaka

- Ardina , C. P., & Wasis, E. K. (2024, Desember). Penerapan Terapi Rendam Kaki Air Hangat Untuk Menurunkan Tekanan Darah. *Jurnal Penelitian Perawat Profesional*, 6, 2521-2526. Retrieved from <http://jurnal.gobalhealthsciencegroup.com/index.php/jppp>
- Badan Pusat Statistik. (2023). Statistik Penduduk Lanjut Usia 2023. In *Badan Pusat Statistik* (Vol. 20). Badan Pusat Statistik
- Dewi, N. M., Made, R. D., & Dwi, P. H. (2023). Pengaruh rendam Kaki Air Hangat Terhadap Penurunan Tekanan Darah Pada Lansia Hipertensi: Scoping Review. *Jurnal Keperawatan Priority*, 6, 1-11.
- Dinkes Provinsi Sumatera Selatan.(2022). Profil Kesehatan Provinsi Sumatera Selatan tahun 2021. Sumatera Selatan:Dinas Kesehatan
- Lakhsmi, B. S., & Yudyawati, A. I. (2021). Hipertensi Masa Kini dalam Perspektif Kesehatan Masyarakat. *Sanus Medical Journal*, 2(1), 22–25. <https://doi.org/10.22236/sanus.v1i1.6606>
- Lumowa, Y.R., dan Rosiana, E. R. (2024). Pengaruh Usia Lanjut Terhadap Kesehatan Lansia. *Jurnal Keperawatan*. 16(1). 363-372
- Nurapiani, T., & Mohammad, F. M. (2021). Rendam Kaki Menggunakan Air Hangat pada Lansia dengan Hipertensi. *Jurnal Holistic Nursing Care Approach*. 1(2), 85 - 89. doi:<https://doi.org/10.26714/hnca.v1i2.10992>
- Papeti, S. M., Zainar, K., & Ismawati. (2023). Pengaruh Terapi Rendam Kaki Air Hangat Terhadap Tekanan Darah Pada Penderita Hipertensi Puskesmas Bilang Kota Manado. *Jurnal Riset Kesehatan dan Keperawatan*, 1, 126-132. doi:<https://doi.org/10.55606/ventilator.v1i1.686>
- Syamsudin. (2021). Literature Review : Hidroterapi Rendam Kaki Air Hangat. 7, 68–82.
- Wahyuni, K. (2023, Juli). Efektivitas Rendam Kaki dengan Air Hangat Terhadap Penurunan Tekanan Darah Pada Lansia Hipertensi. *Jurnal Keperawatan GSH*, 12(2088-2734-e), 26-32.
- World Health Organization. (2022). Ageing and health. Retrieved from <https://www.who.int/news-room/fact-sheets/detail/ageing-and-health>