PENERAPAN TERAPI RENDAM KAKI AIR HANGAT (HYDROTHERAPY) TERHADAP TEKANAN DARAH PADA LANSIA DENGAN HIPERTENSI DI WILAYAH PUSKESMAS AMPEL

Dewi Triana, Ida Nur Imamah
202312053@students.unisa-surakarta.ac.id
Program Studi Diploma III Keperawatan, Universitas 'Aisyiyah Surakarta

ABSTRAK

Latar Belakang: Hipertensi merupakan penyakit degeneratif yang sering terjadi pada lansia dan meningkatkan risiko komplikasi kardiovaskular. Selain terapi farmakologis, pengendalian hipertensi dapat dilakukan melalui terapi nonfarmakologis, salah satunya terapi rendam kaki air hangat (hidroterapi). **Tujuan:** Mendeskripsikan hasil terapi rendam kaki air hangat terhadap penurunan tekanan darah pada lansia dengan hipertensi. **Metode:** Penelitian ini menggunakan metode deskriptif dengan pendekatan studi kasus pada dua hipertensi lansia. Intervensi berupa terapi rendam kaki air hangat diberikan selama tujuh hari, kemudian dilakukan pengukuran tekanan darah sebelum dan sesudah terapi. **Hasil:** Tekanan darah responden pertama menurun dari 194/92 mmHg menjadi 151/80 mmHg, sedangkan responden kedua dari 170/101 mmHg menjadi 130/83 mmHg. Penurunan tekanan darah terjadi karena paparan udara hangat menyebabkan vasodilatasi pembuluh darah perifer, meningkatkan sirkulasi darah, dan menurunkan resistensi pembuluh darah. **Kesimpulan:** Terapi rendam kaki air hangat (hidroterapi) efektif membantu menurunkan tekanan darah pada lansia penderita hipertensi sehingga dapat dijadikan sebagai terapi nonfarmakologis yang sederhana, aman, dan mudah diterapkan di rumah.

***Kata Kunci*:** *Hidroterapi, Hipertensi, Lansia, Rendam Kaki Air Hangat, Tekanan Darah*