

**PENERAPAN TERAPI RENDAM KAKI MENGGUNAKAN AIR
HANGAT DAN AROMA TERAPI LAVENDER TERHADAP
PENURUNAN TEKANAN DARAH PADA LANSIA
HIPERTENSI DI RUMAH SAKIT KHZ MUSTOFA
TASIKMALAYA**

KARYA TULIS ILMIAH



Oleh :

**NIA KANIA
NIM.P2.06.20.12.3030**

**KEMENTRIAN KESEHATAN REPUBLIK INDONESIA
POLITEKNIK KESEHATAN TASIKMALAYA
JURUSAN KEPERAWATAN TASIKMALAYA
PROGRAM STUDI KEPERAWATAN
TASIKMALAYA
2026**

KATA PENGANTAR

Segala puji dan syukur penulis panjatkan kehadiran Allah SWT yang telah memberikan rahmat dan hidayah-Nya sehingga penulis dapat menyelesaikan Karya Tulis Ilmiah yang berjudul “Penerapan Terapi Rendam Kaki Menggunakan Air Hangat dan Aroma Terapi Lavender Terhadap Penurunan Tekanan Darah Pada Lansia Hipertensi di Rumah Sakit KHZ Mustofa” Karya Tulis Ilmiah ini disusun untuk memenuhi salah satu syarat tugas akhir dalam menyelesaikan pendidikan Program Studi D-III Keperawatan di Politeknik Kesehatan Kementerian Kesehatan Tasikmalaya. Penyusunan Karya Tulis Ilmiah ini tidak terlepas dari bantuan dan bimbingan berbagai pihak, dengan demikian penulis menyampaikan ucapan terimakasih kepada :

1. Ibu Dr. Dini Mariani, S.Kep., Ners, M.Kep selaku Drektur Politeknik Kesehatan Kementerian Kesehatan Tasikmalaya.
2. Bapak Ridwan Kustiawan, M.Kep., Sp.Kep., Jiwa selaku Ketua Jurusan Keperawatan Politeknik Kesehatan Kementerian Kesehatan Tasikmalaya.
3. Ibu Sofia Februanti, S.Kep, Ners, M.Kep., selaku Ketua Program Studi D-III Keperawatan Politeknik Kesehatan Kementerian Kesehatan Tasikmalaya.
4. Ibu Lia Herliana, S.Kep., Ners, M.Kep., selaku Dosen Pembimbing Akademik.
5. Ibu Ns. Novi Indriani, M.Tr.Kep., selaku pembimbing I yang telah membimbing penulis dengan perhatian, saran, masukan, dan do’a, serta motivasi yang membangun selama penyusunan Karya Tulis Ilmiah ini dapat terselesaikan.
6. Bapak Dr. Asep Kuswandi S.Kep., Ners., M.Kep., Sp.KMB., selaku pembimbing II yang telah memberikan saran, masukan, dan do’a. serta motivasi yang membangun selama penyusunan Karya Tulis Ilmiah ini dapat terselesaikan.
7. Seluruh staff pendidikan dan dosen di lingkungan Jurusan Keperawatan yang telah memberikan bimbingan selama perkuliahan.

8. Kedua orang tua tercinta, yang selalu mendoakan, mendukung, memberikan motivasi dan kasih sayang yang tiada tara, serta berjuang dalam segi finansial selama penyusunan Karya Tulis Ilmiah ini, semoga kedua orang tua penulis selalu diberikan kesehatan dan umur yang panjang serta bahagia dunia dan akhirat.
9. Seluruh teman-teman seperjuangan angkatan 31 Jurusan Keperawatan Politeknik Kemenkes Kesehatan Tasikmalaya, khususnya kelas 3A yang selalu memberikan dukungan, bertukar pikiran dan bersama-sama berprogres selama 6 semester ini serta membantu penulis menyelesaikan karya tulis ilmiah ini.
10. Semua pihak yang tidak bisa disebutkan satu persatu yang telah membantu dan mendukung sehingga penulis dapat menyusun Karya Tulis Ilmiah.
11. Seseorang yang tidak bisa penulis sebut namanya, yang dengan tulus selalu mendengarkan setiap keluh kesah memberikan semangat, serta membantu dalam setiap proses yang penulis lalui hingga Karya Tulis Ilmiah ini dapat terselesaikan.
12. Terakhir, Penulis mengucapkan terimakasih untuk diri sendiri yang selalu belajar kuat, bekerja keras, dan pantang menyerah, serta belajar untuk tumbuh menjadi pribadi yang lebih baik, hingga dapat bertahan di tahap ini dan menyelesaikan Karya Tulis Ilmiah Ini di tengah segala keterbatasan.

Penulis menyadari bahwa dalam penulisan Karya Tulis Ilmiah ini masih jauh dari kesempurnaan. Hal ini tidak luput dari kekurangan dalam kemampuan, pengalaman, dan literatur yang penulis miliki. Oleh karena itu, penulis sangat mengharapkan kritik dan saran yang membangun guna perbaikan di masa yang akan datang.

Tasikamalaya, 09 Maret 2026



Penulis

ABSTRAK

Hipertensi merupakan salah satu penyakit tidak menular yang banyak dialami oleh lansia dan menjadi faktor risiko utama terjadinya penyakit kardiovaskular, stroke, serta gagal ginjal. Selain terapi farmakologis, terapi nonfarmakologis seperti rendam kaki menggunakan air hangat dan aromaterapi lavender dapat digunakan sebagai terapi komplementer untuk membantu menurunkan tekanan darah. Air hangat memberikan efek vasodilatasi yang dapat meningkatkan sirkulasi darah, sedangkan aromaterapi lavender memberikan efek relaksasi melalui kandungan linalool dan linalyl acetate yang membantu menurunkan aktivitas saraf simpatis. Karya tulis ilmiah ini bertujuan untuk menggambarkan penerapan terapi rendam kaki menggunakan air hangat dan aromaterapi lavender terhadap penurunan tekanan darah pada lansia hipertensi di Ruang Jabal Nur RSUD KHZ Mustofa Kabupaten Tasikmalaya. Metode yang digunakan adalah studi kasus dengan pendekatan proses keperawatan yang meliputi pengkajian, penegakan diagnosis keperawatan, perencanaan, implementasi, dan evaluasi. Intervensi dilakukan selama tiga hari berturut-turut dengan durasi terapi sekitar 15–20 menit setiap hari menggunakan air hangat bersuhu 37–40°C yang ditambahkan 2–3 tetes minyak esensial lavender. Tekanan darah diukur sebelum dan setelah tindakan untuk mengetahui perubahan yang terjadi. Hasil penerapan menunjukkan adanya penurunan tekanan darah pada pasien, pasien juga melaporkan merasa lebih rileks, lebih nyaman, kualitas istirahat membaik, dan keluhan seperti sakit kepala serta rasa tegang di tengkuk berkurang. Hasil tersebut menunjukkan bahwa kombinasi terapi rendam kaki menggunakan air hangat dan aromaterapi lavender dapat memberikan manfaat sebagai terapi komplementer dalam membantu mengontrol tekanan darah pada lansia hipertensi.

Kata kunci : Hipertensi, lansia, rendam kaki air hangat, aromaterapi lavender.

ABSTRACT

Hypertension is one of the most common non-communicable diseases among older adults and is a major risk factor for cardiovascular disease, stroke, and kidney failure. In addition to pharmacological therapy, non-pharmacological interventions such as warm water foot soaking and lavender aromatherapy can be used as complementary therapies to help reduce blood pressure. Warm water produces a vasodilatory effect that improves blood circulation, while lavender aromatherapy provides a relaxing effect through its active compounds, linalool and linalyl acetate, which help reduce sympathetic nervous system activity. This scientific paper aimed to describe the implementation of warm water foot soak therapy combined with lavender aromatherapy in reducing blood pressure among older adults with hypertension in the Jabal Nur Ward of KHZ Mustofa Regional General Hospital, Tasikmalaya Regency. The method used was a case study employing the nursing process, which included assessment, nursing diagnosis, planning, implementation, and evaluation. The intervention was carried out for three consecutive days, with each session lasting approximately 15–20 minutes using warm water at a temperature of 37–40°C mixed with 2–3 drops of lavender essential oil. Blood pressure was measured before and after the intervention to evaluate changes. The results showed a decrease in the patient's blood pressure. In addition, the patient reported feeling more relaxed and comfortable, experienced improved sleep quality, and had reduced complaints of headache and neck stiffness. These findings indicate that the combination of warm water foot soak therapy and lavender aromatherapy can serve as a beneficial complementary therapy in helping to control blood pressure among older adults with hypertension.

Keywords: *hypertension, older adults, warm water foot soak, lavender aromatherapy, blood pressure.*

DAFTAR ISI

HALAMAN JUDUL	i
LEMBAR PERSETUJUAN	ii
LEMBAR PENGESAHAN	iii
SURAT PERNYATAAN KEASLIAN TULISAN	iv
SURAT PERNYATAAN PERSETUJUAN PUBLIKASI.....	v
ABSTRAK	vi
ABSTRACT	vii
KATA PENGANTAR.....	viii
DAFTAR ISI.....	x
DAFTAR TABEL	xii
DAFTAR GAMBAR.....	xiii
DAFTAR BAGAN.....	xiv
DAFTAR LAMPIRAN	xv
BAB I PENDAHULUAN.....	1
1.1 Latar Belakang	1
1.2 Rumusan Masalah	11
1.3 Tujuan.....	12
1.4 Manfaat KTI	12
1.5 Keaslian Penelitian	14
BAB II TINJAUAN PUSTAKA.....	15
2.1 Konsep Dasar Hipertensi.....	15
2.2 Konsep Dasar Lansia	20
2.3 Aromatherapy Lavender	21
2.4 Rendam Kaki Menggunakan Air Hangat	23
2.5 Konsep Asuhan Keperawatan	24
2.6 Implementasi Keperawatan	35
2.7 Evaluasi	35
2.8 Kerangka Teori.....	38
2.9 Kerangka Konsep	39

BAB III METODE PENELITIAN	40
3.1 Desain Karya Tulis Ilmiah	40
3.2 Subyek KTI	40
3.3 Definisi Operasional / Batasan Istilah	40
3.4 Lokasi dan Waktu.....	41
3.5 Prosedur Penyusunan KTI.....	41
3.6 Teknik Pengumpulan Data	42
3.7 Instrumen Pengumpulan Data	42
3.8 Keabsahan Data	42
3.9 Analisis Data	43
3.10 Etika Penelitian.....	44
BAB IV HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN.....	46
4.1 Hasil Studi Kasus	46
4.2 Pembahasan Studi Kasus	54
4.3 Keterbatasan Karya Tulis Ilmiah.....	68
BAB V PENUTUP	70
5.1 Kesimpulan.....	70
5.2 SARAN	71
DAFTAR PUSTAKA	72

DAFTAR TABEL

Tabel 1. 1 Keaslian Penelitian.....	14
Tabel 2. 1 Intervensi.....	32
Tabel 2. 2 Evaluasi Keperawatan	36
Tabel 4. 1 Pengkajian Pada Lansia Penderita Hipertensi.....	47
Tabel 4. 2 Intervensi Asuhan Keperawatan.....	50
Tabel 4. 3 Implementasi pemberian rendam kaki dan aroma terapi lavender.....	52

DAFTAR GAMBAR

Gambar 4. 1 perubahan tekanan darah sebelum dan sesudah diberikan terapi rendam kaki menggunakan air hangat dan aroma terapi lavender selama 3 hari	54
---	----

DAFTAR BAGAN

Bagan 2. 1 Pathway hipertensi	18
Bagan 2. 2 Kerangka Teori.....	38
Bagan 2. 3 Kerangka Konsep.....	39

DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran 1 Penjelasan Sebelum Pelaksanaan Karya Tulis Ilmiah

Lampiran 2 Lembar Imformed Consent

Lampiran 3 Format SOP Penerapan Rendam Kaki dan Aromaterapi Lvender

Lampiran 4 Format Asuhan Keperawatan