



ARTIKEL RISET

URL artikel: <http://jurnal.fkm.umi.ac.id/index.php/won/article/view/won4210>

Pengaruh Terapi Rendam Kaki dengan Air Hangat terhadap Penurunan Tekanan Darah pada Ibu Hamil Preeklampsia

Banur Hadriyanti Rahayu¹, Fatma Jama², Nurwahyuni Munir³

^{1,2,3} Ilmu Keperawatan, Fakultas Kesehatan Masyarakat, Universitas Muslim Indonesia

Email Penulis Korespondensi (^K): hadriyantibanur@gmail.com

hadriyantibanur@gmail.com¹, fatmajama@umi.ac.id², nurwahyuni.munir@umi.ac.id³

ABSTRAK

Preeklampsia merupakan salah satu penyakit yang tidak menular tetapi dapat menyebabkan kematian pada ibu hamil. Penangan Preeklampsia dapat dilakukan dengan non-farmakologis salah satunya adalah terapi rendam kaki dengan air hangat. Tujuan dari penelitian ini adalah untuk mengetahui pengaruh terapi rendam kaki dengan air hangat terhadap penurunan tekanan darah pada ibu hamil preeklampsia di Puskesmas Galesong Utara. Penelitian ini merupakan penelitian kuantitatif dengan *Desain Quasi Eksperimental* dan rancangan *one groups pretest-posttest design* yang dilakukan pada 37 ibu hamil preeklampsia. Teknik pengambilan sampel menggunakan *purposive random sampling* dengan metode *total sampling* yang telah disesuaikan dengan kriteria inklusi dan kriteria eksklusi. Analisis bivariat menggunakan uji *Wilcoxon* dengan tingkat kemaknaan $\alpha < 0,05$. Hasil penelitian ini menunjukkan, sebelum pemberian terapi rendam kaki dengan air hangat pada ibu hamil preeklampsia terdapat tekanan darah preeklampsia ringan dan sedang, setelah pemberian terapi rendam kaki dengan air hangat pada ibu hamil preeklampsia terdapat tekanan darah preeklampsia normal dan ringan, uji *Wilcoxon* menunjukkan *pretest-posttest* pada Tekanan darah *p Value* = 0,000. Kesimpulan dari penelitian ini adalah ada pengaruh pemberian terapi rendam kaki dengan air hangat terhadap tekanan darah pada ibu hamil preeklampsia di Puskesmas Galesong Utara. Oleh karena terapi rendam kaki air hangat dapat dijadikan sebagai terapi non-farmakologi yang bisa dilakukan secara mandiri untuk menurunkan tekanan darah pada ibu hamil preeklampsia.

Kata Kunci: Terapi Rendam Kaki Air Hangat; Ibu Hamil; Preeklampsia

Article history :

PUBLISHED BY :

Pusat Kajian dan Pengelola Jurnal
Fakultas Kesehatan Masyarakat UMI

Address :

Jl. Urip Sumoharjo Km. 5 (Kampus II UMI)
Makassar, Sulawesi Selatan.

Email :

jurnal.won@umi.ac.id

Received 10 Agustus 2023

Received in revised form 25 Agustus 2023

Accepted 28 Oktober 2023

Available online 30 Desember 2023

licensed by [Creative Commons Attribution-ShareAlike 4.0 International License](https://creativecommons.org/licenses/by-sa/4.0/).



ABSTRACT

Preeclampsia is a disease that is not contagious but can cause death in pregnant women. Preeclampsia can be treated with non-pharmacological methods, one of which is foot bath therapy with warm water. The purpose of this study was to determine the effect of foot soak therapy with warm water on reducing blood pressure in preeclamptic pregnant women at the North Galesong Public Health Center. This study is a quantitative study with a quasi-experimental design and a one group pretest-posttest design which was conducted on 37 preeclamptic pregnant women. The sampling technique used was purposive random sampling with a total sampling method that had been adjusted to the inclusion criteria and exclusion criteria. Bivariate analysis used the Wilcoxon test with a significance level of < 0.05 . The results of this study indicate, before giving foot bath therapy with warm water to pre-eclamptic pregnant women there is mild and moderate preeclampsia blood pressure, after giving foot soak therapy with warm water to preeclamptic pregnant women there is normal and mild preeclampsia blood pressure, Wilcoxon test shows the pretest- posttest on blood pressure p Value = 0.000. The conclusion of this study is that there is an effect of giving foot soak therapy with warm water on blood pressure in pre-eclamptic pregnant women at the North Galesong Health Center. Therefore, warm water foot soak therapy can be used as a non-pharmacological therapy that can be done independently to reduce blood pressure in preeclamptic pregnant women.

Keyword: warm water foot bath; pregnant mother; preeclampsia

PENDAHULUAN

Preeklampsia adalah penyakit yang tidak menular tetapi dapat menyebabkan kematian pada ibu hamil. Penyakit tidak menular (PTM) adalah penyakit kronis yang tidak dapat menularkan ke orang lain seperti penyakit preeklampsia, diabetes, penyakit jantung, stroke, kanker, dan penyakit paru obstruktif kronis (1)

Menurut *World Health Organization* (WHO) Preeklampsia adalah salah satu penyebab kesakitan dan kematian ibu maupun janinnya di seluruh dunia. Angka kematian ibu (AKI) masih sangat tinggi, sekitar 810 wanita meninggal akibat komplikasi terkait kehamilan atau persalinan di seluruh dunia setiap hari, dan sekitar 295.000 wanita meninggal selama maupun setelah kehamilan dan persalinan. Angka kematian ibu di negara berkembang mencapai 462/100.000 kelahiran hidup. Adapun di negara maju sebesar 11/100.000 kelahiran hidup. Tingginya angka kematian ibu dan angka kematian bayi disebabkan oleh beberapa faktor, seperti perdarahan hebat (setelah persalinaan), infeksi (setelah persalinan), komplikasi dari persalinan, aborsi tidak aman dan salah satunya adalah preeklampsia (2)

Prevalensi di Indonesia penderita preeklampsia berada pada peringkat kedua tertinggi yang menyebabkan kematian pada ibu setelah perdarahan. Preeklampsia merupakan penyebab terbesar dalam kehamilan yang membuat komplikasi sampai menyebabkan kematian pada ibu. Perbandingan preeklampsia di Indonesia semakin tinggi, hampir 30% kematian ibu di Indonesia disebabkan oleh preeklampsia yang merupakan salah satu penyebab kematian ibu terbanyak di Indonesia setelah perdarahan. Salah satu penyebab langsung kematian pada ibu di Indonesia yaitu Hipertensi pada kehamilan sebesar 28%, Eklamsi 24%, dan Perdarahan sebesar 11%. Jumlah kematian pada ibu hamil yang disebabkan hipertensi di Indonesia sebesar 1.066 kasus, kasus tertinggi yaitu Provinsi Jawa Barat dengan jumlah 218 kasus, Provinsi Jawa Timur sebesar 162 kasus (3).

Preeklampsia dapat diobati secara farmakologis dan non-farmakologis. Pengobatan secara farmakologis dapat menyembuhkan hipertensi tetapi dapat menimbulkan efek samping seperti mulut kering, haus, lemah, pusing, kelelahan, nyeri, otot, takikardi, sakit kepala, pusing, lemas dan mual.

Pengobatan secara non-farmakologis dapat dilakukan dengan mengubah gaya hidup yang lebih sehat, dengan melakukan terapi dengan rendam kaki menggunakan air hangat yang dapat dilakukan setiap saat. Terapi rendam kaki merupakan terapi yang dapat dilakukan dengan cara merendam kaki sampai batas 10-15 cm diatas mata kaki dengan menggunakan air hangat. Terapi ini bertujuan untuk meningkatkan aliran darah pada bagian kaki sehingga sangat berpengaruh pada perubahan tekanan darah pada penderita preeklampsia yang merupakan salah satu therapy yang mudah dilakukan bagi penderita untuk menurunkan tekanan darah(4).

Manfaat dari rendam kaki dengan air hangat sangat berdampak pada tubuh yaitu pada pembuluh darah dimana air hangat dapat membuat sirkulasi darah menjadi lancar, menstabilkan aliran darah dan kerja pada jantung yang merangsang baroreseptor yaitu refleksi utama untuk menentukan kontrol regulasi pada denyut jantung pada tekanan darah. Baroreseptor akan menerima rangsangan dari tekanan yang berlokasi di arkus aorta dan sinus karotikus. Pada tekanan darah arteri meningkat dan meregang, reseptor dengan cepat mengirimkan impuls ke pusat pembuluh darah yang mengakibatkan pelebaran pembuluh darah pada pembuluh kapiler (arteriol) dan vena sehingga terjadi perubahan pada tekanan darah(4).

Terapi dengan menggunakan air hangat terjadi perubahan tekanan darah karena adanya efek dari rendam kaki air hangat yang dapat menghasilkan energi kalor yang bersifat medilatasi, dapat melancarkan peredaran darah dan merangsang saraf parasimpatis sehingga menyebabkan perubahan pada tekanan darah. Tujuan dari penelitian ini adalah untuk mengetahui pengaruh terapi rendam kaki dengan air hangat terhadap penurunan tekanan darah pada ibu hamil preeklampsia (5).

METODE

Penelitian ini menggunakan jenis penelitian kuantitatif dengan desain *quasi eksperimental* rancangan *one groups pretest-posttest design*. Penelitian ini dilakukan di Puskesmas Galesong Utara yang terletak di wilayah Desa Tamasaju Kecamatan Galesong Utara Kabupaten Takalar. Penelitian ini dilakukan pada 9 Mei- 9 Juni 2022. Populasi pada penelitian ini adalah ibu hamil yang mengalami preeklampsia. Besar sampel dalam penelitian ini adalah sebanyak 37 pasien. Pemberian terapi dilakukan sebanyak 3x dalam seminggu selama sebulan.

Pada penelitian ini Tekanan darah diukur sebelum dan sesudah dilakukan intervensi rendam kaki dengan air hangat dan di harapkan adanya pengaruh kepada subjek setelah dilakukan intervensi untuk mengetahui tekanan darah pasien kemudian data di uji menggunakan uji statistic *Wilcoxon*.

HASIL**Karakteristik Responden****Tabel 5.1 Distribusi Karakteristik Demografi Responden Penelitian di Puskesmas Galesong Utara**

Karakteristik Responden	n	%
Umur		
20-25 Tahun	10	27,0
26-35 Tahun	18	45,9
36-41 Tahun	9	27,0
Kehamilan Ke-Berapa		
Gravida		
1	11	29,7
2	14	37,8
3	10	27,0
4	2	5,4
Paritas		
0	11	29,7
1	14	37,8
2	10	27,0
3	2	5,4
Abortus		
0	37	100,0
Umur Kehamilan		
≤25 Minggu	9	24,3
≥25 Minggu	28	75,6
Pendidikan		
SD	5	13,5
SMP	21	56,8
SMA	11	29,7
Pekerjaan		
IRT	24	64,9
Wiraswasta	13	35,1
Penyakit Penyerta		
Tidak Ada	37	100,0
Penghasilan		
<1.000.000	24	64,9
>1.000.000	13	35,1
Terapi Non Farmakologi		
Belum Pernah	37	100,0
Total	37	100,0

Tabel 5.1 distribusi karakteristik responden di Puskesmas Galesong Utara menunjukkan hasil penelitian bahwa jumlah responden sebanyak 37 orang. Berdasarkan karakteristik umur mayoritas responden umur 20-25 sebanyak 10 orang atau sebanyak (27%), umur 26-35 sebanyak 18 orang (45%), dan umur 36-41 sebanyak 9 orang (27%) yang mengalami hipertensi pada ibu hamil. Berdasarkan Karakteristik umur kehamilan mayoritas responden yaitu ≥ 25 minggu sebanyak 28 orang (75,6%) dan ≤ 25 sebanyak 9 orang (24,3%). Berdasarkan karakteristik pendidikan terakhir mayoritas responden yaitu SMP sebanyak 21 orang (56,8%) dan SMA sebanyak 11 orang (29,7%). Berdasarkan Karakteristik pekerjaan mayoritas responden yaitu IRT sebanyak 24 orang (64,9%). Berdasarkan Karakteristik penghasilan mayoritas responden yaitu <1.000.000 yaitu sebanyak 24 orang (64,9%) sedangkan >1.000.000 sebanyak 13 orang (35,1%). Berdasarkan Karakteristik responden menunjukkan bahwa 37

responden tidak memiliki penyakit penyerta dan responden belum pernah menggunakan terapi non farmakologi sebelumnya.

Analisa Univariat

Pada analisis univariat akan memuat tentang tingkat tekanan darah sebelum pemberian terapi rendam kaki dengan air hangat pada ibu hamil preeklampsia

Tabel 5.2 Distribusi Tekena Darah Sebelum Pemberian Terapi Rendam Kaki dengan Air Hangat pada Ibu Hamil Preeklampsia

Intervensi	kanan Darah Sebelum Intervensi	n	%
Terapi Rendam Kaki dengan Air Hangat	Preeklampsia Ringan	34	91,9
	Preeklampsia Sedang	3	8,1
Total		37	100,0

Berdasarkan tabel 5.2 menunjukkan hasil tekanan darah sebelum pemberian terapi rendam kaki dengan air hangat terbanyak pada preeklampsia ringan sebanyak 34 responden (91,9%), sedangkan pada preeklampsia sedang sebanyak 3 responden (8,1%).

Tabel 5.3 Distribusi Tekena Darah Pemberian Terapi Rendam Kaki dengan Air Hangat pada Ibu Hamil Preeklampsia

Intervensi	Tekanan Darah Setelah Intervensi	n	%
Terapi Rendam Kaki dengan Air Hangat	Normal	31	83,8
	Preeklampsia Ringan	6	16,2
Total		37	100,0

Berdasarkan tabel 5.3 Menunjukkan hasil Tekena darah setelah pemberian terapi rendam kaki dengan air hangat mayoritas memiliki Tekena darah normal sebanyak 31 responden (83,8%), sedangkan pada preeklampsia ringan sebanyak 6 responden (16,2%).

Analisis Bivariat

Tabel 5.4 Pengaruh Terapi Rendam Kaki dengan Air Hangat Terhadap Penurunan Tekanan Darah Pada Ibu Hamil Preeklampsia.

Variabel	Mean	Max-Min	p-value
Pre Tekanan Darah	144,59	160 – 140	0,000
Post Tekanan Darah	124,97	150 – 119	

Tabel 5.5 didapatkan hasil uji *Wilcoxon* bahwa tekanan darah sebelum dan sesudah terdapat perbedaan yang ditunjukkan dengan nilai *P-Value*=0,000, (*P-Value*< 0,05) dengan nilai rerata sebelum dilakukan intervensi sebesar 144,59 untuk tingkat maksimum 160 dan minimum 140, sedangkan nilai rerata setelah diberikan terapi rendam kaki sebesar 124,97 dengan tingkat maksimum 150 dan minimum 119.

PEMBAHASAN

Tekanan darah ibu hamil sebelum terapi rendam kaki dengan air hangat.

Berdasarkan hasil penelitian sebelum pemberian terapi rendam kaki dengan air hangat terdapat 37 responden yang mengalami preeklampsia. Hasil tekanan darah sebelum dilakukan terapi rendam kaki

dengan air hangat pada ibu hamil terdapat preeklampsia Ringan 34 responden (91,9%) dan preeklampsia sedang 3 responden (8,1%). Umur mayoritas responden 26-35 tahun sebesar 18 responden (72,9%). Mayoritas umur pada kehamilan responden ≥ 25 minggu sebanyak 28 responden (75,6%). Mayoritas Pendidikan responden yaitu SMP sebanyak 21 responden (56,8%).

Usia merupakan bagian yang sangat penting dari status reproduksi, Umur dapat dikaitkan pada peningkatan atau penurunan fungsi tubuh, sehingga dapat mempengaruhi status Kesehatan bagi seseorang. Penyebab kematian maternal yaitu salah satunya yaitu umur ibu, umur yang aman pada kehamilan dan persalinan yaitu umur 20 sampai 30 tahun. Salah satu faktor penyebab preeklampsia pada kehamilan yaitu ibu hamil yang berusia kurang dari 20 tahun atau lebih dari 35 tahun yang berisiko tinggi mengalami preeklampsia pada kehamilan dibandingkan ibu hamil yang berusia normal sekitar 20-30 tahun.

Umur dari hasil penelitian yang dikemukakan Nurmawati (2017) pada umur 25-35 tahun selain faktor umur, juga memiliki karakteristik lain sebagai predisposisi hipertensi misalkan kelebihan berat badan dan kenaikan tekanan darah. Tingginya angka kejadian hipertensi pada usia reproduksi sehat, penderita hipertensi banyak dialami oleh ibu hamil berusia diantara 25-35 tahun. Hasil penelitian ini menjelaskan bahwa kejadian preeklampsia mayoritas dialami oleh pasien dengan karakteristik umur reproduksi 25-35 tahun.

Berdasarkan hasil dari penelitian diatas terbukti bahwa Pendidikan tertinggi ibu hamil yaitu SMP sebanyak 21 orang (56,8%). Pendidikan merupakan salah satu aspek social yang dapat mempengaruhi respon seseorang terhadap sesuatu dengan lebih rasional (Hipson 2016). Ibu hamil yang berpendidikan tinggi memiliki resiko lebih rendah dalam kehamilannya, karena disebabkan tingginya kemampuan ibu dalam menerapkan kehamilannya yang aman dan sehat juga diperoleh dari pendidikan formal yang dimiliki (6).

Faktor risiko preeklampsia meningkat yaitu diabetes melitus, penyakit ginjal, hipertensi kronik, janin lebih dari satu, belum pernah melahirkan janin yang hidup diluar janin (nullipara), ibu dengan hamil anggur (molahidatosa, dan usia yang memiliki risiko. Berbeda dengan pendapat Nirmala, (2022) mengatakan bahwa fakto-faktor preeklampsia yaitu jumlah kunjungan antenatal, anamia berat, infeksi saluran kemih, penyakit ginjal, diabetes melitus, hipertensi kronik dan nulipa. Dampak yang dapat disebabkan oleh preeklampsia juga dapat memberikan pengaruh buruk pada Kesehatan janin, sehingga dapat intrauterine growth restricton (IUGR) oligohidramnion dan prematuritas, dan dapat menyebabkan komplikasi pada bayi yaitu retardasi pertumbuhan janin, kelahiran premature, berat badan lahir rendah, dan sindrom gangguan pernapasan neonates (NRDS). Ibu yang mengalami preeklampsia memiliki peningkatan risiko eclampsia, kerusakan organ seperti edema paru, gagal hati dan ginjal penyakit jantung gangguan pembekuan darah, solusio plasenta, stroke hemoragik dan sindrom Hells (7).

Tekanan darah ibu hamil setelah terapi rendam kaki dengan air hangat.

Berdasarkan hasil penelitian tekanan darah setelah dilakukan terapi rendam kaki dengan air hangat terdapat 31 responden Normal (83,8%), preeklampsia ringan 6 responden (16,2%). Hasil setelah pemberian terapi rendam kaki dengan air hangat menunjukkan bahwa tekanan darah sebelum dan sesudah

menggunakan uji statistik *Wilcoxon* dengan tingkat kepercayaan 95% ($\alpha = 0,005$) terdapat perbedaan yang ditunjukkan dengan nilai $\text{sig } 0,000 < 0,05$. Maka H_0 di tolak dan H_a di terima yang berarti ada pengaruh tekanan darah sistolik dan tekanan darah diastolik sebelum dan sesudah terapi rendam kaki air hangat terhadap penurunan tekanan darah pada ibu hamil preeklampsia.

Berdasarkan hasil penelitian menunjukkan bahwa tekanan darah pada ibu hamil yang mengalami preeklampsia sesudah diberikan terapi rendam kaki air hangat sebanyak 31 responden yang mengalami penurunan tekanan darah yang tidak mengalami perubahan sebanyak 6 responden, dimana disebabkan karena reaksi penolakan kekebalan ibu terhadap kehamilan, selain itu dapat juga disebabkan karena perbedaan gaya hidup, kurang olahraga, dan faktor stress. Kemudian ditindak lanjuti oleh dokter dan di anjurkan perawatan farmakologis atau meminum obat antihipertensi.

Rendam kaki merupakan terapi dengan cara merendam kaki dengan 10-15 cm diatas mata kaki dengan menggunakan air hangat, waktu yang digunakan dalam merendam kaki selama 15 menit. Terapi ini dapat meningkatkan aliran darah pada bagian kaki responden. Merendam kaki dengan air hangat dapat melancarkan peredaran darah terutama pada bagian ekstermitas.

Terapi rendam kaki dengan air hangat merupakan salah terapi menurunkan tekanan darah. Terapi rendam kaki air hangat dapat membuat tubuh menjadi terasa rileks, mengurangi beban pada sendi dan dapat mengurangi penompong berat badan dan dapat melancarkan sirkulasi pada paru-paru. Respon air hangat pada tubuh dapat melancarkan sirkulasi darah dan mengakibatkan pelebaran pembuluh darah, dapat meningkatkan metabolisme jaringan dan permeabilitas kapiler dan juga menurunkan kekakuan atau ketegangan pada otot dan melancarkan peredaran darah (8).

Efek yang di akibatkan oleh panas dapat membuat zat cair, padat dan gas jadi memuai dan dapat meningkatkan reaksi kimia pada jaringan sehingga terjadi proses metabolisme bersamaan dengan meningkatnya pertukaran zat kimia pada tubuh dengan cairan tubuh. Respon dari panas tersebut dengan terapi air hangat dapat digunakan sebagai alternatif terapi untuk kondisi pada tubuh. Terapi rendam air hangat juga sangat mudah dilakukan oleh semua orang, tidak membutuhkan biaya yang mahal, dan tidak menimbulkan efek samping yang berbahaya (6).

Pengaruh Terapi Rendam Kaki Dengan Air Hangat Terhadap Penurunan Tekanan Darah Pada Ibu Hamil Preeklampsia.

Berdasarkan hasil penelitian yang telah dilakukan oleh peneliti terhadap 37 responden yang mengalami preeklampsia setelah dilakukan terapi rendam kaki dengan air hangat di dapatkan 31 responden yang mengalami penurunan tekanan darah dan 6 respon yang tidak mengalami penurunan tekanan darah hal ini disebabkan reaksi penolakan imunologis ibu terhadap kehamilan, selain itu dapat disebabkan juga karena perbedaan gaya hidup, kurang olahraga, dan faktor stress.

Data dianalisis dengan menggunakan uji statistik *Wilcoxon* dengan tingkat kepercayaan 95% ($\alpha = 0,005$). Berdasarkan hasil uji ini, didapatkan rata-rata tekanan darah sebelum intervensi adalah 144,59 mmHg dan rata-rata tekanan darah setelah diberikan intervensi adalah 124,97 mmHg dengan nilai ($p\text{-value } 0,000$). Maka H_0 ditolak dan H_a di terima yang berarti ada pengaruh tekanan darah sistolik

sebelum dan sesudah terapi rendam kaki air hangat terhadap penurunan tekanan darah pada ibu hamil preeklampsia.

Maka dapat disimpulkan bahwa terdapat pengaruh rendam kaki dengan air hangat yang signifikan terhadap penurunan tekanan darah setelah dilakukan pemberian terapi rendam kaki pada ibu hamil preeklampsia. Hal ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Nazaruddin, dan Dewi yang dilakukan di Puskesmas Poasia Kota Kendari pada tahun (2021) menunjukkan bahwa terapi rendam kaki dengan air hangat efektif dalam menurunkan tekanan darah pada penderita hipertensi dengan nilai $p < 0,000$.

Hal ini juga didukung oleh penelitian yang dilakukan oleh Lilkafah tahun 2016 menunjukkan bahwa terapi dengan rendam kaki air hangat dengan suhu air 40°C dalam waktu 15 menit selama satu kali intervensi selama 2 minggu efektif menurunkan tekanan darah dengan rata-rata penurunan tekanan darah sebesar 10 mmHg untuk tekanan darah diastoliknyanya sekitar 9 mmHg. Penurunan tekanan darah ini menunjukkan adanya dampak positif dari terapi rendam kaki air hangat menghasilkan energi kalor yang bersifat melidatasi dan melancarkan peredaran darah dan dapat merangsang saraf parasimpatis sehingga menyebabkan perubahan tekanan darah, secara ilmiah khususnya pada air hangat mempunyai banyak manfaat bagi tubuh khususnya dalam memperlancar peredaran darah.

Hasil Analisa dari penulis, rendam kaki dengan air hangat mempunyai pengaruh terhadap tekanan darah pada ibu hamil preeklampsia yang dibuktikan hasil penelitian sebelum dan sesudah dilakukan rendam kaki dengan air hangat, bahwa sesudah dilakukan rendam kaki dengan air hangat pada ibu hamil preeklampsia mengalami penurunan tekanan darah karena hangatnya air membuat sirkulasi darah menjadi lancar.

Mekanisme kerja terapi rendam kaki menggunakan air hangat yang dilakukan secara rutin dapat terjadi perubahan tekanan darah, karena efek dari merendam kaki menggunakan air hangat yang menghasilkan energi yang bersifat melancarkan peredaran darah dan dapat merangsang saraf yang ada pada kaki untuk mengaktifkan saraf parasimpatis, sehingga menyebabkan penurunan tekanan darah (7).

Terapi rendam kaki dengan air hangat mempunyai dampak pada pembuluh darah dimana hangatnya air membuat sirkulasi darah menjadi lancar dan membuat otot-otot ligament berubah sehingga mempengaruhi sendi tubuh (9).

. Efek merendam kaki dengan air hangat mampu mengantarkan panas atau reaksi kimia yang terjadi pada pembuluh darah, menurunkan ketegangan otot, meningkatkan metabolisme jaringan dan meningkatkan permeabilitas kapiler. Terapi rendam kaki air hangat dengan suhu air 40°C dalam waktu 15 menit selama satu kali intervensi selama 2 minggu. Efektif untuk menurunkan tekanan darah dengan rata-rata penurunan tekanan darah sebesar 10 mmHg untuk tekanan darah sistolik dan tekanan darah diastolik sekitar 9 mmHg. Hidroterapi rendam air hangat sangat mudah dilakukan oleh semua orang, tidak membutuhkan biaya yang mahal, dan juga tidak memiliki efek samping yang berbahaya (10).

Penelitian tekanan darah dilakukan dengan mengukur tekanan darah sebelum dan sesudah dilakukan terapi rendam kaki dengan air hangat. Terapi rendam kaki dengan air hangat yang dilakukan dalam penelitian yaitu dengan merendam kaki responden kedalam baskom yang berisi air hangat yang telah di

ukur dengan thermometer dengan suhu 39°C- 42°C selama 15 menit yang mana selama terapi, baskom ditutup dengan menggunakan handuk untuk mempertahankan suhu air hangat.

KESIMPULAN DAN SARAN

Berdasarkan dari penelitian ini didapatkan sebelum pemberian terapi rendam kaki air hangat pada ibu hamil di Puskesmas Galesong Utara tekanan darah ibu hamil berada pada tingkat preeklampsia ringan hingga sedang dan setelah pemberian terapi rendam kaki air hangat tekanan darah ibu hamil normal hingga preeklampsia ringan. Oleh karena itu, diharapkan terapi rendam kaki air hangat ini dapat dijadikan acuan sebagai salah satu terapi komplementer dalam menurunkan tekanan darah pada ibu hamil.

DAFTAR PUSTAKA

1. Myrtha. R. Penatalaksanaan Tekanan Darah pada Preeklampsia. Cermin Dunia Kedokt [Internet]. 2017;42(4):262–6. Available from: <http://www.cdkjournal.com/index.php/CDK/article/viewFile/1020/741>
2. Ikhtiari ND, Widyastuti W. Penerapan Terapi Rendam Kaki Air Hangat Untuk Menurunkan Tekanan Darah Pada Ibu Hamil Hipertensi Di Wilayah Petarukan. Pros Semin Nas Kesehat. 2021;1:709–14.
3. Riskesdas. Laporan Provinsi Sulawesi Selatan Riskesdas 2018. Vol. 110, Badan Penelitian Dan Pengembangan Kesehatan. 2018. 1689–1699 p.
4. Rahim R, M SS, Rismawati S, Kebidanan J, Kemenkes P. Pengaruh Renam Kaki Air Hangat Terhadap Peubahan Tekanan Darah Ibu Hamil Hipertensi. jurnal kebidanan Poltekkes Kemenkes Tasikmalaya. 2015;
5. Yati M, Pratiwi DS, Effect T, Warm O, Soak F, On T, et al. Pengaruh Terapi Rendam Kaki dengan Air Hangat Terhadap Penurunan Tekanan Darah Penderita Hipertensi di Wilayah Kerja Puskesmas Poasia Kota Kendari. J Ilm Kesehat diagnois. 2021;16(eISSN : 2302-2531):87–95.
6. Anggreni D, Mail E, Adiesty F. Hipertensi dalam kehamilan. 2018.
7. Suyami, Purnomo RT, Sutantri R. Determinan Kasus Preeklampsia Pada Ibu Bersalin. J Ilmu Kesehat. 2019;14(01):93–112.
8. Sholekha L, Jubaedah E, Nurcahyani L. the Effect of Hydrotherapy on the Reduction of Blood Pressure in Pregnant Women With Hypertension At the Primary Health Careastanajapura Cirebon District in 2019. Int Semin Gend Equity Matern Child Heal. 2021;1(1):109–21.
9. Arafah S, Stikes K, Persada Takalar T. The Effect Of Heat Water Foot Therapy On Reduction Of Blood Pressure On Hypertension At Pattallassang Public Health Centre Takalar. Politek Kesehat Makassar. 2019;10(02):2087–122.
10. Ferayanti NM, Erwanto R, Sucipto A. The Effectiveness Of Warm Water Therapy And Deep Breathing Relaxation In Blood Pressure. Nurscope J Penelit dan Pemikir Ilm Keperawatan. 2017;3(2):38.