

**PENGARUH *HIDROTERAPI* RENDAM KAKI AIR HANGAT TERHADAP
PENURUNAN TEKANAN DARAH DAN TINGKAT STRESS PADA LANSIA
HIPERTENSI DI WILAYAH BARENG KARTINI RW 01 KELURAHAN
BARENG**

Ajeng Ayuningtyas
Joko Wiyono, S.Kep., M.Kep., Sp.Kom
Tri Cahyo Sepdianto, S.Kep., Ns., M.Kep. Sp.KMB

ABSTRAK

Hipertensi adalah penyakit tidak menular yang menjadi salah satu penyebab utama kematian di dunia dan meningkatkan risiko penyakit seperti serangan jantung, stroke, diabetes, dan penyakit ginjal sering kali dikaitkan dengan tingkat stress. Tujuan penelitian ini untuk mengetahui adanya pengaruh hidroterapi rendam kaki air hangat terhadap penurunan tekanan darah dan tingkat stress pada lansia. Desain penelitian yang digunakan yaitu *quasy experimental* yang tersusun dalam *two group pre-test post-test design with control group*. Responden sebanyak 60 lansia dipilih menggunakan metode purposive sampling. Analisis bivariat menggunakan uji Wilcoxon dan Man Whitney untuk mengetahui adanya pengaruh dan perbedaan 2 kelompok. Hasil penelitian menunjukkan sebagian besar lansia *pre-test* mengalami hipertensi derajat II sebanyak 33 lansia (52%) dan tingkat stress sedang sebanyak 29 lansia (48%). Setelah *post-test* pada kelompok perlakuan sebagian lansia mengalami pra hipertensi 16 lansia (53%) dan tingkat stress rendah sebanyak 19 lansia (63%) rendah. Pada kelompok *pre-post test* kontrol tekanan darah dan tingkat stres tidak ada perubahan hasil. Hasil Uji Wilcoxon menunjukkan pengaruh yang signifikan *pre-post test* kelompok perlakuan tekanan darah dan tingkat stress menunjukkan p value 0.000, sedangkan pada kelompok kontrol menunjukkan p value tekanan darah 0,065 dan tingkat stress 0.002. Hasil Uji Man Whitney *post-test* kelompok kontrol dan intervensi tekanan darah dan tingkat stress 0.000. Diharapkan penelitian ini dapat dijadikan sebagai alternative untuk lansia penderita hipertensi dengan menerapkan hidroterapi rendam kaki air hangat dalam menurunkan tekanan darah dan tingkat stress.

Kata Kunci : Hidroterapi, Hipertensi, Tekanan Darah, Tingkat Stres.