

**IMPLEMENTASI RENDAM KAKI DENGAN GARAM EPSOM (*EPSOM SALT*) PADA PASIEN DENGAN HIPERTENSI DI WILAYAH KERJA
PUSKESMAS MARGADANA**



TUGAS AKHIR

Oleh:

NAMA : SILVI MULYANA

NIM : 23130079

**PROGRAM STUDI DIPLOMA III KEPERAWATAN
FAKULTAS SEKOLAH VOKASI
UNIVERSITAS HARKAT NEGERI
2026**

**IMPLEMENTASI RENDAM KAKI DENGAN GARAM EPSOM (*EPSOM SALT*) PADA PASIEN DENGAN HIPERTENSI DI WILAYAH KERJA
PUSKESMAS MARGADANA**



TUGAS AKHIR

Diajukan Sebagai Salah Satu Syarat Untuk Menyelesaikan Studi Pada Program
Studi Diploma Tiga Keperawatan

Oleh:

Nama : Silvi Mulyana

NIM : 23130079

PROGRAM STUDI DIPLOMA III KEPERAWATAN

FAKULTAS SEKOLAH VOKASI

UNIVERSITAS HARKAT NEGERI

2026

UNIVERSITAS HARKAT NEGERI	Kode/No :
	Tanggal :
FORMULIR LEMBAR PERSETUJUAN TUGAS AKHIR	Revisi :
	SEKOLAH VOKASI

HALAMAN PERSETUJUAN TUGAS AKHIR (TA)

IMPLEMENTASI RENDAM KAKI DENGAN GARAM EPSOM (*EPSOM SALT*) PADA PASIEN DENGAN HIPERTENSI DI WILAYAH KERJA PUSKESMAS MARGADANA

Sebagai Salah Satu Syarat Untuk Melaksanakan Tugas Akhir

Oleh:

Nama : Silvi Mulyana

NIM : 23130079

Tegal, 10 Juli 2026

Menyetujui,

PEMBIMBING I

PEMBIMBING II



Ns. Ardhi Henda Karmandika, M.Kep

NIDN.0615029303



Iroma Maulida, S.KM., M.Epid

NIDN.0624037501

UNIVERSITAS HARKAT NEGERI FORMULIR LEMBAR PENGESAHAN TUGAS AKHIR	Kode/No :
	Tanggal :
	Revisi : SEKOLAH VOKASI

HALAMAN PENGESAHAN TUGAS AKHIR (TA)

IMPLEMENTASI RENDAM KAKI DENGAN GARAM EPSOM (*EPSOM SALT*) PADA PASIEN DENGAN HIPERTENSI DI WILAYAH KERJA PUSKESMAS MARGADANA

Oleh:

Nama : Silvi Mulyana

NIM : 23130079

Telah berhasil dipertahankan di hadapan Tim Penguji dan diterima sebagai bagian persyaratan yang diperlukan untuk memperoleh gelar Ahli Madya Keperawatan pada Program Studi Diploma III Keperawatan, Universitas Harkat Negeri.

Tim Penguji

Ketua Penguji : Ns. M.Ibnu Hasan, M.Kep

NIDN.0629069103

Anggota Penguji I : Ns. Nanda Bachtiar, M.Kep

NIDN.0623129601

Anggota Penguji II : Ns. Ardhi Henda Karmandika, M.Kep

NIDN.0615029303

()

()

()

Tegal, 10 Juli 2026

Menyetujui,

Sekolah Vokasi

Dekan

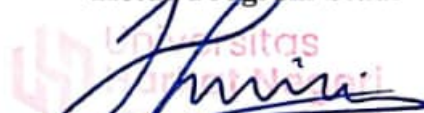

Universitas Harkat Negeri
Sekolah Vokasi

Dr. apt. Heru Nurcahyo, S.Farm., M.Sc

NIPY. 10.007.038

Program Studi Diploma III Keperawatan

Ketua Program Studi


Universitas Harkat Negeri

Ns. Ardhi Henda Karmandika, M.Kep

NIPY. 09.020.452

HALAMAN PERNYATAAN ORISINALITAS

Tugas Akhir ini adalah hasil karya saya sendiri, dan semua sumber baik yang dikutip maupun yang dirujuk telah saya nyatakan dengan benar.

NAMA : Silvi Mulyana

NIM : 23130079

Tanda Tangan :



Tanggal : 10 Juli 2026

HALAMAN PERNYATAAN PERSETUJUAN PUBLIKASI TUGAS AKHIR UNTUK KEPENTINGAN AKADEMIS

Sebagai sivitas akademika Universitas Harkat Negeri, saya yang bertanda tangan di bawah ini:

Nama : Silvi Mulyana
NIM : 23130079
Program Studi : Diploma III Keperawatan
Jenis Karya : Tugas Akhir
Skim TA : KTI

Demi pengembangan ilmu pengetahuan, menyetujui untuk memberikan kepada UNIVERSITAS HARKAT NEGERI **Hak Bebas Royalti Noneksklusif** (*None-exclusive Royalty Free Right*) atas karya ilmiah saya yang berjudul :

Implementasi Rendam Kaki Dengan Garam Epsom (*Epsom Salt*) Pada Pasien Dengan Hipertensi Di Wilayah Kerja Puskesmas Margadana

Beserta perangkat yang ada (jika diperlukan). Dengan Hak Bebas Royalti/Noneksklusif ini UNIVERSITAS HARKAT NEGERI berhak menyimpan, mengalihmedia/formatkan, mengelola dalam bentuk pangkalan data (database), merawat dan mempublikasikan karya ilmiah saya selama tetap mencantumkan nama saya sebagai penulis/pencipta dan pemilik Hak Cipta.

Demikian pernyataan ini saya buat dengan sebenarnya.

Dibuat di : Tegal

Pada Tanggal : 10 Juli 2026

Yang menyatakan



Silvi Mulyana

NIM.23130079

MOTTO DAN PERSEMBAHAN

MOTTO

”Allah SWT tidak mengatakan hidup ini mudah, Tetapi Allah SWT berjanji bahwa sesungguhnya bersama kesulitan ada kemudahan”

(Q.S Al-Insyirah:5-6)

”Melamban bukanlah hal yang tabu, kadang itu yang kau butuh, bersandar
hibahkan bebanmu”

(33x-Perunggu)

”Setiap langkah kecil yang kupaksa hari ini adalah jawaban dari semua keraguan
kemarin, dan aku belajar bahwa bertahan adalah bentuk paling sunyi dari
keberanian”

(Silvi Mulyana)

Kupersembahkan Untuk:

1. Kedua orang tua, Bapak Abdul Rozak dan Mamah Sariah, yang tidak pernah berhenti berjuang, doanya selalu mengalir tanpa diminta, dan yang kasih sayangnya tidak pernah memiliki batas. Terima kasih untuk setiap lelah yang disembunyikan, setiap pengorbanan yang tidak pernah diceritakan, dan setiap doa yang selalu menjadi jalan kemudahan dalam hidup penulis.
2. Kedua kakak tercinta, Abdullah dan Eka Puspita Sari, serta kakak ipar Ana Masopah dan Ahmad Khafidin, yang turut memberikan dukungan, perhatian, serta menjadi tempat berbagi disetiap proses yang penulis jalani. Terima kasih atas segala semangat dan kehadiran yang menguatkan.
3. Keponakan tercinta, Hafiz, Hamzah, Zio, dan Hanifah yang hadir membawa tawa sederhana di tengah penat, yang tanpa sadar menjadi alasan penulis untuk tetap tersenyum dan terus melangkah.
4. Teman-teman seperjuangan, Vina, Niya, Muthia, Dhea, Amel, dan Nadila yang telah menjadi bagian dari perjalanan ini, berbagi cerita, membantu saat

kesulitan, dan memberikan semangat di saat penulis hampir menyerah. Terima kasih atas kebersamaan yang tidak akan terlupakan.

5. Diri saya sendiri, Silvi Mulyana, yang telah bertahan melalui hari-hari yang tidak mudah, yang tetap memilih bangkit meski ragu, dan hampir menyerah. Terima kasih karena sudah mau terus melangkah meskipun banyak hal terasa berat dan tidak selalu sesuai harapan. Terima kasih untuk setiap air mata yang tidak terlihat, setiap usaha yang tidak selalu dihargai, dan setiap malam panjang yang dialui dengan penuh perjuangan. Hari ini adalah bukti bahwa saya mampu sampai di titik ini, dan itu tidak terjadi dengan mudah. Saya bangga pada diri saya sendiri karena sudah bertahan sejauh ini, dan saya berharap tidak berhenti di sini saja.

KATA PENGANTAR

Puji syukur penulis panjatkan ke hadirat Tuhan Yang Maha Esa atas segala rahmat dan karunia-Nya, sehingga penulis dapat menyelesaikan Karya Tulis Ilmiah (KTI) ini yang berjudul “Implementasi Rendam Kaki Dengan Garam Epsom (*Epsom Salt*) Pada Pasien Dengan Hipertensi Di Wilayah Kerja Puskesmas Margadana” dengan baik.

Dalam proses penyusunan Karya Tulis Ilmiah ini, penulis banyak mendapatkan bimbingan, arahan, serta dukungan dari berbagai pihak, sehingga karya ini dapat terselesaikan sebagaimana mestinya. Pada kesempatan ini, penulis menyampaikan terima kasih yang sebesar-besarnya kepada:

1. Bapak Ns. Ardhi Henda Karmandika, M.Kep selaku Ketua Prodi D3 Keperawatan Universitas Harkat Negeri.
2. Bapak Ns. Ardhi Henda Karmandika, M.Kep, selaku Dosen Pembimbing I yang sudah berkenan meluangkan waktu untuk memberikan bimbingan, arahan, dan masukan selama penyusunan karya tulis ilmiah ini.
3. Ibu Iroma Maulida, S.KM., M.Epid, selaku Dosen Pembimbing II yang telah memberikan bimbingan, arahan, dan masukan sehingga tersusunnya karya tulis ilmiah ini.
4. Segenap Dosen dan Staf prodi D3 Keperawatan Universitas Harkat Negeri.

Penulis menyadari bahwa karya tulis ilmiah ini masih jauh dari sempurna, baik dari segi penulisan maupun isi. Oleh karena itu, penulis sangat mengharapkan kritik dan saran yang membangun demi perbaikan di masa yang akan datang.

Akhir kata, penulis berharap semoga karya tulis ilmiah ini dapat bermanfaat bagi pembaca serta dapat memberikan kontribusi dalam pengembangan ilmu pengetahuan, khususnya di bidang kesehatan.

Tegal, 18 Juni 2026

Penulis

ABSTRAK

IMPLEMENTASI RENDAM KAKI DENGAN GARAM EPSOM (*EPSOM SALT*) PADA PASIEN DENGAN HIPERTENSI DI WILAYAH KERJA PUSKESMAS MARGADANA

Mulyana, Silvi; Karmandika, Ardhi Henda; Maulida, Iroma

Latar Belakang: Hipertensi merupakan penyakit tidak menular yang dapat meningkatkan risiko komplikasi kardiovaskular. Salah satu terapi nonfarmakologis yang dapat membantu menurunkan tekanan darah adalah rendam kaki air hangat dengan garam Epsom yang memberikan efek relaksasi dan vasodilatasi pembuluh darah. **Tujuan:** Mengetahui implementasi terapi rendam kaki dengan garam Epsom pada pasien hipertensi. **Metode:** Penelitian ini menggunakan metode deskriptif kualitatif dengan pendekatan studi kasus asuhan keperawatan. Pengumpulan data dilakukan melalui observasi, wawancara, pemeriksaan fisik, dan dokumentasi. Tekanan darah diukur menggunakan *sphygmomanometer* digital sebelum dan sesudah terapi. Intervensi dilakukan selama 15–20 menit, satu kali sehari selama empat hari berturut-turut. **Hasil:** Setelah pemberian terapi, tekanan darah pasien menurun dari 168/116 mmHg menjadi 137/101 mmHg pada akhir observasi. Pasien juga mengeluhkan nyeri/sakit kepala berkurang dari skala 6 menjadi 0. **Simpulan:** Pada penelitian ini terapi rendam kaki air hangat dengan garam Epsom dapat membantu menurunkan tekanan darah diikuti dengan pengaturan pola tidur.

Kata kunci: garam Epsom, hipertensi, rendam kaki, tekanan darah.

ABSTRACT

IMPLEMENTATION OF EPSOM SALT FOOT SOAKS FOR PATIENTS WITH HYPERTENSION IN THE MARGADANA COMMUNITY HEALTH CENTER WORKING AREA

Mulyana, Silvi; Karmandika, Ardhi Henda; Maulida, Iroma

Background: Hypertension is a non-communicable disease that can increase the risk of cardiovascular complications. One non-pharmacological therapy that may help reduce blood pressure is warm water foot soaking with Epsom salt, which provides relaxation effects and promotes vasodilation of blood vessels. **Objective:** To determine the implementation of Epsom salt foot soak therapy in patients with hypertension. **Methods:** This study used a descriptive qualitative method with a case study approach in nursing care. Data were collected through observation, interviews, physical examination, and documentation. Blood pressure was measured using a digital sphygmomanometer before and after therapy. The intervention was performed for 15–20 minutes, once daily for four consecutive days. **Results:** After the therapy, the patient's blood pressure decreased from 168/116 mmHg to 137/101 mmHg at the end of the observation period. The patient's headache complaint also decreased from a pain scale of 6 to 0. **Conclusion:** In this study, warm water foot soak therapy with Epsom salt can help lower blood pressure followed by regulating sleep patterns.

Keywords: Epsom salt, hypertension, foot soak, blood pressure.

DAFTAR ISI

HALAMAN JUDUL.....	i
HALAMAN PERSETUJUAN TUGAS AKHIR (TA)	ii
HALAMAN PENGESAHAN TUGAS AKHIR (TA)	iii
HALAMAN PERNYATAAN ORISINALITAS	iv
HALAMAN PERNYATAAN PERSETUJUAN PUBLIKASI	v
MOTTO DAN PERSEMBAHAN	vi
KATA PENGANTAR.....	viii
ABSTRAK	ix
<i>ABSTRACT</i>	x
DAFTAR ISI	xi
DAFTAR TABEL.....	xiv
DAFTAR GAMBAR	xv
DAFTAR LAMPIRAN	xvi
DAFTAR ARTI LAMBANG, SINGKATAN DAN ISTILAH	xvii
BAB I PENDAHULUAN	1
A. Latar Belakang	1
B. Rumusan Masalah	5
C. Tujuan Penelitian.....	5
D. Manfaat Penelitian.....	6
BAB II TINJAUAN TEORITIS	7
A. Hipertensi	7
1. Definisi Hipertensi	7

2. Etiologi Hipertensi	8
3. Manifestasi Klinis Hipertensi.....	11
4. Pathway	12
5. Mekanisme Terjadinya Hipertensi	13
B. Garam Epsom (<i>Epsom Salt</i>)	14
1. Definisi Garam Epsom	14
2. Kandungan Garam Epsom	14
3. Manfaat Garam Epsom Terhadap Hipertensi	15
C. Terapi Rendam Kaki Air Hangat dalam Penatalaksanaan Hipertensi	16
1. Definisi.....	16
2. Manfaat Rendam Kaki Air Hangat.....	17
3. Tata Cara Rendam Kaki Air Hangat dengan Garam Epsom (<i>Epsom Salt</i>)	18
4. Mekanisme Terapi Rendam Kaki Air Hangat	19
D. Pengaruh Rendam Kaki Air Hangat dengan Garam Epsom Terhadap Tekanan Darah.....	20
E. Konsep Asuhan Keperawatan Terapi Rendam Kaki Air Hangat Dengan Garam Epsom pada Pasien dengan Hipertensi.....	22
1. Pengkajian Keperawatan	22
2. Diagnosa Keperawatan.....	23
3. Perencanaan Keperawatan	23
4. Implementasi Keperawatan.....	23
5. Evaluasi Keperawatan	24
F. Kerangka Konseptual	24
G. Variabel Penelitian:	25
1. Variabel Independen:.....	25
2. Variabel Dependen:	25
BAB III METODE PENELITIAN.....	26

A. Desain Penelitian.....	26
B. Subjek Penelitian.....	26
1. Kriteria Inklusi	26
2. Kriteria Eksklusi.....	27
C. Fokus Penelitian	27
D. Definisi Operasional.....	28
E. Metode Pengumpulan Data	28
F. Instrumen Penelitian.....	29
G. Langkah-langkah studi kasus	31
1. Tahap Persiapan:	31
2. Tahap Pelaksanaan	31
H. Tempat dan Waktu Penelitian.....	32
1. Tempat penelitian	32
2. Waktu penelitian.....	32
I. Analisa Data	32
J. Etika Studi Kasus	33
BAB IV HASIL DAN PEMBAHASAN.....	34
A. Hasil Penelitian	34
B. Pembahasan	41
C. Keterbatasan	48
BAB V PENUTUP	50
A. Kesimpulan.....	50
B. Saran.....	51
DAFTAR PUSTAKA	53
LAMPIRAN.....	57

DAFTAR TABEL

Tabel 3.1. Definisi Operasional.....	28
Tabel 4.1. Hasil Observasi	41

DAFTAR GAMBAR

Gambar 2.1 Pathway	12
Gambar 3.1 Tensimeter digital (Omron HEM-7140T1)	29
Gambar 3.2 Termometer Air (Soru TP300)	30
Gambar 3.3 Garam Epsom (Essenli).....	30

DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran 1. Surat Ijin Penelitian/Pengambilan Data.....	58
Lampiran 2. Surat Balasan Ijin Penelitian.....	60
Lampiran 3. Standar Operasional Prosedur (SOP)	61
Lampiran 4. Similarity Index	63
Lampiran 5. Jadwal Pelaksanaan Penelitian	64
Lampiran 6. Informed Consent	65
Lampiran 7. Hasil Observasi.....	66
Lampiran 8. Asuhan Keperawatan	67
Lampiran 9. Dokumentasi Kegiatan	103
Lampiran 10. Formulir Bimbingan	108
Lampiran 11. Form Revisi Naskah Tugas Akhir.....	113

DAFTAR ARTI LAMBANG, SINGKATAN DAN ISTILAH

Lambang	Arti
$\geq$	: Lebih dari atau sama dengan
$\leq$	: Kurang dari atau sama dengan
%	: Persen
°C	: Derajat celcius
Kg	: Kilogram
cm	: centimeter
M ²	: Meter persegi
mmHg	: Milimeter Air Raksa
x/menit	: Kali per menit
$\pm$	: Kurang lebih
Mg ²⁺	: Ion magnesium
SO ₄ ²⁻	: Ion sulfat
H ₂ O	: Air

Singkatan	Kepanjangan
WHO	: <i>World Health Organization</i>
AHA	: <i>American Heart Association</i>
RAAS	: <i>Renin-Angiotensin-Aldosterone System</i>
ACE	: <i>Angiotensin-Converting Enzyme</i>
ARB	: <i>Angiotensin Receptor Blocker</i>
CCB	: <i>Calcium Channel Blocker</i>
IMT	: Indeks Massa Tubuh
SDKI	: Standar Diagnosis Keperawatan Indonesia
SIKI	: Standar Intervensi Keperawatan Indonesia
WIB	: Waktu Indonesia Barat
AT1	: <i>Angiotensin Type 1 Receptor</i>
AT2	: <i>Angiotensin Type 2 Receptor</i>

Istilah	Arti
<i>Hipertensi</i>	: Kondisi peningkatan tekanan darah secara persisten di atas nilai normal.
<i>Epsom Salt</i>	: Garam magnesium sulfat yang digunakan sebagai terapi komplementer.
<i>Hidroterapi</i>	: Terapi yang memanfaatkan air untuk tujuan kesehatan.
<i>Vasodilatasi</i>	: Pelebaran pembuluh darah yang meningkatkan aliran darah.
<i>Vasokonstriksi</i>	: Penyempitan pembuluh darah yang meningkatkan resistensi pembuluh darah.
<i>Perfusi</i>	: Aliran darah ke jaringan tubuh.
<i>Edema</i>	: Penumpukan cairan yang menyebabkan pembengkakan jaringan.
<i>Sistolik</i>	: Tekanan darah saat jantung berkontraksi.
<i>Diastolik</i>	: Tekanan darah saat jantung berelaksasi
<i>Resistensi Vaskular Perifer</i>	: Hambatan aliran darah pada pembuluh darah perifer.
<i>Baroreseptor</i>	: Reseptor yang berfungsi mendeteksi perubahan tekanan darah.
<i>Vasopresor</i>	: Zat atau mekanisme yang meningkatkan tekanan darah melalui penyempitan pembuluh darah.
<i>Neurotransmitter</i>	: Zat kimia penghantar impuls saraf.
<i>Informed Consent</i>	: Persetujuan responden setelah memperoleh penjelasan mengenai penelitian atau tindakan yang akan dilakukan.
<i>Nonfarmakologis</i>	: Penatalaksanaan tanpa menggunakan obat-obatan.
<i>Farmakologis</i>	: Penatalaksanaan menggunakan obat-obatan.
<i>Sphygmomanometer</i>	: Alat untuk mengukur tekanan darah.